



Educación
Sexual y
Salud
Reproductiva

VARÓN Y MUJER

LOS CREÓ...



anual para Facilitadores/as

Eduardo
Campaña

Mirtha
Muñoz

Carmen
Proaño

Varón y mujer los creó...

Educación Sexual y
Salud Reproductiva

Manual para Facilitadores/as

CLAI
2003

© 2003, Consejo Latinoamericano de Iglesias (CLAI)
Proyecto ICCO-CLAI, Programa de Educación Sexual y Salud Reproductiva
Coordinación: Eduardo Campaña
Registro Derecho Autorial 018105
ISBN-9978-91-049-2

Producido por el Departamento de Comunicaciones del CLAI
Inglaterra N32-113 y Mariana de Jesús
Quito, Ecuador
Teléfonos: (5932) 2553996 / 2529933 / 2568373
Fax: (5932) 2504377
Casilla 17-08-8522
Email: info@clai.org.ec
www.clai.org.ec

Textos: Eduardo Campaña, Mirtha Muñoz, Carmen Proaño
Edición: Iván Balarezo Pérez
Diseño: Iván Balarezo Pérez
Coordinación Editorial: Amparo Salazar

Las opiniones expresadas en esta publicación les pertenecen a los autores y no reflejan necesariamente la posición del CLAI.

Segunda edición, revisada y ampliada
Enero 2003
Impreso en Ecuador

CONTENIDO

Introducción	13
El amor, fundamento de la sexualidad	15
Temas del Manual	20
Objetivos del manual	21
Cómo utilizar el manual	21
TEMA 1	
La metodología	25
El perfil del Facilitador/a	29
Recomendaciones para el Facilitador/a	31
Cuadro de planificación del taller	31
TEMA 2	
Amarás a tu prójimo como a ti mismo	
Hoja guía	34
Contenido básico	35
Cuadro de planificación del taller	41
TEMA 3	
A imagen y semejanza	
Hoja guía	42
Contenido básico	43
Cuadro de planificación del taller	49
TEMA 4	
Maravilla de la creación	
Hoja guía	50
Contenido básico	51
Dimensión biológica	54
Dimensión psicológica	64
Dimensión social	69
Dimensión espiritual	70
Cuadro de planificación del taller	72

TEMA 5	
Mi ser sexual	
Hoja guía	74
Contenido básico	75
Las dimensiones de la sexualidad	76
La sensualidad	77
La genitalidad	78
El acto sexual o cópula	80
Disfunciones sexuales	86
Cuadro de planificación del taller	88
TEMA 6	
varón y mujer los creó	
Hoja guía	90
Contenido básico	91
Caracteres sexuales secundarios	92
¿Qué es un mito?	95
Género y “modelos” de masculinidad y feminidad	95
¿Qué es rol?	96
¿Qué es rol sexual?	97
Comunicación y sexualidad	98
Cómo expresar los sentimientos	101
¿Qué es la escucha empática?	102
Requisitos para escuchar empáticamente	104
El acto sexual y la comunicación	104
Medios de comunicación y sexualidad	105
Cuadro de planificación del taller A: La comunicación	106
Cuadro de planificación del taller B: varón y mujer los creó	107
TEMA 7	
Lo que siembres, eso cosecharás	
Hoja guía	108
Contenido básico	109
Infecciones de transmisión sexual	111
VIH-Sida	114
¿De dónde se cree que vino este virus?	116
¿Cómo se transmite el virus?	116
¿Cómo no se transmite el virus?	117
¿Qué es lo que ocurre en el cuerpo cuando entra el virus?	118
¿Cómo sabemos que una persona vive con VIH-Sida?	120
¿Existe tratamiento para el VIH-Sida?	121
El aborto	123
¿Qué dice la Biblia?	125
La homosexualidad	126
Posibles causas de la homosexualidad	126
Cuadro de planificación del taller	130

TEMA 8

Fructifiquen y multiplíquense

Hoja guía	132
Contenido básico	133
Estrategias para el control adecuado de la salud reproductiva	135
Métodos de control de la natalidad	137
Anticoncepción permanente o definitiva	138
Anticoncepción temporal o reversible	138
Alteración de la frecuencia del acto sexual	139
Alteración de la mecánica del acto sexual	140
Procedimientos químicos	141
Procedimientos mecánicos extrauterinos	142
Procedimientos mecánicos intrauterinos	143
Administración de hormonas	144
Cómo seleccionar un método anticonceptivo	146
Efectividad de los métodos anticonceptivos	147
Cuadro de planificación del taller	149

FACILITAN LA EDUCACIÓN SEXUAL EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Introducción	151
El desarrollo integral en los niños y niñas	153
Etapa prenatal o intrauterina	154
El embarazo	156
Recomendaciones durante el embarazo	158

TALLER 1

Hoja guía	
Desde el vientre de mis padres (0-24 meses)	159
Cuadro de planificación del taller	160
Niños y niñas de 0 a 24 meses	161
Desarrollo cerebral	161
Desarrollo físico	162
Desarrollo mental	162
Desarrollo emocional	163
Desarrollo social	163
Desarrollo espiritual	163
Cómo facilitar el aprendizaje en los niños y niñas de 0 a 24 meses	163

TALLER 2

Hoja guía	
Modelar la sexualidad (0-24 meses)	165
Cuadro de planificación del taller	166
Niños y niñas de 2 a 3 años	167
Desarrollo físico	167

Desarrollo mental	167
Desarrollo emocional	167
Desarrollo social	168
Desarrollo espiritual	168
Cómo facilitar el aprendizaje en los niños y niñas de 2 a 3 años	168
TALLER 3	
Hoja guía	
Responder a los porqué	170
Cuadro de planificación del taller	171
Niños y niñas de 4 a 5 años	172
Desarrollo físico	172
Desarrollo mental	172
Desarrollo emocional	172
Desarrollo social	172
Desarrollo espiritual	173
Cómo facilitar el aprendizaje en los niños y niñas de 4 a 5 años	173
Cuadros de planificación de talleres	
Tema 1: A imagen y semejanza	176
Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo	177
Tema 3: Maravilla de la creación	178
Tema 4: Maravilla de la creación B. El embarazo	179
Tema 5: Varón y mujer los creó	180
Tema 6: Sojuzgen la tierra	181
Niños y niñas de 6 a 8 años	182
Desarrollo físico	182
Desarrollo mental	182
Desarrollo emocional	182
Desarrollo social	182
Desarrollo espiritual	182
Cómo facilitar el aprendizaje en los niños y niñas de 6 a 8 años	183
Hoja guía	184
Cuadros de planificación de talleres	
Tema 1: A imagen y semejanza	185
Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo	186
Tema 3: Maravilla de la creación	187
Tema 4: Mi ser sexual	188
Tema 5: Sojuzguen la tierra	189
Tema 6: Varón y mujer los creó	190
Niños y niñas de 9 a 11 años	191
Desarrollo físico	191
Desarrollo mental	192
Desarrollo emocional	192
Desarrollo social	192
Desarrollo espiritual	192
Cómo facilitar el aprendizaje en los niños y niñas de 9 a 11 años	192
Hoja guía	194

Cuadros de planificación de talleres	
Tema 1: A imagen y semejanza	195
Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo	196
Tema 3: Maravilla de la creación	197
Tema 4A: Mi ser sexual	198
Tema 4B: El embarazo	199
Tema 5: Varón y mujer los creó	200
Tema 6: Sojuzguen la tierra	201
Adolescentes de 12 a 14 años	202
Desarrollo físico	202
Desarrollo mental	202
Desarrollo emocional	202
Desarrollo social	203
La sexualidad como factor de socialización	203
Desarrollo espiritual	203
Desarrollo de la afectividad	204
Atracción sexual	204
Cómo facilitar el aprendizaje en los adolescentes de 12 a 14 años	205
Hoja guía	207
Cuadros de planificación de talleres	
Tema 1: A imagen y semejanza	208
Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo	209
Tema 3: Maravilla de laceración	210
Tema 4: Mi ser sexual	211
Tema 5: Varón y mujer los creó	212
Tema 6: Lo que siembras, eso cosecharás. El aborto	213
Tema: La homosexualidad	214
Tema: El VIH-Sida	215
Tema 7: Sojuzguen la tierra	216
Adolescencia y embarazo	217
Riesgos físicos	218
Riesgos psicológicos	218
Riesgos sociales	219
Adolescentes de 15 a 18 años	220
Desarrollo físico	220
Desarrollo mental	220
Desarrollo emocional	220
Desarrollo social	220
Desarrollo espiritual	221
El adolescente: rol, conducta e identidad sexual	221
Hoja guía	222
Cuadros de planificación de talleres	
Tema 1: Amarás a tu prójimo como a ti mismo	223
Tema 2: A imagen y semejanza	224
Tema 3: Maravilla de la creación	225
Tema 4: Mi ser sexual	226
Tema 4A: Relaciones sexuales	227
Tema 4B: La masturbación	228
Tema 5: Varón y mujer los creó	229

Tema 6: Lo que siembres, eso cosecharás. Sida e ITS	231
Tema 6B: El aborto	233
Tema 6C: La homosexualidad	234
ANEXOS	236
Anexo A:	
Evaluación del taller de sexualidad (Adultos)	237
Evaluación del taller de sexualidad (Niños y niñas)	239
Liturgia de cierre	240
Modelo de compromiso	241
Anexo B:	
Trastornos sicosexuales	242
Anexo C:	
Formatos de tests de autoestima	245
Anexo D:	
Canciones y actividades	252
Bibliografía	272

Presentación

Este Manual de Educación Sexual y Salud Reproductiva es el fruto de la labor esmerada del equipo de trabajo del Programa de Salud Integral del CLAI, compuesto de hermanas y hermanos profundamente comprometidos con el fortalecimiento de la pareja y la familia cristiana. Han sido varios años de compartir talleres en las iglesias y de proveer herramientas útiles para que las hermanas y los hermanos puedan encontrarse a sí mismos y como pareja. Uno de los pilares teológicos de este manual es que Dios nos creó a su imagen y semejanza para vivir la vida a plenitud en un marco de equidad y respeto. Esto significa que los hombres y las mujeres se complementan mutuamente como pareja; ya no son vistos como “sexos opuestos” sino como “sexos complementarios”. La unidad del cuerpo y el espíritu hacen posible la vida y la vida en plenitud. A su vez, cuando las parejas tienen una visión saludable de la sexualidad pueden enseñarla a sus hijas e hijos en un ambiente familiar de amor y apertura, lo que contribuye a que las nuevas generaciones tengan aún mayores oportunidades de formar familias sanas, funcionales y que puedan contribuir a una sociedad más equitativa y justa en las relaciones entre los géneros.

Otro aporte significativo de este manual es la metodología de trabajo que sugiere para la realización de los talleres. La perspectiva constructivista es el fundamento teórico que permite una educación participativa y que considera el contexto de vida de las personas participantes. El conocimiento se genera y se comparte en colectivo, creándose así una comunidad de aprendices dispuesta a apoyarse mutuamente en el proceso de aprendizaje. La persona que facilita contribuye a que se desarrolle este proceso de forma grupal, esto implica que el facilitador o facilitadora no es vista como la “única persona que sabe”, sino que todos aportan con su experiencia en la búsqueda del nuevo conocimiento. En el proceso, la comunidad descubre que tiene muchas capacidades valiosas y también reconoce que necesita crecer en determinados aspectos.

Este manual para uso en las congregaciones locales es una prueba inequívoca de que es posible dialogar entre diversas disciplinas para contribuir al creci-

miento del cuerpo de Cristo. En este manual se conjugan conocimientos de la psicología, la medicina, la sociología y las ciencias educativas, y junto al estudio de las Sagradas Escrituras obtenemos un acercamiento integral al ser humano sexual creado por Dios. Como resultado, tenemos una propuesta de educación sexual pertinente a la época histórica que nos ha tocado vivir, por un lado, se incluye la rigurosidad científica que exige nuestro tiempo, y por otro, no olvidamos que todo don de vida proviene de Dios.

Este manual se ha confeccionado pensando en las congregaciones locales y el fortalecimiento de la vida familiar. Como CLAI nos ponemos al servicio de las iglesias a fin de fortalecer su testimonio en cuanto a los valores de la vida.

Rev. Israel Batista
Secretario general del CLAI



ALBERTVS
DVREVS
HORTICVS
FACIEBAT
1504

INTRODUCCIÓN

La función reproductiva de la sexualidad es vital para mantener la especie. Ésta es considerada en un nivel de menor importancia que otras funciones necesarias para mantener la vida, como son la respiración, la alimentación y la defecación. La sexualidad sobrepasa la esfera biológica, e integra y repercute directamente sobre los aspectos psicológicos, emocionales, sociales y espirituales del ser humano.

Es imposible dejar de reconocer o negar la influencia de la sexualidad sobre todos los actos de nuestras vidas. Sin embargo, a lo largo de la historia de la humanidad, por muchas razones, la sexualidad ha sido encubierta, se ha ido disfrazando con falsas imágenes, las mismas que han conseguido desvirtuarla, mitificarla, hasta convertirla en un tabú.

Históricamente y principalmente por influencias filosóficas y religiosas, (dualismo cuerpo-espíritu) se da un amplio período de represión de la sexualidad, de tal manera que aun las relaciones sexuales entre esposos han sido afectadas por esta represión. Cualquier estímulo sexual era considerado como pecado.

Esta represión de la sexualidad dio lugar al apareamiento de diversas desviaciones sexuales, muchas de las cuales pasaron inadvertidas, todo esto dentro de un marco de una punitiva y falsa moralidad.

La total ausencia de educación sexual daba lugar a que el instinto, más mal que bien, supliera el conocimiento en muchas ocasiones. La expresión genital de la sexualidad, en lugar de ser una fuente de placer y satisfacción, se convirtió en un sinónimo de dolor y carga para la mujer, pues su marido, ajeno al conocimiento de las necesidades de ella, la tomó como un objeto para su propio placer. Esta pesada carga fue soportada estoicamente en nombre del amor conyugal y de su papel de madre, pagando en muchas ocasiones con la frigidez como precio.

Esta situación da lugar a que muchos hombres vean en la prostitución una fuente de placer sexual, a la vez que ella se convierte en la primera escuela de “educación sexual”.

Esta dinámica prevalece por muchos siglos, hasta que a principios del 20, se despierta el interés científico-médico por el comportamiento sexual de la especie humana.

Es en la década de los treinta que se reconoce la falta de instrucción del médico y los ginecólogos sobre el tema de la sexualidad. Esto da lugar a que entre en auge, en las décadas siguientes, un período de investigación científica de la sexualidad como los famosos informes Kinsey, Hite y los estudios de Masters y Johnson.

Paralelamente, se despierta el interés de investigar el impacto de la sexualidad reprimida por siglos, en los campos de la psicología, sociología, pedagogía, política y economía.

La revolución sexual de los sesentas, impulsada por la invención de la píldora anticonceptiva, inaugura una nueva cultura a nivel mundial. Las costumbres sexuales se relajan y los medios de comunicación y la industria del entretenimiento erotizan la sociedad, a través de la producción de películas, anuncios, libros y revistas que utilizan imágenes de alto contenido sexual. De este modo el mundo cumple la llamada “ley del péndulo”; es decir, muy rápidamente va al extremo opuesto:

*De la libertad al libertinaje.
De la información sexual a la pornografía.
Del interés científico a la explotación del morbo.*

Es también la época que da lugar a la educación sexual, que nace enfrentando resistencia, porque en muchas sociedades se la considera contraproducente, en cuanto hay el temor de que más bien podría promover el libertinaje sexual. Aparecen programas y publicaciones educativas de dudosa buena intención, que son consideradas en ciertos sectores como “pornografía escondida”.

Hoy en día, tener conocimientos y una vivencia adecuada de la sexualidad, se ha convertido en una opción de vida o muerte. Múltiples argumentos así lo demuestran:

- Cada día en el mundo se contagian 16.000 personas con el virus del sida (VIH), de los cuales el 50%, es decir 8.000, son jóvenes entre 15 y 24 años.
- La alienación de la que somos fácil presa las sociedades del Tercer Mundo, como consecuencia de la globalización económica, humana y social, que nos empuja hacia el individualismo, la deshumanización, la destrucción de la familia, la idealización del dinero por encima del ser humano, tiene una gran influencia sobre la sexualidad.
- La creciente prostitución masculina y femenina en edades cada vez más tempranas, como formas de explotación y supervivencia.
- La búsqueda del placer por el placer como un falso paradigma de estatus, liberación y machismo o feminismo.
- La pérdida de valores espirituales, culturales, éticos y morales.
- La falta de propuestas funcionales, basadas en principios, que produce efectos dolorosos, a más de la dura realidad del VIH/sida: embarazos no deseados, creciente número de madres solteras, millones de abortos —muchos de los cuales terminan en la muerte de las madres—; matrimonios muy jóvenes obligados —que en su mayoría acaban en divorcio—; infecciones de transmisión sexual (ITS).

- Un sinnúmero de daños y secuelas psicológicas, que muchas veces se traducen en hechos que rebasan los aspectos legales, como son el abuso sexual, con sus manifestaciones físicas y psicológicas.

Por otro lado, la sociedad erotizada, diariamente envía mensajes promoviendo valores distorsionados del auténtico propósito de la sexualidad. Niños, jóvenes y adultos estamos siendo afectados.

Ante estas realidades, se hace más que necesario introducir el tema de la sexualidad en las parejas, los niños, los jóvenes y los maestros de una manera integral, clara y responsable, rompiendo los esquemas tradicionales en su mayoría enfocados únicamente en el aspecto biológico.

Una vez más la Iglesia Cristiana tiene un gran desafío: comprometerse con un trabajo serio y responsable para develar este tema tabú, del que de todas maneras —generalmente de forma distorsionada— se está hablando. No sigamos cayendo en el error de la omisión.

Es hora de que, en los tiempos del sida, la Iglesia levante una vez más su voz profética para hablar con transparencia de la sexualidad, desde la perspectiva de Dios, para retomar los propósitos para los que Él la creó.

El amor, fundamento de la sexualidad

El amor, probablemente, es el tema del que más se ha escrito y se ha hablado en todas las épocas y desde todas las perspectivas del conocimiento del ser humano. Ha sido la inspiración para músicos, poetas, escritores, pintores; ha sido objeto de estudio de diferentes disciplinas, ha sido motivo de interpretación de diferentes religiones. A través de toda la historia de la humanidad, se pueden identificar todo tipo de esfuerzos para entender e interpretar el amor.

Hay una razón poderosa que explica la preocupación de los seres humanos por el amor y es que amar es una necesidad vital inherente al ser humano. Todos los humanos sentimos hambre y sed de amor. Sin amor no podemos vivir. Uno de los fundamentos en la construcción del autoestima es sentirnos amados.

Podemos explicarnos esta necesidad de amor recordando que fuimos creados a imagen y semejanza de Dios. “Dios es amor” (1 Jn 4:8), por lo tanto, la esencia con la que fuimos creados es también el amor. Necesitamos dar y recibir amor como una manifestación de vida.

Al mismo tiempo, aunque por naturaleza nos inclinamos al amor, aunque reconocemos su importancia en nuestra vida, experimentamos sufrimiento debido, esencialmente, a la negación del amor o a las percepciones distorsionadas de su verdadero propósito y significado.

La negación del amor tiene muchas manifestaciones. Las vivimos en la cotidianidad: un amor que busca el bienestar individual, en detrimento y explotación de los otros. El amor que espera el sacrificio del otro, sin el compromiso del yo. El amor que en nombre de Dios explota, mata y asesina al prójimo. El amor que en las relaciones de pareja, convierte a unos en amos y a otros en esclavos. El amor que concluye en un aborto, etc.

Los modelos económicos imperantes son una negación del amor. Las guerras son negación del amor. La indiferencia de los dueños de las riquezas frente a quienes no tienen nada, es una negación del amor.

Estas realidades nos hablan de la necesidad de aprender a vivir en amor, de re-entender el amor, de re-encontrar el amor.

La palabra amor ha sido tan manipulada, tan ligeramente usada, tan mal interpretada, que las personas vamos cayendo en el desamor en el nombre del amor. Tanto es así que la mayoría de las personas concentran su atención y esfuerzo en su cuidado personal, en buscar satisfacciones para sí mismas, en ser amadas y no en amar, en recibir pero no en dar.

Por ejemplo, si a los novios y novias se les pregunta acerca de sus expectativas para su matrimonio, la respuesta frecuente es: “Espero que él/ella me haga feliz”, “Que él/ella me ame”. Es fácil imaginarse el destino de la relación en la cual prima este pensamiento.

A todo esto, debemos añadir que el amor es percibido y manifestado de acuerdo a la cultura, a la familia, a las vivencias de cada persona, de modo que la percepción del amor es totalmente diferente de un individuo a otro. Por ejemplo, una persona puede mostrar su amor a otra a través de regalos; otra, puede expresarlo verbalmente; y una tercera quizás lo exprese mediante toques, caricias, abrazos.

De igual manera, cada persona tiene su particular forma de sentirse amada. Algunas se sienten amadas cuando reciben cuidados de la otra persona; otras se sienten amadas cuando escuchan palabras de cariño, de amor. Para otras no cuentan ni los cuidados ni las palabras, sino las expresiones de afecto a través de caricias físicas y así por el estilo. Muchas veces puede existir una combinación de estas formas para dar o recibir amor.

Todas estas particularidades hacen complicado tener un concepto único y universal del amor. La comprensión del significado del amor siempre va a estar teñida de la experiencia personal de cada ser humano:

“El amor puede ser entendido de una manera muy subjetiva, de acuerdo a las experiencias de vida de cada persona”.

Como cristianos, partiendo del conocimiento de que Dios es amor, y de muchas otras expresiones que se encuentran en la Biblia acerca del amor, necesitamos reflexionar sobre el significado, los contextos y las implicaciones de esta palabra.

Las diferentes palabras que se traducen o que significan amor en la Biblia, tienen que ver con la relación Dios-ser humano y con los diferentes tipos de relaciones entre los seres humanos, por ejemplo: el amor de padres a hijos, el amor de los esposos, de los amigos, etc.

“El concepto de amor lo podemos entender en el contexto de las relaciones entre Dios y los seres humanos, y entre los seres humanos”.

Para entender mejor estos diferentes conceptos revisaremos algunas palabras de la Biblia, que nos hablan del amor.

En el Antiguo Testamento, la palabra “amor” es traducida principalmente del hebreo **’āhēb**, que en todas sus expresiones tiene un uso tan amplio como en castellano, y es fácilmente la voz más común para todos los aspectos de su significado.

En el sentido no religioso, **’āhēb** se emplea más comúnmente para el deseo o la atracción mutua de los sexos, en que no hay restricción alguna ni sentido de impureza. Es la expresión más sublime, como en el libro de Los Cantares.

Otras palabras del hebreo son **dód** y **ra'ya**, respectivamente, para el amor ardiente y su objeto femenino, especialmente en el libro de Los Cantares.

En el Antiguo Testamento el amor, sea humano o divino, es la expresión más profunda de la personalidad y de la intimidad de las relaciones interpersonales.

Se aplica a una multitud de relaciones personales (Gn 22:2; 37:3) como en estos casos de padre a hijo e impersonales (Pr 18:21) como la referencia del “amar la lengua”, que no están ligadas en absoluto al impulso sexual.

Fundamentalmente se trata de una fuerza interna (Dt 6:5, “fuerzas”) que nos impulsa a realizar aquella acción que da placer (Pr 20:13), obteniendo así el objeto que nos despierta el deseo (Gn 27:4), o en el caso de personas, al sacrificio de uno mismo para el bien de la persona amada y a una inquebrantable lealtad.

El idioma griego, que fue uno de los utilizados para escribir el Nuevo Testamento, usa algunas palabras que en español son traducidas como “amor”. Analizaremos brevemente tres de ellas.

Agapao

Donde *ag* significa yo y *apao* significa mato, muero. De modo que se puede interpretar como el amor que procura incondicionalmente, a cualquier precio, el bienestar del otro; es morir al yo para dar vida al otro, desacomodar al yo para acomodar al otro. Jesucristo en la cruz es la expresión perfecta del *ágape*.

Éste es el término griego más común para todas las formas del amor en el Nuevo Testamento. En el griego clásico es, en cambio, una de las palabras menos comunes y expresa, en las pocas ocasiones en que aparece, esa forma suprema y noble del amor que ve algo infinitamente precioso en su objeto, y en todos los casos en que está relacionado con el amor de Dios hacia el ser humano, del ser humano hacia Dios, y del ser humano hacia su prójimo.

Fileo

Se refiere al amor como sentimiento, es decir es personal y subjetivo. Puesto que los sentimientos son fluctuantes, este tipo de amor puede ser pasajero, no permanente.

Esta voz también alterna con *agapao*. Se usa más naturalmente para el afecto íntimo como en el caso de la amistad, y para el placer de hacer cosas que resultan agradables, como la oración, la alabanza, la lectura, etc.

En el Nuevo Testamento se encuentra una considerable superposición en el uso de ambos términos. También se refiere a hermandad y al aprecio por una persona.

Erao

Se refiere al deseo del cuerpo de la persona del otro sexo, deseo movido por los atributos de la persona deseada. Esta palabra da origen al término “erotismo”. Es la atracción sexual y psicológica, es el deseo de la otra persona, es la inclinación por el otro sexo, no para engendrar, sino simplemente para estar con él/ella, porque se experimenta un placer especial.

A partir de la breve revisión de estos conceptos, y si consideramos que desde un inicio fuimos creados como seres sexuados y sexuales, a imagen y semejanza de Dios y con diferentes dimensiones: física, social, psicológica, y espiritual, confirmamos que el amor es parte de nuestra esencia, y se manifiesta en y a través de las diferentes dimensiones del ser humano.

De acuerdo a los conceptos antes revisados y entendiendo los propósitos de Dios a través del mensaje del Evangelio, del sacrificio de Jesús, de los mandamientos de amar al prójimo como a uno mismo, la restauración por amor se convierte en el propósito de la redención del ser humano por parte de Dios.

Si entendiéramos y viviéramos en amor conforme a los propósitos y conceptos de Dios, disfrutaríamos de la justicia, de la paz y la armonía, de la alegría de relacionarnos con respeto y aceptación. Sería el paraíso.

Recordemos que en el paraíso Adán y Eva se comunicaban directamente con Dios, estaban en armonía con la creación, estaban desnudos. Esta desnudez no era solamente de sus cuerpos, sino de sus almas y de sus mentes; no había nada escondido u oculto entre ellos. Su relación era de libertad, respeto, consideraciones mutuas; se necesitaban, se acompañaban, se complementaban, cumplían las mismas tareas. Era el paraíso, era el amor vivido a la perfección.

El ser humano rompe la relación con Dios y pierde toda la armonía con la creación, por la codicia, por el deseo de poder: “Entonces la serpiente dijo a la mujer: No moriréis; sino que sabe Dios que el día que comáis de él [del fruto del árbol], serán abiertos vuestros ojos, y seréis como Dios, sabiendo el bien y el mal” (Gn 3:4-5). Éste es el primer acto de desamor, de negación del amor del ser humano.

¿Por qué desobedeció el ser humano? El pecado del ser humano no fue la desobediencia; fue lo que le hizo desobedecer. ¿Y qué le hizo desobedecer? La idea de ser como Dios, de tener el poder de Dios. Es increíble como las relaciones entre los seres humanos cambian a partir de este acontecimiento.

Recordemos que cuando Dios crea a la mujer, Adán expresa con toda alegría y fuerza: “Esto es ahora hueso de mis huesos y carne de mi carne; ésta será llamada Varona, porque del varón fue tomada” (Gn 2:23). Adán da a su compañera su propio nombre, reconociendo su misma esencia; en definitiva, expresando su alegría y satisfacción, expresando su amor hacia aquella mujer.

Miremos por contraste la reacción del hombre cuando Dios le pregunta cómo se ha dado cuenta que está desnudo. El hombre responde: “La mujer que me diste por compañera me dio del árbol, y yo comí” (Gn 3:12). Aquí Eva ya no es “carne de mi carne” ni “hueso de mis huesos” para Adán; ya no es aquella a quien ha puesto su mismo nombre y tiene su misma esencia. Ahora es un ser ajeno.

Es una negación de la mujer. Es una negación del amor, es el desamor. Algunos autores manifiestan que desde ese momento las relaciones hombre-mujer, cambiaron hacia la situación de inequidad que vivimos hasta hoy.

El significado bíblico del amor implica no sólo sentimiento, búsqueda y deseo por la otra persona, sino la voluntad de actuar en su favor, de promover su bienestar físico, de edificar sus pensamientos, sus sentimientos, su ser total, aun a costa del autosacrificio. Así como Cristo se entregó a sí mismo por la iglesia.

Detrás de la creación de Dios al hacernos varón y mujer, es decir al hacernos seres sexuales y sexuados, solamente puede estar el amor. La sexualidad del ser humano solo puede ser vivida dentro de esta comprensión del amor.

Con estas consideraciones, la lectura de 1 Corintios 13, cobra mejor entendimiento. De hecho, hablar “lenguas humanas y angélicas”, tener extensos conocimientos, poseer toda la fe necesaria para lograr todos los deseos; ser capaz de una generosidad absoluta, el desprendimiento capaz de llegar a la autoentrega, que humanamente son actos muy relevantes, resultan totalmente inútiles si no están acompañados de amor.

La descripción del amor que Pablo hace entre los versos 4 y 8 puede ser parafraseada como el amor que da de sí, de su propia vida, de su alegría, de su comprensión, de su interés, de su conocimiento, “de lo que está vivo en la persona” (Fromm). Esta clase de amor honra y enriquece al otro.

Al mismo tiempo, amar significa conservar la propia integridad, no renunciar a ser individuo independiente, no privarse de algo. De lo contrario, ¿en dónde quedaría el mandato “amarás a tu prójimo como a ti mismo”?

Por estas razones es conveniente enfatizar que el amor funciona entre al menos dos personas, porque si en una pareja solo el uno se esfuerza en practicar el verdadero amor, mientras el otro solo recibe, la relación se torna injusta, inequitativa, utilitaria, indigna de seres creados a imagen y semejanza de Dios.

El que ama debe estar dispuesto a todo. Sin embargo, esta disposición debe ser recíproca, mutua, de dos.

Éste es el amor que proviene de Dios. Es el que Dios planificó desde el principio para la humanidad; es el que vivió la primera pareja en el jardín del Edén, antes de la caída: un amor entregado y recibido sin miedo, con entera libertad, preservando la capacidad individual, los criterios personales, los intereses vitales, facilitando la alegría, la justicia, la equidad, el respeto, la paz y el descanso para el otro. Es el amor saludable y edificante, es el amor para el cual Dios nos hizo seres sexuados y sexuales, diseñados para la autorrealización, esto es para reconocer y ejercer los talentos naturales que Dios puso en cada una de sus criaturas para su propio bien y el de los otros.

Si en el paraíso inicial, la sexualidad estaba protegida por un amor perfecto, ahora, ante la necesidad de aprender acerca del amor para vivir la sexualidad de una manera sana y funcional, nos surge la interrogante: ¿Será necesario “regresar al paraíso” para lograrlo?

Obviamente, regresar al paraíso implica tomar la decisión de entender y ejercer el amor de Dios para uno mismo y para los demás, para dirigir la energía y el esfuerzo para beneficiar al otro, para procurar su bienestar sin anularnos ni desaparecer en el otro, sino respetando nuestra propia libertad y la del otro. Creemos que sólo de esta manera el amor humano puede acercarse a las características señaladas en 1 Corintios 13.

1. Jesús, el Facilitador

Uno de los elementos importantes para la facilitación del aprendizaje de la sexualidad es la metodología que se utiliza. En este primer tema presentamos la metodología que se utiliza en la propuesta para trabajar cada uno de los temas, cuya esencia constructivista garantiza un mayor aprendizaje, porque parte de la necesidad sentida de los participantes y de sus conocimientos previos. Se analizan las actitudes de Jesús como maestro y su relación con esa metodología.

2. Amarás a tu prójimo como a ti mismo

Bajo este tema los participantes trabajarán aspectos relacionados con su autoimagen, autoaceptación y autoestima. Adquirirán destrezas para elevarla y facilitar el desarrollo de una mejor autoestima en las otras personas. Reflexionarán en cuanto a su responsabilidad por el cuidado de sí mismos como factor determinante en la vivencia adecuada y disfrute de su sexualidad.

3. A imagen y semejanza

Fundamentos bíblicos de la sexualidad. El porqué y el para qué de la sexualidad. Al desarrollar este tema, los participantes trabajarán el origen de la diferenciación de los sexos: varón y mujer y los propósitos de la sexualidad desde la perspectiva bíblica.

4. Maravilla de la creación

Bajo este título, los participantes tendrán la oportunidad de conocer y reforzar los conocimientos en cuanto al desarrollo biosicosexual del ser humano; valorar las dimensiones: biológica, psicológica, social y espiritual del hombre y la mujer y reconocer la importancia de potencializar sus recursos como seres integrales.

5. Mi ser sexual

En este tema se trabaja en la comprensión de los diferentes aspectos que implican el ser creados como seres sexuados y sexuales: Sexualidad, Sensualidad, Genitalidad. Además los participantes conocerán el proceso de la respuesta sexual humana y su importancia en la vida de pareja según el plan de Dios.

6. Varón y mujer los creó

En este tema se abordan los aspectos sicosexuales propios de cada género (masculino, femenino), sus características particulares, sus diferencias, enfocadas al entendimiento de que somos creados como seres diferentes y complementarios, lo cual nos conduce a la aceptación y respeto del otro. Se dedica un espacio para reflexionar sobre medios de comunicación, pornografía y prostitución.

7. Lo que siembres, eso cosecharás

En este capítulo se tratan aspectos relacionados con la vivencia inadecuada de la sexualidad: enfermedades de transmisión sexual (ITS), sida, aborto, homosexualidad.

8. Fructifiquen y multiplíquense

En base de la reflexión de este mandamiento bíblico, se analizan los factores necesarios para una procreación responsable y se explican los diferentes métodos de planificación familiar.

1. **Poner** en manos de la Iglesia a través de líderes religiosos o laicos un instrumento que les permita facilitar procesos de reflexión y acción para alcanzar un entendimiento de la vivencia adecuada de la sexualidad humana planificada por Dios.
2. **Desafiar** a la Iglesia para que retome su rol profético en el campo de la sexualidad, en medio de las duras condiciones que imperan en este tiempo.
3. **Facilitar** el cumplimiento del mandato de Dios en el sentido de cambiar la manera de vivir por medio de la “renovación del entendimiento” (Ro 12:2), a la luz de los principios bíblicos.

Objetivos del Manual

Para el mejor aprovechamiento del presente manual recomendamos tener en cuenta las siguientes consideraciones:

1. Este manual contiene siete temas básicos relacionados con la *Educación Sexual y la Salud Reproductiva*, cuyo detalle consta en las primeras páginas. El estudio de cada tema está planificado en forma de taller.
2. En cada taller el objetivo es que los participantes, al terminarlo, modifiquen su actitud con respecto al tema estudiado. Lo básico no es transmitir información sino facilitar un proceso de desarrollo de las capacidades personales. Es un proceso co-creador armonioso entre un Facilitador/a y uno o más participantes, a veces con intercambio de roles.
3. Para que este proceso sea real es muy importante que el Facilitador/a crea en las capacidades de sus participantes y los ayude a desarrollar el potencial que cada uno tiene dentro de sí. El Facilitador/a debe respetar el estilo de aprendizaje de sus estudiantes, el mismo que depende de varios factores: fisiológicos (de funcionamiento), culturales, familiares, experiencias educativas anteriores, desarrollo sensorial, estilo de comunicación, etc.
4. Se sugiere que cada taller no tenga más de treinta (30) participantes pues un número mayor obstaculiza la aplicación adecuada del método dando como resultado un bajo nivel de aprendizaje. Es posible trabajar con grupos más numerosos cuando se conforma un equipo de facilitadores/as.

Cómo utilizar el Manual

5. Cada taller está diseñado para realizarse en tres horas, pero el Facilitador/a es libre de fragmentarlo y dedicar el tiempo que considere necesario para profundizar en cualquier subtema. El método se presta para que el Facilitador/a desarrolle su capacidad creativa a partir de las necesidades del grupo.
6. Al finalizar cada objetivo del taller, el Facilitador/a deberá hacer un resumen de lo trabajado hasta ese momento para fijar los conocimientos.
7. Se recomienda evitar las discusiones teológicas y usar la Biblia como instrumento de edificación y no de polémica.
8. El manual está diseñado en dos partes. En la primera constan:
 - La explicación de la metodología utilizada en la planificación y ejecución de los talleres.
 - El *Contenido básico* de cada uno de los temas.
 - El cuadro de planificación del taller para ser desarrollado con adultos.La segunda parte consta de:
 - Una descripción de las características del desarrollo integral en la infancia y adolescencia en las diferentes edades.
 - Una *Hoja guía* donde se describen: los objetivos, un contenido mínimo, las actividades a realizarse y, los recursos materiales necesarios para facilitar cada taller.
 - *Cuadros de planificación* en los que se detallan los pasos a seguir en el desarrollo de los talleres para cada grupo de edad.
 - *Anexos* en relación a los talleres para la facilitación de las actividades.
9. Al finalizar los ocho temas, el manual incluye una *Liturgia de cierre* que sugiere un modelo para animar a los participantes a adueñarse de lo aprendido durante el período que se destinó al estudio de los temas y a comprometerse tanto a ponerlo en práctica como a compartirlo.



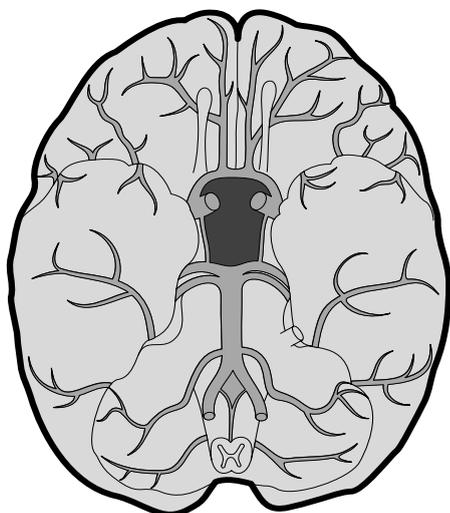
ALBERTVS
DVREVS
HORTICVS
FACIEBAT
1504

LA METODOLOGÍA

Contenido básico

La perspectiva educativa que fundamenta el manejo de los temas del presente manual, es constructivista, la cual es eminentemente vivencial y participativa. El modelo conocido como C3 se basa en esta perspectiva y adquiere su nombre de las tres etapas que lo componen: Concientización, Conceptualización y Contextualización. El C3 facilita el aprendizaje sobre el fundamento de lo ya conocido, tomando en cuenta la necesidad sentida de los participantes. Integra todas las dimensiones del ser humano: física, psíquica, social y espiritual. Integra también las funciones de los dos hemisferios cerebrales, cada uno de los cuales tienen sus propias características.

El *modelo C3* es un ciclo de enseñanza-aprendizaje de estructura flexible. Propicia ambientes estimulantes de aprendizaje a partir de experiencias de la vida real y permite que cada participante desarrolle su autoaprendizaje y se responsabilice de él. A través de diferentes actividades como juegos de roles, películas, actividades manuales, canciones, narraciones, ejercicios de imaginación, etc., el participante se involucra en la *experiencia, reflexiona* críticamente sobre ésta, *llega a conclusiones* útiles y *aplica los resultados* a una situación práctica.



Este modelo se basa en el conocimiento de las funciones de los hemisferios cerebrales, cuya interacción a través de todo el proceso, permite un aprendizaje más amplio y de mejor calidad.

Para su comprensión revisemos en qué consisten las funciones de cada uno de los hemisferios cerebrales:



HEMISFERIO DERECHO

Actúa más al azar
Es más intuitiva
Es más subjetiva
Se fija en similitudes
Es más espontánea
Prefiere flexibilidad
Es más sintética
Depende de imágenes
Prefiere dibujar, palpar
Expresa libremente sus sentimientos

HEMISFERIO IZQUIERDO

Es más sistemática
Es más lógica
Es más objetiva
Se fija en diferencias
Es más estructurada
Prefiere certezas
Es más analítica
Depende del lenguaje
Prefiere hablar, escribir
Controla sus sentimientos

Este modelo sigue tres etapas:

C1: CONCIENTIZACIÓN DE OPCIONES

Esta etapa está conformada por dos momentos: el de vivenciar y el de reflexionar.

VIVENCIAR: Hemisferio derecho

Tiene por objetivo facilitar, a través de una *experiencia* con significado personal, que el participante traiga a su conciencia las *necesidades sentidas* frente a esta experiencia y las *opciones disponibles* para satisfacerlas. Se compromete y cree en el proceso de facilitación y esto aumenta su autoestima y seguridad.

Para vivenciar se puede realizar una gran variedad de actividades tanto individuales como de grupos, entre éstas tenemos: dinámicas, actividades manuales, estudio de casos, juego de roles, películas, ejercicios de imaginación, etc.

REFLEXIONAR: Hemisferio izquierdo

Consiste en *facilitar una reflexión* individual y grupal sobre la experiencia anterior con el fin de que cada participante pueda *analizar, priorizar y compartir* sus reflexiones y a la vez, escuchar, valorar y evaluar las de otros.

Durante este momento los participantes *expresan* tanto sus sentimientos como sus pensamientos vinculados a la experiencia anterior y obtienen conclusiones. Deben resumirlos en un informe que presentan en plenaria.

El Facilitador/a debe sistematizar estos resultados, reenmarcar lo acertado y rectificar lo que fuere necesario.

C2: CONCEPTUALIZACIÓN DE UNA OPCIÓN

Esta etapa es asimismo cumplida en dos momentos: el de descubrir y el de visualizar.

DESCUBRIR: Hemisferio izquierdo

Es facilitar que los participantes adquieran la información conceptual necesaria para poder descubrir e implementar una nueva opción personal o grupal.

Los participantes tienen la oportunidad de *ver las relaciones* entre la experiencia que vivieron en el paso anterior, lo que aprenden en este momento, sus propias metas personales y la vida que tendrán después del aprendizaje.

En esta fase *adquieren las destrezas necesarias* para poder ensayar la nueva opción escogida.

El Facilitador/a debe cuidar que su presentación no dure más de 20 minutos pues es el tiempo máximo para una concentración y participación efectivas. El Facilitador/a debe usar una variedad de medios (material audiovisual) que le permitan presentar información de manera sistemática, organizada y secuencial haciendo énfasis en los detalles más importantes y pidiendo retroalimentación.

VISUALIZAR: Hemisferio derecho

Es facilitar la *elaboración de una visión* en la cual las experiencias personales, la vivencia y lo descubierto se integran para formar un norte perceptual y estratégico que orienta a la persona en el camino a seguir.

En esta etapa se pueden realizar actividades que involucren el uso de todos los sentidos (visual, auditivo, quinético) que faciliten la creación de imágenes muy detalladas que forman parte de una nueva visión de éxito en la satisfacción de la necesidad con la nueva estrategia (conocimiento y conducta). En esta etapa se debe facilitar la *integración de los sentimientos con la información*. Debe constituirse en un puente que una la vivencia con el concepto abstracto.

C3: CONTEXTUALIZACIÓN DE UNA OPCIÓN

Los dos momentos de esta etapa son: ensayar e integrar.

ENSAYAR: Hemisferio izquierdo

Es facilitar una práctica guiada en la que se puede comprobar el entendimiento de los conceptos y el manejo de las destrezas.

Facilita a los participantes la *modificación de conductas futuras*, basados en descubrimientos y conclusiones a las que ellos han llegado durante el proceso.

El Facilitador/a debe *re-enmarcar* cada pequeño logro para reducir el miedo y aumentar la autoestima; facilitar que los participantes contrasten y comparen sus resultados; facilitar procesos de auto evaluación personal y grupal; re-enmarcar los errores como una oportunidad de aprendizaje y crear expectativas altas de éxito.

INTEGRAR: Hemisferio derecho

- El Facilitador/a debe resumir brevemente el proceso vivido partiendo de la experiencia con la que se inició la sesión.
- Facilitar que los participantes compartan sus aprendizajes y sus éxitos.
- Puede pedir un primer contrato muy fácil de cumplir, de cambio personal o interpersonal.
- Facilitar procesos factibles y flexibles de auto monitoreo y seguimiento.
- Cuestionar o dejar incógnitas acerca de las aplicaciones y dificultades futuras.
- Celebrar con los participantes los aprendizajes individuales y grupales.

Este método está validado por algunos estudios los cuales muestran que una persona aprende el:

20% de lo que ve;
20% de lo que oye;
40% de lo que ve y oye simultáneamente;
80% de lo que vivencia o descubre por sí misma.

(National Training Laboratories 1997).

Recuerde en esta justificación pedagógica, en que el constructivismo se basa en que:

*Cuando lo oigo - lo olvido
Cuando lo veo - lo recuerdo
Cuando lo hago - lo sé
Cuando lo descubro - lo utilizo*

Estudios con universitarios muestran un aumento del 38% (promedio) en el aprendizaje con una metodología similar a la C3, comparada con una metodología más tradicional (Excelcorp, 1996) (*Modelo tomado de la Fundación Neohumanista, Dr. Gilbert Brenson Lazan, Bogotá, Colombia*).

El perfil del Facilitador/a



No es necesario ser profesional para facilitar el contenido del presente manual. Los mejores facilitadores/as son los que han vivido un proceso de aceptación de su sexualidad y disfrutan de su condición de varón o mujer.

Creemos en el trabajo laico y en la importancia de una constante y adecuada capacitación.

La persona que desee facilitar este curso debe incorporar en su formación y práctica algunos preceptos:

1. Ser imparcial, no hacer juicios valorativos, no calificar los sentimientos de otros, solamente aceptarlos. Aceptar no quiere decir necesariamente estar de acuerdo.
2. Ser sensible, tolerante, comprensiva. No hacer preguntas por curiosidad sino solamente para aclarar y verificar que lo que entendió es lo mismo que quiso decir la otra persona.
3. Saber escuchar empáticamente, lo que significa esforzarse por escuchar más allá de lo que dicen las palabras, sentir lo que el otro siente, identificarse con la experiencia del otro. El Facilitador/a debe desechar la falsa creencia de que en su posición debe tener respuestas para todas las preguntas. Debe estar dispuesto/a a aprender todo el tiempo. Escuchar empáticamente quiere decir “escuchar con el corazón que Dios concedió a Salomón”, 1 Reyes 3:9.
4. Conocer una red de ayuda de profesionales especializados para referir casos que así lo ameriten.
5. Usar un lenguaje sencillo y comprensible.

A continuación incluimos algunas cualidades que caracterizan al Facilitador/a:

- Se autopercebe como agente de cambio y da ejemplo
- Actúa con inteligencia y con emoción
- Muestra su valentía
- Cree en la gente
- Es sensible al prójimo
- Es un aprendiz de la vida

- Es autorreflexivo
- Sabe manejar la complejidad, la ambigüedad y la incertidumbre
- Es visionario
- Es guiado por valores definidos y conscientes

(Fuente: ICA 1996)

Así que el Facilitador/a tiene la capacidad y voluntad para:

- Disfrutar el trabajo con otras personas y tiene un deseo sincero de ayudar a la gente a lograr sus metas y sentirse bien consigo misma.
- Pensar rápida y lógicamente con la habilidad de analizar comentarios y luego desarrollar preguntas o respuestas apropiadas.
- Comunicarse claramente con puntos específicos y concisos, utilizando niveles apropiados de energía para estimular entusiasmo y compromiso.
- Escuchar y aprender de los demás, siendo la persona que otros buscan para dirección o consejo.
- Transmitir calor humano a los demás con sus sonrisas, entusiasmo y elogios sinceros.
- Demostrar seguridad en sí mismo dentro de una apropiada humildad.
- Asumir un liderazgo apropiado, sabiendo cuándo ejercer papeles protagónicos y cuándo no hacerlo.
- Orientarse con un balance entre eficiencia y eficacia, con una pasión para encontrar nuevas maneras para mejorar la co-evolución individuo-colectividad.
- Mostrar en su propia vida el empoderamiento físico, síquico, social y espiritual.

(Fuente: ICA, 1998)

El Facilitador/a debe tener en mente que:

- Facilitar es hacer posible o más fácil una determinada tarea.
- Aprender es modificar una actitud.
- Actitud es un sistema compuesto por lo cognoscitivo (conocimientos), lo afectivo-emocional y lo conductual.
- Educar (del latín *educere*) es “sacar y desarrollar lo que está dentro”.

Tanto en la metodología como en la planificación de los talleres se encuentra repetida la instrucción de *re-enmarcar*.

¿Qué es re-enmarcar?

Re-enmarcar es reconocer a la persona por sus cualidades, por su iniciativa personal, por su buena intención, creando así un *ambiente de valoración* donde los participantes aumenten su *autoestima*. Este reconocimiento debe ser sincero, genuino; de lo contrario pierde su eficacia. Ejemplo: Cuando un grupo termina el trabajo, el Facilitador/a puede decir: “Ustedes son inteligentes, son muy colaboradores, su aporte ha sido muy bueno, etc.”

Para ejecutar estos talleres es fundamental que el Facilitador/a se disponga a hacerlo con un espíritu de servicio:

“Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo; no mirando cada uno por los suyos sino cada cual también por lo de los otros. Haya, pues en vosotros este sentir que hubo también en Cristo Jesús”. Filipenses 2:3-5.

Recomendaciones para el Facilitador/a

Para que el trabajo sea más eficaz y de mejor calidad, nos permitimos hacer las siguientes recomendaciones:

1. Con suficiente anticipación, el Facilitador/a debe estudiar las citas bíblicas que se recomiendan para el devocional previo, como las que fundamentan el tema.
2. Asimismo, debe estudiar con anticipación y a profundidad el tema que va a tratar, valiéndose del *Contenido básico* del texto, de las lecturas de apoyo y de los libros que constan en la bibliografía.
3. Debe asegurarse de disponer de las *ayudas audiovisuales*: proyector, televisor, VHS, grabadora o aparato de música, videos, acetatos y demás recursos materiales que se encuentran detallados específicamente en la *Hoja guía* que antecede a cada tema.
4. Al principio de cada taller sugerimos que el Facilitador/a *registre las expectativas* de los participantes y que las coloque en un lugar visible donde permanezcan hasta el término del taller, cuando juntos deberán revisar si fueron satisfechas.
5. Como ayuda adicional proponemos usar un *buzón de preguntas* donde los participantes de manera anónima coloquen sus preguntas e inquietudes por escrito. El Facilitador/a destinará un tiempo apropiado para responderlas.
6. Se recalca la necesidad de que al establecer, al inicio del taller, los reglamentos que se observarán durante su ejecución, el Facilitador/a enfatice en la importancia de *guardar la confidencialidad* en virtud de que probablemente se compartirán vivencias personales.

Recuerde que un principio básico de la facilitación es:

*“Que las personas participantes
descubran por sí mismas tanto ideas,
como opciones y soluciones”.*

TEMA 1: LA METODOLOGÍA. Cuadro de planificación del taller

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo y bienvenida	Comunicación directa	Los Facilitadores/as saludan, se presentan. Oración. Reflexión. Alabanza. Presentar el tema.	Biblia (Romanos 12:1,2) Guitarra	00:10
	Propiciar ambiente participativo	Dinámica "Las lanchas"	Los participantes forman un círculo que gira mientras suena la música. Al parar la música deben pasar rápidamente a las "lanchas" que tienen capacidad para 5 personas. Cada grupo debe ponerse un nombre que haga alusión a la sexualidad. Responden a las preguntas: ¿Quién soy? ¿Qué hago? ¿De dónde vengo? Como grupo responde a la pregunta: ¿Por qué es necesario tratar el tema de la sexualidad? Una persona se encargará de presentar al grupo en plenaria.	Cinta maskin Grabadora Música Papelotes Marcadores de papel Marcadores de pizarra Pizarra	00:30
	Establecer el reglamento	Instrucción y acuerdos	No usar celulares. No salir antes. Disposición para trabajar intensamente. Permanecer de principio a fin de la sesión. Anotar en papelote visible.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:05
	Presentar la metodología	Comunicación directa	El Facilitador/a empieza preguntando: ¿Qué es un taller? Habla de la importancia del método que se practicará en los tres días y que deben utilizarlo al reproducir los temas. Van a aprenderlo mientras lo hacen.	Pizarra Marcadores	00:05
	Vivenciar	Dibujo y trabajo grupal	Represente con un símbolo al maestro o profesor que le haya impactado positiva y negativamente. Comparta en grupo: ¿Qué actitudes facilitan y dificultan el aprendizaje? Haga una lista de lo que facilita y dificulta el proceso de enseñanza-aprendizaje. Nombrar secretario/a, que será el encargado de compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores de papel Lápices Hojas de papel	00:30
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	¿Cómo facilitan el aprendizaje las características anotadas? ¿Cómo dificultan el aprendizaje?	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Exposición	Describir las etapas del C3, las funciones de los hemisferios, los preceptos de facilitación, la planificación de un taller según C3. ¿Cuáles eran las características de Jesús como facilitador?: practicaba lo que decía, usaba recursos didácticos: metáforas, parábolas.	Acetatos del C3 Proyector de acetatos	00:20
	Visualizar	Dibujo	En grupos, elaborar los pasos a seguir en la metodología C3.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Ensayar	Trabajo grupal	Preparar un taller con la metodología C3. Propuesto el tema y desarrollado el "Descubrir", cada grupo debe preparar un paso del taller.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:30
	Integrar	Compromiso escrito	Resumir el proceso. Individualmente deben llenar un compromiso para compartir con una persona la metodología en la próxima semana.	Compromiso escrito	00:10

HOJA GUÍA

Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo



Objetivos

1. Que los participantes reflexionen sobre la importancia del mandamiento “Amarás a tu prójimo como a ti mismo”, a partir de entender el significado de autoimagen y autoestima.
2. Que los participantes se ejerciten en construirse una autoestima adecuada.
3. Que los participantes reconozcan su responsabilidad en la construcción de una adecuada autoestima en cada persona con la que se relacionan.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere usar como fundamento Génesis 1:26-27

Dibujo de sí mismo/a

Test de autoestima

Trabajo grupal

Revisión bíblica: Is 41:9-10; Jos 1:9; Is 43:1; Is 43:4; Ro 8:32

Cuestionario

Compromiso personal

Dinámica: El túnel del afecto



Contenido básico

Conceptos de autoestima, autoimagen y autoconcepto.

Fundamentos para la construcción de una adecuada autoestima.

Obstáculos para la construcción de una adecuada autoestima.

Tareas para construir la autoestima.

La palabra como medio para la construcción de la autoestima.



Recursos materiales

Biblia

Marcadores de papel

Pizarra

Proyector de acetatos

Hojas de papel

Cinta maskin

Papelotes

Tests de autoestima

Marcadores de pizarra

Acetatos

Lápices

AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO

Contenido básico

¿Por qué hablar de autoestima en un manual que trata de educación sexual?

Aparentemente, no hay relación entre los dos temas; sin embargo, cada vez está más claro que una adecuada autoestima influye directamente y de una manera positiva en las relaciones interpersonales, en el logro de metas, en actitudes sanas, en la adquisición de madurez. Una inadecuada autoestima generalmente produce actitudes negativas y autodestructivas en las personas, limitando sus posibilidades de desarrollo funcional en la vida.

La sexualidad no escapa a esta influencia y se ha evidenciado que las personas que tienen una autoestima inadecuada, es decir que se sienten rechazadas, desvalorizadas, poco importantes o descalificadas, son más susceptibles de sufrir abuso sexual. Además, la autoestima inadecuada puede inclinarlas a autodestruir su cuerpo y a vivir en forma deficiente su sexualidad llevándolas a las adicciones o a la prostitución.

Por estas razones, el logro de una adecuada autoestima se convierte en una herramienta para la prevención del abuso sexual y cualquier otro tipo de agresión. La autoestima adecuada conduce a un mejor cuidado de la integridad personal.

La Biblia nos habla de dos mandamientos en los que se resume la ley de Dios. Y los dos son de igual importancia:

“Y amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón y con toda tu alma y con toda tu mente y con todas tus fuerzas”. Este es el principal mandamiento.

Y el segundo es semejante: *“Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No hay otro mandamiento mayor que éstos”.* Mc 12:30,31.

Estos versos nos afirman en la necesidad de amarnos a nosotros mismos de tal manera que este amor nos capacite para amar al otro. Que Jesús le dé la categoría de gran mandamiento nos habla de su deseo de que nos amemos a noso-

tros mismos, nos valoremos, nos aceptemos para en esa medida amar, valorar y aceptar a los demás.

Al mismo tiempo, la familia en que crecemos, la escuela donde nos formamos, el medio en que nos desarrollamos y vivimos, no siempre facilitan la libre expresión y el reconocimiento de nuestro propio valor y el de los otros. Aun en la iglesia a veces confundimos autoestima con un falso concepto y ejercicio de la humildad, lo que nos lleva a despreciarnos como personas y a rechazar el valor del prójimo.

En la sociedad y el tiempo en que vivimos es generalizada la idea de que el valor de una persona está dado por sus posesiones materiales, por sus títulos académicos, por su raza, por su sexo; en fin, por imágenes estereotipadas. Como hijos de Dios sabemos que para Él estos factores *no* son importantes. Cada persona es valiosa a Sus ojos por el hecho de ser Su misma creación.

Existen fundamentos bíblicos que sustentan esta afirmación:

1. Cada ser humano por ser creado por Dios a su imagen y semejanza, tiene mucho valor. Gn 1:27.
2. Cada ser humano es tan valioso a los ojos de Dios que Él pagó un alto precio por su rescate. Jn 3:16; Ro 5:8.
3. El amor a Dios se evidencia en el amor al prójimo. 1 Jn 4:20.

Por tanto necesitamos reconsiderar el hecho de ser criaturas de Dios e hijos e hijas suyos y así ejercitarnos conscientemente en el amor a nosotros mismos. Sólo en la medida en que nos amamos podemos cuidar de nosotros mismos y amar y cuidar al otro, estableciendo relaciones interpersonales enriquecedoras.

La autoestima



La autoestima es la percepción valorativa de mi persona, de mi manera de ser, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran mi personalidad: *Cuánto me gusta la imagen que veo de mí mismo*. Qué pienso y qué siento acerca de mí mismo. Cuánto me gusta mi cuerpo. Cuánto valoro lo que soy.

La autoestima se basa en la percepción que cada uno tiene de sí mismo, o lo que se denomina autoimagen (cómo me veo), así como lo que pienso que soy y las capacidades que tengo forman mi *autoconcepto*. (Autoconcepto: “La composición de ideas, sentimientos y actitudes que las personas tienen hacia ellas mismas”).

La autoestima está íntimamente ligada a los procesos de pensamientos, sentimientos, acciones y respuestas que recibimos diariamente en cada uno de nuestros actos y en circunstancias muy variables y complejas.

La autoestima se aprende, fluctúa y la podemos mejorar. Es a partir de los 5 a 6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros padres, maestros, compañeros y las experiencias que vamos adquiriendo. El nivel de autoestima es el responsable de muchos éxitos y fracasos escolares.

Una elevada autoestima, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciará la capacidad de la persona para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima inadecuada, enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

La autoestima es importante porque nuestra manera de percibirnos y valorarnos moldea nuestras vidas.

¿Qué fundamentos intervienen en la construcción de la autoestima?

Tres fundamentos son importantes en la construcción de la autoestima:

1. **Sentido de pertenencia.** Necesitamos experimentar que somos parte de algo o de alguien para encontrar seguridad; o sea pertenecer a una familia, un grupo social, un país, una cultura, etc. En nuestra calidad de creyentes, saber que pertenecemos a Dios, influye en la visión que desarrollamos sobre nosotros mismos.
2. **Sentir que somos amados y valorados.** Por nuestra familia, por nuestros amigos, por Dios mismo. Es otro de los fundamentos de la formación de nuestra autoestima.
3. **Ser reconocidos.** En nuestras cualidades, capacidades, habilidades, destrezas, dones, buenos hábitos, por parte de las personas con quienes nos relacionamos.

Los términos usados para calificar la autoestima varían según los autores. Algunos hablan de *autoestima alta* y *baja*, otros de *autoestima positiva* y *deficiente*. Nosotros preferimos utilizar los términos *adecuada* o *inadecuada*.

Autoestima adecuada es

- Apreciarse.
- Aceptarse sin juicio crítico autodestructivo.
- Buscar lo mejor para uno mismo/a.
- Confiar en las propias capacidades y valorar los esfuerzos propios.
- Respetarse.
- Buscar resolver los problemas con optimismo y verlos como oportunidad de crecimiento.
- Sentirse feliz con ser uno mismo/a.

Autoestima inadecuada es

- Sentir rechazo y/o menosprecio por uno mismo, lo que puede conducirnos a adquirir hábitos autodestructivos (adicciones a drogas, alcohol, comida, televisión, sexo, trabajo, pornografía, prostitución, delincuencia, etc.).
- Desconfiar de las propias capacidades y cualidades.
- Dudar del valor personal.
- Tener un juicio autocrítico destructivo.
- Sentir inseguridad para afrontar los problemas.

Así como es posible construir y desarrollar una autoestima adecuada, también hay factores que facilitan la construcción de una autoestima inadecuada. Estos factores generalmente tienen origen en la infancia y se relacionan con la forma en que el niño es tratado:

1. Cuando el amor que se brinda al niño o a la niña está condicionado a ciertos comportamientos o la realización de tareas solicitadas, y esta experiencia se repite con frecuencia, el niño acaba convenciéndose de que vale por *lo que hace* y no por *lo que es*.

La falta de diferenciación entre *el ser* y *el hacer* de la persona, influye negativamente en el desarrollo de la autoestima. El niño va interiorizando estas conclusiones negativas sobre sí mismo.

Ejemplos:

“Rompiste el vaso, eres un torpe” (hacer/ser)

“Eres un irresponsable porque sacas malas notas” (ser/hacer)

“Eres mal hijo porque desobedeces” (ser/hacer)

Contrario a lo descrito, la Biblia nos deja ver cómo Dios mismo modela el trato para con sus hijos cuando *aborrece el pecado* (conducta, el hacer) y sin embargo *ama al pecador* (la persona, el ser).

2. La repetición constante del NO. Se refiere generalmente a manifestaciones de los adultos hacia los niños, que impiden o reprimen el desarrollo y la expresión de sus pensamientos, de sus sentimientos y de sus conductas espontáneas. Ejemplo:

No corras. No toques. No grites

Lo adecuado sería:

Camina despacio. Ten cuidado con lo que tocas. Baja el tono de voz.

Hablar en forma positiva evita que la persona se ponga a la defensiva.

3. La inconsistencia en las reglas de conducta. Cuando a un niño se le llama la atención por una determinada conducta y en otra ocasión se pasa por alto la misma conducta, el niño se confunde y puede llegar a pensar que es él quien está mal y no su comportamiento. Ejemplo: Una vez es regañado por no cumplir la tarea de la escuela. En la siguiente semana no se toma en cuenta la misma falta.

4. El regaño con un alto grado de enojo puede ser interpretado por el niño como rechazo por parte de sus padres. El niño puede pensar: “Soy tan malo que merezco un castigo, no me aman”.



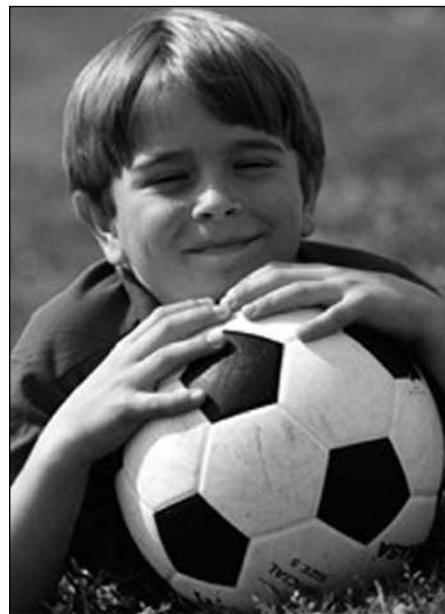
5. La indiferencia de los padres puede comunicar al niño la idea de que no tiene valor para ellos, su pensamiento puede ser: “No les importo, soy un estorbo”.
6. Reglas familiares rígidas que cierran o limitan alternativas y decisiones. Ejemplo: “Deberías hacer esto” o “No deberías hacer aquello”.
7. Pérdidas importantes durante la infancia que afectan a la necesidad de seguridad y al sentido de protección del niño. Ejemplo: Muerte de uno de los padres, divorcio.

8. **Abuso físico o sexual.** Son experiencias traumáticas debido a la agresión física y emocional que produce un profundo sentimiento de culpa y de impotencia.
9. **Padre o madre alcohólicos o drogadictos,** por el clima de inseguridad y agresividad que generan estas conductas.
10. **Padres sobreprotectores** que impiden que el niño desarrolle y demuestre sus capacidades. Ejemplo: Seguirle vistiendo o bañando a un niño de 10 años.
11. **Madres y padres muy consentidores** que al no establecer límites llevan al niño a la confusión y a la inseguridad. Ejemplo: Acceder frente a las demandas de un niño siempre que hace un berrinche (pataleo, gritos).

Cómo construir una autoestima adecuada

Si bien la autoestima adecuada o inadecuada es el producto de influencias del entorno social en que nos desenvolvemos, hay muchas maneras de mejorar nuestra propia autoestima y facilitar el mejoramiento de una autoestima adecuada en las personas con quienes nos relacionamos en la cotidianidad.

Consideramos que un primer paso es reconocer qué tan adecuada es nuestra autoestima o qué dimensiones de nuestro ser tienen una valoración baja en cuanto a la percepción que tenemos de nosotros mismos. Esto se puede lograr con la ayuda de un sencillo test que nos puede mostrar el grado de autoestima que tenemos. En los anexos de este capítulo encontraremos algunos modelos de *tests* apropiados para diferentes grupos de edad.



A partir de los resultados podemos valorar en qué dimensiones de nuestro ser debemos trabajar para mejorar nuestra autoestima.

Mencionaremos algunas tareas:

1. **Aprender destrezas.** Comunicacionales, manuales, intelectuales, deportivas, de estudio, artísticas, etc. Destrezas que contribuyen a nuestra autovaloración y seguridad.
2. **Mejorar en el trabajo o en el estudio.** Cumpliendo los requerimientos exigidos en cada caso, buscando ayuda para suplir deficiencias. Ejemplo: Estudiando horas extras de una materia en la que se tiene dificultad.
3. **Ser productivo.** Pues cuando hacemos algo beneficioso para nosotros o para otras personas, al sentirnos útiles, afirmamos nuestra autoestima.
4. **Buscar relaciones interpersonales funcionales.** El desarrollo de la autoestima se dificultaría si se mantienen relaciones en un plano agresivo, irrespetuoso, pasivo o de dependencia.
5. **Actuar congruentemente, con integridad.** Sería difícil conquistar una sólida autoestima si la persona no respeta valores básicos individuales y colectivos, si no actúa con honestidad y buena fe. Si recurre, por ejemplo, al abuso, al egoísmo, a la explotación, a la violencia, al engaño.

6. Dejar hábitos nocivos para la salud. Valorar nuestro cuerpo. Ejemplo: Comer en exceso, fumar, etc.
7. Ejercer los dones espirituales. Dios nos ha regalado muchas habilidades y dones. Reconocerlos y ponerlos en práctica tiene un efecto sanador y enriquece nuestra vida.
8. Buscar y apropiarse de las promesas que Dios tiene para nuestras vidas.
9. Cambiar o corregir nuestros conceptos mentales erróneos o autodestructivos, a través de reconocerlos bajo la influencia de la Palabra.

Respecto a la responsabilidad que tenemos en la construcción de una sana autoestima en las personas que nos rodean, es de vital importancia considerar la forma en que hablamos partiendo de que un aspecto de nuestra semejanza con Dios *es el poder que tiene nuestra palabra*.

Mediante la palabra es posible cambiar y construir realidades tal como dice Prov 18:21: *“La muerte y la vida están en poder de la lengua”*.

En la vida diaria, con la palabra podemos construir o destruir la autoestima; así en los ejemplos del numeral 1 de autoestima inadecuada, lo positivo sería:

“Rompieste un vaso; la próxima vez ten más cuidado”.
“Obtuviste malas notas; estudia más para que mejores”.
“Cuando desobedeces me siento triste”.

De esta manera creamos realidades diferentes al no atacar *el ser* de la persona sino *el hacer*, proponiendo una corrección a la conducta. Esto lo podemos constatar en Juan 8:11 cuando Jesús, a la mujer que había sido sorprendida en adulterio, no le juzga sino que le da una pauta de nueva conducta al decirle: *“... Ni yo te condeno; vete y no peques más”*.

En los ejemplos del numeral 2, conviene hablar en forma positiva, así por ejemplo:

“Camina despacio, habla más bajo, ten cuidado con lo que tocas”.

En resumen, la palabra de Dios sustenta los fundamentos para la construcción de una autoestima adecuada, pues nos asegura que Él quiere ser Padre de todos. Por lo tanto todos tenemos oportunidad de pertenecer a su familia. Nos asegura su amor incondicional, nos valora y nos respeta tal como somos.

TEMA 2: AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo y bienvenida	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida. Lee Marcos 12:30-31 y hace una oración pidiendo la dirección del Señor para el taller.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Tomando contacto con tu ser	El Facilitador/a da la siguiente instrucción: 1. Dibujar un símbolo de sí mismos. 2. Anotar tres características que le gustan de su ser y tres que desearía cambiar. Conservar el dibujo contigo, no lo comparta, es personal. 3. Llenar el test, es personal y confidencial, consévalo. Sirve para tu propia evaluación.	Papel Lápices Formato de test	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas Trabajo grupal	El Facilitador/a organiza grupos de 4 personas para que respondan las preguntas: ¿Quiénes son las personas que te aman, aparte de Dios? ¿Cómo sabes que te aman? El secretario de cada grupo comparte en plenaria las conclusiones. El Facilitador/a hace un resumen y reenmarca los aportes de cada grupo.	Papel Lápices	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a recoge las conclusiones del grupo y sobre esta base trabaja lo siguiente: 1. Concepto de autoestima, auto imagen y autoconcepto. 2. Fundamentos de la autoestima.	Acetatos Proyector	20:00
	Vivenciar	Trabajo individual y grupal	Si estos son los fundamentos de una adecuada autoestima: ¿Cuáles serán los factores que influyen en la construcción de una autoestima inadecuada? Exponer en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	1. Factores que intervienen en la construcción de una autoestima inadecuada. 2. Tareas para mejorarla.	Acetatos Proyector	00:15
	Vivenciar	Reconocer cualidades personales	En grupos de tres: Cada participante escribe una cualidad de cada uno de los dos compañeros, y luego las expresa. En plenaria el facilitador/a pregunta: ¿Cómo se sienten al ser reconocidos por sus compañeros?	Papel Lápices	00:05
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a hace énfasis en el poder de la Palabra como recurso para construir una autoestima adecuada, basándose en Proverbios 18:21; Hebreos 1:1-3.	Biblia	00:05
	Visualizar	Trabajo individual	Calificar el test. Al dibujo que hiciste agrégale dos cualidades mas y de las tres cualidades que te disgustan, decide cuál quieres cambiar, y qué vas ha hacer para cambiar.	Test Dibujo Lápices	00:10
	Ensayar	Trabajo grupal	Cuestionario individual, grupal, y expuesto en plenaria. Túnel del afecto.	Papel Lápices	00:10
	Integrar	Comunicación directa	El Facilitador/a hace un resumen del taller paso a paso. Revisa los conceptos esenciales y dispone la siguiente tarea y anima a los participantes a copiarla: 1. Reconocer en una persona al menos dos cualidades, hacerlo durante las dos semanas próximas con dos personas diferentes. 2. Poner en práctica inmediatamente el cambio que decidió.	Pizarra Marcador	00:10

HOJA GUÍA

Tema 3: A imagen y semejanza



Objetivos

1. Que los participantes reconozcan que tanto el hombre como la mujer somos creados como seres sexuados y sexuales.
2. Que los participantes reflexionen sobre los propósitos de la sexualidad en la creación divina.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere usar Génesis 1:26-31

Trabajo grupal

Video: "La creación"

Revisión bíblica: Gn 1:26-28,31; Gn 2:18; 2:23-24; Gn 18:12; Cnt 7:9

Trabajar afiche en grupo

Carta personal a Dios



Contenido básico

Hombre y mujer creados como seres sexuados y sexuales.

Hombre y mujer: iguales y diferentes.

Hombre y mujer: seres complementarios.

Propósitos de la sexualidad.



Recursos materiales

Biblia

TV, VHS

Marcadores de papel

Marcadores para pizarra

Proyector de acetatos

Hojas de papel

Video

Papelotes

Pizarra

Acetatos

Cinta maskin

Lápices

A IMAGEN Y SEMEJANZA

Contenido básico

El tema del sexo, no se diga de la *sexualidad*, históricamente desvirtuado a través de los tiempos, y más aún en estos días, tiene una fuerte connotación de *pecado*. Incluso en parejas cristianas, no se discute el tema de la genitalidad —parte de la sexualidad—, aunque desde luego se la practica. Muchas veces esta actitud provoca un grave sentimiento de culpa en ambos.

Mientras la sociedad nos habla constantemente de sexo enviándonos mensajes a través de imágenes publicitarias por radio, televisión, prensa, Internet, — en su mayoría erradas y distorsionadas—, la iglesia por su parte evita hablar del tema. Creemos que esta actitud de la iglesia se debe a la larga influencia histórica que ha recibido de la tradición platónica, en el sentido de que se considera valioso el espíritu en tanto que lo físico —esto es el cuerpo, una de las esferas de la sexualidad—, se mira como una “expresión carnal”, pecaminosa ante los ojos de Dios. Se desconoce y hasta a veces se niega que somos seres integrales “creados a imagen y semejanza del Creador”.

La Biblia es categórica en cuanto demuestra que el sexo y la sexualidad son creación y propósito de Dios.

Incluso enfoques diferentes a la creación divina, reconocen que los exponentes máximos de la vida son el hombre y la mujer como seres sexuales y sexuados con propósitos definidos.

Ciñéndonos a la Biblia, encontramos que el primer capítulo del libro de Génesis nos hace conocer el proceso de la creación, cómo Dios con el poder de su palabra forma el universo, ordena la aparición de los días y las noches, la formación de los mares y los continentes, de la vida vegetal, de los animales terrestres, acuáticos y de las aves, preparando así un escenario para poner sobre éste la expresión máxima de su creación: el ser humano.

Para resaltar la creación de la humanidad (hombre y mujer) por parte de Dios, es útil poner atención a la forma como otras versiones de la Biblia traducen esta porción. Así la *Nueva Versión Internacional* relata:

“Hagamos al ser humano a nuestra imagen y semejanza... Y Dios creó al ser humano a su imagen; lo creó a imagen de Dios. Hombre y mujer los creó”.
Gn 1:26,27

La versión *Dios habla hoy* escribe:
“Cuando Dios creó al hombre, lo creó parecido a Dios mismo, hombre y mujer los creó”.
Gn 1:27

“Hagamos al hombre a nuestra imagen, conforme a nuestra semejanza... Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó, varón y hembra los creó”.
Gn 1:26-27.

Estos versos nos muestran que Dios en su *tri-unidad* (“hagamos”), se pone a Sí mismo como modelo para crear al ser humano y desde que éste es creado por Dios se establece una relación única e íntima entre ambos, como con ninguno de los otros seres creados.

Al hacernos a su imagen y semejanza, Dios puso en nosotros de su “aliento”, de su esencia, de su carácter, de sus atributos. De esta manera somos parecidos a Dios en la capacidad de pensar, crear, razonar, sentir y decidir; en suma, somos semejantes a Dios en la capacidad de obrar. También somos semejantes a Dios en la capacidad de relacionarnos armoniosamente como varón y mujer.

De modo que su imagen se expresa en la masculinidad y en la feminidad.

Es importante profundizar en el significado de la palabra crear (*bará*). En el verso 27, la palabra “creó”, se repite tres veces. En el hebreo, idioma en el que originalmente se escribió el Antiguo Testamento, la repetición de una palabra es indicación de su importancia. Además, la palabra “crear” en este idioma alcanza un significado dinámico en el sentido de capacidad para la autorrealización, para el desarrollo de las potencialidades de las personas, para la excelencia. La palabra “crear” involucra los significados de amor, pacto o alianza, salvación.

Cuando se entiende así el acto divino de la creación, se vuelve más comprensible el hecho de que Dios nos creó por amor, que somos la evidencia de su amor. A su imagen y semejanza significa entonces que somos capaces de amar.

La masculinidad y la feminidad reflejan el amor creador de Dios en la tierra.

A través del matrimonio y la familia, Dios sigue ejerciendo su amor hacia el ser humano, continúa creando.

Desde el punto de vista científico, los términos *masculino* y *femenino* se refieren a las diferencias anatómicas y funcionales propias del hombre y la mujer. A este conjunto de diferencias se le denomina *sexo*.

El concepto de sexo no es exclusivo para el ser humano sino que lo comparten la mayoría de especies animales. Tener un sexo definido, masculino o femenino, nos caracteriza como seres sexuados.

De ahí la importancia de diferenciar los conceptos de *sexo* y de *sexualidad*.

La condición de “ser” hombres o mujeres es lo que nos caracteriza como seres sexuales. Desde que nacemos nos vamos haciendo mujeres y hombres bajo la influencia de nuestra familia en particular y de nuestro entorno en general: cultura, grupos sociales, escuela, iglesia, etc. Es decir, no solamente nuestro cuerpo nos da la condición de ser hombres y mujeres, sino todo nuestro ser.

Por estas razones, *la sexualidad se define como el conjunto de pensamientos, emociones y conductas a través de los cuales una persona, hombre o mujer, vive y participa en su entorno con todas sus relaciones.*

Propósitos de la sexualidad en la creación de Dios



La narración de la creación en el capítulo 1 de Génesis expresa, en repetidas ocasiones, luego de cada acto creador de Dios, la frase “Y vio Dios que era bueno”. La creación de cada elemento, era buena a los ojos de Dios, más cuando crea al hombre y a la mujer, la Palabra declara:

“Y vio Dios todo lo que había hecho, y he aquí que era bueno en gran manera”. Gn 1:31.

La creación del ser humano fue lo que completó la manifestación soberana y poderosa de Dios, en su voluntad perfecta; su obra creadora se coronó con la presencia del hombre y de la mujer.

Con razón David en uno de sus salmos alaba el nombre de Dios, al recordar que el hombre fue agasajado, cubierto de gloria y de honra al recibir de Dios el mandato de señorear sobre la obra que Él había hecho:

“Le has hecho poco menor que los ángeles. Y lo coronaste de gloria y de honra. Le hiciste señorear sobre las obras de tus manos. Todo lo pusiste debajo de sus pies”. Sal 8:5-6.

Lo *bueno* en gran manera incluye la sexualidad humana en sus variantes masculina y femenina. Hombre y mujer creados por la misma mano, vivificados por el mismo aliento divino, dos seres esencialmente iguales y al mismo tiempo diferentes, precisamente por su carácter sexuado.

Advirtiendo que el primer capítulo del libro de Génesis se ocupa de la creación del universo, y el segundo capítulo resalta detalles de la creación del ser humano, es importante reflexionar en la expresión:

“No es bueno que el hombre esté solo, le haré ayuda idónea para él”. Gn 2:18.

Con estas palabras, Dios dirige su atención a la soledad del hombre y decide llenar esta necesidad, proveyéndole de compañía femenina. Satisface la necesidad humana de *compañerismo*.

Con mucha frecuencia esta cita bíblica es malentendida en cuanto al término ayuda, pues a este se le otorga una connotación de subordinación, un carácter de secundario; sin embargo, el idioma hebreo otra vez nos sirve para conocer el real significado de la palabra “ayuda”.

En el Antiguo Testamento, se usa esta palabra (*ezer*) 21 veces, de las cuales 15 se refieren a Dios mismo en su característica de “ayudador” para el hombre, por ejemplo en Salmo 115:10-11.

Así entendida la palabra “ayuda”, queda claro que sólo la mujer puede llenar la soledad del hombre y sólo el hombre puede hacerlo con respecto a la mujer, porque los dos son hechos por el mismo Creador, porque son iguales y al mismo tiempo diferentes y por eso pueden interrelacionarse complementariamente:

“Y de la costilla que Jehová Dios tomó del hombre, hizo una mujer, y la trajo al hombre. Dijo entonces Adán: esto es ahora hueso de mis huesos y carne de mi carne; ésta será llamada Varona, porque del Varón fue tomada”. Gn 2:22-23.

Esta expresión del hombre al ver a su compañera, denota su profunda identificación con ella, tanto que le da su propio nombre.

En hebreo, el *ish* (varón), al identificarse con ella, la llama *isha* (mujer).

El hecho de que el hombre le comparta su nombre a la mujer y que ella lo reciba, representa un simbolismo del reconocimiento de su mutua pertenencia.



De ser el uno parte del otro, de responder a la misma naturaleza con la que fueron creados.

Esta experiencia vivida por la pareja, al compartir el mismo nombre, al reconocerse mutuamente pertenecientes, al aceptarse incondicionalmente es la primera manifestación explícita del *amor* en la pareja humana.

Es importante señalar que en el Antiguo Testamento, la expresión “hueso de mis huesos y carne de mi carne”, se usaba no sólo para indicar pertenencia biológica,

sino también un profundo sentimiento de aceptación y afecto.

Podemos resumir diciendo que otro de los propósitos de la sexualidad es vivir el amor.

“Por tanto dejará el hombre a su padre y a su madre, se unirá a su mujer y serán una sola carne”. Gn 2:24.

Este versículo resalta la prioridad en cuanto a las relaciones interpersonales, poniendo en primer lugar la relación entre la pareja.

La palabra hebrea que al español es traducida como “unirá”, significa no solamente un “estar junto a”, sino un adherirse, un fundirse el uno con el otro, haciendo de la pareja una *unidad*.

La expresión “una sola carne” tiene un significado muy amplio, que involucra los aspectos emocional, afectivo, social, intelectual y también se refiere a la cópula. En hebreo la expresión “ser una sola carne”, significa formar un solo ser.

Hablando de los propósitos de la sexualidad, otro muy importante es la unidad de la pareja.

Aunque la Biblia no nos habla explícitamente de que otro de los propósitos de la sexualidad es el placer y el gozo de la relación sexual de la pareja, a través de las expresiones de varios versículos podemos asumir e identificar este propósito.

Por ejemplo en el contexto del ofrecimiento de Dios de un hijo para Sara y Abraham, a pesar de su avanzada edad:

“Se rió, pues, Sara entre sí, diciendo: ¿Después que he envejecido tendré deleite, siendo también mi señor ya viejo?” Gn 18:12.

Ha habido varias interpretaciones de la palabra “deleite”; sin embargo algunos

estudiosos concluyen que en este caso se refiere al placer de la relación sexual.

La *Biblia de Jerusalén* (edición pastoral) dice:

“Así que Sara rió para sus adentros y dijo: Ahora que estoy pasada, ¿sentiré el placer, y además con mi marido viejo?”

La *Biblia Latinoamericana* dice:

“Sara se rió, mientras pensaba: ‘Ahora que soy anciana, ¿haré el amor con mi marido que es tan viejo?’”

El libro de Proverbios nos muestra al menos dos citas que hablan más específicamente del *placer* en la relación de pareja.

“Sea bendito tu manantial y alégrate con la mujer de tu juventud, cierva amada, graciosa gacela. Que sus caricias te satisfagan en todo tiempo y recreáte siempre en su amor”. Pr 5:18-19.

Es ilustrativo saber que en aquel tiempo, para el pueblo hebreo era de suma importancia la fecundidad de las parejas y la sexualidad era vivida con naturalidad y espontaneidad. La distorsión de su significado y la connotación del sexo como algo pecaminoso, aparece más tarde bajo la influencia del pensamiento griego en el pensamiento cristiano.*

El libro del Cantar de los Cantares en su totalidad describe en forma poética el amor, el gozo y la satisfacción en la relación de la pareja. Una muestra es la siguiente:

“¡Qué hermosa eres y cuán suave, oh amor deleitoso!” Cnt 7:6.

“Y los bendijo Dios y les dijo: Fructificad y multiplicaos; llenad la tierra y sojuzgadla, y señoread en los peces del mar, en las aves de los cielos, y en todas las bestias que se mueven sobre la tierra”. Gn 1:28.

Este versículo nos habla de la tarea que Dios ha dispuesto para el hombre y la mujer, tarea que por un lado, tiene como propósito la *reproducción* y por otro, la *administración de la creación*.

Para algunos teólogos, otro aspecto de nuestra imagen y semejanza con Dios es la capacidad que nos dio de representarlo en la tierra, en el sentido de ser revestidos de su autoridad para gobernar la creación.

Dios crea el universo con el poder de Su palabra y luego crea al hombre parecido a Él, para nombrarlo *mayordomo* o *gobernador* de su creación.

“Fructificad y multiplicaos, llenad la tierra y sojuzgadla”, significa que Dios le da al ser humano la facultad de procrear y le encarga la administración de la creación. Esta tarea es la base de la responsabilidad del hombre y de la mujer en el uso y cuidado de los recursos naturales y en el desarrollo de la ciencia y la tecnología.

Como imagen de Dios, hombre y mujer comparten una común humanidad y una común tarea en la creación. En la medida en que ejercen sus funciones y responsabilidades en obediencia a Dios, en esa medida se realizan como seres humanos e hijos e hijas de Dios.

* La influencia griega en el pensamiento cristiano marca la separación entre cuerpo y espíritu, y condena las experiencias físicas placenteras, valorando únicamente lo espiritual.



A través de este breve análisis hemos dicho que hombre y mujer fueron creados iguales y al mismo tiempo diferentes. Iguales porque son de la misma naturaleza, de la misma “materia prima”; diferentes en cuanto a su estructura, porque son de diferente sexo y por lo tanto las características de su sexualidad también son diferentes.

En este sentido, Jorge Atencia (*Fundamentos bíblico-teológicos del matrimonio y la familia, 1995*), hace un análisis muy interesante que nos ayuda a comprender mejor la sexualidad humana y el significado de la relación de pareja.

El mencionado autor explica las similitudes y las diferencias entre el hombre y la mujer, de la siguiente manera:

El hombre y la mujer *son iguales*:

1. **En su condición.** El hombre y la mujer fueron creados por el mismo Creador, los dos a imagen y semejanza de Dios, por lo tanto ambos fueron hechos en igualdad de condición, los dos se respetan. (Gn 1:27).
2. **En su vocación o tarea.** Los dos recibieron un común mandato: reproducirse y administrar la creación; si los dos comparten la misma misión, el hombre y la mujer se necesitan para cumplirla. (Gn 1:28).
3. **En su satisfacción.** El hombre y la mujer son hechos de tal manera que siendo dos forman una unidad, lo que hace factible su búsqueda y encuentro recíprocos, para llenar las necesidades que solo el hombre puede satisfacer en la mujer y viceversa. Para su satisfacción, el hombre y la mujer se aceptan. (Gn 2:23).

El hombre y la mujer *son diferentes*:

1. **En su sexualidad.** Como queda explícito, esto significa no solamente tener sexo diferente, sino diferente manera de percibir el mundo y reaccionar a las experiencias que vive. La diferencia biológica significa también diferencia funcional.
2. **En su complementariedad.** Por ser diferentes, tienen la capacidad de complementarse. En la diferencia de los dos radica la riqueza de ellos como pareja.

Resumiendo:

1. El hombre y la mujer no son sexos *opuestos*, sino *complementarios*.
2. Las razones de ser del hombre y la mujer son el *amor* y el *compañerismo*, el *gozo* y el *deleite*, la *procreación*, y la *administración de la creación*.

Estos propósitos responden al amor de Dios hacia su creación, para ser a su vez reflejados en la convivencia diaria de los individuos, parejas y familias.

TEMA 3: A IMAGEN Y SEMEJANZA

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo y bienvenida	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida a los participantes. Lee Génesis 1:26,27 y hace una oración pidiendo la dirección del Señor durante el desarrollo del Taller. Previamente debe organizar la presentación de una alabanza.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Película	Video de la creación.	Video VHS TV	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas Trabajo grupal	Formar grupos separados de hombres y mujeres, 5 personas en cada grupo para responder: Los hombres: 1. ¿Cómo sería un mundo solo de varones? 2. ¿Cómo se sentirían? Las mujeres: 1. ¿Cómo sería un mundo sólo de mujeres? 2. ¿Cómo se sentirían? El secretario de cada grupo comparte las conclusiones en plenaria. El Facilitador/a reenmarca las conclusiones de cada grupo, y las conserva pegadas en la pared.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema basándose en: 1. El ser humano es desde el principio creado como ser sexual y sexuado. Concepto de sexualidad. 2. Varón y mujer fueron creados para el amor, el compañerismo, para el placer, para la procreación, y para la administración de la creación.	Génesis 1:26,27,28,31 Génesis 2:18,23 Cantares 7:9 Génesis 18:12	00:15
	Visualizar	Trabajo grupal Elaboración de afiche	En grupos separados de varones y mujeres. Cada grupo debe trabajar en un afiche en el que exprese la aceptación a las personas del sexo complementario.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Ensayar	Cuestionario	Dividir en 3 grupos. Cada grupo responde a las siguientes preguntas: Grupo 1: Explicar por qué somos seres sexuales y sexuados. Grupo 2: Expliquen los propósitos de la sexualidad.	Papel Lápiz	00:10
	Integrar	Compromiso escrito	El Facilitador/a hace un resumen del taller. Cada participante debe comprometerse a escribir una carta a Dios en la que le exprese sus pensamientos, sus sentimientos y descubrimientos en cuanto a su sexualidad.	Formato de compromiso	00:15

HOJA GUÍA

Tema 4: Maravilla de la Creación



Objetivos

1. Que los participantes conozcan el desarrollo sicosexual del ser humano a través de las diferentes etapas del ciclo vital.
2. Que los participantes reconozcan la anatomía y funcionamiento de los sistemas reproductores masculino y femenino y sus cambios durante el ciclo vital.
3. Que los participantes vivencien que el ser humano es una unidad integral constituida por cuatro dimensiones: física, psicológica, social y espiritual.
4. Que los participantes reconozcan la necesidad de un cuidado integral de su ser.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere Salmo 139:13-16.

Ejercicio de asociación de palabras

Ejercicio: "Conozca su vocabulario"

Trabajo grupal

Video: "Desarrollo sicosexual"

Revisión bíblica: Dn 1:4-8; 1:17-20; 2:24-28; 6:4,25-27; 1Tes 5:23.

Compromiso personal



Contenido básico

Desarrollo bio-sico-sexual

Integralidad del ser humano

Cuidado integral del ser



Recursos materiales

Biblia

TV, VHS

Proyector de acetatos

Lápices

Marcadores para papel

Pizarra

Dibujos impresos de sistemas reproductores masculino y femenino

Video

Acetatos

Hojas de papel

Papelotes

Cinta maskin

Marcadores para pizarra

MARAVILLA DE LA CREACIÓN

Contenido básico

Desarrollo sicosexual

“Y Jesús crecía en sabiduría, en estatura y en gracia para con Dios y los hombres”. Lc 2:52.

Este verso nos da a entender un proceso integral que se inicia desde el momento de la fecundación y continúa a lo largo de la vida. Es como una cadena en la que todos los eslabones son importantes.

En primer lugar, el niño empieza su aprendizaje en su propia familia. Aprende a través de sus observaciones y experiencias. Si el niño ve que sus padres se tratan con cariño y respeto y él mismo es atendido con amor y solicitud, aprenderá a valorar el afecto y las actitudes positivas. Si el niño se siente bien aceptado en su familia, en su condición de varón o mujer, aprenderá a aceptarse a sí mismo y a los demás.

Cuando alcanza los tres años de edad, las figuras adultas que le sirven de modelo para su identidad se vuelven más importantes. Empieza a imitar actitudes de las personas de su mismo sexo e inicia la formación de las bases sociales de relación con personas de ambos sexos.

Paralelamente, alrededor de esta edad en el niño se despierta, en forma normal, un especial interés por sus genitales y es frecuente que exprese curiosidad por los de otras personas. Es el tiempo de enseñar de una manera clara y sencilla la existencia de los dos sexos y los nombres correctos de los genitales.





Al llegar a la edad escolar, entre los seis y doce años aproximadamente, los intereses y preocupaciones de los niños se dirigen intensamente a otros asuntos relacionados con el entendimiento del cosmos, de la naturaleza, de Dios mismo, de la Trinidad de Dios.

El aspecto de la sexualidad en esta etapa queda latente. Tanto es así que en esta edad los niños prefieren relacionarse con otros de su mismo sexo. Sin embargo surgirán preguntas concretas en cuanto a la sexualidad, preguntas que deben contestarse en forma sincera y veraz.

Luego, durante la pubertad y la adolescencia se producen los cambios físicos más aparentes. El cuerpo se desarrolla, el aparato reproductor madura y se prepara para la procreación. También se dan cambios importantes en la dimensión emocional y en la conducta de los adolescentes. Uno de esos cambios es el interés del adolescente en las personas del otro sexo, proceso que puede finalizar con la selección de la pareja para contraer matrimonio y formar una familia.



Una vez que el individuo ha alcanzado la madurez física, el desarrollo sicosexual continúa. Cada vez más las personas van afrontando diferentes y nuevas necesidades y circunstancias que exigen la toma de decisiones y asumir nuevos roles ya sea en la familia, en el trabajo, o en los diferentes grupos sociales.

La cultura ejerce una influencia muy importante en la forma como varones y mujeres manejan las decisiones que tienen que ver con su sexualidad.

Al pasar el tiempo las personas van entrando en la tercera edad y el hacerse mayores también implica adoptar cambios y tomar nuevas decisiones. Es la etapa final de la vida y al igual que las anteriores presenta tareas que deben ser cumplidas. Es la época para recoger los frutos de una vida de trabajo, para integrar toda la experiencia acumulada, la inteligencia y la sabiduría unidas al amor, a la ternura y a la espiritualidad maduras y gozar como varones y mujeres de lo que la vida les ha dado: hijos, nietos, familia en la fe.



Al hacer este breve resumen del desarrollo sicosexual a lo largo del ciclo vital, es importante resaltar el hecho de que las actitudes y conductas con respecto a la sexualidad responden a un proceso de aprendizaje en los diferentes grupos sociales: familia, escuela, colegio, iglesia, sociedad. Por esta razón creemos que el espacio que la iglesia puede ofrecer es importante para facilitar un aprendizaje basado en la verdad y en principios establecidos por el Creador de la sexualidad.

Si la enseñanza y el aprendizaje son tan importantes en asuntos concernientes a la sexualidad podríamos concluir que el principal órgano sexual en hombres y en mujeres es el cerebro.

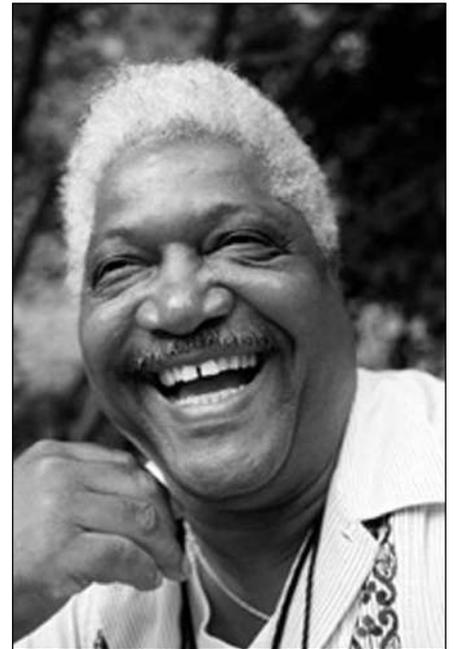
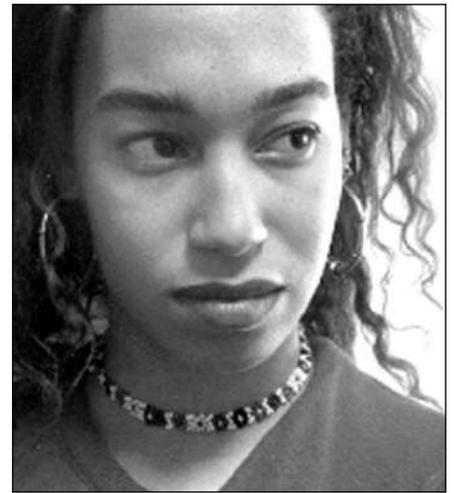
A partir de este concepto podemos entender cómo el tema de la sexualidad es aún un tabú en los diferentes espacios en que el ser humano se desenvuelve: familia, escuela, iglesia, otros grupos sociales. Esta dificultad para hablar del tema se evidencia en la costumbre tan extendida de referirse a los genitales con diferentes tipos de lenguaje que van desde el vocabulario infantil, hasta el soez o grosero, pasando por el popular y el científico.

Es frecuente escuchar en la calle insultos usando palabras que tienen que ver con el sexo o con la sexualidad. Asimismo en la familia es común que los adultos nombren a los genitales usando términos que nada tienen que ver con el nombre propio de éstos, por ejemplo: pollo, polla, papaya, pito, etc.

En la escuela probablemente los niños aprendan los nombres propios de estas partes del cuerpo pero al oír en otros ambientes otros diferentes, se sienten confundidos y asumen que se trata de algo malo.

De ahí la importancia de promover que la educación sexual se inicie en la familia (de origen y también en la iglesia, que representa la familia de la fe) desde este aspecto básico de referirse a los genitales con los nombres apropiados y a partir de la palabra influir en el pensamiento y en las actitudes con respecto a la sexualidad.

El ser humano es una unidad integral compuesta por cuatro dimensiones: física, psicológica (intelecto, emociones, voluntad), social y espiritual que son indivisibles e interrelacionadas. Por razones didácticas las estudiaremos en forma separada.



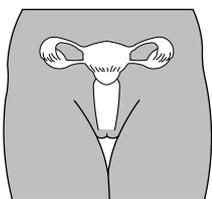
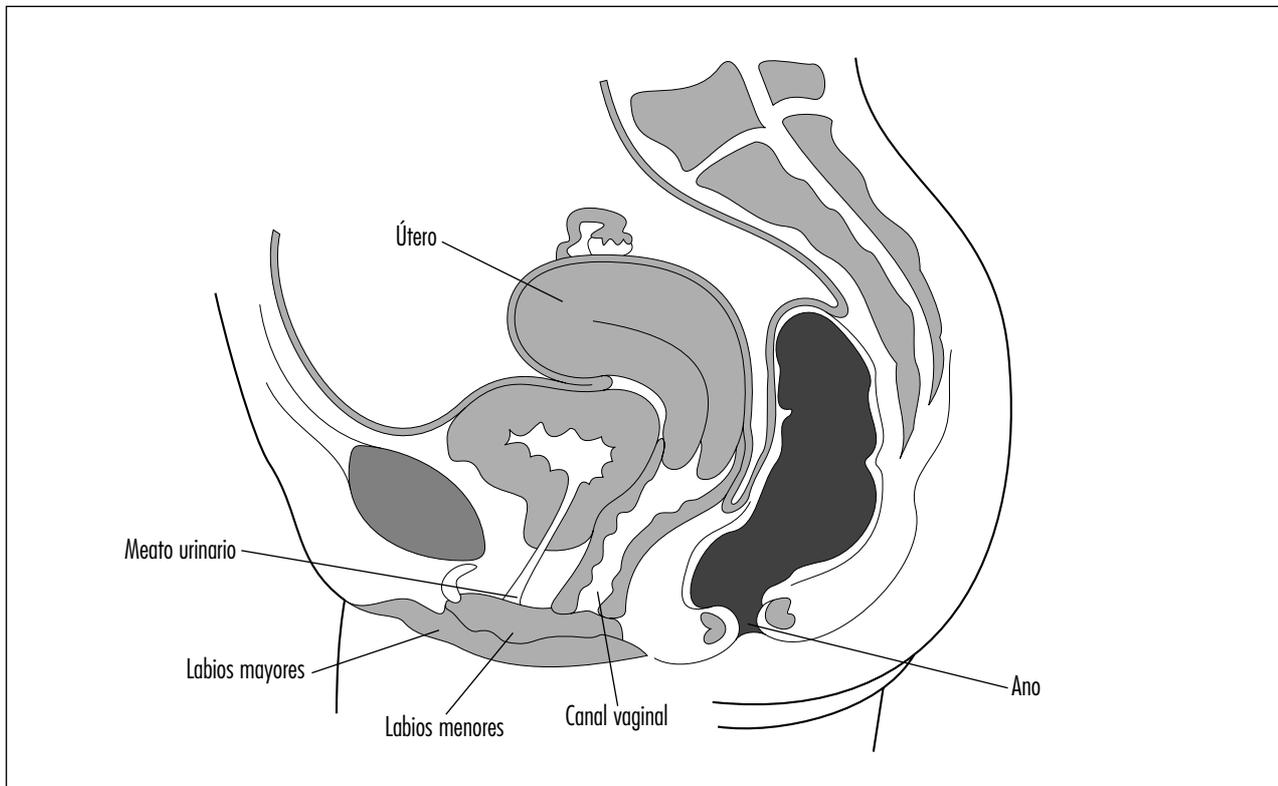
1. Dimensión biológica: anatomía y función de los genitales del hombre y la mujer

Normalmente el ser humano presenta al nacer ya perfectamente estructurados sus órganos genitales. Esto implica que su formación ocurre durante la etapa intrauterina; sin embargo su desarrollo y maduración se produce a partir de la pubertad.

Aparato genital femenino

Órganos internos

Se encuentran localizados en el interior de la cavidad pélvica, por lo que no se los puede mirar a simple vista.



Ovarios. Son dos órganos pequeños y ovalados que miden alrededor de 2 centímetros de longitud, están situados a los lados de la parte superior del útero en la parte baja del abdomen. Tienen dos funciones:

1. Producir óvulos o células sexuales femeninas
2. Secretar hormonas femeninas: estrógenos y progesterona.

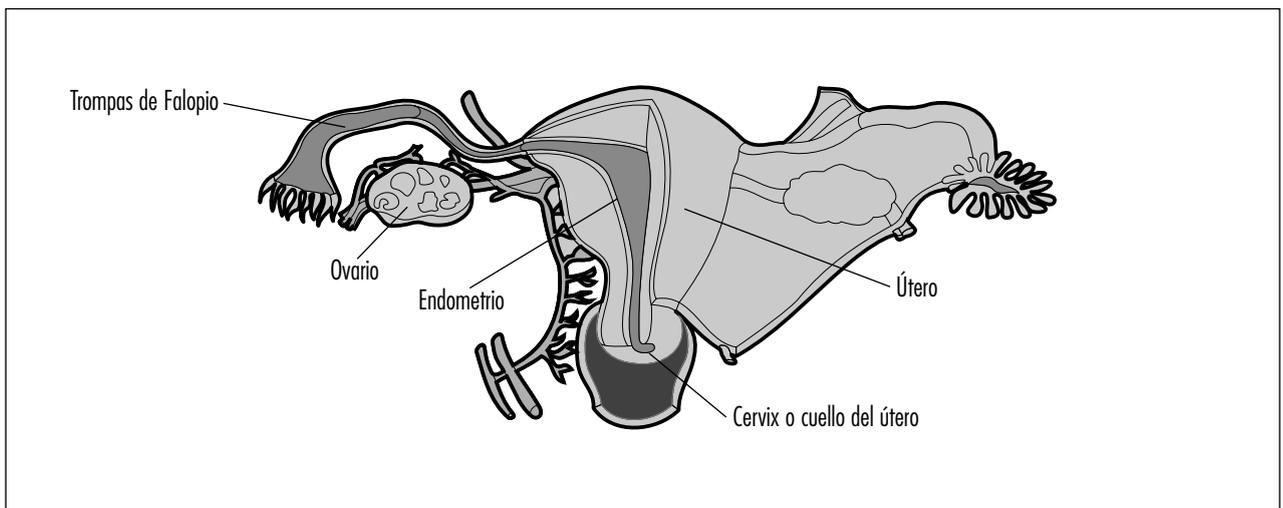
Los estrógenos son hormonas que intervienen en el apareamiento y mantenimiento de los caracteres sexuales secundarios de la mujer que son: desarrollo de los senos, distribución del vello púbico y axilar, redistribución de la grasa para formar la cintura y las caderas, tono de la voz, crecimiento de los genitales.

La progesterona determina la preparación del útero para un eventual embarazo, así como también de los senos para la producción de leche durante la lactancia o amamantamiento.

La producción equilibrada y periódica de estas dos hormonas (los estrógenos en la primera mitad del mes, y la progesterona en la segunda), aseguran la menstruación cíclica.

Útero. Es un músculo elástico y hueco, en forma de pera invertida, colocado entre los ovarios. Tiene unos 6 centímetros de longitud, 4 de ancho y 2 a 3 de espesor. El interior del útero está revestido de una mucosa denominada *endometrio* que al desprenderse periódicamente —si no ha ocurrido la fecundación— provoca la menstruación.

En caso de embarazo, el útero es el órgano encargado de contener al nuevo ser desde su implantación en forma de *huevo* o *cigoto*, y su crecimiento —que comprende las fases de embrión y feto—, hasta el momento del parto cuando el niño está en capacidad de vivir en forma independiente de la madre.



Trompas de Falopio. Son dos conductos muy finos que se prolongan desde la parte superior del útero y a cada lado de éste. Tienen una longitud de 8 a 10 centímetros, están provistos de cilios (vellos) en su interior, que posibilitan el traslado del óvulo que se desprende periódicamente desde el ovario. En el tercio externo o superior de la trompa se produce normalmente la *fecundación*, es decir la unión del óvulo (célula sexual femenina) y el espermatozoide (célula sexual masculina), unión que forma el huevo o cigoto.

Cuello uterino o cervix. Es el extremo inferior del útero. Tiene forma cilíndrica y conecta la vagina con la cavidad uterina. Sus funciones son mantener cerrado el útero, conducir la salida de la menstruación, o permitir el paso de los espermatozoides durante la fecundación. Es el sitio donde en un alto porcentaje de mujeres se origina el cáncer, de ahí la importancia de prevenir esta enfermedad mediante la prueba de Papanicolau (*Pap test*).*

Vagina. Es un conducto músculo-membranoso que se conecta con el cuello uterino. La vagina está diseñada para cumplir tres funciones:

1. Es el conducto de salida de la menstruación.
2. Es el órgano receptor del pene durante el coito.
3. Es el canal del parto.

Himen. Es una membrana que se encuentra en el orificio externo de la vagina a la cual cubre parcialmente. Las características de esta membrana varían de una mujer a otra. Puede ser muy elástica en cuyo caso se conoce como *himen*

* Prueba de Papanicolau: prueba de laboratorio que se recomienda realizarse a las mujeres especialmente de vida sexual activa por lo menos una vez al año como medida preventiva de cáncer cervical.

complaciente; fibrosa y muy irrigada (presencia de vasos sanguíneos). Su abertura hacia la vagina puede tener también diferentes formas: circular, oval, semilunar, multiperforada.

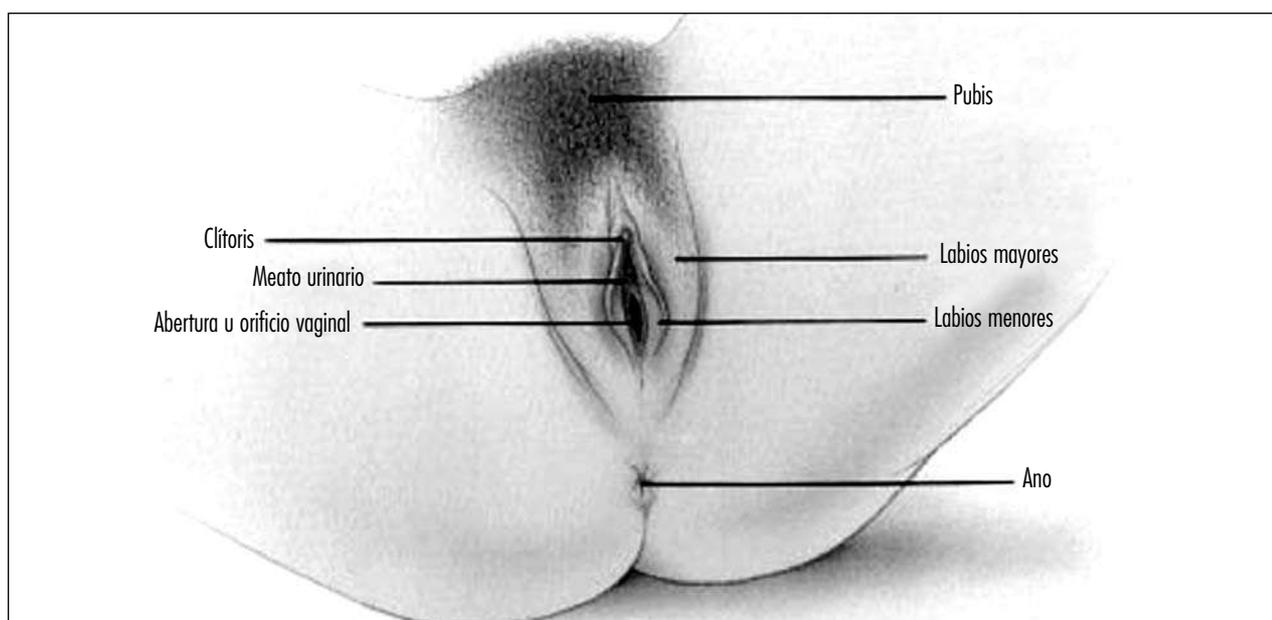
A propósito del himen creemos oportuno compartir algunos criterios que se manejan respecto a la *virginidad* desde el punto de vista anatómico:

Hay dos formas de entenderla:

1. Virginidad puede considerarse la integridad anatómica del himen, es decir que la membrana no ha sido rota.
2. Virginidad es la condición en la que no ha habido coito o cópula, o sea que no ha habido introducción del pene en la vagina.

La ruptura del himen no es necesariamente dolorosa, y no siempre produce sangrado y cuando se produce, es escaso. El himen puede romperse por diferentes causas además de la penetración del pene, como traumatismos por accidentes, infecciones, intervenciones médicas. En el caso de himen complaciente (muy elástico), puede que no llegue a romperse durante el coito.

Basándonos en este conocimiento podemos asegurar que “el sangrado de la noche de bodas”, si bien puede ocurrir en algunos casos, en otros es un mito.

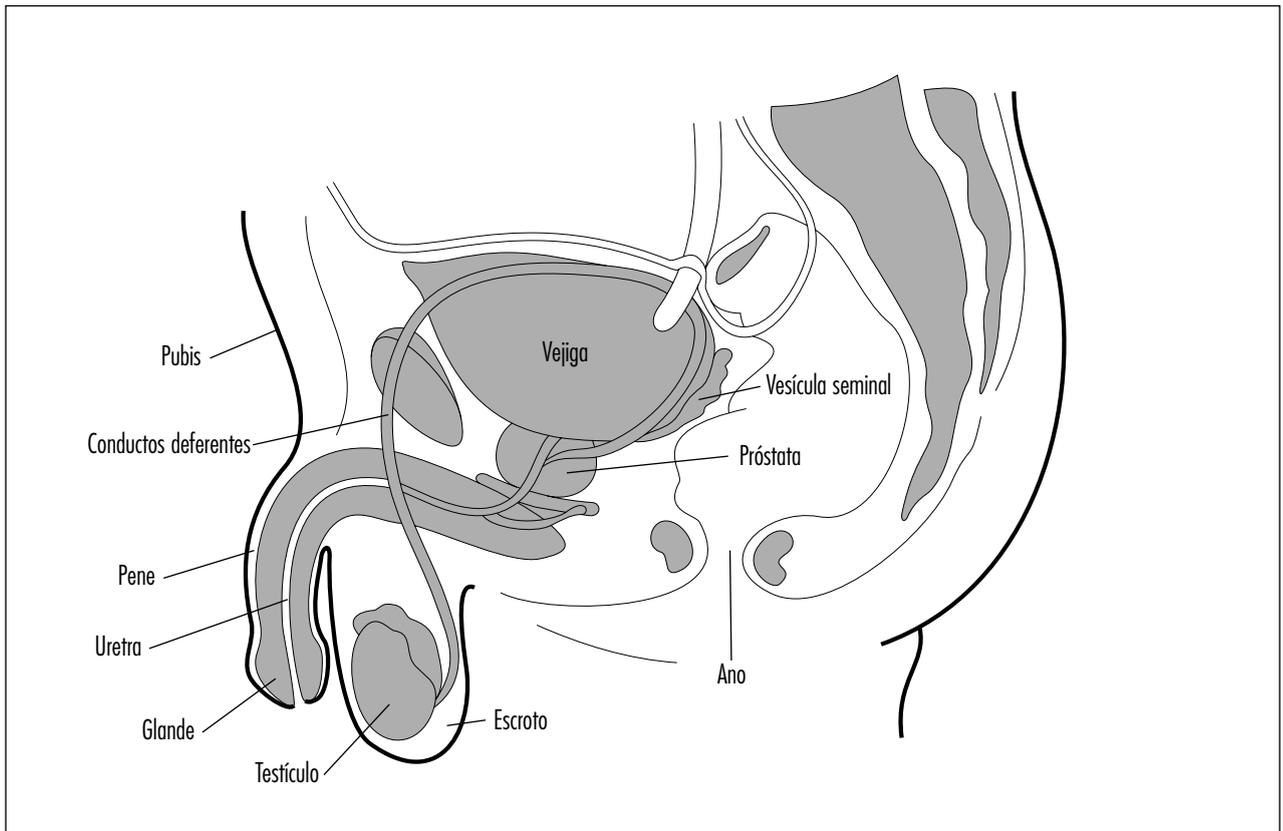


Órganos externos

- **Labios mayores.** Son dos pliegues externos de piel, de color oscuro y provisto de vellos que rodean el orificio vaginal. En la parte interna de los labios, cerca del orificio vaginal se encuentran las *glándulas de Bartholino* que tienen la función de lubricación de ésta área durante el estímulo sexual.
- **Labios menores.** Son dos pliegues de piel muy delicada, colocados por dentro de los labios mayores, sin vello. En su vértice superior forman un capuchón que recubre al *clítoris*.
- **Clítoris.** Es un pequeño órgano sensitivo y eréctil. El clítoris por su gran sensibilidad es importante durante el estímulo sexual de la mujer. Por debajo de este se encuentra el orificio de salida de la uretra o conducto por donde se expulsa la orina denominado *meato* urinario.
- **Vulva.** Es el conjunto de los tres órganos antes mencionados.

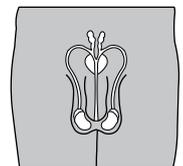
Aparato genital masculino

Órganos internos



Testículos. Son las dos glándulas sexuales del varón y se encuentran dentro del escroto. Al igual que los ovarios tienen dos funciones:

1. Producir espermatozoides o células sexuales masculinas.
2. Producir testosterona, hormona masculina que determina los caracteres sexuales secundarios en el varón: volumen muscular aumentado, cintura escapular (hombros) ancha, voz grave, barba, distribución del vello en el cuerpo, crecimiento de los genitales.



Si un hombre es estéril, esto puede deberse a que sus testículos no producen espermatozoides o a que los espermatozoides que producen no son aptos para fecundar. También puede suceder que un varón sea estéril porque los conductos que llevan los espermatozoides se encuentren obstruidos, bien sea por alguna enfermedad, mala formación de nacimiento o por intervenciones quirúrgicas.

En el feto, los testículos se desarrollan dentro del abdomen pero normalmente al nacer ya se encuentran en el escroto. Cuando esto no sucede la alteración se denomina *criptorquidia* y necesita ser evaluada por un médico para el tratamiento adecuado.

Conductos deferentes o espermáticos. Son dos tubos delgados, que nacen uno en cada testículo y de aquí se dirigen hacia dentro del cuerpo donde van a terminar uniéndose a la uretra. Su función es servir de conducto a los espermatozoides para que éstos salgan desde los testículos al exterior.

Vesículas seminales. Son una especie de bolsas situadas al final de los conductos espermáticos, en donde se producen unas secreciones que forman parte del semen.

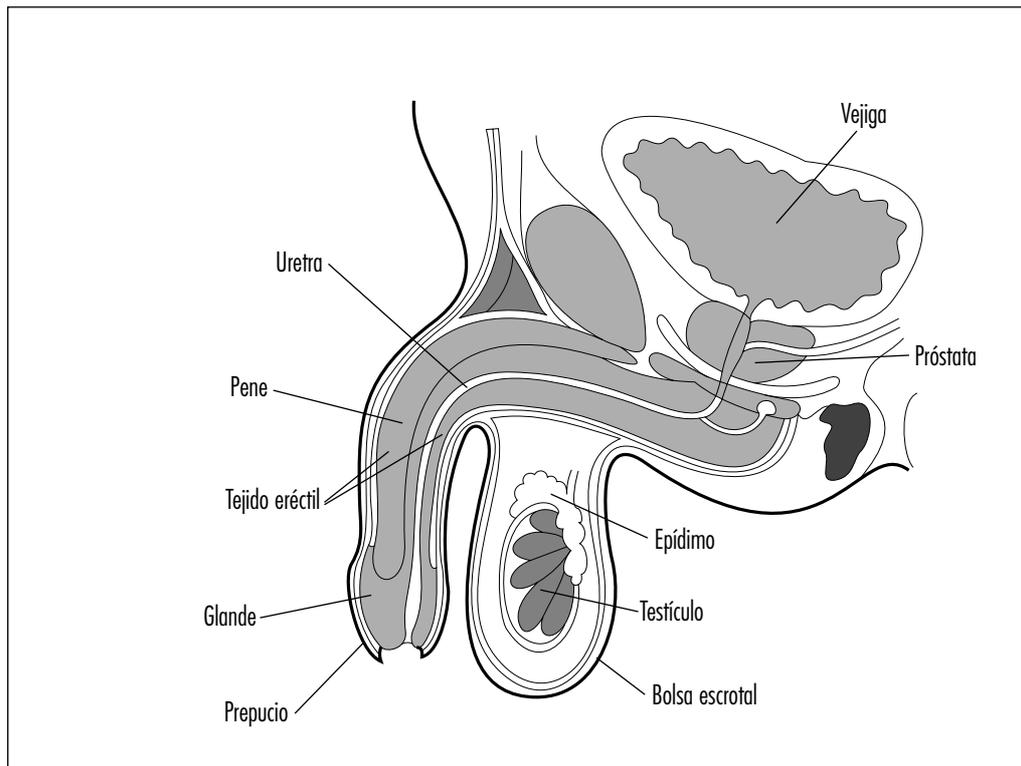
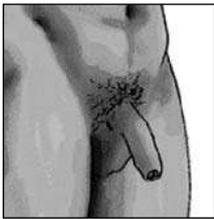
Próstata. Es una glándula redonda que se encuentra por debajo de la vejiga, y también produce secreciones que contribuyen a formar el semen.

Las secreciones de esta glándula tienen mucha importancia ya que protegen a los espermatozoides y les facilita moverse cuando han penetrado en el cuerpo de la mujer para llegar hasta el óvulo y fecundarlo. Cuando la próstata se agranda de manera anormal, da lugar a problemas en la salida de la orina, y a su retención.

A partir de los 40 años, el hombre debe someterse a exámenes médicos periódicos para controlar el estado de la próstata, pues es asiento frecuente de cáncer, por consiguiente requiere prevención.

Órganos externos

Pene. Es un órgano cilíndrico que consta de raíz, cuerpo y glande o cabeza. Su tamaño varía de acuerdo a cada individuo, entre 8 y 12 centímetros de longitud. El tamaño no tiene influencia en la estimulación sexual, ni en la erección, ni en la capacidad de fertilizar. Todo el miembro está cubierto de una piel fina, plegable, delicada y sensible. En condiciones normales el pene cuelga hacia abajo y se mantiene flácido, es decir suave. Ante un estímulo sexual, el pene aumenta de tamaño volviéndose duro, al mismo tiempo que toma una posición hacia arriba. Esto se llama *erección* y se produce por acumulación de sangre en las estructuras internas del pene denominadas cuerpos cavernosos.



En resumen el pene tiene tres funciones:

1. Permitir la eliminación de la orina a través de la uretra.
2. Alcanzar el estado de erección que le permite realizar la penetración en la vagina.
3. Permitir la expulsión del semen o líquido espermático durante la eyaculación al momento de la cópula.

El *glande* o cabeza del pene está recubierto por un repliegue de piel que se llama *prepucio*, que al recogerse deja al descubierto el glande. Los varones a quienes se les hace la *circuncisión*, no tienen prepucio ya que la circuncisión consiste en quitar este pliegue de piel que recubre el glande.

La circuncisión puede realizarse por razones religiosas como en el caso de los judíos o por razones médicas en el caso de estrechez del prepucio o por problemas infecciosos. En las mujeres judías el cáncer cervical (de cuello uterino) es muy raro y esta baja incidencia se atribuye a que sus parejas no tienen prepucio.

La *uretra* o conducto urinario es un conducto delgado que sale desde la vejiga en donde existen válvulas que son las que permiten o impiden la salida de orina. Debajo de la vejiga, la uretra recibe dos conductos que vienen desde los testículos y son los conductos espermáticos que desembocan en la uretra y allí donde se unen también existen otras válvulas que se cierran cuando sale la orina de la vejiga y se abren cuando sale el semen de los testículos. De ahí que pese a que salen por el mismo conducto, la orina y el semen no se mezclan, ni al orinar, ni durante la eyaculación.

El *escroto* es una bolsa de piel gruesa localizada debajo y detrás del pene, formada por varias capas; la más externa es de piel arrugada y tiene vellos. Sirve de protección a los testículos que se encuentran en su interior. Las *bolsas* o *escroto* sirve como regulador de la temperatura, ya que los testículos necesitan tener una temperatura menor a la del resto del cuerpo. En algunas ocasiones cuando no hay descenso de los testículos antes de la pubertad puede ocurrir atrofia (falta de desarrollo) de los túbulos seminíferos del testículo produciendo esterilidad.

Revisando la anatomía y el funcionamiento tanto del varón como de la mujer, nos maravillamos frente a la perfección y belleza con que hemos sido hechos por la mano divina:

“Porque tú formaste mis entrañas. Tú me hiciste en el vientre de mi madre. Te alabaré; porque formidables, maravillosas son tus obras, estoy maravillado, y mi alma lo sabe muy bien. No fue encubierto de ti mi cuerpo. Bien que en oculto fui formado, y entretejido en lo más profundo de la tierra. Mi embrión vieron tus ojos, y en tu libro estaban escritas todas aquellas cosas que fueron luego formadas, sin faltar una de ellas”. Sal 139:13-16.

Al momento del nacimiento los sistemas reproductores del hombre y la mujer están completamente formados. Pero su funcionamiento empieza en la pubertad, etapa de la vida que marca la transición de la niñez a la adolescencia.

A. La pubertad



Aproximadamente entre los 10 y 12 años, empieza un proceso de desarrollo controlado por la *glándula pituitaria* que está situada en la *Silla Turca*, en el suelo de la cavidad craneal. Las hormonas producidas por la pituitaria activan al resto de glándulas del cuerpo y éstas empiezan a producir hormonas que provocan una serie de cambios físicos y psicológicos.

En las niñas lo más notorio es la aparición de la *menarquia* (primera menstruación). En los varones el cambio más evidente es la aparición de *sueños húmedos* (expulsión de semen durante la noche, generalmente acompañada de sueños eróticos). Estos eventos marcan el despertar del impulso sexual y son la evidencia

de que varones y mujeres están en posibilidad de procrear, aunque biológica, psicológica y socialmente, no lo están todavía.

¿Y cómo se produce la menstruación?



El cuerpo de la mujer se prepara todos los meses para un embarazo, pero si éste no ocurre, se produce la menstruación.

Las hormonas producidas por los ovarios preparan la matriz o útero para recibir un óvulo en caso de que éste sea fecundado. Un óvulo es fecundado cuando se une con un es-

permatozoide después del acto sexual. Cuando esto sucede, la mujer queda embarazada.

Lo que hacen las hormonas del ovario es estimular el engrosamiento del endometrio (capa interna del útero), que se va poniendo cada vez más grueso porque se llena y refuerza con mayor cantidad de sangre, de tejidos especiales y de sustancias nutritivas. Si hay embarazo, el óvulo fecundado baja por la Trompa de Falopio, entra en la matriz y se adhiere al endometrio. En el endometrio se anida y toma las sustancias que necesita para empezar a crecer y a desarrollarse como un nuevo ser. Si el óvulo no es fecundado, a los dos o tres días muere. Como no hay embarazo, comienza a desprenderse toda la pared del endometrio que se había engrosado. Lo que se desprende empieza a salir por la vagina en forma de sangrado; es decir en ese momento se inicia la menstruación.

Ciclo menstrual es el período comprendido entre dos menstruaciones. Se llama ciclo porque se repite cada cierto tiempo en igual forma, menstrual porque sucede cada mes.

La duración de cada ciclo menstrual varía de una mujer a otra. Lo más frecuente es que el ciclo dure de 28 a 30 días, o sea que cada 28 o 30 días se pre-

sente la menstruación. También pueden haber ciclos menstruales más cortos o bien más largos, entre 21 y 35 días. Algunas mujeres tienen ciclos irregulares sin que ello sea anormal. Los días que dura la menstruación son muy variables de una mujer a otra; puede durar de 2 a 6 días. De igual manera la cantidad de sangrado es diferente en cada mujer.

En la pubertad es frecuente que en algunas niñas los ciclos sean irregulares.

Al deshacerse parte del endometrio para formar la menstruación, esta capa interna de la matriz queda muy delgada, pero las hormonas del ovario vuelven a estimular su engrosamiento. Unos 15 a 20 días después de la menstruación, el endometrio está nuevamente grueso y nutrido, es decir preparado para el caso de fecundación, si ésta no ocurre, parte del endometrio empieza a desprenderse dando lugar a la nueva menstruación.

El ciclo menstrual se repite una y otra vez mientras no haya embarazo, pero si lo hay, la menstruación se interrumpe mientras el niño se desarrolla y nace.

La presencia de ciclos menstruales en la mujer indica su capacidad de reproducirse, ésta termina cuando las menstruaciones desaparecen.

En nuestro medio generalmente las personas se refieren a la menstruación como a una enfermedad. La expresión que se utiliza como sinónimo de menstruación es "enfermarse". Es importante enfatizar que la menstruación es una función normal de la mujer que no implica un estado de enferme-

dad; por consiguiente cuando una niña o una mujer está menstruando puede llevar la vida habitual casi sin ninguna restricción. Por ejemplo puede montar caballo, bicicleta, hacer ejercicio físico, nadar, etc.



B. La adolescencia

Es el período comprendido entre la pubertad y los 18 años de edad. Se caracteriza por la definición de los caracteres sexuales secundarios que en la mujer son: el crecimiento de los senos, la redistribución de la grasa que contribuye al ensanchamiento de la cadera y marcación de la cintura, la distribución del vello axilar y púbico, el aumento del tamaño de los genitales externos.

En el varón en cambio los músculos aumentan de volumen, se ensancha la cintura escapular (hombros), también hay crecimiento de los genitales externos, aumento del vello en el cuerpo —axilas, pubis, abdomen y pecho— aparición de la barba y cambio de voz a un tono grave.

Adicionalmente y por el mismo efecto hormonal aparecen en muchos adolescentes las espinillas, como el llamado *acné*.

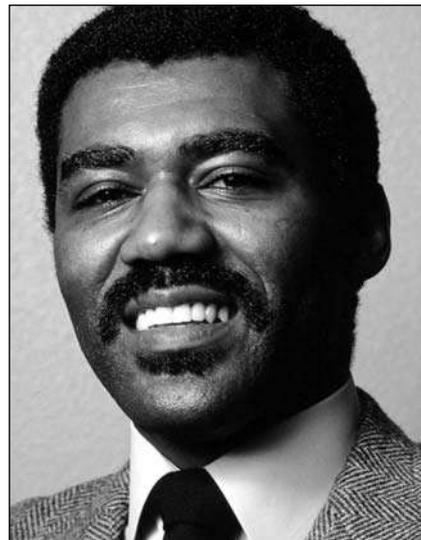


C. La edad adulta joven

Los años de la adolescencia desembocan en forma casi imperceptible en la vida adulta. Comprende el período de edad entre los 20 y los 45 años.

En esta etapa el individuo ha completado su crecimiento y ha logrado la madurez de su organismo. Los cambios físicos que se operaron en la adolescencia adquieren firmeza en esta época. Los ajustes psicológicos continúan.

En relación con la capacidad reproductiva, en el caso de la mujer la época más propicia va desde los 20 hasta los 35 años. Se considera que antes de los 20 años el organismo puede estar físicamente maduro, pero emocionalmente aún no está en condición óptima para afrontar esta experiencia.



Por otro lado, después de los 35 años, el organismo empieza su declinación física, por lo tanto hay mayor riesgo de dificultades tanto para la madre como para el niño. A partir de los 40 años de edad, el riesgo de que nazcan niños con *Síndrome de Down*, es diez veces mayor que en edades más tempranas.

D. La edad adulta madura

Esta etapa se encuentra entre los 45 y 65 años de edad. Es la época en que se producen cambios muy lentos en la apariencia física, en las capacidades físicas y en la salud.

En el caso de la mujer entre los 40 y los 45 años de edad comienzan a evidenciarse cambios que corresponden al *climaterio* cuyo principal rasgo es la suspensión de la menstruación o *menopausia* con lo que concluye la capacidad reproductiva de la mujer, *no así su vida sexual*. Esto ocurre debido a la influencia de la glándula hipófisis o pituitaria sobre los ovarios, lo cual ocasiona la dismi-

nución en la producción de hormonas femeninas: estrógenos y progesterona. Esta disminución de hormonas trae ciertas molestias físicas tales como calores (bochornos faciales), sudores. El estudio detallado del climaterio no corresponde a este manual; sin embargo es importante aclarar que la menopausia o cese de las menstruaciones es un suceso *normal* en la vida de toda mujer y nada tiene que ver con una serie de ideas equivocadas que son frecuentes en nuestro medio latinoamericano.



Por ejemplo, que la vida para la mujer termina cuando ya no puede tener hijos; que la menopausia está asociada con el cáncer; que en la menopausia aumentarán de peso, etc. Adquirir información adecuada acerca de este tema es de mucha ayuda para enfrentar la menopausia de una manera sana y natural.

Contrariamente a lo que sucede con la mujer, en el sentido de que concluye su capacidad reproductiva, en el hombre esta capacidad permanece hasta la tercera edad.

Algunos autores hablan de la existencia de la *andropausia* o *climaterio masculino*; sin embargo en el varón esta época más bien se caracteriza por cambios en su vida social y emocional antes que por cambios biológicos debidos a influencias hormonales.



En esta época muchos hombres presentan crecimiento de la próstata (hipertrofia prostática) cuya causa no está muy bien esclarecida todavía. En todo caso, es la edad en la que todos los hombres necesitan someterse a un control médico general periódico para evaluar este riesgo y tomar las medidas preventivas necesarias.

Tanto para varones como para mujeres la edad adulta madura puede ser la época de mayor satisfacción en la vida sexual de pareja por cuanto ya no hay el peligro de embarazo, porque han acumulado experiencia, porque han madurado en su relación afectiva y adquirido seguridad tanto individual como relacional. Por todas estas razones, puede ser la edad en la que

la pareja viva abundantemente el goce de ser “una sola carne”, como lo estableció Dios para la pareja desde el principio.

E. La tercera edad

Esta etapa va de los 65 años en adelante. Vivimos en una sociedad que encuentra muchos motivos para la discriminación: racial, sexual y —aunque no publicitada como éstas— también la discriminación por la edad. Si se habla de sexismo, de racismo, podemos también hablar de “edadismo”. Sin embargo, la *tercera edad* o *vejez* es una etapa más del ciclo vital, con sus características propias y de ninguna manera es una enfermedad.

En esta etapa se produce la involución de todo el organismo. En el caso del aparato reproductor de la mujer puede ocasionar sequedad de la mucosa vaginal, lo que provoca comezón y sensación de ardor. Afortunadamente existen tratamientos médicos que ayudan a superar esta molestia y la mujer puede mantener su vida sexual activa sin problemas.

En el varón, si bien la capacidad reproductiva se mantiene, en cambio por el deterioro general del organismo disminuye la energía y la vitalidad necesarias para mantener un contacto sexual.

Para concluir es importante enfatizar el hecho de que la expresión de la sexualidad tanto en el varón como en la mujer permanece mientras estemos con vida porque la sexualidad es inherente al ser humano. La vida sexual activa se puede prolongar a lo largo de la existencia del ser humano independientemente de la edad.

La idea de que las personas de la tercera edad no tienen o no deben tener necesidades sexuales es un mito, favorecido por un lado por la importancia que la sociedad le da a la juventud y por otro lado por la creencia de que el ejercicio de la sexualidad es patrimonio sólo de los jóvenes.



Frente a esta idea equivocada es importante expresar de nuevo que la sexualidad se manifiesta en cada acto del ser humano, y que no sólo se limita a la genitalidad; por lo tanto en la senectud, sigue vigente la vida sexual en pareja con las características propias de esta etapa.

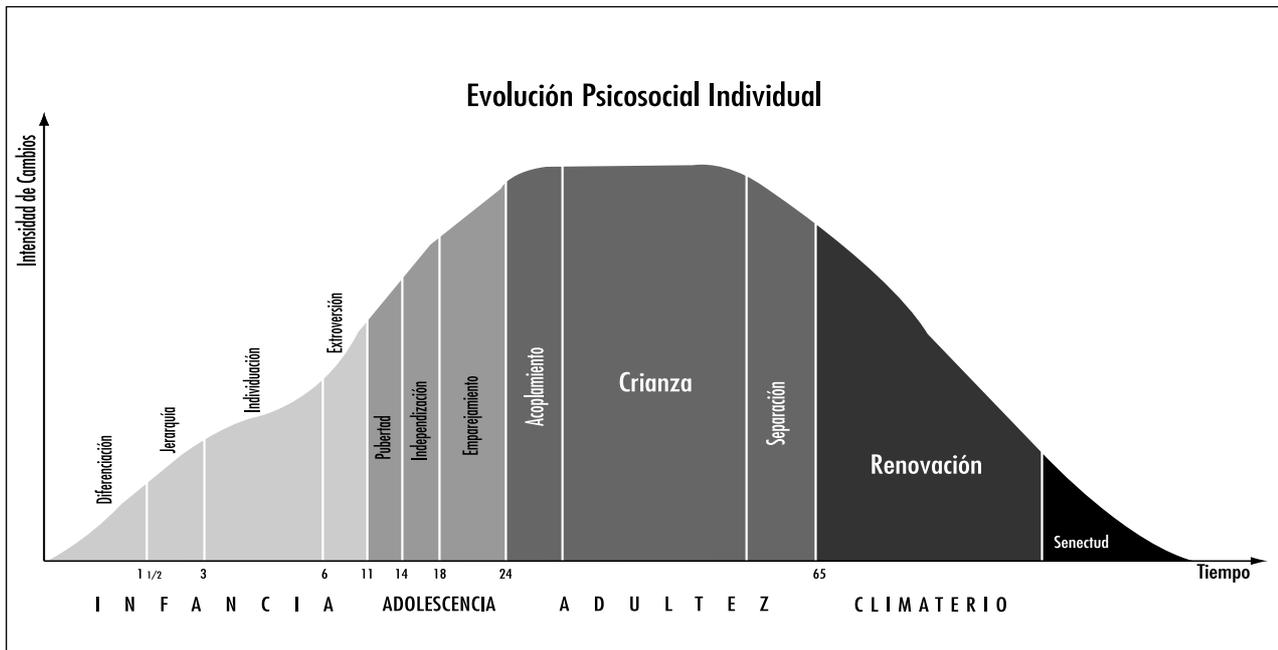
Probablemente en una pareja de ancianos estará ausente la pasión de los años juveniles. En cambio la confianza, la ternura y el compromiso entre ambos, les permitirá aceptarse física, emocional y espiritualmente en su mutua entrega y disfrutar de las sensaciones que en su vida hayan aprendido y construido entre los dos.

Proverbios 5:18-19 nos da un mensaje al respecto:

“Sea bendito tu manantial y alégrate con la mujer de tu juventud, cierva amada, y graciosa gacela. Sus caricias te satisfagan en todo tiempo y recreáte siempre en su amor”.

2. Dimensión sicológica

Desarrollo sicosexual del ser humano



A la par que suceden los cambios físicos ya descritos, ocurren también cambios en el aspecto sicológico tanto en varones como en mujeres, los mismos que se manifiestan en el área emocional, intelectual y conductual.

Revisaremos brevemente este proceso de transformación en el ciclo vital, esto es desde el nacimiento hasta la muerte del individuo, poniendo énfasis en aquellos parámetros que nos diferencian a hombres y mujeres. Para esto nos apoyaremos en la “Curva de evolución sico-social individual” de Gilberto Brenson (*Transformación personal y social*, 1992).

Mirando la curva, que está trazada sobre un sistema de coordenadas en el cual la línea horizontal representa el tiempo, y la vertical representa la intensidad de los cambios, podemos advertir con facilidad que durante la infancia y la adolescencia ocurren cambios muy notorios; la línea que forma la curva es muy inclinada. La adultez es un período de cambios poco manifiestos, por eso, este período está representado por una meseta. A partir del climaterio, la curva es descendente, mostrando así el deterioro que todas las personas experimentan antes de completar su ciclo vital, el mismo que concluye con la muerte.

Es importante señalar que en cada etapa y subetapa las personas tienen que cumplir determinadas tareas que les permitirán alcanzar el nivel apropiado de desarrollo para cada etapa y al mismo tiempo, constituyen una preparación para seguir a la siguiente. Cuando por cualquier motivo una persona no cumple las tareas necesarias o se salta etapas o subetapas, esta falta de vivencias repercutirá más tarde en su vida. Por ejemplo, si un adolescente, ante la falta de su padre en el hogar, toma las funciones del padre ausente y no vive las experiencias propias de la adolescencia, como salir con sus amigos, compartir con sus contemporáneos del otro sexo, en una etapa posterior puede adoptar conductas de adolescente para satisfacer necesidades que en su tiempo permanecieron insatisfechas.

Al momento del nacimiento, la única manera de saber el sexo del recién nacido es mirando sus genitales externos. A partir de su sexo, el entorno familiar y social irán influyendo en la construcción de la identidad sexual del bebé, de acuerdo con cada cultura. Por ejemplo, en nuestro medio se acostumbra que la niña vista de color rosado y el niño de color celeste. En otras culturas, el color del vestido del bebé no tiene ninguna importancia en su identidad sexual.



Alrededor de los dos años de edad, cuando el niño y la niña han estructurado en alguna medida el lenguaje, han adquirido la capacidad de identificar su *género*, naturalmente bajo la influencia de la familia y de la cultura en la que los infantes crecen.



Al tercer año de vida, los niños y las niñas entran en la subetapa de *individuación*, es decir que advierten que son personas independientes que pueden tomar sus propias decisiones. Este descubrimiento les permite manifestaciones de independencia y deseos de experimentación; quieren hacer solos actividades que previamente requerían de ayuda, por ejemplo lavarse las manos, alcanzar

juguetes. Por este motivo, esta edad es conocida como “la edad del no”. Adquieren interés por sus propios genitales externos y también por los de las otras personas. Descubren que tocarse sus genitales externos les produce una sensación placentera. A esta edad les llama mucho la atención el ver mujeres embarazadas y hacen preguntas al respecto.

Entre los 6 y los 11 años, en la llamada edad escolar, el interés por los genitales y por el género quedan subordinados por otros de índole totalmente diferente, por ejemplo se preocupan por el sistema solar, por los volcanes, por asuntos científicos en general. Es la época en que forman grupos separados solo de niños y de niñas, en muchos casos, llegan a enemistades.



Sin embargo, rápidamente, como a los 12 años de edad, cuando niños y niñas entran en la etapa de la *pubertad*, y mientras van aceptando su nuevo yo corporal, tanto ellos como ellas, empiezan a interesarse por sus pares del otro sexo. Naturalmente, estas aproximaciones son al principio temerosas, especialmente en los varones, pues las niñas maduran con unos dos años de anticipación con respecto a aquellos.

Conforme los muchachos y las chicas van entrando en la *adolescencia*, aumenta su necesidad de libertad e independencia, por lo cual se alejan de su familia y prefieren su grupo de amigos. Sus intereses cambian constantemente, en muchos adolescentes hombres y mujeres hay una disminución temporal de la motivación para el cumplimiento de las responsabilidades caseras y escolares. Otro rasgo propio de esta etapa es un cierto grado de actitud desafiante del adolescente, una necesidad de oposición a las normas establecidas tanto en el ámbito familiar como en el escolar.





Todas estas manifestaciones de inestabilidad son normales, naturales y pasajeras; lo que los chicos y chicas necesitan en esta época es respaldo afectivo en su familia, tolerancia y valoración.

Como parte del despertar sexual, los y las adolescentes tienen pensamientos de tipo erótico, lo cual muchas veces genera en ellos y ellas sentimientos de culpa. Otro rasgo del proceso de maduración sexual y afectiva es la necesidad de cambios de pareja. Además es la época de la vivencia de “amores platónicos”. Para sobrevivir saludablemente a estas experiencias los y las adolescentes necesitan mucha comprensión en su entorno familiar y social.

Este proceso de maduración sicosexual en la adolescencia, en muchos casos puede llegar a ser turbulento, no sólo para el o la adolescente sino para su familia. Afortunadamente es una etapa pasajera en la vida, es decir que las inquietudes y los conflictos que surjan, van a desaparecer y en su lugar se presentará una nueva serie de presiones propias de la vida de adulto o adulta.

Los impulsos sexuales que acompañan al amor adolescente alcanzan gran intensidad y se expresan en una acentuación de la masturbación o en el contacto sexual transitorio, que tiene motivaciones diferentes para la mujer y el hombre.

En ella estará toda su afectividad, rica en ternura, en amor romántico, sin estar mayormente comprometidas sus necesidades eróticas.

En el joven los impulsos sexuales los llevan a sentir su urgencia en forma independiente y muchas veces en contra de sus aspiraciones sentimentales. Para él, amor y sexo son muchas veces dos cosas completamente diferentes. Ella, por lo contrario, llega al acto sexual para reafirmar y dar mayor fuerza a su amor.

Con el transcurso del tiempo, al final de la adolescencia, los y las jóvenes van alcanzando la madurez emocional, han logrado construir su identidad sexual, han madurado más en el aspecto afectivo. Alcanzar todas estas características les otorga la capacidad de independizarse de sus padres para tomar sus decisiones en cuanto a selección de profesión y utilización del tiempo. Finalmente en el ejercicio de su libertad personal, los y las jóvenes pueden seleccionar su pareja para fundar su propia familia y en este caso entran a una nueva subetapa que es el *emparejamiento*.

Es aconsejable en este período facilitar que los y las jóvenes vivan una relación de noviazgo con acuerdos explícitos en cuanto a valores como individuos y pareja, tales como exclusividad y fidelidad, de manera que puedan disfrutar de su masculinidad y feminidad



La masturbación: ¿Buena o mala?



La masturbación aparece en esta etapa como una manifestación importante y normal del desarrollo. Es una búsqueda de satisfacción en sí mismo. Se está universalmente de acuerdo en que la masturbación no produce daños físicos ni psicológicos. La prohibición cultural que se impone al individuo puede acentuar la tendencia a masturbarse, especialmente si se trata de una persona con un problema emocional o afectivo.

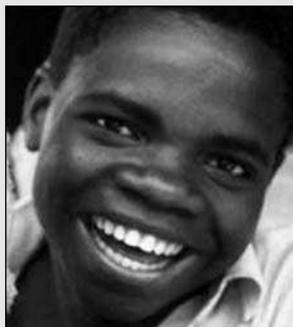
Desde el punto de vista de la salud mental puede constituir una válvula de escape mientras se dan las condiciones para realizar el acto sexual en pareja; sin embargo esto no quiere decir que se la recomiende pues hay jóvenes varones y mujeres que pueden pasar su adolescencia sin masturbarse.

La masturbación produce en muchos jóvenes un intenso sentimiento de culpa. Cuando esto sucede, tiene que resolverse por medio de una discusión abierta con los adolescentes en el círculo familiar, en la escuela y en la iglesia.

Contrariamente a lo que algunas personas piensan, la masturbación no tiene ninguna relación con la esterilidad ni con la homosexualidad.

Es un tremendo alivio para los adolescentes el hecho de que se hable del tema abiertamente y con naturalidad.

No se puede calificar la masturbación de escasa o excesiva, tampoco de deseable o no.



La masturbación debe preocuparnos cuando el individuo la prefiere en lugar de realizar actividades propias de su edad como deportes, pasar tiempo con los amigos o estudiar, porque entonces puede significar el síntoma de una necesidad emocional, por ejemplo temor a relacionarse con personas del otro sexo.

Diferentes encuestas de opinión revelan que el 100% de los hombres que llevan una vida sexual normal han recurrido a la masturbación en

alguna oportunidad. Para la mujer los porcentajes que se dan son más bajos y con grandes variaciones entre el 40 y el 70%.



y de una relación de pareja sana, responsable y enriquecedora.

Una vez que un hombre y una mujer se unen en *matrimonio*, empiezan a vivir nuevas tareas que tienen que ver con el acoplamiento como pareja. Esto tiene relación con aceptar a la pareja como sujeto de relación y no como objeto, disfrutar saludable y funcionalmente de la sensualidad y la genitalidad de una manera recíproca.

La subetapa siguiente es la *crianza de los hijos*, que es la más prolongada, pues se extiende hasta cuando los hijos dejan el nido familiar. Cuando esto ha ocurrido, la pareja ha entrado en la llamada etapa del “*nido vacío*”. Esta etapa coincide con el climaterio de cada uno de los miembros de la pareja.

En la mujer, este período está marcado por la menopausia que es el cese de las menstruaciones, lo que significa que la mujer pierde la capacidad de reproducción porque sus óvulos se terminaron; sin embargo su vida sexual continúa.

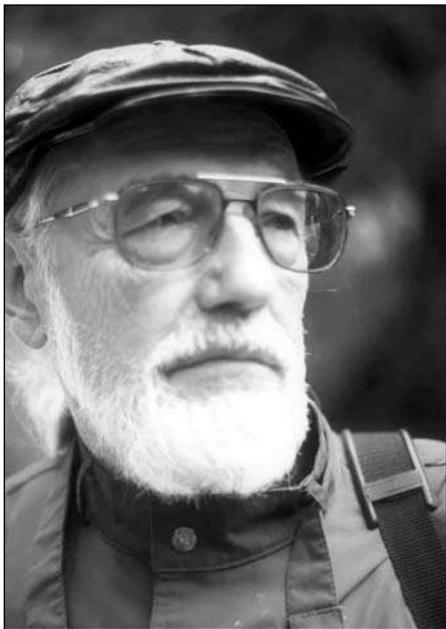


En el caso de los hombres, el climaterio no está relacionado con cambios hormonales sino más bien con reacciones emocionales frente a los cambios en su aspecto físico. Por otro lado, el hombre permanece con su capacidad de fecundar.

Así como cada individuo mantiene su sexualidad mientras vive, así también la sexualidad en la vida de pareja continúa mientras la pareja exista; las manifestaciones o expresiones de la sexualidad son las que cambian de acuerdo con las características de la etapa que estén viviendo dentro del ciclo vital.

Como la curva permite visualizar, a partir del climaterio se vuelven notorios los cambios en cuanto al deterioro físico, psicológico y social que las personas van experimentando como parte del ciclo vital normal. Como todo ciclo, llegar al final del mismo no constituye sino un nuevo comienzo.

Al inicio de la adolescencia en algunos hombres y mujeres se presenta un periodo de comportamiento homosexual transitorio que debe ser comprendido en su justa dimensión. Cada sexo en su camino a la maduración pasa normalmente por un periodo de falsa homosexualidad que se presenta en los distintos individuos con intensidad y duración muy variables. Este comportamiento se da como respuesta a la ansiedad que el joven está viviendo en la búsqueda de su identidad como hombre o mujer.



Al llegar a la edad adulta joven, el individuo adquiere la capacidad de controlar sus emociones. Su preocupación y energía se dirigen a resolver problemas de vocación o profesión. De familia en el sentido en que debe dejar su familia de origen sea por estudios, por trabajo o por matrimonio. De soledad en cuanto a que es el tiempo de seleccionar o no la pareja adecuada, o de optar libre y voluntariamente por la soltería.

“Cuando yo era niño, hablaba como niño, pensaba como niño, juzgaba como niño; pero cuando ya fui hombre, dejé lo que era de niño”. 1 Co 13:11.

Más adelante, alrededor de los 40 años, surge una necesidad de evaluar y modificar o corregir las actitudes frente a sí mismo, a la pareja y a los hijos.

Finalmente al entrar en la tercera edad, ésta toma diferentes rutas según haya sido la siembra en etapas anteriores.

La vida puede concluir con un cúmulo de experiencias para transmitir a las generaciones más jóvenes o puede terminar en un estado de desesperación si la auto evaluación no es satisfactoria.

3. Dimensión social

Desde el principio Dios hizo al ser humano con la necesidad de compañía, de relacionarse con otros individuos tanto de su mismo sexo como del otro sexo.

El ser humano no puede vivir aislado, está hecho para vivir en comunidad.

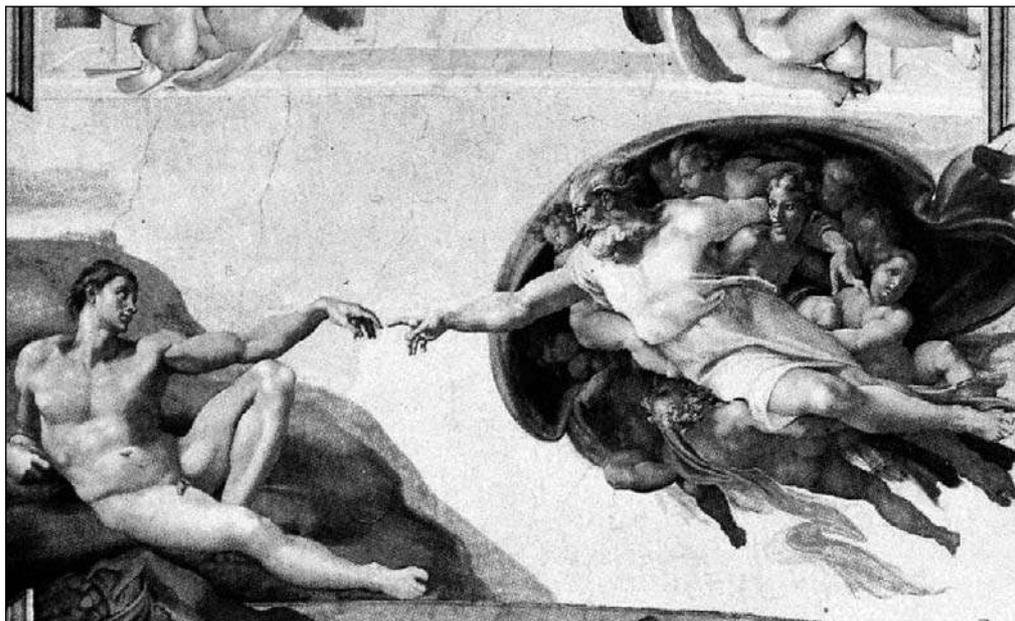
La necesidad de vivir en pareja empieza a evidenciarse en la adolescencia cuando surge el enamoramiento y la búsqueda de la pareja: el adolescente se enamora una y otra vez de diferentes personas. Esta actitud responde al “amor idealizado” en el cual se sobrevaloran las cualidades del ser amado y se dejan de mirar sus defectos. Con el tiempo estos rasgos de inmadurez van quedando atrás. La persona va aprendiendo a conocerse a sí misma, a aceptar sus virtudes y sus defectos. Este autoconocimiento le permite conocer y aceptar a sus semejantes. En el campo de las relaciones afectivas va adquiriendo madurez a lo largo de toda la vida.

Guillermo Goff (*El matrimonio y la familia en la vida cristiana*), hace la siguiente diferenciación entre el amor inmaduro y maduro:



AMOR MADURO	AMOR INMADURO
1. Es algo que crece y se desarrolla.	1. Es algo repentino, una emoción que inflama de momento.
2. Se basa en un compartir mutuo.	2. Se basa en una gratificación egoísta.
3. Se concentra en una sola persona como objeto.	3. Tiene dificultad en concentrarse en una sola persona.
4. Se caracteriza por seguridad y confianza.	4. Se caracteriza por la inseguridad y celos.
5. Entiende que lo físico es sólo una parte del amor.	5. Concibe que lo físico es el centro y lo más importante.
6. Hay un respeto mutuo.	6. Hay una explotación o manipulación mutua o por uno de ellos.
7. Sus ideales se basan en la realidad de sus personalidades y posibilidades.	7. Sus ideales se basan en fantasías en cuanto a sus personalidades y posibilidades.
8. El amor les conlleva a crecer, a conocerse y a ajustarse.	8. Hay mucha ambivalencia, se mueven las emociones de un extremo a otro (sienten intensamente amor y repudio a la vez).
9. Tratan de ayudarse y edificarse. Buscan lo mejor el uno para el otro.	9. Hay una competencia para ver quién tiene la última palabra.

4. Dimensión espiritual



Tenemos que volver a mirar el hecho de nuestra imagen y semejanza con Dios para entender la necesidad de encontrar una relación trascendente. Esta área de la vida humana se refiere a la necesidad de una relación personal con Dios y con todo lo que Él ha creado: la naturaleza y el prójimo. De la armonía en esta relación espiritual depende el bienestar de las relaciones interpersonales.

Durante la niñez el infante aprenderá o no a relacionarse con Dios de acuerdo con el ejemplo y las enseñanzas que reciba:

“Instruye al niño en su camino y aún cuando fuere viejo no se apartará de él”. Pr 22:6.

“Dejad que los niños vengan a mí y no se lo impidáis; porque de los tales es el Reino de Dios”. Mc 10:14.

Establecer una adecuada relación con Dios facilita comprender y experimentar que, como dice la Biblia, el cuerpo es el templo del Espíritu Santo y que no somos nuestros. La comprensión y aceptación de esta verdad garantiza la vivencia adecuada de la sexualidad a lo largo de la vida.

“¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual habéis recibido de Dios, y que no sois vuestros?” 1 Co 6:19.

Durante la adolescencia los jóvenes pueden afianzarse más o romper su relación con Dios. Ambas reacciones son normales, lo importante es acompañarlos para que perciban a Dios como un amigo y como una guía disponible, mas no impuesta para su realización individual y social. Los y las jóvenes necesitan comprensión y tolerancia familiar y eclesial en esta época turbulenta.

Pasada la turbulencia de la adolescencia, el individuo conocedor de la Palabra probablemente volverá a buscar la dependencia de Dios y de aquí en adelante su relación con Él será su propia decisión.

Al igual que todo lo creado, la sexualidad humana apunta hacia Dios, hacia la trascendencia. Al haber sido creados por un Dios de amor, a su imagen y semejanza, estamos diseñados para amar. La sexualidad es el recurso que estimula y

mantiene la comunicación amorosa, por eso la sexualidad según el proyecto de Dios es la evidencia de una vocación al amor. La sexualidad posibilita el encuentro y la apertura al otro, es lo que facilita el aspecto relacional entre el hombre y la mujer como otra dimensión para reflejar también nuestra imagen y semejanza con Dios.

Esta idea de la sexualidad como vehículo para el amor es muy bien expresada en palabras de Carl Jung:

“Desde que Dios ha creado al hombre, Dios es el Tú del hombre, lo sepa o no lo sepa el hombre, lo quiera o no lo quiera el hombre. Que se le llame o no se le llame, Dios estará siempre allí”.

Hemos revisado brevemente cada una de las dimensiones del ser humano y todas son igualmente importantes. Bajo la influencia de diversos factores personales, familiares, sociales y culturales, es habitual prestar mayor atención a cualquiera de ellas y sobrecultivarla, ocasionando perjuicio a las otras.

Lo recomendable es atender todas las dimensiones de manera armoniosa y equilibrada. Por eso Dios nos dio el modelo de Jesucristo y nos permite conocer su deseo para nosotros a través de su Palabra. ¿Cuál es el deseo de Dios para nosotros?:

“Que todos lleguemos a la unidad de la fe y del conocimiento del Hijo de Dios, al hombre perfecto, a la medida de la estatura de la plenitud de Cristo”. Ef 4:13.

Lo ideal es atender por igual las necesidades físicas, emocionales, sociales y espirituales, reconocer y utilizar los recursos que Dios nos ha dado en cada una de estas cuatro áreas.

“Y el mismo Dios de paz os santifique por completo; y todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, sea guardado irreprochable para la venida de nuestro Señor Jesucristo”. 1 Ts 5:23.

TEMA 4: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (Adultos)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Introducir el tema		Oración Lectura: Lucas 2:52.	Biblia	00:05
	Ambientar	Asociar palabras	El Facilitador/a instruye para que los participantes contesten con palabras relacionadas. Ejemplo: Si el Facilitador/a dice: adolescencia, niño, joven, adulto, etc., los participantes pueden responder con otras asociadas como por ejemplo, en relación con adolescencia: cambio, crecimiento, etc. Con este ejercicio se introducirá el tema de los cambios en las diferentes etapas del ciclo vital.		00:05
	Vivenciar	Conozca su vocabulario	El Facilitador/a organiza grupos de 5 personas. En cada grupo deben hacer listados de las palabras que conozcan para referirse a los genitales: pene, testículos, senos, vagina y otros órganos del cuerpo. El secretario de cada grupo comparte el trabajo realizado en plenaria. El Facilitador/a contabiliza en la pizarra los sinónimos que el grupo sabe para nombrar a los genitales.	Hojas modelo Pizarra Marcadores	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta a los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sintieron? • ¿De qué se dieron cuenta? ¿Qué descubrieron? • ¿Cuán fácil o difícil fue hacer el ejercicio? Recogiendo las respuestas, el Facilitador/a concluye en que hablar de sexualidad es: <ul style="list-style-type: none"> • Un tabú todavía y por eso la gente usa diversos tipos de vocabulario para referirse a los genitales. • Que es necesario iniciar la educación sexual temprano. • Que la iglesia es un espacio adecuado para hacerlo. 	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Película Comunicación directa	El tema de este video resume los aspectos físico, psicológico y conductual en las diferentes etapas del ciclo vital. A partir de estos conceptos el Facilitador/a retomará el desarrollo sicosexual del ser humano en el transcurso de la vida. El Facilitador/a expone el tema: El ser integral, las dimensiones que lo conforman y la importancia del desarrollo equilibrado y armónico. Curva del desarrollo Sicosexual. Terminar con el fundamento 1 Tesalonicenses 5:23.	Video: Desarrollo Sicosexual Acetatos Proyector Biblia	00:45
	Visualizar	Trabajo individual y grupal	En forma personal y luego en grupos trabajar: Tareas que pueden cumplir para el cuidado y desarrollo de los aspectos: físico, espiritual, psicológico, social. Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Ensayar	Trabajo grupal	En los mismos grupos anteriores de trabajo, el Facilitador/a instruye para que completen los nombres de genitales internos y externos de varón y mujer. Luego comparan con la proyección de las láminas y se hacen las correcciones.	Láminas fotocopiadas Acetatos Proyector	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumen de lo trabajado. Compromiso personal: Cada participante escribe comprometiéndose a cuidar la dimensión de su ser que más atención requiera, con tareas concretas.	Papel Lápiz	00:15

HOJA GUÍA

Tema 5: Mi ser sexual



Objetivos

1. Que los participantes analicen y diferencien los conceptos de sexo, sexualidad, sensualidad, genitalidad.
2. Que los participantes reflexionen sobre la conveniencia de vivir adecuadamente estos aspectos de la sexualidad.
3. Que los participantes conozcan las características de la respuesta sexual humana y reflexionen sobre los principios bíblicos que sustentan la relación de pareja.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere Cantares 2:1-6

Dinámica: "Los saludos"

Experimentar los sentidos

Trabajo grupal

Revisión bíblica: Cantares 5:9-16; 7:1-9.

Llenar cuestionario

Círculo de sensación

Compromiso personal



Contenido básico

Conceptos de sexo, sexualidad, sensualidad, genitalidad.

La respuesta sexual humana masculina y femenina.



Recursos materiales

Biblia

Proyector de acetatos

Objetos suaves y ásperos

Música

Papelotes y marcadores

Acetatos

Sal, azúcar, chocolates

Perfume

Pizarra y marcadores

Cinta maskin

MI SER SEXUAL

Contenido básico

En general los seres humanos tenemos muy poco conocimiento y comprensión sobre nuestro propio cuerpo y nuestras reacciones, sobre nuestro desarrollo sexual y sus manifestaciones. Generalmente se cree que éste se inicia en la adolescencia o cuando empezamos a sentir los primeros deseos sexuales explícitos. Sin embargo todos los seres humanos nacemos sexuados y sentimos placer con el contacto de nuestros órganos sexuales desde que somos bebés.

En sus variantes masculina y femenina, la sexualidad forma parte de la esencia del ser humano e influye en todas sus relaciones interpersonales. Por eso reflexionar sobre la sexualidad implica responder preguntas como: ¿Quién soy? ¿Qué lugar ocupo en la creación? ¿Para qué vivo? ¿Cómo invierto mi vida? ¿Cómo me relaciono con mi familia, con mis grupos sociales, con la iglesia, con Dios?

Desde esta perspectiva, si una persona vive la sexualidad positiva y responsablemente, es fuente de satisfacción personal, familiar y social. No es pasajera, sino trascendente porque está edificándose y facilitando la edificación de los demás. Es una manera de dar gloria a Dios y cumplir los dos grandes mandamientos:

“Amarás al Señor tu Dios y con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con todas tus fuerzas y con toda tu mente; y a tu prójimo como a ti mismo”. Lc 10:27.

Podemos entonces complementar el concepto de sexualidad que formulamos antes, diciendo que es la manera de ser y de actuar como mujeres o como hombres, con nuestros sentimientos, pensamientos y emociones; es la forma de crear y vivir los vínculos afectivos, los patrones de comunicación interpersonal, así como las funciones que las personas asumen en su familia y en su comunidad.

No podemos despojarnos de nuestra sexualidad porque ella hace parte indivisible de nuestra existencia. Somos seres sexuados porque tenemos un sexo, desde la concepción hasta la muerte: “... *varón y mujer los creó*”.

Dimensiones de la sexualidad



A nivel individual

Es el yo íntimo que se define a sí mismo como ser sexuado.

Se percibe desde adentro y se proyecta hacia afuera en su feminidad o masculinidad.

Es el carácter personalizado de la sexualidad como expresión de la identidad.

A nivel de pareja

Se refleja en la trascendencia de la sexualidad hacia una dimensión interaccional /social.

Es el encuentro con el otro yo mediante la vinculación afectiva y erótica en la comunicación física, emocional y espiritual.

Así como cada persona es única e irrepetible, así también la pareja es la díada dialéctica que se diferencia de las demás parejas; es una experiencia única para cada pareja.

Refiriéndose al amor de pareja, y la unidad que este permite establecer entre las dos personas, Erich Fromm expresa:

“Dos seres que se convierten en uno y que sin embargo siguen siendo dos”.

Al hablar de la sexualidad en la dimensión de pareja, es preciso retomar los propósitos de la misma para reforzar el aspecto social de la vida en pareja.

- Para que la relación sexual sea genuina y humana requiere de una entrega total, exclusiva y definitiva. Solo así cumple el propósito del amor y la unidad en la pareja.
- Debe ser insertada en la sociedad, no puede quedar como experiencia privada reducida al tú y yo. Así cumple un propósito social.
- Debe prever la posibilidad de un hijo, quien viene a constituir la manifestación objetiva de la expansión de la pareja hacia la sociedad, cumpliendo así otro de los propósitos de la sexualidad que es la procreación.

A nivel familiar

La familia es el primer agente de socialización de la sexualidad. Es el grupo de referencia estable a lo largo de la vida en la formación de valores, convicciones, normas de comportamiento, concepciones y actitudes sexuales. La familia es la que proporciona los vínculos que potencian la comunicación humana y los lazos emocionales.

A nivel de la sociedad

La sociedad es el amplio contexto en el cual el individuo sexuado se desempeña, interactúa y comunica con las personas de ambos sexos:

- A lo largo de su vida.
- A través de una gran diversidad de actividades como juego, estudios, trabajo, participación en la vida comunitaria, desde los puntos de vista intelectual, político, artístico, científico, deportivo, recreacional, espiritual o religioso.

Hay que tomar en cuenta que de la sociedad provienen —para bien o para mal— los modelos, los patrones, los valores culturalmente predominantes a partir de los cuales se conforma, se educa, y se evalúa la sexualidad de la persona.

La sensualidad

¿Qué es la sensualidad? Generalmente se entiende como un atractivo especial matizado de cierto grado de erotismo que tienen ciertas personas, que despierta el placer de los sentidos en otras. Sin embargo, la sensualidad va mucho más allá de la sola percepción del atractivo personal; tiene que ver con la capacidad de un individuo de sentir placer a través de los sentidos, asociada a valores como el conocimiento, la autonomía, la responsabilidad, para que el placer cumpla un papel enriquecedor en la vida personal y social, en oposición a la ignorancia, el sometimiento y el miedo a la vivencia de la sexualidad.

El Cantar de los Cantares es una muestra de la bendición o del regalo que Dios nos ha dado al permitirnos disfrutar del placer con nuestro cuerpo. El capítulo 7 es un canto que describe con detalle el placer que el esposo siente frente a los atributos de su esposa. De igual forma, el capítulo 5:10-16 es un poema en el mismo sentido, pero expresado desde la esposa hacia el esposo. Citemos otros momentos del mismo libro:

“¡Oh, si él me besara con besos de su boca! Porque mejores son tus amores que el vino. A más del olor de tus suaves ungüentos, Tu nombre es como ungüento derramado; Por eso las doncellas te aman. Atráeme; en pos de ti correremos...”

El rey me ha metido en sus cámaras; Nos gozaremos y alegraremos en ti; Nos acordaremos de tus amores más que del vino”. Cnt 1:2,4.

“Como lirio entre los espinos es mi amada entre las doncellas”. Cnt 2:2.

“Su izquierda esté debajo de mi cabeza, con su derecha me abrace”. Cnt 8:3.

Por tanto sabiendo que los órganos de los sentidos son las ventanas que nos comunican con el mundo, que cada centímetro de nuestra piel está dotada de exquisita sensibilidad, podemos decir que vivimos la sensualidad en forma permanente.

Dentro del propósito de este material que es la comprensión de la sexualidad, consideramos al placer no sólo en términos físicos y genitales fugaces, sino también en términos de afectividad, equidad y permanencia.

La genitalidad

Es una de las expresiones importantes de la sexualidad y corresponde al contacto de los cuerpos impulsados por la excitación de la pareja y que puede concluir o no con el coito o cópula que es la unión de genitales masculino y femenino mediante la introducción del pene en la vagina y que puede ejecutarse en diferentes posiciones.

Este concepto desde la perspectiva bíblica corresponde al principio:

“Por tanto dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer y serán una sola carne”. Gn 2:24.

Pero ser “una sola carne” según el plan de Dios no es solamente la unión física sino la previa unión emocional, mental y espiritual. La cópula viene a ser la expresión de la íntima comunión de la pareja y producto del amor.

Queremos llamar la atención sobre la expresión, tan conocida en nuestro medio, de “hacer el amor” para referirse al coito. Esta expresión va o debe ir mucho más allá que practicar la cópula. De hecho la presencia del amor en este acto es lo que dignifica y da trascendencia a la vida humana.

Creemos que “hacer el amor” es una expresión que implica el cuidado de nuestro cuerpo, cuidar y respetar a la otra persona, procurar la edificación propia y de los otros en cada acto de la vida diaria.

“Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras”. Heb 10:24.

“Y sobre todas estas cosas, vestíos de amor, que es el vínculo perfecto”. Col 3:14.

Retomemos Génesis 2:24. *“Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer y serán una sola carne”.* Esta cita deja en claro el establecimiento de una institución de pareja. Dejar padre y madre significa cambiar de prioridades, comprometerse en amor —en primer lugar con la pareja— adherirse a ella y asumir la responsabilidad de la fundación de una nueva familia.

El ser humano no fue creado para vivir aislado, está diseñado para el encuentro con el otro. En la medida en que una persona se encuentra y se interrelaciona con otra, en esa medida se hace humano, aprende a buscar la felicidad del otro, a amar al otro, para construir y vivir una unidad afectiva.

La madurez afectiva tiene que evolucionar hacia el amor de entrega, al *ágape*, es decir al amor desinteresado, que busca edificar al otro. Significa un respeto total y absoluto por la otra persona, por su libertad, por sus proyectos de vida.

Si la persona se estanca en la etapa de atracción erótica, en la que le interesa poseer a la otra persona, su relación degenera hacia la dominación, la explotación del otro para su propio provecho, y la degrada, la cosifica.

Por eso hablar de sexualidad, nos conduce irremediabilmente a centrarla en el amor. Solamente cuando una persona se da afectivamente madura a otra, puede desarrollar todo lo que es. Por eso las relaciones sexuales entre un hombre y una mujer deben nacer del amor, fomentar el amor y madurar en el amor.

*“El amor auténtico significa:
capacidad de apertura al otro.
capacidad de aceptar al otro tal cual es.
capacidad de alegría por el encuentro con el otro.
capacidad de alegría ante el triunfo del otro.
capacidad de sacrificarse por el bien del otro”.*

(Italo Gastaldi, 1996)

En la relación de pareja, lo esencial es la entrega amorosa de una persona a la otra, es el amor el que conduce a la construcción de la unidad afectiva y es el pasaporte a lo trascendente.

Al ser la unión sexual un acto trascendente en la vida de las personas, necesita de un espacio y un tiempo, de disposición personal y conocimiento que proporcionen un clima adecuado de seguridad y privacidad, donde el acto sexual cumpla los propósitos para los cuales Dios lo planificó, es decir: compañerismo, amor, unidad, comunicación, placer, procreación.

Estudiosos de la sexualidad han llegado a reconocer la importancia del amor y la responsabilidad en la realización del coito o cópula.

Así Erick Erickson (Giles, 1987) habla de una “genitalidad con significación social perdurable”, que cumple con ciertas condiciones:

- Mutualidad del orgasmo
- Con un compañero amado
- Del otro sexo
- Con quien uno puede y quiere compartir una confianza mutua
- Con el que uno puede y quiere regular los ciclos de:
 - a. El trabajo
 - b. La procreación
 - c. La recreación



A fin de asegurar también a la descendencia todas las etapas de un desarrollo satisfactorio.

El acto sexual o cópula



En la vida de pareja el placer, motivado por el acercamiento de sus cuerpos, es muy importante para la calidad de vida de ambos: favorece su unión, su satisfacción, el crecimiento del amor, la paz, el optimismo por el encuentro.

El placer sexual en el matrimonio debe ser vivido en plena libertad, sin culpa, y sólo adquiere consistencia cuando se vive en un clima de amor.

Considerando que una de las principales fuentes de dificultades en la vida de pareja es el manejo de la sexualidad y específicamente la experiencia misma del acto sexual, es mandatorio dedicar un espacio para hablar con cierto detalle de la dinámica del acto sexual, de sus fases y de sus implicaciones en las dimensiones del ser íntegro: biológica, psicológica, social y espiritual.

Un aspecto relevante de la unión sexual tiene que ver con la respuesta sexual del varón y la mujer. Para que el acto sexual sea más satisfactorio es necesario que la pareja adquiriera un conocimiento adecuado de las fases de la respuesta sexual de cada uno.

La respuesta sexual humana, desde el punto de vista de su función, comprende cuatro fases comunes: excitación, meseta, orgasmo y resolución.

Fase de excitación

La fase de excitación inicia cuando el individuo es estimulado a través de cualquiera de sus sentidos, por ejemplo una caricia, un abrazo, la visión de un cuerpo desnudo, o la misma elaboración mental de tipo erótico. Es decir pensamientos, imágenes o fantasías respecto al acto sexual.

El tiempo de duración de esta fase varía de acuerdo a la persona, a su disposición para el acto sexual y a la intensidad y características del estímulo. En cuanto al estímulo sexual, es importante indicar que éste es diferente para el hombre y la mujer.

El principal estímulo para el hombre es el visual: ver un cuerpo desnudo puede ser suficiente para excitarse. En cambio la mujer para ser estimulada necesita escuchar que es amada, sentirse segura con su pareja, ser acariciada de tal forma que experimente amor y ternura. Además el estímulo tiene que ser más prolongado debido a que su respuesta sexual es más lenta que la del hombre.

Lo que sucede en la fase de excitación en la mujer

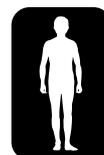
En los primeros diez segundos de esta fase, si el estímulo sexual es adecuado, se produce la *lubricación* de la vagina mediante la secreción de una sustancia mucosa por parte de las glándulas de Bartholino situadas en la parte posterior e interna de los labios mayores. Esta lubricación facilita en un momento posterior la penetración del pene en la vagina. El útero también se contrae lo que produce tracción de la vagina provocando que su longitud aumente. La vulva toma un color rojo vinoso debido a la congestión sanguínea que se presenta en todo el cuerpo sobre todo en los genitales durante esta fase.

El clítoris igualmente *aumenta su tamaño* y se endurece lo cual es perceptible solo al tacto. En muchos casos la acumulación de sangre en venas y arterias produce enrojecimiento de todo el cuerpo a manera de salpullido lo que se denomina “erupción sexual”. También se nota un aumento generalizado de la tensión muscular.



Lo que sucede en la fase de excitación en el hombre

La primera manifestación en el varón es la *erección* del pene que ocurre a los pocos segundos de haberse iniciado el estímulo sexual. Se debe a la congestión de sangre en los cuerpos cavernosos que forma el pene y que determinan que aumente de diámetro y tamaño pudiendo alcanzar hasta tres veces su tamaño. La piel del escroto se engrosa y los testículos ascienden dentro de las bolsas escrotales.



Fase de meseta

Si el estímulo sexual adecuado continúa, es decir si las caricias, los besos, los mimos, los juegos eróticos se intensifican, aumentan los niveles de tensión sexual y ocurren los cambios más notorios en los genitales de hombre y mujer. En esta fase es donde se hace más evidente la tensión muscular en todo el cuerpo que se manifiesta en contracturas de grupos musculares.

Lo que sucede en la mujer durante la fase de meseta

Aumenta la congestión sanguínea lo que produce un *agrandamiento* de los labios menores pudiendo alcanzar dos o tres veces su tamaño habitual. Esto produce una disminución del diámetro del tercio externo de la vagina lo cual permitirá una mayor fricción con el pene.

El clítoris se retrae dentro de su capuchón y se hace menos accesible a las maniobras de estimulación. La erupción sexual se intensifica y aumenta la tensión muscular que puede llegar a provocar contracciones de grupos musculares, como en la cara, el pecho, el abdomen y las nalgas. En esta fase es importante para la mujer que su compañero mantenga el estímulo sexual mediante caricias en sus genitales.



Lo que sucede en el hombre durante la fase de meseta



La característica más importante es el *aumento* de la tensión muscular, que provoca contracciones involuntarias en la cara, cuello y abdomen. El glándulo aumenta aún más de tamaño, debido a que se incrementa la congestión sanguínea. Los testículos han ascendido completamente y aumentan de tamaño debido también a la congestión sanguínea.

Al final de esta fase puede haber la emisión de algunas gotas de líquido seminal. Esto ocurre cuando el hombre es estimulado de manera adecuada por su compañera y que voluntariamente retrasa su orgasmo.

Fase de orgasmo

El orgasmo es una respuesta totalmente involuntaria que ocurre cuando se mantiene el estímulo sexual. En esta fase es preciso que la pareja evite inhibiciones y se desconecte del mundo exterior, para dedicar su total concentración en el acto sexual.

Se caracteriza por contracciones rítmicas de la musculatura vaginal en la mujer. En el hombre también se producen contracciones que llevan a la eyaculación, es decir la expulsión del semen por el pene.

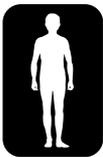
Lo que sucede en la mujer durante la fase de orgasmo



La respiración se acelera y puede aumentar hasta tres veces su ritmo habitual, la frecuencia cardíaca también aumenta, al igual que la presión arterial. La tensión muscular aumenta en casi todo el cuerpo.

Aparecen *contracciones musculares* en el tercio externo de la vagina, lo que constituye el evento más llamativo de esta fase. Estas contracciones pueden ser entre tres y quince, en función a la intensidad del orgasmo. El útero también se contrae de manera rítmica. Es en esta fase donde la mujer alcanza el máximo placer sexual.

Lo que sucede en el hombre durante la fase de orgasmo



En esta fase aumenta el ritmo de la respiración, la frecuencia cardíaca y la presión arterial al igual que en la mujer.

El orgasmo en el varón se desarrolla en dos períodos, uno antes de la eyaculación que se caracteriza por contracciones musculares en testículos, próstata y vesículas seminales que impulsan el semen hasta la entrada de la uretra, en donde es detenido por contracción voluntaria de esta. El segundo período se produce durante la *eyaculación*, es decir cuando el semen cruza el esfínter uretral y sale al exterior.

Las contracciones rítmicas de la uretra y de los músculos del pene provocan que el semen sea expulsado en chorros intermitentes. Tanto las contracciones de eyaculación como el volumen del líquido seminal proporcionan sensaciones de máximo placer sexual.

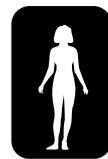
Fase de resolución

La tensión muscular y la congestión sanguínea disminuyen bruscamente. Esta fase es diferente en la mujer y en el hombre básicamente porque la mujer puede presentar más de un orgasmo si es correctamente estimulada. El hombre en cambio entra en un período refractario durante el cual no responde a más estímulo sexual.

Varios estudios demuestran que el hombre requiere de una cantidad de energía mucho mayor que la mujer para realizar el acto sexual. Esto se traduce en un cansancio mucho más visible en él que en ella y tiene que ver con la capacidad de experimentar un orgasmo a la vez. Se ha interpretado como un recurso biológico para asegurar la recuperación de energía del organismo.

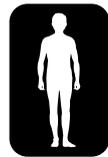
Lo que sucede en la mujer durante la fase de resolución

Después de haber alcanzado el orgasmo desaparece la erupción sexual, los pezones vuelven a la normalidad, los músculos bajan su tensión y el cuerpo se cubre de una fina capa de sudor.



Lo que sucede en el hombre durante la fase de resolución

El pene pierde rápidamente la mitad de su tamaño. Si la fase de excitación ha sido prolongada, la fase de resolución también toma más tiempo. Es decir el pene baja en consistencia y dimensiones de una manera más lenta que en todo caso puede acelerarse si el hombre se distrae o por el contrario retrasarse si conserva el pene dentro de la vagina.



Generalmente el hombre necesita alrededor de treinta minutos para alcanzar un completo estado de relajación. En el caso de hombres muy jóvenes este tiempo puede prolongarse a una hora.

Hasta aquí la descripción del acto y la respuesta sexual ha sido en el aspecto físico, sin embargo el ser “una sola carne” implica el ser íntegro.

El deseo sexual es un prerequisite que conduce a la estimulación sexual adecuada por parte de ambos miembros en la pareja como seres integrales.

El deseo sexual es un aspecto del amor de pareja, significa anhelar, “poner el corazón en”. En la relación de pareja debe haber un fuerte deseo físico del uno por el otro para gozar del placer de la unión sexual.

Por lo tanto el estímulo sexual adecuado se expresa con y hacia el cuerpo del compañero sexual especialmente a través de las zonas erógenas que son áreas específicas dotadas de receptores de estímulos sexuales.

En la mujer están más dispersas e incluyen orejas, cuello, cintura, abdomen. Siendo las más receptivas los senos, los pezones, los genitales externos: clítoris y vulva. En el hombre, estas zonas son: el cuerpo del pene, el escroto, la cara interna de los muslos.

Las caricias, los besos, la manipulación y los toques suaves constituyen estímulos adecuados en estas zonas. Enfatizamos que el acariciar todo el cuerpo comunica un interés en la persona total y que es importante que los dos disfruten y expresen qué es lo que más les agrada o les proporciona mayor placer.

“Toda tú eres hermosa, amiga mía, y en ti no hay mancha”. Cnt 4:7.

“Su paladar, dulcísimo y todo él es codiciable. Tal es mi amado, tal es mi amigo...” Cnt 5:16.

Si bien el deseo sexual y el mismo acto sexual es inherente al ser humano, no son meramente instintivos sino que requieren de un proceso de aprendizaje que lleve al logro de una intimidad plena y de gozo para la pareja. Un proceso que ha de estar fundamentado en las necesidades del otro, en sus reacciones emocionales, en sus gustos y apetencias, sus expectativas.

De modo que el cuerpo no es el único protagonista del acto sexual. En él están involucradas todas las dimensiones del ser de cada persona: varón y mujer por igual. Es imprescindible entender y vivir esta realidad pues no hacerlo lleva a reducir el acto sexual a la pura genitalidad, lo que constituye una degradación de la sexualidad y contradice los propósitos divinos de ella. Esto lamentablemente puede ocurrir en matrimonios establecidos. Esta degradación tiene su expresión extrema en la prostitución y la violación sexual.



Enfatizamos que en una relación de pareja en donde hay un compromiso de amor, es indispensable el conocimiento y el esfuerzo de cada uno para procurarse satisfacción y deleite recíprocos, sin culpas.

Hacer uso de la imaginación y la creatividad y de un derroche de manifestaciones de afecto y ternura de parte de cada uno, favorece el logro de una experiencia íntima que a su vez fortifica el amor. De manera que el aprendizaje de esta importante forma de satisfacción mutua se convierte en algo deseable y estimulante.

Cuando a estas manifestaciones de satisfacción la pareja aporta intencionalmente su concentración, inteligencia y habilidad ambos pueden vivir la maravillosa experiencia para la que están diseñados.

Respecto al coito, generalmente hay la idea equivocada de que la satisfacción depende de la llegada simultánea de hombre y mujer al orgasmo; sin embargo, la meta no

necesariamente es ésa sino proveerse disfrute mutuo. Como el estímulo y la respuesta sexual son cuestión de aprendizaje, en la medida en que la pareja va conociéndose e intimando más, alcanzará cada vez experiencias más placenteras y satisfactorias.

Luego de la fase de resolución, cuando la respuesta sexual en lo físico ha concluido, emocionalmente persiste, y es saludable que la pareja la aproveche pa-

ra reafirmar verbalmente su amor y aprecio mutuos. La mujer necesita sentir de manera más prolongada el contacto físico con su pareja. De manera que es recomendable que la pareja disfrute de un tiempo simplemente para estar juntos, abandonados el uno en los brazos del otro hasta llegar al completo relajamiento y a la certera convicción de su mutua pertenencia de manera que puedan decirse el uno al otro:

“Pónme como un sello sobre tu corazón.” Cnt 8:6.

En conclusión, por razones de sistematización para facilitar el conocimiento hemos visto separadamente la *sexualidad*, la *sensualidad* y la *genitalidad*; sin embargo vale subrayar de nuevo que todos estos aspectos están integrados y se manifiestan permanentemente en la conducta humana. Ninguno es más importante que el otro y a la vez cada uno tiene un espacio y un tiempo en donde manifestarse.

Cuando hablamos de la vivencia adecuada de la sexualidad nos referimos a la responsabilidad como hombre y mujer frente a las demandas de la vida; a la capacidad de decidir en libertad, conociendo los propósitos para los cuales Dios creó al hombre y a la mujer y guardando los principios que Él mismo dispuso para la relación de pareja.



La sexualidad es muy compleja y su comprensión un proceso que terminará cuando nuestra vida termine. De alguna manera nos explicamos la profundidad de su significado cuando nos fijamos que la Biblia usa la palabra “conocer” para referirse a la unión sexual de la pareja. Es interesante notar que la misma palabra “conocer” es usada para referirse a la relación de amor Dios-ser humano:

“Pero no la conoció hasta que dio a luz a su hijo primogénito; y le puso por nombre Jesús”. Mt 1:25.

“Antes que te formase en el vientre te conocí, y antes que nacieses te santifiqué”. Jer 1:5.

Jesús reafirma lo que tuvo su principio en el Génesis:

“Pero al principio de la creación, varón y hembra los hizo Dios. Por esto dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y los dos serán una sola carne; así que no son ya más dos, sino uno”. Mc 10:6-8.

Con razón Pablo habla de la relación de pareja como “un misterio” y la compara con la relación de Cristo con la Iglesia. Vale la pena estudiar detenidamente Efesios 5:25-33.

La relación sexual es un medio de perfeccionar la unión espiritual de la pareja, de avanzar en el camino de su recíproca integración y de solidificar su institución conyugal y familiar.

El tema de este capítulo se presta para considerar algunas situaciones particulares en la relación de pareja.

Disfunciones sexuales

Impotencia

Es la imposibilidad en el hombre de tener o de mantener la erección. Hay dos tipos de impotencia: primaria y secundaria. La primaria es mucho menos frecuente que la secundaria y su tratamiento no proporciona grandes éxitos. Sus causas generalmente pueden ser: fallo en el primer coito frecuentemente con una prostituta, prácticas homosexuales durante la adolescencia (diferente a la homosexualidad transitoria) generalmente entre un adulto y un adolescente; intolerancia religiosa en el seno de la familia lo que da lugar a ideas obsesivas sobre el pecado sexual; inadecuada experiencia de aprendizaje por ejemplo cuando el varón no logra introducir su pene en la vagina y asume que es por su torpeza, lo cual lesiona su autoestima.

La impotencia secundaria se produce después de cierto tiempo de relaciones sexuales normales. La falta de erección puede no ser sistemática. Se consideran sujetos afectados de impotencia secundaria aquellos que no consiguen un 25% de relaciones sexuales normales.

Otras causas frecuentes son: excesivo consumo de alcohol y otras drogas, prácticas homosexuales, enfermedades generales como la diabetes, depresión, tensiones emocionales, fatiga u obesidad. Hay datos especializados que dan a conocer que el 90% de los casos de impotencia responde a causas emocionales y solamente el 10% se debe a enfermedades.

Frigidez

Consiste en la imposibilidad de la mujer de conseguir el orgasmo durante coitos normales. No significa ausencia de apetito sexual. Puede ser absoluta o relativa. En la absoluta la mujer no llega por ningún medio al orgasmo; en la relativa logra conseguirlo de otra forma como por la manipulación del clítoris o de los pechos por parte de su compañero pero no mediante el coito vaginal.

El 90% de los casos de frigidez se deben a causas emocionales, entre ellas la creencia de que el placer sexual es inmoral y que disfrutarlo es malo o vergonzoso; experiencias de abuso en la infancia, o cuando en el seno de la familia las niñas han visto actitudes de rechazo frente a sucesos normales como la menstruación, el parto, etc.

Sólo una escasa minoría de mujeres padece de frigidez por anomalías físicas como daños en las paredes de la vagina o tumores benignos en los genitales.

Vaginismo

Consiste en la imposibilidad de relajación de los músculos vaginales, lo que provoca la formación de un anillo vaginal doloroso en el tercio externo de la vagina que impide la penetración del pene. Algunos autores califican al vaginismo como parte de la frigidez.

Igual que en los casos anteriores, la mayoría de veces el vaginismo se debe a causas emocionales. En pocos casos, especialmente en mujeres menopáusicas se debe a deficiencia de hormonas estrogénicas.

Dispareunia

Significa coito doloroso. Puede deberse a varias causas. Para facilitar su comprensión las resumiremos en dos tipos:

Sicológicas. Traumatismos en las primeras relaciones sexuales, estímulos sexuales incorrectos o insuficientes.

Orgánicas. Desgarres del himen, heridas superficiales dolorosas; inflamaciones, tumores, infecciones por hongos u otros gérmenes; reacciones alérgicas al contenido de espumas o gelatinas contraceptivas, irritación debido al uso de preservativos mal colocados.

En la menopausia la insuficiencia hormonal puede provocar sequedad de la vagina y por consiguiente dolor.

TEMA 5: MI SER SEXUAL

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo	Oración	El Facilitador/a saluda, pide mediante una oración la dirección del Señor, dirige la alabanza, la lectura de la Palabra y la reflexión. Cantares 1:1-4.	Guitarra Biblia	00:10
	Ambientar	Dinámica Los saludos	El Facilitador/a instruye para que los participantes saluden entre ellos con diferentes partes del cuerpo, por ejemplo: manos, brazos, codos, hombros, espalda, rodillas y sonidos de animales, etc.		00:05
	Vivenciar	Experimentar los sentidos	En parejas que se eligen espontáneamente se ejercitan los sentidos por el lapso de 6 minutos. Durante los primeros tres minutos la una persona describe lo que ve, lo que huele, palpa, oye en el lugar que se encuentran. Luego de tres minutos, lo hace la otra persona. En el caso de no disponer de un espacio abierto, usar diferentes objetos y elementos para ejercitar los sentidos. Cuando han regresado a la sala, se pondrán cómodos para escuchar música apropiada para el tema mientras saborean un chocolate.	Objetos para experimentar los sentidos: Pañuelos Música Chocolates	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Preguntar: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué descubrieron? Importancia de los sentidos. ¿Qué tienen que ver los sentidos con la sexualidad?	Pizarra Marcadores	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	Sobre los aportes del grupo hasta este momento, el facilitador/a desarrolla las definiciones de: <ul style="list-style-type: none"> • Sexo, sexualidad, sensualidad, y genitalidad. Gn 2:24. • Dimensiones de la sexualidad: Individuo, familia. • La respuesta sexual en el varón y en la mujer. Su trascendencia en la vida de pareja. 	Acetatos Biblia Proyector	00:20
	Visualizar	Trabajo grupal	En grupos de varones y de mujeres van a analizar los siguientes capítulos de Cantares. ¿Qué aspectos de la sexualidad encuentra en estas citas? Grupo de mujeres: Cnt 5:9-16. Grupo de varones: Cnt 7:1-9. El Facilitador/a reemmarca los aportes y promueve el elogio entre los grupos.	Papel Lápiz Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:20
	Ensayar	Cuestionario	Cuestionario por grupos: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué entienden por sexo, sexualidad, sensualidad y genitalidad? 2. Explique en que consisten las dimensiones individual y de pareja de la sexualidad humana. 3. Fases de la respuesta sexual humana. 4. Explique en que consiste las dimensiones familiar y en sociedad de la sexualidad humana. 	Cuestionarios impresos	00:10
	Integrar	Tarea	Resumen de lo trabajado. En las próximas dos semanas cada participante separará un tiempo para compartir con una persona de su familia que puede ser niño, joven, adulto, anciano, al menos una experiencia que tenga que ver con la sensualidad. Ejemplo compartir un helado, mirar un paisaje, escuchar música juntos, ofrecerse para dar un masaje etc.	Papel Lápiz	00:15

Hoja Guía

Tema 6: Varón y mujer los creó



Objetivos

1. Que los participantes analicen la influencia de la cultura en la creación de mitos relacionados con la sexualidad, la conceptualización de género, la determinación de roles sexuales.
2. Que los participantes reflexionen acerca de la pornografía, pornofonía y pornomímica.
3. Que los participantes definan el papel de la iglesia para enfrentar de una manera responsable la influencia social y cultural sobre la sexualidad y facilitar una vivencia saludable de ésta.
4. Que los participantes aprendan destrezas para mejorar la comunicación interpersonal: la escucha empática y la expresión de sentimientos.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere Santiago 3:13-18

Trabajo grupal

Planificar actividades preventivas

Revisión bíblica: Pro 18:21; 12:25

Juego de roles

Llenar cuestionarios

Compromiso personal



Contenido básico

Concepto de mito y papel que juega en la comprensión y vivencia de la sexualidad.

Concepto de género desde el punto de vista socio-cultural.

Roles sexuales.

Papel de la iglesia frente a la influencia social y cultural sobre el entendimiento de la sexualidad.

Concepto de comunicación y tipos de ésta.

Destrezas para mejorar la comunicación interpersonal: la escucha empática y la expresión de sentimientos.



Recursos materiales

Biblia

Pizarra y marcadores

Papel y lápices

Acetatos

Papelotes y marcadores

Mitos escritos en tarjetas

Proyector de acetatos

VARÓN Y MUJER LOS CREÓ

Contenido básico

Es maravilloso comprender cómo muchos de los descubrimientos que realizan las ciencias son verdades que la Biblia con su milenaria historia nos viene enseñando.

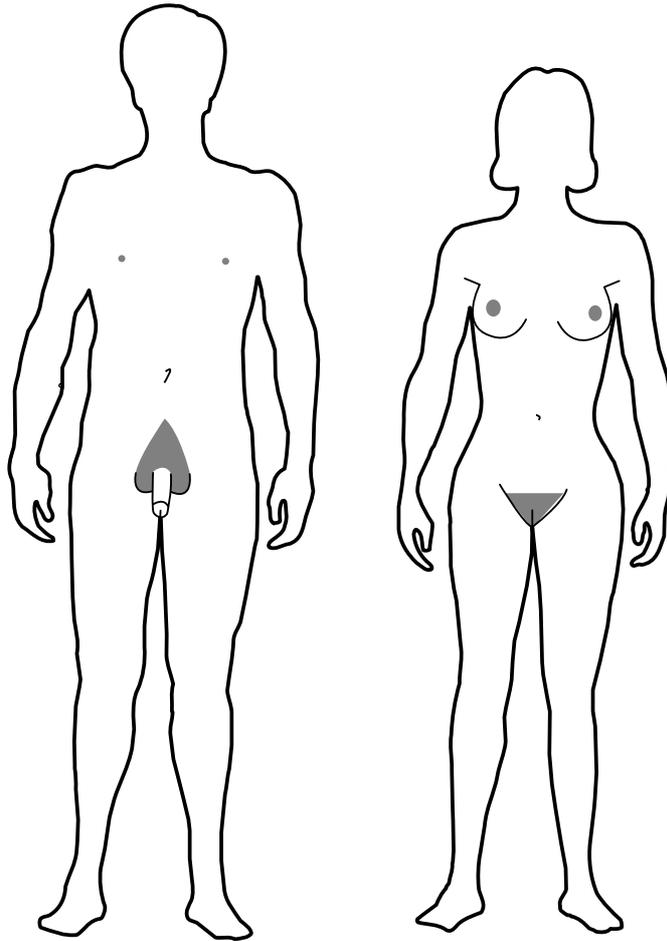
Estos descubrimientos que tienen que ver con áreas antropológicas, sociológicas, psicológicas o médicas, son importantes en la medida en que nos ayudan a conocer y a corroborar la naturaleza con que Dios nos ha creado.

En capítulos anteriores hemos reflexionado en el hecho de que somos creación de Dios, hechos a su imagen y semejanza, creados como varón y mujer. Esto significa que si bien hombres y mujeres venimos de la misma creación y naturaleza, somos diferentes.

Sin lugar a dudas, las diferencias más evidentes se dan en el aspecto orgánico, es decir en lo físico y fisiológico. En los primeros años de vida, hasta la pubertad aparte de los genitales externos (pene y vulva) prácticamente no existe ninguna otra diferencia física.

A partir de la pubertad tanto hombre como mujer van tomando características propias a las que definimos como “caracteres sexuales secundarios”. Los hemos estudiado en el tema 3, pero los resumiremos aquí debido a su importancia.





Caracteres sexuales secundarios

Carácter sexual	Hombre	Mujer
Forma del vello pubiano	Triangular hacia arriba	Triangular hacia abajo
Distribución de la grasa	Abdominal	Pelviana
Distribución del vello corporal	Piernas, pecho, cara	Ninguna
Grosor del cabello	Grueso	Fino
Grosor de la piel	Gruesa	Fina
Tono de voz	Grave	Agudo
Desarrollo de los senos	No	Sí
Genitales externos	Pene	Vulva y vagina
Desarrollo de la masa muscular	Sí	No
Tendencia a la calvicie	Sí	No
Tendencia a la osteoporosis	No	Sí
Desarrollo de la cintura escapular	Sí	No
Desarrollo de la cintura pelviana	No	Sí

Otros aspectos que tienen que ver con las diferencias sexuales orgánicas y fisiológicas según los estudios de David McClelland (Universidad de Harvard) son:

- El hombre promedio es un 6 % más alto que la mujer promedio.
- El hombre promedio tiene un 20% más de peso que la mujer promedio.
- Los músculos más grandes en los varones le permiten levantar más peso, lanzar una pelota más lejos, o correr más rápido que la mayoría de las mujeres.
- Los hombres tienen un nivel de metabolismo más alto, producen más energía física que las mujeres, y por lo tanto necesitan más comida para mantener el cuerpo funcionando a toda su capacidad.
- La sangre del varón contiene más glóbulos rojos que la de la mujer; 300.000 más en promedio.

Al parecer estos datos nos hablan de una superioridad física del hombre respecto de la mujer. Sin embargo, estudios recientes nos demuestran también otras realidades:

- De 130 a 150 varones son concebidos por cada 100 mujeres; al momento del nacimiento solo lo hacen 106 por cada 100 mujeres.
- Hay un 25% más de hombres que nacen prematuros respecto de las mujeres.
- En el primer año de vida, la mortalidad en varones es un 30% más alta que en mujeres.
- Las infecciones digestivas, respiratorias y enfermedades circulatorias, afectan a los varones en mayor número que a las mujeres.
- Las mujeres son usualmente unas cuantas décimas de grado de temperatura más frías que los hombres; ésa puede ser la razón por la que requieran menos comida para mantener un peso constante.

¿Con estos datos podemos decir que existe una superioridad del hombre respecto de la mujer? ¿Cuál es el sexo débil y el sexo fuerte? Hacer polémica del tema de la superioridad física del hombre o de la mujer no tiene sentido, es infructuosa. Lo importante es conocer que somos diferentes, respetar esas diferencias, y aceptarnos y amarnos como somos.



A pesar de que las diferencias físicas y orgánicas son las más evidentes, son las diferencias psicológicas y emocionales las menos entendidas y las que más dificultades nos traen en la vida diaria. Muchos de los problemas que tenemos en nuestra comunicación y relación de pareja se originan en el hecho de que no somos conscientes de estas diferencias. En lo cotidiano, gastamos mucho tiempo y energía tratando de cambiarnos el uno al otro; queremos que nuestra pareja piense, actúe y reaccione como nosotros.

Hoy en día es muy polémico el asunto de las diferencias entre varón y mujer, en el sentido de cuánto estas diferencias son influenciadas por la cultura, y cuánto corresponden a la naturaleza de cada sexo. A continuación citamos algunas creencias muy arraigadas que influyen en la relación hombre-mujer y afectan también su comunicación (Wright N., 1994):

- La mujer es un ser que percibe emocionalmente; el hombre es un pensador lógico.
- Para la mujer el lenguaje hablado es una expresión de lo que ella siente; para el hombre el lenguaje hablado lo que él está pensando.
- El lenguaje escuchado por una mujer se convierte en una experiencia emocional; el lenguaje que es escuchado por un hombre se convierte en información recibida.
- Las mujeres tienden a tomar todo en forma personal; los hombres tienden a tomar todo en forma impersonal.
- Las mujeres están interesadas en los detalles, en pequeñeces; los hombres están interesados en lo principal, lo abstracto, lo filosófico.
- En el plano espiritual, los hombres miran hacia las metas; las mujeres desean saber cómo llegar a ellas.
- En cuanto a cosas materiales, las mujeres tienden a mirar las metas; los hombres desean saber cómo llegar a ellas.
- Los hombres son como gabinetes de archivos. Ellos toman los problemas, los archivan, y cierran la gaveta. Las mujeres son como las computadoras: sus mentes siguen pensando sobre el problema hasta que lo resuelven.
- El hogar de la mujer es la extensión de su personalidad; el trabajo del hombre es la extensión de su personalidad.
- Las mujeres necesitan tener seguridad y raíces. Los hombres pueden ser nómadas.
- Las mujeres tienden a culpar; los hombres a ser rencorosos.
- Los hombres son estables y medidos; las mujeres siempre están cambiando.
- Las mujeres tienden a involucrarse con más facilidad y más rápidamente; los hombres tienden a retroceder y a evaluar la situación.
- A los hombres hay que decirles una y otra vez las cosas; las mujeres nunca se olvidan.
- Los hombres tienden a recordar la clave de un asunto; las mujeres tienden a recordar detalles y distorsionan la clave del asunto.

Estas creencias que las personas tienen acerca de los hombres y las mujeres a veces son tan firmes y radicales que se convierten en factores determinantes de su comportamiento y reacciones hacia otras personas, incluyendo su cónyuge.

Siendo un tema tan controversial, las posiciones de los estudiosos son extremas; por un lado algunos hablan de que no hay diferencias y otros por el contrario dicen que hombres y mujeres son totalmente diferentes.

En un estudio hecho en la Universidad de Stanford (Jacklin y E.E.Maccoby, 1994) en el que se revisaron más de 2.000 libros y artículos sobre las diferencias entre el varón y la mujer, se presentaron conclusiones que permiten rechazar algunos de los mitos sobre las diferencias de los sexos.

Resumieron que los sexos no se diferencian en:

1. Sociabilidad
2. Autoestima
3. Motivaciones para lograr las cosas
4. Facilidad para aprender de memoria las cosas
5. Mente analítica
6. Susceptibilidad a la influencia del medio ambiente
7. Reacción a estímulos auditivos o visuales.

Por un lado, la ciencia se ha preocupado de estudiar tanto las diferencias como las semejanzas entre hombres y mujeres; por otro lado la cultura popular ha construido sus propias realidades ficticias o mitos alrededor de este tema.

Género y “modelos” de masculinidad y feminidad

Género es el “conjunto de características sociales atribuidas a una persona según su sexo biológico” (Calabrese, Quirós, et al., 1998).

La palabra género tomó más importancia desde la década de los setentas cuando empezó a ser usada dentro de las ciencias sociales con un nuevo significado. Este significado se refiere al hecho de que es la sociedad la que establece lo que es propio de las mujeres y de los hombres, creando modelos de acuerdo a sus intereses y necesidades, y obliga a todos a ajustarse a estos modelos.

Ejemplos de “modelos” de masculinidad y feminidad bajo la interpretación de género, son los siguientes:

Para las mujeres:

1. Que la niña sea agraciada
2. “Siéntese bien y no salga sola”
3. Debe ser una mujer de hogar, hacendosa, callada y sonriente
4. La mujer es monógama
5. La mujer es abnegada, sacrificada
6. La mujer es recatada, prudente
7. La mujer es impulsiva, atolondrada, imprevisora

¿Y... qué es un mito?



Un mito es un conjunto de creencias o imágenes idealizadas que se forman alrededor de un personaje, un acontecimiento histórico o un fenómeno. El mito refleja las formas de pensar de un pueblo y es el resultado de la necesidad de justificar el orden natural y social existente, más allá de toda explicación. El mito cumple una función social tanto por su contenido como por la forma de su transmisión.

En cuanto a la sexualidad, los mitos han contribuido a crear ideas erróneas y en algunos casos participan de ciertos prejuicios tradicionales sobre la mujer, el hombre y el matrimo-

nio. Hasta hoy en día persisten creencias que nos encadenan y nos conducen a comportamientos inadecuados y perjudiciales para las relaciones interpersonales. Citaremos algunos mitos de los más comunes (Sanz, J.J):

1. El hombre debe tener experiencias sexuales a una edad temprana y con más frecuencia que la mujer, pues no puede controlar su apetito sexual.
2. El hombre debe llegar al matrimonio con experiencias sexuales para enseñar a la mujer.
3. La única expresión de sexualidad es la relación genital o coital.
4. El sexo es lo más importante en una pareja.
5. La mujer debe esperar las proposiciones del hombre.
6. La mujer solo se realiza a través de la maternidad, se debe exclusivamente a su esposo y a sus hijos.
7. Un buen marido es el que mantiene a su esposa y a sus hijos.
8. El hombre es más pasional por lo que se le permite la infidelidad; en la mujer la infidelidad es mucho más grave y peligrosa.
9. Todas las prácticas sexuales son cuestiones de gusto y no tienen por qué ser prohibidas.

Después de revisar brevemente el significado de los mitos en cuanto a la sexualidad creemos importante ocuparnos de otro término que cada vez va adquiriendo mayor importancia en nuestra sociedad: el concepto de género.

Para los hombres:

1. Que el varón sea fuerte
2. No muestre miedos ni debilidades (no llore)
3. Aprenda a andar solo y sobre todo, “no se deje”.
4. El hombre es polígamo
5. El hombre es cómodo
6. El hombre es agresivo, audaz
7. El hombre es planificador, previsor

El concepto de género promueve los modelos de relacionamiento hombre-mujer y refleja una dimensión simbólica de lo masculino y femenino que se evidencia en las actitudes cotidianas. En nuestro medio los atributos, actividades y formas de relación atribuidas a los hombres son valoradas positivamente mientras que las características atribuidas a las mujeres son calificadas como menos importantes. Sin embargo, esta jerarquía en la valoración de lo masculino y femenino responde a una construcción social y no a diferencias biológicas.

El comportamiento individual tiene estrecha relación con la organización social. Las ciencias sociales hacen evidente esta relación a través del término *rol*.

¿Qué es un rol?

La palabra *rol* tuvo su origen en el teatro y se usaba para referirse a la representación que los actores hacían de los diferentes papeles. Este término se amplió para demostrar las diversas funciones o papeles que las personas cumplen en la sociedad. Así, por ejemplo: rol de madre, rol de padre, rol de jefe, rol de empleado, rol de hijo.

Características de los roles

1. Son estables, la gente los mantiene durante períodos largos de tiempo.
2. Abarcan sentimientos, emociones, acciones, responsabilidades y derechos que la sociedad les concede.
3. Están basados en conjuntos de normas y valores que los legitiman.
4. Son recíprocos. Ejemplo: Para desempeñar el papel de amante debe haber a quién amar. Al hablar de rol de madre tenemos que hablar de rol de hijo.
5. Son punibles, es decir que cuando alguien desempeña mal su rol, el grupo social lo castiga. Estas sanciones pueden ser desaprobación, amenaza, exclusión u otras legisladas como multa o amonestación.
6. Los roles son aprendidos mediante los mensajes, modelos y enseñanzas directas recibidas en la familia, el barrio, la escuela y los medios masivos de comunicación.
7. Son acríticos; esto es que la gente no se cuestiona por qué tiene que comportarse de tal o cual manera. El proceso de socialización hace que su conducta le parezca normal ya que se ha venido llevando a cabo desde siempre.

Dentro de los roles, figura la categoría de *rol sexual*.

¿Qué es el rol sexual?

Es el comportamiento, el papel atribuido al sexo que la persona posee: hombre o mujer, es decir a la conducta de hombre o mujer dentro de la sociedad. Los roles sexuales están clasificados por edades. Cada período varía en cuanto a las normas de la conducta sexual aprobadas, desaprobadas o toleradas, según la sociedad.

Los padres son el primer modelo del niño para que éste aprenda el significado del comportamiento como hombre o como mujer. La diferencia biológica al nacer es reforzada en el campo psicológico y el bebé aprende a actuar como niño o como niña.

La sociedad refuerza las conductas que se consideran como propias de la masculinidad o feminidad mediante diversos modelos de imitación haciendo que el *sexo* trascienda de lo anatómico a lo psicológico y llegue a todo el ser, en lo que se llama *género*.

La literatura infantil asigna papeles propios para niños y niñas, por ejemplo, cenicientas y príncipes azules; o sapos y bellas princesas. Este patrón se repite en telenovelas donde a los adolescentes y jóvenes se les da la oportunidad de reforzar, para los hombres su papel de fuertes, valientes, decididos, ambiciosos y para las mujeres sus roles de débiles, dependientes, sumisas, emotivas, intuitivas. No es bien visto que el hombre sea tierno y delicado ni que sea ella quien maneje las cosas.

Estos patrones se repiten en los juegos y conforme el niño y la niña van creciendo adquieren la idea de que hay un cierto estatus (estado o condición) para su sexo. Cuando llegan a la edad adulta, el juego por mantener el estatus es el mismo, cambia su contenido pero no las reglas y así, por ejemplo, ganar seguirá siendo un signo de masculinidad.

La asignación de roles tiene una importancia enorme en la vida, al punto de que muchas personas por mantener su rol sacrifican sus emociones, sentimientos, aspiraciones. Tal es el caso del padre que limita sus expresiones de ternura porque “tiene que ser el hombre fuerte”.*

Después de este breve análisis de la influencia de la cultura, de la sociedad y aún de la religión en la construcción de mitos, definición de género, y asignación de roles, vemos que esto se convierte en una secuencia cíclica.

Su repercusión alcanza a hombres y mujeres, matrimonios, familias y a la sociedad toda al poner a ambos en posiciones antagónicas y de competencia, al limitarlos en sus capacidades, potencialidades e imposibilitarlos o condicionarlos para reflejar y expresar libremente la imagen de Dios en ellos.

Llegados a este punto queremos retomar el principio manifestado en la Biblia en Génesis 1:31 donde Dios declara que “todo lo que hizo era bueno en gran manera”, y lo reconfirma de manera específica en relación con el ser humano: hombre y mujer, en 1 de Corintios 11:11 y 12 cuando expresa:

“Pero en el Señor, ni el varón es sin la mujer, ni la mujer sin el varón; porque así como la mujer procede del varón, también el varón nace de la mujer; pero todo procede de Dios”.

Dios en su Palabra establece principios de equidad que garantizan una vida satisfactoria en el cumplimiento de lo que equivaldría a roles, según los sistemas sociales. Así por ejemplo encontramos roles de:

* De igual manera cuando la mujer cumple únicamente su rol de esposa y madre pasiva, obediente y sumisa, se limita, se estanca en su desarrollo como persona, se niega la oportunidad de aportar a la familia y a la sociedad con todos los recursos que Dios puso en ella cuando la creó.

* Efectivamente, esta porción de la Escritura pone énfasis en la responsabilidad de cada uno de los miembros de la familia para una convivencia familiar armoniosa. Claramente se puede notar como Pablo se extiende en los deberes de los esposos y esposas, seguramente porque la unión matrimonial es el reflejo de la unión de Cristo con la Iglesia. Sin embargo, con mucha frecuencia, en nombre de la sujeción de la esposa hacia el esposo, se cometen muchas injusticias y discriminaciones en contra de la mujer.

A propósito de Efesios 5:21-33 se podría reflexionar largamente, no obstante, para nuestros propósitos, basta decir que la recomendación bíblica es de sujeción mutua y respeto recíproco (v. 21) como normas de conducta apropiadas para cristianos, en quienes es de suponer que el amor guía su vida íntegramente.

El mismo apóstol Pablo en su carta a los Gálatas, deja claro que con la venida de Jesucristo todos somos hijos e hijas de Dios y radicalmente iguales ante Él, ha quedado suprimida toda discriminación por razones sociológicas, raciales, políticas, sexuales, pues todos y todas estamos "revestidos/as de Cristo".

"Ya no hay judío ni griego; no hay esclavo ni libre; no hay varón ni mujer; porque todos vosotros sois uno en Cristo Jesús".
Gálatas 3:28.

"Hijos, obedeced a vuestros padres en todo; porque esto agrada al Señor".

"Padres no exasperéis a vuestros hijos para que no se desalienten".

"Siervos, obedeced en todo a vuestros amos terrenales, no sirviendo al ojo, como los que quieren agradar a los hombres, sino con corazón sincero, temiendo a Dios". Col 3:20-22.

"Amos, haced lo que es justo y recto con vuestros siervos, sabiendo que también vosotros tenéis un Amo en los cielos". Col 4:1.

En relación con la pareja Dios establece más allá de roles un orden y aun todavía se pone como modelo cuando compara al matrimonio con la relación de Cristo y la iglesia. Así nos lo enseña Efesios 5:21-33.*

Independiente de roles, diferencia por género, u otras características atribuidas por los sistemas sociales sean estos políticos, religiosos, económicos, culturales, Dios establece principios de conducta donde no hay "ni varón ni mujer, ni esclavo ni libre, ni rico ni pobre, ni jóvenes ni ancianos", sino que a todos nos manda:

"Sed pues, imitadores de Dios como hijos amados". Ef 5:1.

Dios mismo modela, en Jesucristo, este tipo de conducta, pues la Biblia nos enseña que Jesús contravino las costumbres implantadas en su tiempo, y se juntaba con niños, mujeres, samaritanos, personas marginadas por diferentes condiciones tales como enfermos, delincuentes y prostitutas; relaciones prohibidas para los judíos en aquel tiempo.

Es necesario aclarar que al relacionarse Jesús de tal modo con las personas no era con el propósito de contravenir la ley sino para cumplir el deseo de Dios revelado en Romanos 13:10:

"El amor no hace mal al prójimo; así que el cumplimiento de la ley es el amor".

Ese amor que proviene de Dios se resume en la propuesta de Jesús pronunciada en Nazareth:

"El Espíritu del Señor está sobre mí, por cuanto me ha ungido para dar buenas nuevas a los pobres, me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; a pregonar libertad a los cautivos y vista a los ciegos; a poner en libertad a los oprimidos; a predicar el año agradable del Señor". Lc 4:18-19.

De manera que si en el pasado hemos aprendido costumbres y patrones de comportamiento de igual manera podemos cambiar y adoptar nuevos modelos y nuevas conductas comenzando por reaccionar de manera diferente a lo impuesto por los sistemas sociales. Si Dios nos deja conocer sus verdades comunicándose con nosotros a través de su Palabra, entonces es coherente que nosotros revisemos nuestras maneras de comunicarnos.

Comunicación y sexualidad

Así como la alimentación es una necesidad vital en las personas, la comunicación también lo es. Comunicarse es sinónimo de vida. Dios nos creó como seres racionales y éste es un aspecto de nuestra semejanza con Él.

Así como Él se comunica consigo mismo en su naturaleza tripersonal, así también los seres humanos estamos hechos y capacitados para comunicarnos entre personas del mismo sexo y entre hombres y mujeres.



Dios mismo nos creó para comunicarse con nosotros y mantiene vigente este propósito.

“Fiel es Dios, por el cual fuisteis llamados a la comunión con su Hijo Jesucristo nuestro Señor”.

1 Co 1:9

En las relaciones interpersonales, cuando falta la comunicación, la relación se rompe, trae innumerables consecuencias no solo para los directamente involucrados sino para sus familias y entorno en general.

De manera que la comunicación es intercambio de vida, de amor, de expresión, de afecto o desafecto; es toda conducta que influye en la conducta del otro. Desde el principio Dios se comunicó de una manera directa. La creación es obra de su palabra:

“Por la fe entendemos haber sido constituido el universo por la palabra de Dios, de modo que lo que se ve fue hecho de lo que no se veía”. Heb 11:3.

Parafraseando lo que dice Juan 1:1 diríamos:

“En el principio era la palabra, y la palabra era con Dios, y la palabra era Dios”

Podríamos dedicar un capítulo completo al estudio del “poder de la palabra” y de la “palabra de poder” en nuestra relación con Dios, en nuestras relaciones interpersonales y en nuestra relación con todo lo creado. Con razón la Biblia dice en Proverbios 18:21:

“La muerte y la vida están en poder de la lengua, y el que la ama comerá de sus frutos”.

El poder de la palabra que Dios nos muestra desde la primera página de la Biblia, la ciencia “lo descubrió” a mediados del siglo veinte. Se siguió sistematizando hasta que en los años setenta Von Foerster y su escuela del constructivismo comprobaron que la realidad es construida, mantenida y modificada mediante el lenguaje.

La comunicación significa comunión. Significa “con vínculos”. La comunicación es un proceso que requiere de una representación mental expresada por medio del lenguaje y no es sólo la transmisión de información sino que su principal objetivo es acordar o co-crear (“crear junto con”) un significado mediante los símbolos que usamos: palabras, gestos, tonos de voz, movimientos del cuerpo, miradas y períodos de silencio.

También estas formas de comunicación las encontramos descritas en toda la Biblia. Así Dios se “manifiesta” o se comunica a través de todo lo creado como sostiene Romanos 1:19-20:

“Porque lo que de Dios se conoce les es manifiesto, pues Dios se lo manifestó. Porque las cosas invisibles de Él, su eterno poder y deidad, se hacen claramente visibles desde la creación del mundo, siendo entendidas por medio de las cosas hechas, de modo que no tienen excusa”.

Jesús se comunicó con palabras, es decir verbalmente pero también usó comunicación no verbal, por ejemplo en Lucas 22:61-62:

“Entonces vuelto el Señor, miró a Pedro; y Pedro se acordó de la palabra del Señor, que le había dicho: Antes que el gallo cante me negarás tres veces...”

Pedro entendió lo que le comunicó la mirada de su maestro:

“... Saliendo afuera lloró amargamente”.

Jesús asimismo mostró su sufrimiento sin necesidad de hablar, lloró ante la muerte de su amigo Lázaro (Jn 11:35). Entonces podemos afirmar que el principio de la comunicación en sus diferentes formas proviene de Dios mismo.

Existe una premisa con la que podríamos resumir cómo la comunicación está presente en todos los instantes de la vida. Aun cuando dormimos, comunicamos algo.

Es imposible no comunicar



La comunicación es un proceso muy particular en cada persona, pues tiene que ver con:

- Su propia manera de ver el mundo, el cosmos.
- Su experiencia o historia de vida.

Estos factores determinan la manera individual y propia de comunicarse e interpretar los mensajes que recibe. Ross Campbell (Wright, 1994) habla de dos tipos de comunicación: emocional y cognoscitiva o intelectual.

Nadie en su comunicación es completamente cognoscitivo o completamente emocional. ¿Acaso una persona que expresa sus sentimientos piensa sin lógica o es incapaz de decidir con lógica? ¿Una persona que se comunica de manera intelectual no experimenta sentimientos?

Muchos hombres y mujeres usan su intelecto para defenderse contra sus sentimientos. Creen que expresar sus sentimientos es señal de debilidad. Hombres y mujeres tienen las mismas emociones y sentimientos; lo que difiere es la forma de expresarlos.

En el desempeño de nuestro trabajo hemos podido comprobar que las personas que guardan sus sentimientos viven consecuencias destructivas para sí mismas y sus relaciones interpersonales.

- Se vuelven fácil presa de desajustes emocionales
- Tiene una imagen confusa de sí mismas
- Tienen baja tolerancia a la crítica
- Son vulnerables en situaciones imprevistas
- En su afán de protegerse evitan relaciones cercanas y nuevas relaciones; es decir, se aíslan socialmente.
- Su retraimiento los puede conducir al alcohol u otras adicciones.

Cuando no expresamos los sentimientos mediante la palabra, el cuerpo se encarga de manifestarlos en su “propio lenguaje”: dolores, malestares, tensiones musculares, mareos o enfermedades concretas como gastritis, infartos. Hay estudios demuestran que el 75% de las enfermedades corresponden a esta categoría que se conoce con el nombre de enfermedades sicosomáticas, es decir que “ponen en el cuerpo lo que está en el alma”.

Por tanto, si guardar los sentimientos es perjudicial para la salud personal y para la salud relacional se hace necesario adquirir destrezas para expresarlos.

Hablar implica escuchar; con esto queremos decir que es necesaria la presencia de al menos dos personas para que el proceso de comunicación sea una realidad funcional. Proponemos ejercitar el manejo de dos destrezas para facilitarla:

1. La expresión de sentimientos o contabilidad emocional o reclamo responsable.
2. La escucha empática.

1. ¿Cómo expresar los sentimientos?

Podemos enfocar este tema desde dos puntos de vista: el primero, cómo expresar nuestros sentimientos a nivel personal; y el segundo, cómo ayudar a otra persona a expresar sus sentimientos.

En el primer caso —después de tener el conocimiento de la bondad que la expresión de los sentimientos ofrece— es necesario adquirir la destreza para expresarlos, lo cual puede ser facilitado haciendo descripciones específicas de los hechos, ligándolos con los sentimientos que éstos provocan y sin culpar a la otra persona por los propios sentimientos.

Para esto los pasos a seguir son:

- a. Identificar plenamente el sentimiento experimentado y verbalizar.
Ejemplo:
“Me siento molesto...” en lugar de: “Me haces tener iras”.
“Siento miedo...” en lugar de: “Me das miedo”.
“Siento angustia...” en lugar de: “Me haces angustiarse”.
- b. Ligar en tiempo y no en causalidad, el sentimiento con la conducta específica.
Ejemplo:
“Me siento molesto cuando llegas después de la hora convenida”.
“Me siento preocupado cuando gastas más dinero de lo previsto”.
“Siento angustia cuando no haces las tareas de la escuela”.
- c. Buscar y negociar una solución que satisfaga a las dos personas.
Ejemplo:
“Me siento molesto cuando llegas después de la hora convenida, quiero que acordemos un nuevo horario en el que cumplas tu compromiso”.
“Me siento preocupada cuando gastas más dinero de lo previsto y quiero pedirte que te ciñas al presupuesto que elaboramos juntos”.
“Siento angustia cuando no haces las tareas de la escuela y quiero que acordemos que cada día las revisemos juntos”.

En cuanto a cómo ayudar a otras personas a expresar los sentimientos disponemos de un recurso que consiste en hacer las preguntas adecuadas, averiguando no sólo los pensamientos sino directamente los sentimientos.

Ejemplo. Es diferente preguntar:

- ¿Qué piensas del regaño de tu profesora?
a: *¿Cómo te sientes con el regaño de tu profesora?*
- ¿Qué pienso cuando mi pareja me rechaza?
a: *¿Cómo me siento cuando mi pareja me rechaza?*
- ¿Qué pienso cuando alguien me elogia?
a: *¿Cómo me siento cuando alguien me elogia?*
- ¿Qué pienso cuando ella me reclama?
a: *¿Cómo me siento cuando ella me reclama?*

Con seguridad las respuestas van a ser diferentes en uno y otro caso pues la expresión de los sentimientos capta la atención de la persona que escucha, da vida a la comunicación en tanto que facilita que el oyente construya imágenes y escenarios en su mente donde no sólo suenen las palabras sino que se activen las emociones y esto conduzca a la comprensión del real significado del mensaje. Experimentar emociones permite a su vez que los pensamientos se graben en la memoria.

Cuando la comunicación llega al nivel de sentimientos es más profunda. Permite entender a la otra persona desde su propia perspectiva, desde su propia vivencia. Facilita la comprensión de sus necesidades.

En definitiva, expresar sentimientos constituye una puerta que conduce a relaciones más íntimas y significativas.

La segunda destreza útil en la comunicación es la escucha empática.

2. ¿Qué es la escucha empática?

Según Gilberto Brenson (*Recuperación sicocosal, 1999*), escuchar empáticamente es “colocarse en el pellejo del otro” para percibir el mundo como él lo percibe. Es más que una compasión lastimera, más que un entendimiento intelectual; es escuchar los sentimientos del otro y sentirlos también. Es un “estar contigo”. Es captar la realidad y las vivencias interiores de las personas y luego *retroalimentarlas* (retroalimentar es dar y recibir reconocimiento) de manera comprensiva y aceptadora.

Otro enunciado que nos ayuda a comprender el significado de empatía es que es la “capacidad de sentir una emoción como la sienten otras personas”.

A través de la Biblia, también podemos entender y reforzar el concepto de empatía. Escuchar empáticamente es la capacidad de “escuchar con el corazón”.

Cuando Dios le dio a Salomón un corazón sabio y entendido, le dio un corazón que escucha (1 R 3:3-12).

Dios mismo es un Dios que escucha; así lo prueban varias porciones de las Escrituras:

“Y oyó Dios la voz del muchacho; y el ángel de Dios llamó a Agar desde el cielo, y le dijo: ¿qué tienes Agar? No temas, porque Dios ha oído la voz del muchacho en donde está”. Gn 21:17.

“Apartaos de mí, todos los hacedores de iniquidad; porque Jehová ha oído la voz de mi lloro. Jehová ha oído mi ruego; ha recibido Jehová mi oración”. Sal 6:8-9.

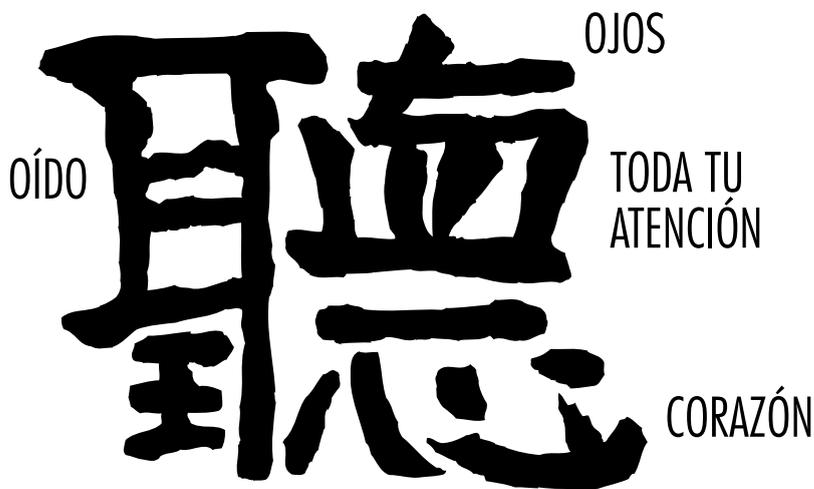
El que Dios sea un Dios que escucha tiene tres implicaciones:

1. Dios escucha a su creación.
2. El hecho de que Dios escucha, significa que reconoce que el ser humano necesita ser escuchado.
3. Dios dignifica el acto de escuchar y valora a la persona al escucharla.

La compasión de Dios y su “corazón escuchador” son evidenciadas a través de Jesucristo. El escuchó las necesidades de las personas y las respondió apropiadamente. Jesús reafirmó que el Padre es un Dios escuchador.

“...Y Jesús, alzando los ojos a lo alto, dijo: Padre, gracias te doy por haberme oído. Yo sabía que siempre me oyes; pero lo dije por causa de la multitud que está alrededor, para que crean que Tú me has enviado”. Jn 11:41-42.

Al revisar estos pasajes podemos entender el poder sanador de la oración pues cuando oramos tenemos la certeza de que Dios nos escucha. Nos permite expresar libremente lo que sentimos y pensamos. No nos juzga ni nos condena sino que nos acompaña, nos consuela y responde a nuestras necesidades.



Este ideograma chino significa “escucha empática”. Está formado por los caracteres que representan al oído, los ojos, el corazón y a la idea “toda tu atención”.

La *escucha empática* sirve para expresar amor sin egoísmo. Es una forma primaria de modelar el amor de Dios.

Si bien la expresión de sentimientos y la escucha empática mejoran la calidad de la comunicación, la salud personal e interpersonal en cuanto a relaciones y facilitan la intimidad; sin embargo, no significa que sean la solución para todos los problemas de comunicación.

La comunicación es un arte que debemos aprender y desarrollar en todas las áreas de la vida el crecimiento personal e interrelacional.

Requisitos para escuchar empáticamente

- a. Despojarse temporalmente de sus propios criterios.
- b. Comprometerse física y mentalmente a escuchar.
- c. Concentrarse en la otra persona.
- d. Evitar ponerse a la defensiva.
- e. Reconocer la validez de las percepciones y los sentimientos del otro, aunque no sean lógicos.
- f. Aceptar incondicionalmente a la persona, sin que esto signifique estar de acuerdo con sus conductas u opiniones.
- g. Escuchar sin interrumpir innecesariamente.
- h. Reconocer los signos de su propia ansiedad.
- i. Aceptar que no necesariamente se va a llegar a la solución del problema.

Para escuchar empáticamente es necesario aguantarse las ganas de:

Amonestar	Juzgar
Culpar	Dar soluciones
Sermonear	Advertir
Moralizar	Criticar
Ridiculizar	Psicoanalizar
Imponer	Dictar cátedra
Espiritualizar	

Como resultado de ser escuchados empáticamente, las personas:

- Se sienten comprendidas.
- Sienten libertad de hablar de sus problemas, no se reprimen.
- Toman conciencia de sus responsabilidades y de sus capacidades para resolver sus problemas.
- Se neutraliza la agresividad y defensividad.
- Se fortalecen las relaciones interpersonales.

(Gilberto Brenson, 1999)

El acto sexual y la comunicación

El acto sexual es una de las formas más importantes de comunicación del ser humano en pareja. Mediante éste expresamos nuestros más profundos anhelos y sentimientos hacia la persona amada. No obstante, debemos ratificar que el hombre y la mujer llegan al acto sexual de diferente manera.

El hombre se excita básicamente a través de la vista, o de los recuerdos que puede traer a su mente. Una caricia, la visión del cuerpo de su esposa o una parte del mismo, puede ser suficiente estímulo para excitarlo.

Para el hombre la realización del acto sexual, es la puerta de entrada a un estado de comunicación muy abierto y fluido ya que, luego de la cópula, se siente en la libertad y capacidad de hablar y expresar a su pareja lo que siente y piensa en cuanto a la relación y a sí mismo.

En cambio para la mujer el estado ideal para llegar a una relación sexual satisfactoria es haber recibido un trato suave, haber sido reconocida en sus virtudes, en sus cualidades, haber recibido elogios en cuanto a lo físico, haber sido escuchada y comprendida en cuanto a sus pensamientos y sentimientos, es decir haber satisfecho sus necesidades emocionales, al menos en las últimas horas antes del coito.

Al respecto nos parece oportuno citar lo que responde Ed Wheat (1980) cuando le hacen la siguiente pregunta: ¿Por qué Dios hizo a los hombres y las mujeres tan diferentes en cuanto a la duración del tiempo que necesitan para la excitación sexual?

Si los hombres y las mujeres quedaran satisfechos con un corto período de excitación sexual, el acto sexual llegaría a ser una experiencia breve y mecánica. Si los dos necesitaran un largo tiempo para llegar a estar excitados, la experiencia podría llegar a ser aburrida y monótona. Algunos ni siquiera se preocuparían por ella.

Como los hombres y las mujeres son diferentes, al marido se le da la oportunidad de aprender el dominio de sí mismo y se le anima a que investigue y que emplee las técnicas imaginativas que complacen a la mujer. Tiene la oportunidad de desarrollar la paciencia y la ternura en la comunicación física, mientras ella aprende a mantenerlo sexualmente excitado e intrigado. Las diferencias que existen entre los hombres y las mujeres ofrecen una base para la interacción creadora e interesante y enriquecen la relación sexual dentro del matrimonio.

La mayoría de problemas sexuales en el matrimonio tienen poca relación con las técnicas físicas, más bien tienen su origen en el grado de satisfacción de las necesidades emocionales. Tanto el hombre como mujer necesitan del amor como factor indispensable para vivir plenamente el acto sexual como la expresión de la comunicación de manera íntegra.

Como acto de amor también recordar que el cuerpo tiene su propio lenguaje. Hombre y mujer necesitan entenderlo y escucharlo, para respetarlo y comunicarse de modo que sea agradable para los dos.

En el matrimonio hombre y mujer no sólo se complementan para acompañarse sino también para los placeres mutuos de una sexualidad y una unidad física compartidas.

Medios de comunicación y sexualidad

Al hablar de comunicación en su relación con la sexualidad consideramos importante dedicar un espacio a los medios de comunicación pues cada vez más hacen de la sexualidad un objeto de consumo. “El sexo vende” es algo más que un cliché, es un hecho.

El mercado latinoamericano no escapa de esta influencia y cada producto que se ofrece en venta usa para su promoción mensajes visuales, auditivos en algunos casos sutilmente sugestivos y en otros abiertamente explícitos. La radio, la música, la prensa (periódicos, revistas, folletos, tarjetas), la moda, la televisión, el cine, el Internet, son medios de información saturados de mensajes falsos y degradantes de la sexualidad, del cuerpo humano, especialmente de la mujer, aunque cada vez utiliza más cuerpos de hombres y de niños. Son mensajes que animan a jugar al libertinaje sexual bajo la mentirosa “garantía” de la falta de consecuencias. Su influencia se torna gravemente poderosa ante la carencia de valores o la adquisición de valores equivocados.

Esta influencia tendenciosa de los medios de comunicación y de la industria que está detrás inequívocamente contribuyen al agudizamiento de problemas de impacto social tales como la pornografía y la prostitución. La Iglesia no es inmune a esta influencia; de hecho sus efectos se viven en nuestras congregaciones y no podemos abstraernos de su presencia.

Frente a esta situación creemos que el pueblo de Dios tiene un papel fundamental que cumplir dirigido sobre todo a la prevención, lo que significa empezar trabajando en la familia para que la primera célula de la sociedad retome los principios eternos y verdaderos que el Señor nos permite conocer a través de su palabra: la Biblia.

TALLER 6: VARÓN Y HEMBRA LOS CREÓ. La comunicación

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y oración	El Facilitador/a saluda a los participantes. Lee Salmo 28:6 y expresa una oración pertinente.	Biblia	00:05
	Introducir el tema	Comunicación directa	El Facilitador/a hace un contraste entre la tecnología actual al servicio de la comunicación y las dificultades en la comunicación interpersonal. Tipos de comunicación: intelectual y emocional. Destrezas para mejorar la comunicación.	Acetatos Proyector	00:05
	Vivenciar	Trabajo en parejas	Se sientan en parejas frente a frente. Una persona es A y otra es B. La persona A le comenta algo a la B y la A hace todo menos escucharla durante un minuto, al cabo de lo cual, a una señal del Facilitador/a, se cambian los roles.		00:05
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo se sintieron al no ser escuchados? ¿En qué se parece esta experiencia a la vida real?	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	Desarrollar el tema de la escucha empática. Concepto, requisitos, consecuencias.	Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Cuestionario	Organizar grupos para que contesten las siguientes preguntas: Qué es empatía Qué es escucha empática Requisitos para escuchar empáticamente Beneficios de la EE	Cuestionarios escritos Lápices	00:15
	Ensayar	Trabajo en parejas	En las mismas parejas del ejercicio anterior, esta vez escucharse empáticamente. El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo se sintieron?	Pizarra Marcadores	00:10
	Vivenciar	Juego de roles	Organizar grupos, cada uno de los cuales escenifica un conflicto en el que una persona pone en otra la responsabilidad de sus sentimientos. Ej: "Me haces tener iras".		00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta a los involucrados. ¿Cómo se sintieron? Escribe en la pizarra las respuestas.	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	Desarrollar el tema de la contabilidad emocional o reclamo responsable.	Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Cuestionario	En los mismos grupos contestar las preguntas: Qué es el reclamo responsable. Consecuencias de guardar los sentimientos. Pasos del reclamo responsable.	Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Juego de roles	En los mismos grupos escenificar las mismas experiencias, esta vez practicando la destreza. Preguntar cómo se sintieron.	Pizarra Marcadores	00:15
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Luego les anima a comprometerse para practicar la escucha empática y el reclamo responsable desde hoy.	Papel Lápiz	00:10

TEMA 6B: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ: Influencia del entorno

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo	Oración	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida a los participantes. Lee el Salmo 28:6 "Bendito sea Jehová que oyó la voz de mis ruegos", y hace una oración pidiendo la dirección para el taller.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Trabajo en parejas	En parejas reciben dos mitos y además deben escribir dos mitos que sean comunes en su medio respecto de la sexualidad. ¿Cómo influyen en la comprensión de la sexualidad?	Papel Lápiz Mitos escritos	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Exponer los mitos en plenaria. Que conclusiones podrían sacar al respecto.	Pizarra Marcadores	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla los conceptos de: Mito Género Rol Rol sexual ¿Qué dice la Biblia? Col 3:18-4:1. Ef 5:1; 21-33. 1 Co 11:3.	Acetatos Pizarra Marcadores Biblia Proyector	00:15
	Vivenciar	Trabajo grupal	En grupos trabajar las siguientes preguntas: ¿De qué otras manera estamos recibiendo mensajes sobre la sexualidad?	Papel Lápiz	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Discutir la pregunta: ¿Cómo influyen en el conocimiento de la sexualidad? Exponen los resultados en plenaria. Se reenmarcan los aportes.	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla los conceptos: Pornografía Pornofonía Pornomímica	Pizarra Marcadores	00:15
	Visualizar	Trabajo grupal	Trabajar en grupos este cuestionario de conceptos: Mito Género Rol Roles sexuales Pornografía	Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Trabajo grupal	En grupos trabajar: ¿Qué podríamos hacer para contrarrestar la influencia de los mito y los medios de comunicación masiva? ¿A través de qué medios? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores	00:15
	Integrar	Compromiso	Resumir lo trabajado. Comprometerse a compartir en sus iglesias las ideas para contrarrestar los mitos y los medios.	Papel Lápiz	00:15

HOJA GUÍA

Tema 7: Lo que siembres, eso cosecharás



Objetivos

1. Que los participantes reflexionen sobre la importancia de una vivencia sana y responsable de la sexualidad.
2. Que los participantes conozcan aspectos fundamentales de las ITS, VIH/SIDA, aborto, homosexualidad y reflexionen acerca de formas de prevención de las mismas.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere Salmo 86:1-7.

Dinámica: "Me contagié"

Trabajo grupal

Videos: "El aborto", "¿Quién soy?"

Llenar cuestionarios

Trabajar afiches, panfletos, promociones radiales de vivencia responsable de la sexualidad

Planificación de prevención de ITS, aborto, homosexualidad



Contenido básico

Revisión de algunas ITS

Revisión de VIH/SIDA

El aborto

La homosexualidad

Papel de la iglesia con respecto a la educación sexual



Recursos materiales

Biblia

Papelotes y marcadores

Cinta maskin

Preguntas escritas con respecto al aborto y homosexualidad

Tarjetas para la dinámica "Me contagié"

Pizarra y marcadores

Videos, TV, VHS

LO QUE SIEMBRES, ESO COSECHARÁS

Contenido básico

A lo largo de los temas tratados hasta aquí, hemos enfocado la sexualidad hacia el reconocimiento de haber sido hechos a imagen y semejanza de Dios, para un propósito definido en un marco de amor, respeto, aceptación y satisfacción mutuos.

Capacitados para autoaceptarnos, autovalorarnos y aceptar y valorar al otro, en la consideración de que la sexualidad abarca integralmente al ser humano en sus dimensiones biológica, psicológica, social y espiritual, nos sabemos dotados de recursos para vivir una vida plena y armoniosa, disfrutando del compañerismo, la satisfacción y la complementariedad.

Sin embargo, si las conductas sexuales no son manejadas en forma adecuada, esto es, dentro del referente con que Dios nos habla a través de la Biblia, y que muchas corrientes científicas están reconociendo, luego de años de manejar un discurso liberal de la sexualidad, los resultados pueden ser muy dolorosos.

Las consecuencias afectan al ser también en una forma integral, o sea en cada una de sus dimensiones. En el aspecto físico pueden ocurrir una serie de infecciones, muchas de las cuales son mortales, como el caso del VIH/Sida, o de ciertos tipos de hepatitis.

También hay ciertas infecciones que permanecen durante toda la vida de las personas, que nunca se curan como el caso del herpes genital. Algunas infecciones pueden traer como consecuencia la esterilidad y algunas malformaciones congénitas en la descendencia.

En el caso del aborto, también pueden darse casos de mortalidad o de esterilidad para la mujer. Entre las secuelas psicológicas que ocurren después de un aborto, muchas mujeres difícilmente superan la culpa que se genera al someterse a este tipo de práctica.

En la dimensión social, el aislamiento y el rechazo del que son objeto las personas con VIH/Sida por su familia, amistades, compañeros de trabajo o estudio, así como el desprecio con que se mira a una madre soltera, son algunos ejemplos de estas implicaciones.

En el plano espiritual, la conciencia de desobediencia y pecado puede destruir la comunicación y relación con Dios y con la Iglesia.

La presencia del VIH/Sida, que provoca muerte, orfandad, destrucción de familias, comunidades y hasta pueblos enteros, es una evidente muestra de las difíciles consecuencias que inclusive rebasan el ámbito personal. De allí que es imperativo reconocer que:

“En estos tiempos, la vivencia adecuada o inadecuada de la sexualidad, se ha convertido en una opción de vida o muerte”.

Con estas breves consideraciones queremos hacer énfasis que nuestra intención al abordar este tema desde la declaración bíblica “lo que el hombre sembrare, eso segará”, no es hablar de pecado, ni de las consecuencias del pecado.

No deseamos asumir el papel de jueces de los actos de las personas, ni condenar sus conductas. Lo que queremos reenmarcar es que toda conducta tiene consecuencias, sean éstas positivas o negativas. Por otra parte, muchas de las personas que tienen que vivir las consecuencias de una sexualidad no vivida adecuadamente son víctimas de otras personas, o lo hicieron por ignorancia.

Nuestra intención es poner en manos de la Iglesia elementos científicos para facilitar la reflexión que conduzcan al hombre y a la mujer a tomar acciones responsables frente a su sexualidad.

En este sentido creemos que es importante, como punto de partida, tomar en cuenta lo que la Biblia dice en los capítulos 18 y 20 de Levítico respecto a las relaciones no permitidas, las cuales podemos resumir de la siguiente forma:

1. Relaciones de parentesco (constituyen incesto)
2. Relaciones con familiares políticos (constituyen incesto)
3. Relaciones homosexuales
4. Relaciones con la mujer del prójimo
5. Relaciones con animales (bestialismo)

Así también se señalan en Levítico 12 y 15, como períodos no aptos para mantener contacto sexual:

- El período posparto
- El período de la menstruación
- El período en que el hombre tuviere “emisión de semen”
- El período en que el hombre tuviere “flujo de semen”

En cuanto a los períodos no aptos para la mujer, la ciencia ha corroborado que después del parto los tejidos del útero y la vagina están inflamados y delicados, y por tanto, son susceptibles de contraer cualquier infección, por lo cual se recomienda esperar entre 30 y 40 días para una recuperación adecuada.

Con respecto a los días de la menstruación, si bien no se trata de un estado de enfermedad, el endometrio que no fue utilizado por ausencia de fecundación, se está desprendiendo y ello también predispone al útero a probables infecciones. Siendo la vagina el canal por donde se eliminan estos tejidos, se vuelve más vulnerable a la acción de microorganismos, a más de que se produce un malestar en la mujer.

En relación con los dos últimos períodos, según hemos investigado, la “emisión de semen” se refiere a los sueños húmedos o poluciones nocturnas. Por tanto es el tiempo en que los varones son todavía adolescentes y no están maduros para mantener un contacto sexual. El “flujo de semen”, en cambio, en este caso significaría la presencia de una enfermedad de transmisión sexual (ITS). Por consiguiente el varón debe evitar el contacto sexual hasta curarse, y así prevenir el contagiar a su pareja.

A continuación pasaremos a describir algunos temas importantes, relacionados con las conductas sexuales y sus consecuencias.

Infecciones de transmisión sexual (ITS)

Son enfermedades infecciosas que se transmiten a través de las relaciones sexuales. Hay muchos agentes causales de estas enfermedades. Haremos a continuación una breve clasificación.

VIRUS	ECTOPARÁSITOS
<ul style="list-style-type: none"> • Herpes Genital • Hepatitis B • Hepatitis A * • Papovavirus • Molusco contagioso • Cytomegalovirus • VIH 	<ul style="list-style-type: none"> • Pythirus pubis • Sarcoptes escabies
	BACTERIAS
	<ul style="list-style-type: none"> • Micoplasma Hominis • Chlamydia trachomatis • Neisseria gonorrhoeae • Treponema pallidum • Gardenela vaginalis • Haemophilus ducreyi • Calymmatobacterium granulomatis • Shigella * • Salmonella * • Campylobacter foetus * • Estreptococos del grupo B
HONGOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Candida albicans 	
PROTOZOARIOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Trichomona vaginalis • Entamoeba histolítica * • Giardia Lambliá * 	

* Se transmiten a través de relaciones anales.

Aunque no vamos a entrar a describir cada una, es importante indicar que las consecuencias que pueden traer. Estas enfermedades son:

- Enfermedad Pélvica Inflamatoria (EPI)
- Infertilidad
- Embarazo ectópico (fuera del útero)
- Aborto
- Parto prematuro
- Niños con bajo peso al nacer
- Infecciones neonatales
- Defectos congénitos
- Uretritis (inflamación de la uretra)
- Proctitis (inflamación del recto)
- Artritis aguda
- Carcinoma uterino
- Muerte

Aunque a causa del VIH/Sida aparentemente las ITS han pasado a un segundo plano, cabe manifestar como dijimos anteriormente que algunas enfermedades pueden permanecer durante toda la vida de la persona, y son una puerta de entrada para la infección por el VIH.

A continuación describiremos las más importantes.

1. Gonorrea



El agente causal de la gonorrea es la bacteria *Neisseria gonorrhoeae*. Afecta los aparatos reproductores tanto del varón como de la mujer. Los síntomas principales en el varón son: ardor al orinar y expulsión de material purulento a través de la uretra.

En la mujer en un 90% de los casos no hay síntomas, lo que la convierte en una enfermedad muy peligrosa.

En el caso de que no haya tratamiento oportuno puede llevar a la infertilidad pues ataca puntos vitales para el proceso reproductivo, como son las vías espermáticas en el hombre y las trompas de Falopio en la mujer. Además por vía sanguínea se distribuye a otras partes del organismo como las articulaciones, endocardio (capa interna del corazón), meninges (membranas que recubren el cerebro).

En el caso de producirse un embarazo se aumenta el riesgo de que sea un embarazo ectópico (fuera del útero) y en los niños que nacen, existe la posibilidad de ceguera.

Un tratamiento oportuno y adecuado asegura la curación de la enfermedad. Vale tener presente que el tratamiento debe ser realizado a la pareja, y no solamente individual.

Además se recomienda realizar una investigación de los contactos sexuales que la persona enferma pudo tener además de con su pareja habitual.

2. Sífilis



Es una enfermedad producida por una espiroqueta, el *Treponema pallidum* que puede adquirirse a través del contacto sexual o de transfusiones sanguíneas. Los embriones pueden adquirir la espiroqueta por vía de la sangre materna pues el treponema se filtra a través de la placenta, lo cual puede conducir a un aborto, parto prematuro o a que el niño se contagie de la enfermedad.

En el 99% de los casos el treponema se adquiere por contacto sexual. El 1% restante a través del beso o del contacto con heridas abiertas.

El período de incubación (es decir el tiempo que transcurre desde la entrada del treponema hasta cuando aparecen los signos y síntomas de la enfermedad) es de 4 semanas, al cabo de las cuales aparece una herida redondeada, húmeda, rojiza e indolora conocida con el nombre de *chancre*. El chancre se localiza habitualmente en el glande masculino o en los labios vulvares o cuello uterino en la mujer. Puede también aparecer en el ano, en la boca e incluso en los

dedos. Ésta es la llamada fase primaria de la enfermedad que evoluciona sin mayores problemas y desaparece en 6 u 8 semanas dando la falsa impresión de que ha habido una curación definitiva.

Pasados de tres a seis meses de aparente sanidad, pero de actividad silenciosa del treponema en todo el organismo, se manifiesta la fase secundaria. Se caracteriza por erupciones de piel y mucosas, urticaria (ronchas) y síntomas generales que simulan una gripe.

Estos síntomas desaparecen en dos o tres semanas sin dejar huellas. Pueden volver a aparecer cíclicamente durante un par de años. Otra vez parece haberse alejado definitivamente la enfermedad y pueden transcurrir entre 3 y 25 años para que se inicie la irreversible y destructora fase terciaria que se manifiesta por heridas ulcerosas en cualquier parte del cuerpo, afecciones cardiovasculares y particularmente del sistema nervioso central que finalmente podrían llevar a la muerte del individuo.

Igual que en la gonorrea, es importante destacar que el diagnóstico y tratamiento oportuno, adecuado y consciente, constituyen las armas básicas que permiten evitar todos los problemas descritos.

3. Herpes genital

Es producido por el virus *Herpes Simplex Tipo II*, similar al tipo I que provoca los llamados “fuegos” en la boca, particularmente en los labios. Se caracteriza por la aparición de ampollas en la vagina o pene, eventualmente en boca y ano (por relaciones oro-genitales y anales). Estas ampollas que producen dolor, escozor y prurito (comezón) al reventarse originan ulceraciones que en la mujer pueden extenderse hacia la uretra y aun al cuello uterino. Hijos de mujeres con herpes pueden nacer con trastornos auditivos e incluso ceguera. El herpes genital es una afección crónica y por el momento incurable. Sólo existe tratamiento paliativo (alivio temporal) por tanto quien desarrolle la enfermedad se transforma en transmisor permanente. En las mujeres aumentan las probabilidades de cáncer cervical.



4. Chancro blando o chancroide

Es una infección aguda localizada en la region genital y causada por el *Bacilo de Ducrey* o *Haemophilus Ducrey*.

Se manifiesta por ulceraciones necrosantes dolorosas únicas o múltiples, se acompañan de inflamación dolorosa y supuración de los ganglios linfáticos de la región afectada.

Esta enfermedad es más común en las regiones tropicales y subtropicales, especialmente en los puertos marítimos. Se transmite por contacto sexual directo con las secreciones de las lesiones abiertas y el pus de los ganglios (bubones). En las mujeres la infección puede ser asintomática (sin síntomas). La promiscuidad sexual y la falta de aseo son factores que promueven la transmisión.



5. VIH/Sida

En varias partes de este manual, hemos mencionado algunos aspectos de la gran problemática que representa el VIH/Sida en estos días, ya que no solamente se considera un problema de salud pública sino que rebasa aspectos legales, éticos, económicos, sociales y religiosos.

La Iglesia no ha podido permanecer al margen de la realidad del VIH/Sida, y durante todos estos años se han generado diferentes debates respecto de la actitud que debe tener la Iglesia frente a esta problemática.

Algunas iglesias han reaccionado de una forma negativa en cuanto rechazan a las personas afectadas por el VIH/Sida, argumentando la interpretación del cumplimiento de los “últimos tiempos” y condenando al pecador.

Por otro lado, muchas iglesias han tomado una posición de solidaridad, de acompañamiento, de cuidado y respeto para estas personas. La discusión es complicada y antes que tomar posiciones, preferimos preguntarnos:

¿Cuál habría sido la actitud de Jesús frente al VIH/sida?

¿Qué es el sida? El sida o Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida es un conjunto enfermedades que se producen por la entrada al interior del cuerpo humano del *Virus de la InmunoDeficiencia Humana* (VIH), y la consecuente destrucción del sistema de defensa del organismo.

¿Qué significa VIH? VIH es el nombre de un virus:

V	Virus de la
I	Inmunodeficiencia
H	Humana

Este virus produce el sida.

¿Qué significa sida?

- S** SÍNDROME. Conjunto de signos y síntomas que presentan las enfermedades (Ej.: fiebre, dolor, manchas en la piel, etc.).
- I** INMUNO. (Inmunológico) Sistema de defensa del cuerpo humano para atacar y destruir organismos y microorganismos que producen enfermedades infecciosas, como son virus, hongos, bacterias y parásitos. También contra algunos tipos de cáncer y tumores.
- D** DEFICIENCIA. Se refiere a que el sistema inmunológico o de defensa del organismo ha perdido su capacidad de defensa, o está deficiente.
- A** ADQUIRIDO. Que se adquiere por causa de la entrada del virus y hace diferencia con otras inmunodeficiencias que pueden ser congénitas o de nacimiento.

¿Cómo es este virus?

El virus de la inmunodeficiencia humana o VIH pertenece a la familia de los retrovirus, que se denominan así por la forma en que funciona su metabolismo, que es contrario al de muchos otros virus. Como todos los virus, vive y se re-

produce únicamente dentro de las células vivas de un organismo que le sirva como huésped. Este virus pertenece a la familia de los virus-lentos, denominados así por su prolongado período de incubación, entendiéndose esto como el tiempo que transcurre desde que la persona se infecta, hasta que presenta enfermedades.

Este período de incubación en el caso del VIH puede ser de entre 5 a 12 años. Esto significa que el tiempo que una persona va a presentar enfermedades a causa de la entrada del VIH al organismo puede ser de 5 a 12 años.

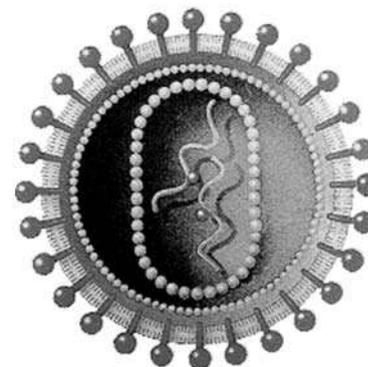
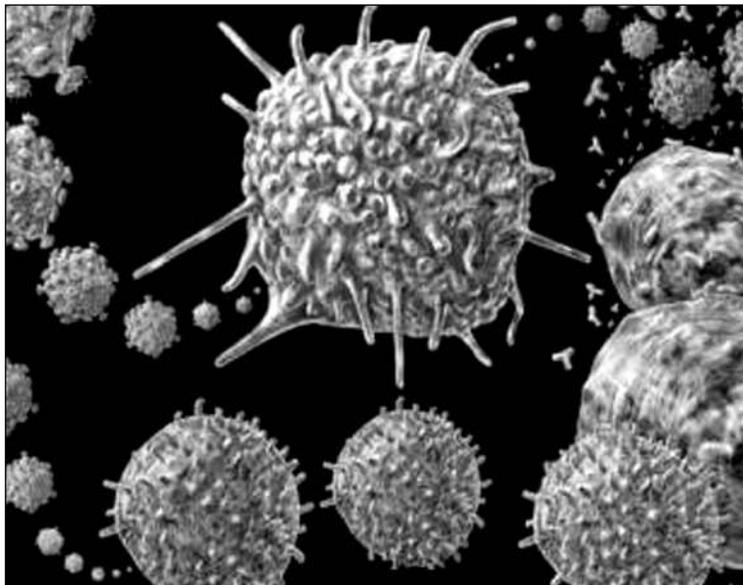
Una de las características más especiales del VIH, es que su pared externa está cambiando constantemente, por lo que hasta ahora ha sido imposible producir una vacuna.

El sistema inmunológico o de defensa del organismo se encuentra constituido por un conjunto de células y sustancias producidas por estas células. El sistema inmunitario desempeña la función de defensa contra las infecciones producidas por diferentes agentes patógenos (que producen enfermedades), así como la destrucción y eliminación de “cuerpos extraños”, entre los que se incluyen las células cancerosas.

Este virus tiene una predilección por los glóbulos blancos de la sangre llamados linfocitos T-4 o CD4, que vienen a ser como el corazón del sistema de defensa del organismo. Los virus penetran dentro de los linfocitos T-4 o CD4, comienzan a reproducirse en el interior de éstos, especialmente después de cualquier infección, hasta que los hacen explotar, liberando de esta forma a más virus que a su vez atacan a otros linfocitos, para repetir este proceso un sinnúmero de veces durante varios años. Estas explosiones hacen que los linfocitos se vayan destruyendo y acabando, hasta que el organismo se queda sin linfocitos, y por lo tanto sin defensas. Entonces aparecen los signos y síntomas del sida o las enfermedades oportunistas.

El virus del sida fuera del organismo es muy débil, se destruye fácilmente en el medio ambiente exterior o con el uso de desinfectantes comunes como blanqueadores caseros o soluciones a base de cloro.

El VIH ha sido encontrado en la sangre, semen, secreciones vaginales, leche materna, lágrimas, orina, saliva, líquido céfalo-raquídeo, y en otros líquidos producidos en otras partes del organismo como pulmones (líquidos plurales) intestino (líquidos peritoneales) y también en secreciones como el pus, que se produce en procesos infecciosos. Pero se ha comprobado que la transmisión del VIH se realiza únicamente a través de la sangre, semen, fluidos vaginales y leche materna, ya que solamente en estos líquidos se encuentra en cantidades suficientes como para infectar.



¿De dónde se cree que vino este virus?

Existen varias teorías respecto a la aparición del VIH, pero son solamente “teorías”, ninguna de éstas se ha llegado a comprobar con certeza.

- Algunos afirman que este virus fue el resultado de experimentos en un laboratorio de ingeniería genética, de donde fue liberado accidental o deliberadamente, contaminó personas y se propagó.
- Otros sostienen que el virus tiene su origen en animales, y que de éstos se transmitió a los seres humanos. Ello se basa en que se ha encontrado un virus parecido —el VIS o virus de inmunodeficiencia de los simios— en algunas especies de simios como el mono verde africano. En los años 50, mientras se trabajaba con sangre de monos para encontrar una vacuna contra la malaria y se realizaron experimentos con personas, se cree pasó el virus a los seres humanos. Sin embargo, se ha encontrado que el VIS no provoca sida en seres humanos.
- Una tercera teoría nos habla de que el VIH pudo haber sido producto de la mutación (cambios en las características de estructura y comportamiento) de un virus que se encontraba en forma natural en el ser humano. Esta parece ser la teoría más probable.
- En estos últimos tiempos se han realizado algunas investigaciones en las que prácticamente se concluye que es a partir del mono que el virus del sida pasó al ser humano.

¿Cómo se transmite el virus?

La única y tal vez la mayor ventaja que hoy tenemos frente al VIH/Sida es que conocemos perfectamente las formas como éste se transmite de una persona a otra.

Se han descrito tres formas básicas:

1. A través de sangre o sus derivados contaminados con el virus. Con los que se realizan transfusiones a personas que por una u otra razón, necesitan recibirla, como por ejemplo las personas hemofílicas, o aquellas que fueron sometidas a intervenciones quirúrgicas.

Aunque desde 1984 se puede realizar la prueba para detectar la presencia del virus en la sangre, en algunos países del Tercer Mundo no se realiza en el 100% de las muestras de sangre destinada a transfusiones, quedando por lo tanto una población expuesta al riesgo de contagio del VIH. De esto se desprende también que las personas que recibieron transfusiones antes de ese año, podrían estar viviendo con VIH/Sida sin saberlo.

Otra forma de transmisión por sangre contaminada se produce por el uso de objetos como jeringas compartidas por drogadictos, el instrumental médico, las agujas con las que se realizan tatuajes o las que se usan en acupuntura, que no han sido esterilizadas en forma adecuada. El uso de cepillos de dientes, hojillas de afeitar, agujas, tijeras de personas seropositivas, conlleva también riesgo de infección, aunque este es mínimo; sin embargo se lo debe tomar en cuenta.

2. A través de relaciones sexuales. Se ha comprobado que el virus se encuentra en mayor proporción en la sangre, semen y en los fluidos vaginales, razón por la que esta forma de contagio es la más frecuente. Estas relaciones pueden ser hombre-mujer, hombre-hombre o mujer-mujer. Dentro de las formas de relación sexual de mayor riesgo, está en primer lugar la penetración del pene por el ano, sea ésta con o sin condón.

El recto se lesiona o lastima fácilmente en la relación anal, produciéndose laceraciones o heridas en la mucosa rectal, también existen un número mayor de células CD4 en el recto, lo que facilita la entrada del virus.

En el coito vaginal, es decir en la penetración del pene en la vagina, el riesgo es menor por las características anatómicas y fisiológicas de la mucosa vaginal. El riesgo aumenta durante el período menstrual, tanto para el hombre como para la mujer; para el hombre por el contacto directo del pene con la sangre, y para la mujer por los cambios fisiológicos de la mucosa vaginal por efecto hormonal, y porque la mayor concentración del virus se encuentra en el semen.

Uno de los factores que aumenta y multiplica el riesgo de contagio es la presencia de enfermedades de transmisión sexual (ITS), como la sífilis, la gonorrea, el herpes genital, y otras, ya que éstas producen úlceras, lesiones o lastimados en las zonas genitales, facilitando así la entrada del VIH.

El sexo oral, es decir el contacto de la mucosa de la boca con el pene, vagina, o recto, es peligroso cuando existen heridas dentro de la boca.

En el caso de las relaciones mujer-mujer que se practican en casos de homosexualidad femenina (lesbianismo), la forma de contagio puede ser a través de relaciones oro-genitales, en este caso boca-vagina, o por compartir juguetes eróticos o sexuales contaminados; es decir, si una mujer con VIH/Sida moja con sus secreciones un juguete sexual y luego su compañera lo utiliza, es posible que el virus la contagie a través de este medio.

Relaciones sexuales de riesgo se consideran aquellas en las que hay penetración sin protección (esencialmente sin preservativo). *Conductas sexuales de riesgo* las tienen quienes practican una vida sexual promiscua, es decir tienen relaciones con numerosas parejas y practican relaciones genito-anales.

3. De la madre hacia el hijo. Ya sea durante el embarazo, cuando la sangre contaminada de la madre pasa a través de la placenta al niño o durante el parto, por la exposición del niño a las secreciones genitales de la madre. Esta forma de contagio ha sido difícil de comprobar, ya que la transmisión pudo haber sido por la forma anterior. El virus puede transmitirse también a través de la leche materna durante la lactancia. Se ha comprobado que la leche materna contiene alguna cantidad de virus que junto a la permanente exposición por la lactancia (el niño se alimenta del seno de la madre varias veces al día) hace que el niño pueda contagiarse.

Sin embargo, se han encontrado madres infectadas que dan a luz niños sanos. Se calcula que entre el 20% y el 40% de hijos de madres que viven con VIH/Sida contraen la enfermedad.

¿Cómo NO se transmite el virus?

Tan importante como saber las formas de transmisión del virus es conocer las formas como éste *no* se transmite, ya que de este conocimiento depende en gran manera la forma como nos vamos relacionar con las personas afectadas por el VIH/Sida, y la actitud que vamos a tomar frente a ellas.

Desgraciadamente, ignorar estos conocimientos elementales ha provocado una serie de actitudes discriminatorias y de rechazo hacia estas personas, ahondando aún más la problemática en que se desenvuelven.

Por ser poco resistente fuera del organismo, y las vías de entrada del virus muy específicas, está descartado que el “contacto social” sea un medio de transmisión del VIH; esto significa que éste *no* se transmite a través de:

- Compartir la misma habitación, oficina, aula, vehículo, etc.
- Hablar cara a cara con una persona con VIH/Sida
- Saludar o tomarse la mano
- Abrazarse
- Bañarse en la misma piscina
- Utilizar la misma ropa de vestir o de cama
- Exponerse a estornudos o tos de una persona con VIH/Sida
- Dormir en la misma cama
- Besarse
- Utilizar la misma vajilla
- Compartir el mismo baño



El VIH no se transmite por picaduras de insectos ya que el virus no puede sobrevivir en el intestino de éstos.

Donar sangre tampoco representa riesgo de contraer el VIH para el donador, ya que las agujas y los equipos que se usan para la transfusión son desechables, no se vuelven a usar.

Recalcamos: hay que estar muy claros respecto de las formas de *no transmisión*, ya que esto nos da la absoluta libertad de relacionarnos sin ningún tipo de temor, discriminación o rechazo hacia las personas con VIH/Sida. Todo lo contrario: estas personas necesitan aceptación, afecto, caricias físicas, así que no dudemos en brindárselas.

¿Qué ocurre en el cuerpo cuando entra el virus?

Cuando el VIH ingresa en el organismo por una de las formas antes descritas, se produce entre la octava y décima segunda semana, una infección aguda que muchas veces se presenta como una gripe, con fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, etc. Esta infección aguda dura aproximadamente dos semanas. Generalmente estos síntomas desaparecen con la ayuda de analgésicos o antiinflamatorios comunes, por lo que es difícil sospechar que se trate de una infección por VIH. Desde esta etapa ya se puede detectar la presencia de antígenos del VIH en la sangre. Cualquier sustancia ajena al organismo se denomina antígeno, y generalmente provocan una respuesta de inmunológica o de defensa del organismo del organismo.

Posterior a esta etapa viene la fase crónica de la infección; aquí se dice que las personas están infectadas o son *seropositivas*, y durante mucho tiempo no van a presentar ningún síntoma de enfermedad; están aparentemente sanas. En esta etapa se puede detectar el anticuerpo contra el virus en la sangre. Este período puede variar entre 5 y 12 años, tiempo en el cual el virus va acabando con las defensas del organismo. Sin embargo, durante todo este tiempo las personas seropositivas pueden contagiar a otras, aún sin saberlo. Éste es el mayor peligro en la transmisión del VIH.

Una persona que es *VIH positiva* puede reinfectarse, es decir que si por ejemplo continúa teniendo relaciones sexuales con personas VIH positivas y no tiene las precauciones necesarias, el contacto o el paso de nuevos virus, potencia y acelera la destrucción del sistema inmunológico. Por esto es necesario estar consciente de este hecho.

Mientras las personas contagiadas no muestren síntomas de enfermedad se las considera *seropositivas* o *VIH positivas*, pero cuando ya los presentan, se dice que *tienen sida*; esto significa que las defensas de la persona son ya insuficientes.

Otra forma de catalogar si una persona es VIH positiva o está en la etapa de sida, es a través de la determinación del número de células CD4 en sangre. Si una persona tiene más de 200 células CD4 significa que está en la etapa de VIH positivo o seropositivo. Si baja de este número se considera que la persona está en la etapa de SIDA, esto aún si la persona no presenta síntomas y signos de enfermedades. En esta etapa muchas veces se hace necesario recibir antibióticos profilácticamente, es decir para proteger al organismo de posibles infecciones.

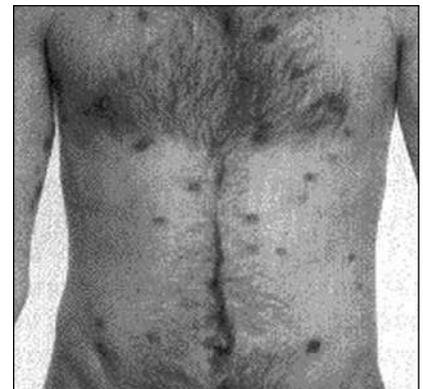
Esta etapa de sida dura de dos a cinco años, dependiendo del medio y las condiciones de vida y de apoyo a la persona, luego de lo cual muere.

Varios expertos han desarrollado un cuadro de 6 etapas que nos sirve para ubicar a una persona infectada con el virus, desde el momento de la infección, hasta la muerte, y a la vez para resumir la historia natural de la enfermedad. Estas etapas son:

En las etapas 1 y 2 la persona se infecta y es portadora del virus, es completamente asintomática luego de la infección aguda. Sin embargo es un agente diseminador de la enfermedad.

En las etapas 3, 4 y 5 conforme pasa el tiempo entre 5 y 7 años, la persona con VIH puede presentar infecciones recurrentes como consecuencia de la disminución del sistema inmunitario. Finalmente cuando el organismo ha perdido todas sus defensas, aparece el sida con todo su rigor.

Cuando el organismo ha perdido su capacidad de defensa, generalmente se presentan enfermedades infecciosas producidas por gérmenes llamados “oportunistas”, esto significa que en condiciones normales de salud, cuando el sistema de defensa está sano, estos gérmenes difícilmente producirían estas enfermedades.



Aunque estos síntomas no son exclusivos del sida, los más frecuentemente encontrados son:

- Fiebre de más de un mes de duración y sin causa aparente.
- Ganglios aumentados de tamaño, especialmente los de detrás de los oídos, cuello, nuca y axilas, por más de tres meses y que no son dolorosos.
- Pérdida de peso de más del 10% en corto tiempo sin que haya habido cambios en la dieta.
- Diarreas frecuentes, líquidas, sin causa aparente, y de más de un mes de duración.
- Escalofríos, sudores nocturnos.
- Indiferencia, depresión.
- Debilidad, cansancio fácil.
- Disminución del deseo sexual.

Estos síntomas aparecen y desaparecen. Cuando una persona parece estar mejor, vuelven a aparecer.

Entre las enfermedades infecciosas oportunistas que suelen atacar al enfermo de sida tenemos:

- La meningitis, que es la inflamación de las membranas que cubren el cerebro.
- La neumonía o pulmonía, que se presenta con tos, fiebre, escalofríos, dificultad para respirar, y puede estar producida por un germen llamado *Neumocystis Carinii*, o ser la manifestación de una tuberculosis.
- La criptosporidiosis, que es una infección intestinal, que provoca diarreas que pueden durar varios meses, y es muy difícil de tratar.
- La toxoplasmosis, que es una infección que ataca al sistema nervioso, que puede inflamar al cerebro, y cuyos síntomas son parecidos a los de la meningitis.
- La tuberculosis, producida por el *bacilo de Koch*, es una enfermedad que puede afectar a muchos órganos, especialmente a los pulmones, riñones, piel, huesos y otros órganos.
- El virus del herpes simple, que causa lesiones en la boca, genitales y zona rectal.
- La candidiasis, que se presenta con lesiones en forma de motitas blancas o rosadas, generalmente en la boca, y es muy común en los niños, donde es muy benigna; en las personas con sida, ataca también en la garganta y el esófago, produciendo un gran dolor al tragar.

Entre los cánceres más comunes tenemos:

- El *sarcoma de Kaposi*, que es un cáncer de los vasos sanguíneos y que se presenta como manchas de color azul oscuro o rojizo, en la piel del dorso de los antebrazos especialmente. No produce ninguna molestia.
- El linfoma o cáncer de los ganglios linfáticos.

También el virus puede afectar directamente al cerebro, intestinos, pulmones y a todos los órganos del cuerpo. Puede causar encefalitis (inflamación del cerebro), meningitis y demencia.

Muchas de estas enfermedades pueden causar la muerte de una persona con sida; por lo tanto es necesario un permanente control médico y ante cualquier síntoma de enfermedad, acudir al médico.

¿Cómo sabemos que una persona vive con VIH/Sida?

La sospecha de que una persona está con VIH/Sida se basa en tres hechos fundamentales:

Antecedentes e historia. Uno de los puntos que nos debe hacer pensar que una persona puede estar viviendo con VIH/Sida son los llamados factores y actitudes de riesgo. En esto se incluye:

- a. Personas que hayan tenido relaciones sexuales con personas con VIH/Sida.
- b. Relaciones sexuales heterosexuales (hombre-mujer) en forma promiscua, o con personas desconocidas y sin precauciones.
- c. Relaciones sexuales homosexuales (hombre-hombre) en forma promiscua, o con personas desconocidas y sin precauciones.
- d. Relaciones sexuales orogenitales (boca-genital) con eyaculación en la boca de la pareja si hay heridas en la mucosa de la boca.

- e. El uso de agujas para aplicarse drogas intravenosas, como la heroína o morfina, especialmente cuando se comparten entre adictos.
- f. Personas que por una u otra razón hayan recibido transfusiones sanguíneas o productos derivados de la sangre y que en éstas no se hayan realizado las pruebas para detectar el VIH. En este grupo de personas se encuentran especialmente los hemofílicos.
- g. Personas que se han sometido intervenciones invasivas con instrumentos sin esterilizar, como agujas para tatuajes, acupuntura, circuncisión.
- h. Hijos de madres con VIH/Sida.



Signos y síntomas. Es cuando una persona presenta algunas de las enfermedades o manifestaciones de las que hablamos anteriormente.

Exámenes de laboratorio. La única manera de comprobar que una persona tiene el VIH en su cuerpo es realizando un examen de laboratorio. Este examen detecta la presencia de anticuerpos producidos por el organismo en contra del VIH en la sangre de la persona que pensamos tiene VIH/Sida. Esta prueba se llama *ELISA* (Inmunoensayo Enzimático), y es la más utilizada en todo el mundo. Si la *prueba de Elisa* sale positiva, se realiza una segunda prueba en la misma sangre o se realiza un examen suplementario. Si éste resulta positivo, se realiza un examen confirmatorio.

Existen otros exámenes que se realizan para “confirmar” la presencia del virus en la sangre y se llaman: *Western Blott*, *PCR (Reacción en Cadena de la Polimerasa)* e *Inmunofluorescencia*. Éstos nos permiten identificar algunas partes del VIH y ayudan a dar el diagnóstico definitivo.

Estos tres exámenes exclusivamente nos confirman el diagnóstico de VIH/Sida, no nos indican el estadio clínico en que se encuentra la persona.

¿Existe tratamiento para el VIH/Sida?

En la actualidad todavía no hay ningún tratamiento curativo para la enfermedad. El tratamiento existente se define dentro de tres lineamientos básicos:

1. Tratamiento para impedir la reproducción del virus. Se utilizan sustancias que actúan controlando la reproducción y multiplicación del virus, retardando de esta manera la destrucción de los linfocitos CD4 o T-4, y el apareamiento de los síntomas y signos de disminución de las defensas del organismo.

Los tratamientos antivirales producen reacciones secundarias muy molestas y requieren de un control médico riguroso.

En la actualidad se están obteniendo bastante buenos resultados en el control de la reproducción del virus con el uso de combinaciones de varios de estos medicamentos. Sin embargo, lo irónico del avance en cuanto a este tratamiento es que el costo de estas medicinas es de hasta 1.000 dólares mensuales, que un individuo deberá pagar por el resto de su vida. ¿Cuántas personas en el mundo estarán en capacidad de acceder a tratamientos con estos costos?

Para referirse al VIH/Sida, existen términos que se recomienda evitar. En lugar de decir "portador de sida", "positivo para sida", "contagiado de sida", "enfermo de sida", "víctima de sida", es mejor decir "persona que vive con sida",* cuyas siglas internacionales son PVIH/SIDA (Inglés: PLWAIDS).

De igual manera, en lugar de hablar de "grupos de riesgo" es mejor hablar de "conductas de riesgo".

(*En español, decir "persona viviendo con sida", como lamentablemente se ha popularizado, es incorrecto, aparte de malsonante).

2. Uso de sustancias que recuperan o estimulan el sistema inmunológico. Estos tratamientos no están muy avanzados por la dificultad de manipular farmacológicamente el sistema inmunitario. Sin embargo se encuentra aprobada una droga (Interleucina 2) que causa un significativo incremento de células T-4 o CD4 en sangre periférica, es decir la sangre que podemos obtener de las venas más externas, en pacientes en estadios tempranos o moderados del VIH/Sida. De todos modos, todavía falta comprobar a largo plazo el efecto de esta droga.

3. Control y tratamiento de enfermedades oportunistas y las complicaciones. En este campo ha habido un gran adelanto por la incorporación de nuevos y eficaces antibióticos así como nuevas experiencias del manejo de las infecciones.

Lo más importante en cuanto al tratamiento es mantener una alimentación adecuada y cuidados generales, es decir, prevenir el riesgo de contraer enfermedades infecciosas oportunistas así como estar en permanente control médico.

Esto último es vital, ya que no sólo incluye el tratamiento en sí de las infecciones que vayan apareciendo, sino que implica controles periódicos del estado del sistema de defensa del organismo mediante la medición del número de células CD4 o T-4 que nos pueden poner en alerta de futuras complicaciones. Estos controles se realizan con exámenes de sangre principalmente.

Un aspecto para hacer hincapié es en la aceptación, respeto y afecto por parte de la familia, amistades y la sociedad en general hacia las personas afectadas por el VIH/Sida.



Se ha visto que cuando una persona es aceptada por sí misma, por su familia, su pareja, sus amigos, su calidad de vida es mucho mejor, resiste más las infecciones, su período vital es más largo, y puede ser una persona productiva.

Cuando por lo contrario, una persona es rechazada o niega su situación de vivir con VIH/Sida, su tiempo de supervivencia es más corto y su calidad de vida muy mala.

Se ha comprobado que la reacción del sistema inmunológico o de defensa se fortalece cuando la persona recibe aceptación, afecto, y se debilita cuando ocurre lo contrario.

Afirmamos entonces que son factores determinantes dentro del tratamiento la aceptación, el amor, la solidaridad, tareas que principalmente le corresponde a la Iglesia modelar.

Consideramos que es importante hacer énfasis en el conocimiento para facilitar la vivencia de lo que Pablo menciona en Gálatas 6:4:

"Así que cada uno someta a prueba su propia obra, y entonces tendrá motivo de gloriarse sólo respecto de sí mismo, y no en otro".

El aborto

El aborto es la interrupción del embarazo antes de que el feto se encuentre en condiciones para vivir en forma independiente de su madre. El aborto puede ser espontáneo o provocado.

Se considera espontáneo cuando ocurre por causas orgánicas funcionales, accidentales, o por ciertas anomalías del feto o de la madre y sin que medie una causa intencional para ello.

El aborto es provocado cuando se realiza intencionalmente. Este a su vez puede ser practicado:



- a. Con criterio médico, como por ejemplo para salvar la vida de la madre.
- b. Con el propósito deliberado de interrumpir el embarazo.

Los medios que se utilizan para realizar el aborto pueden ser mecánicos o químicos.

Entre los métodos mecánicos tenemos:

- El legrado o curetaje
- La introducción de sondas u otros objetos en la cavidad uterina
- La succión del feto mediante un aspirador

Entre los métodos químicos tenemos la utilización de medicamentos, hormonas u otras sustancias que provocan la muerte del feto o contracciones uterinas.

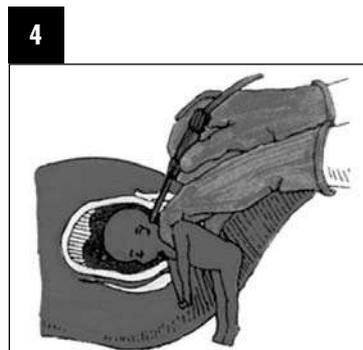
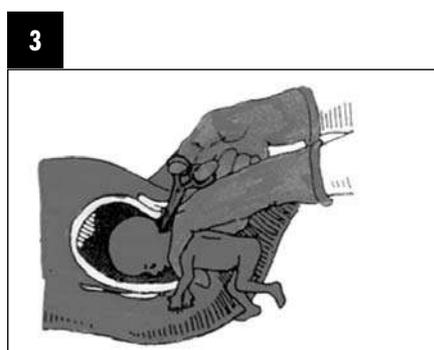
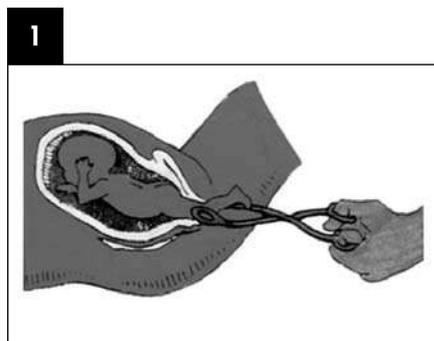
El aborto provocado es una práctica muy frecuente en todos los niveles socioeconómicos en el mundo entero. En América Latina uno de cada tres embarazos termina en aborto con alto riesgo de pérdida de la vida de la madre.

Los embarazos no deseados resultan en cerca de 60 millones de abortos cada año con más de 70 mil muertes por complicaciones. Estas cifras superan las de las muertes provocadas por guerras y desastres naturales en todo el mundo.

Desde el punto de vista jurídico y dependiendo del país, existen algunas posiciones respecto al aborto:

- a. **Prohibitivas.** Aborto prohibido absolutamente, sin excepción.
- b. **Restrictivas.** Sólo se autoriza su práctica con el fin de salvar la vida de la madre en riesgo de muerte.
- c. **Liberales.** Se acepta el aborto por razones de riesgo en la salud física o mental de la mujer, por razones socioeconómicas y malformaciones fetales.
- d. **Permisivas.** No se prohíbe el aborto, salvo en estado avanzado de embarazo. Exige que se efectúe en un hospital y por un médico.

Vivimos en un tiempo y en una sociedad que exige una vida apresurada en donde los valores éticos, morales y cristianos han sido reemplazados por otros centrados en cuestiones económicas, estéticas y de placer. Por tanto un embarazo viene a ser un obstáculo en el logro de metas o de posesiones materiales,



¿Cuáles son las razones más frecuentes expresadas por quienes deciden someterse a un aborto?

1. Mis padres me matarían si se enteran que estoy embarazada.
2. Mi novio (esposo) me dijo que es mi problema.
3. Perderé mi trabajo.
4. Mis estudios o profesión se afectarán.
5. No me siento madura (o no somos maduros) para tener este hijo.
6. No tengo dinero para mantener un hijo.
7. Fui víctima de una violación.
8. Mi familia, esposo, novio, me presionan para que me haga el aborto.
9. Este embarazo no es de mi esposo.
10. Sencillamente no quiero tener este bebé.
11. Tengo demasiados hijos para tener uno más.
12. Soy muy joven (o muy vieja) para tener este hijo.
13. No quiero dañar mi figura.

un impedimento para mantener la belleza física o simplemente como un accidente producto de una unión casual. La decisión por el aborto no necesariamente la toma la mujer embarazada; en muchos casos son los padres, la pareja, el grupo social quienes lo hacen.

Independientemente del motivo en cada caso de aborto sus consecuencias posteriores son de incalculable intensidad y afectan al ser íntegro en sus dimensiones física, intelectual, emocional, social y espiritual.

Cuando una mujer, una pareja, una familia toman esta decisión en un momento de incertidumbre o de pánico, o aún de supuesta certeza, se enfrentan a una dura realidad. Lo que parecía una solución rápida o apropiada podría no ser la mejor solución, pues las secuelas de un aborto pueden durar muchos años, a veces toda la vida.

Las consecuencias implícitas en un aborto son, entre las más frecuentes:

- Daños ginecológicos permanentes (esterilidad)
- Infecciones localizadas o generalizadas
- Muerte
- Profundo sentimiento de culpa y vergüenza
- Cuadros de histeria, angustia, neurosis
- Periodos depresivos crónicos recurrentes
- Ideas suicidas/Actos suicidas
- Aislamiento voluntario
- Dificultad en el ajuste sexual satisfactorio en pareja
- Deterioro paulatino de la relación de pareja
- Divorcio
- Rechazo de algunos de sus grupos sociales
- Pérdida de valores y principios
- Interrupción de la relación con Dios

¿Qué dice la Biblia?

La Biblia también habla acerca del aborto. Si bien en ella no encontramos un mandato que diga “no te harás el aborto”, en cambio declara:

“No matarás”. Éx 20:13.

Los seres humanos somos las únicas criaturas hechas a imagen y semejanza de Dios, “su especial tesoro”.

La vida le pertenece a Dios y nadie puede interrumpirla (Sal 22:9,10). Nuestra vida es tan preciosa para Dios, que desde el mismo inicio Dios la está controlando y preservando. Así se nos enseña en el Salmo 139:13,16.

Resumiendo:

1. Dios distingue la vida humana como especial y valiosa.
2. Dios preserva y protege la vida humana con sumo cuidado.
3. La vida humana comienza desde antes de la concepción y Dios está obrando en ella todo el tiempo.

Con todo el sufrimiento, el dolor y consecuencias que implica el aborto, la Palabra de Dios nos da alternativas para enfrentarlo: acompañando, consolando, restaurando a las personas y familias que han vivido esta experiencia. Es el mandato del Señor en 2 Corintios 1:3-7.

1. Cualquiera sea la situación, (embarazo no deseado o aborto) hay esperanza de restaurar la vida íntegra.
2. Es necesario facilitar el procesamiento de las emociones y los sentimientos.
3. Revisar la escala de valores y su nivel espiritual.
4. Involucrar a la pareja
5. Disponerse a una sanidad integral
6. Extender su grupo de apoyo: familia, amigos, iglesia.
7. Recordar que el perdón de Dios está disponible e incondicional.

La homosexualidad



Éste es un tema controversial, tanto así que provoca polémica en el ámbito secular como en el religioso. El tratamiento de la homosexualidad inclusive ha llegado a dividir iglesias y denominaciones, a tomar posturas extremas de uno y otro lado. También hemos sido testigos de muchas discusiones con importantes argumentos de cada orilla; sin embargo, las conversaciones no concluyen sino en el refuerzo de las posiciones iniciales, sin posibilidad de consensos.

La homosexualidad se refiere a la atracción sexual abierta o encubierta que siente una persona hacia otra de su mismo sexo.

La homosexualidad tiene otras implicaciones: la atracción erótica, el comportamiento sexual, la vinculación emocional y la definición del yo.

La persona homosexual es aquella cuyos intereses eróticos, psicológicos, emocionales y sociales primarios, se concentran en una persona del mismo sexo, aún cuando estos no se expresen abiertamente.

La identidad de género de una persona homosexual está de acuerdo con su sexo biológico, esto es que se percibe como hombre o como mujer, pero siente atracción hacia personas de su mismo sexo.

La homosexualidad se da tanto en varones como en mujeres. La atracción homosexual entre mujeres se llama lesbianismo.

Posibles causas de la homosexualidad

Hay muchas teorías que han tratado de explicar los orígenes de la homosexualidad. Se ha realizado una buena cantidad de investigaciones, sin embargo no hay respuestas científicas definitivas. Estas teorías básicamente son enfoques sicosociales y biológicos.

Las primeras se refieren a la influencia de ciertos patrones paternos o maternos, experiencias de vida o atributos psicológicos de la persona. Las segundas basan sus criterios en factores orgánicos genéticos.

Según nuestro criterio las causas sicosociales explican de una manera más lógica las causas de la homosexualidad.

A continuación presentamos algunas condiciones específicas que pueden explicar la homosexualidad.

La homosexualidad guarda estrecha relación con las características internas de la personalidad y con el ambiente en el que se desarrolla el individuo durante las primeras etapas de formación de la identidad sexual.

a. Como consecuencia de la preferencia. Cuando en una familia esperan un

varón y nace una niña, ella es tratada desde el principio como un varón, la ven como varón, le asignan roles de varón y así va adquiriendo una identidad que no le corresponde. Lo mismo podría ocurrir en el caso del varón.

Puede también suceder que el niño o niña crezca viviendo actitudes de rechazo por parte de sus padres debido a la causa anotada. Esto facilita la adquisición de una identidad equivocada.

b. Como consecuencia de la identificación con los padres. Figura materna dominante que ahoga o humilla la masculinidad de su hijo o la femineidad de su hija.

Figura paterna débil con una figura materna dominante. El hijo no mira a su padre como el apoyo moral que necesita para ser hombre.

Sobreprotección de la madre, la persona se convence de que ninguna mujer se igualará a su madre por lo cual no desarrolla un interés heterosexual apropiado.

Crueldad paterna o materna con agresión física y psicológica hacia los miembros de la familia lo que produce un rechazo hacia su propio sexo.

Ausencia de figura paterna o materna que sirva de modelo para la formación de la identidad sexual masculina o femenina.

c. Como consecuencia de conceptos manejados en el hogar. Por ejemplo cuando en el hogar se ha creado un clima de malicia y mucha restricción en cuanto a la interrelación con el otro sexo. Ejemplo: “Los hombres son malos; sólo quieren embarazar a las mujeres”. Conceptos del mismo estilo pueden ser manejados en ciertos centros educativos, lo que facilitaría el rechazo hacia el sexo complementario y la identificación con su propio sexo.

d. Como consecuencia del abuso sexual. Finalmente, las investigaciones muestran que un alto porcentaje de adultos homosexuales han sido víctimas de abuso sexual en su infancia; sin embargo eso no quiere decir que todos los niños y niñas abusados sexualmente serán personas adultas homosexuales.

Así pues, no se puede asegurar que la homosexualidad sea originada por una causa específica sino que es una combinación de algunos factores relacionados de una forma muy compleja y difícil de establecer. Por tanto las personas homosexuales no tienen una incidencia voluntaria sobre su atracción. No es una atracción optativa, sino que el individuo responde en forma espontánea a su orientación, llegando a adoptar conductas homosexuales en su afán de satisfacer necesidades de afecto y de valoración.

Según William Consiglio (1996), la homosexualidad se desarrolla en seis etapas:

1. Baja autoestima. Cuando un niño o una niña no experimenta adecuadamente un apropiado vínculo de amor con el progenitor del mismo sexo, cuando en el ambiente de una familia disfuncional los padres no facilitan un senti-



miento de pertenencia, o cuando el niño vive constantes descalificaciones por parte de los adultos y no es reconocido por sus cualidades ni por sus logros, sufre su autoestima; esto significa que el niño o niña no aprende a aceptarse ni a valorarse a sí mismo/a. Crece con un sentimiento de autorechazo y se siente inadecuado/a con respecto a sí mismo/a.

2. Vacío de género. Entre los 4 y 7 años, el niño o la niña con baja autoestima en su entorno disfuncional, con una relación distante o quebrantada con sus progenitores, experimenta sentimientos de rechazo, ira, ansiedad, culpa, miedo, fracaso, se siente ridiculizado/a, ignorado/a, perseguido/a, criticado/a, se vuelve emocionalmente vulnerable. La carencia de amor por parte de sus padres impide llenar necesidades emocionales propias del sexo, esto dificulta construir una adecuada autoimagen de género. El infante se siente inseguro en cuanto a la identidad de género: esto se llama vacío de género.



3. Atracción de género. Se desarrolla entre los 9 y 12 años, que es la edad de la amistad y el compañerismo con sus pares del mismo sexo. En el caso de los niños y niñas afectados, esta amistad se encuentra reemplazada por incomodidad frente a sus compañeros, pues se sienten inadecuados e inseguros y evitan participar en actividades conjuntas. Esta actitud de temor y evasión, a su vez, facilita el rechazo por parte de los demás niños y refuerza el vacío de género. En lugar de compañerismo y amistad, los niños y las niñas desarrollan un fuerte interés por el aspecto físico de sus pares del mismo sexo, asocian la masculinidad y la feminidad a ciertas características físicas, por ejemplo la habilidad para los deportes con lo masculino, cabello rubio con lo femenino. Sienten una intensa necesidad de intimidad y apego emocional, de aceptación y aprobación por parte de su mismo sexo.

Viven una lucha entre el deseo de acercamiento y a la vez de evasión, entre el temor de acercarse y a la vez el deseo de contacto. Así viven la atracción por el mismo género.



4. Atracción sexual. En la época del despertar sexual, alrededor de los 12 años hasta los 17, los y las adolescentes experimentan sentimientos románticos y deseo por el cuerpo de sus pares del mismo sexo, las características que les interesaron en la etapa anterior, se sexualizan, se erotizan. Es decir que del temor a relacionarse con sus pares, pasan al interés por sus características que las asocian con lo masculino o femenino y luego este interés se vuelve sexual.

5. El refuerzo homosexual. Se produce cuando el o la joven comienzan a involucrarse en actividades homosexuales, lo que ocurre generalmente entre los 18 y 24 años de edad. Frecuentan lugares en donde se reúnen personas con estilo de vida homosexual y así van adquiriendo el hábito de actividades que refuerzan su desorientación homosexual.

6. La identidad homosexual. Durante esta etapa que generalmente se desarrolla entre los 25 y 35 años de edad, las personas buscan justificar su estilo de vida, desean lograr tranquilidad en cuanto a su necesidad de contestarse a sí mismos a la pregunta: ¿Quién soy? Para satisfacer su necesidad de identidad se apropian de su condición de homosexuales y así comienzan a consolidar su identidad como homosexuales.

Existen muchos casos de personas que desean cambiar su estilo de vida homosexual y que tienen dificultad para lograrlo solas. En estos casos, es posible realizar un trabajo de acompañamiento sicoterapéutico para que las personas reorienten su atracción sexual hacia el sexo complementario. Si bien la ciencia es una herramienta muy valiosa en el aspecto terapéutico, en última instancia lo verdaderamente efectivo es el poder de Dios sobre sus criaturas.

TEMA 7: LO QUE SIEMBRES, ESO COSECHARÁS

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Ambientar	Presentación del tema	El Facilitador/a presenta el tema, aclarando que el título tiene por objeto recordar la responsabilidad personal en la vivencia de la sexualidad. No lo estamos usando con una connotación de culpa o pecado. El facilitador/a lee el Salmo 22:9-10 y hace una oración solicitando la dirección de Dios para el taller.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Me contagié	Se trabaja con 30 participantes, el resto será observador. Se prepararán 30 tarjetas con las siguientes características: <ul style="list-style-type: none"> • 5 tarjetas "Pida una sola firma" • 5 tarjetas "Firme sólo a sus amigos" • 5 tarjetas "No siga las instrucciones" (en dos de ellas marque una X) • 5 tarjetas "Siga las instrucciones si desea" • 10 tarjetas "Siga las instrucciones" (en una de ellas marque una X) Una vez distribuidas las tarjetas, el facilitador/a dará las siguientes instrucciones: Pedir 3 firmas a 3 personas del grupo y tomar asiento. Luego se pedirá que se pongan de pie, las personas que tienen marcada su tarjeta con una X. Tienen SIDA. Dos tarjetas dicen "No siga las instrucciones", pero se preguntará si han firmado a alguien o les han firmado. Que se pongan de pie. Han sido contagiadas. En una tarjeta dice "Siga las instrucciones", se pedirá que se pongan de pie las personas que han recibido o dado firmas. Poco a poco se pedirá a los participantes que se vayan poniendo de pie si han firmado o han sido firmados por las personas que estaban de pie.	Tarjetas con Instrucción	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta: ¿Qué significa: "Siga las instrucciones"; "Siga las instrucciones si quiere"; "No siga las instrucciones"; "Firme sólo a sus amigos"; "Pida una sola firma".	Pizarra Marcadores	00:15
	Descubrir	Preguntas y respuestas Comunicación directa	El F organiza grupos de trabajo de 5 personas (según el número de participantes) y averigua prerequisites mediante preguntas (1 o 2 preguntas por grupo). Las preguntas son: 1.Cuál es el agente productor del SIDA 2. Qué significa SIDA 3. Qué significa VIH 4. Cómo se contagia el SIDA 5. Cómo no se contagia el SIDA 6. Qué tratamientos conocen para el SIDA 7. Es curable el SIDA? 8. Cuáles son las consecuencias del vivir con SIDA, en el individuo, en su pareja, en la familia, en la Iglesia, en los otros grupos sociales a que pertenece, en su relación con Dios? El secretario de cada grupo comparte las conclusiones en plenaria, otro de sus miembros las escribe en papelote. El F valida a las personas, reenmarca las respuestas, hace las correcciones necesarias y prosigue a completar las definiciones.: cifras estadísticas, efecto del virus en el organismo, tratamiento. Luego con la ayuda de transparencias prosigue con el tema ETS , en orden de su gravedad (en el sentido de accesibilidad al tratamiento): herpes genital, gonorrea, sífilis, chancro blando, hepatitis.	Papel Lápices Papelotes Marcadores Acetatos Proyector Preguntas escritas Transparencias de ITS SIDA Acetatos	00:30
	Vivenciar	Video	Se introduce el tema de Aborto, utilizando el video que muestra la relación de pareja y los medios cómo se practica el aborto.	Videos de aborto VHS TV	00:20

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	<p>El F reorganiza nuevos grupos de 5 personas cada grupo para que en base a lo que acaban de ver, trabajen en las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué es el aborto? 2. ¿Cuáles pueden ser las razones que conducen a que una mujer, una pareja, una familia, tome esta decisión de abortar? 3. ¿Cuáles son las consecuencias físicas, emocionales, espirituales a nivel individual, de pareja, de familia, de la relación con otros grupos sociales, de la relación con Dios, que viven las personas al tomar esta decisión? <p>El secretario de cada grupo pasa a exponer en plenaria mientras uno de sus compañeros anota en papelote las conclusiones. El F exalta las cualidades de las personas al hacerlo, reenmarca lo trabajado, hace las correcciones necesarias.</p>	Papelotes Marcadores Hojas Lápices Preguntas escritas	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	<p>El F complementa la información sobre el aborto a partir de la reflexión previa y añade :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Clases de aborto • Métodos que se utilizan para realizarlo • Leyes sobre el aborto • Consecuencias del aborto en todas las dimensiones del ser. • Revisa lo que dice la Palabra al respecto mientras pide a los participantes que lean las citas de: Ex 20:13; Sal 22:9,10; Sal 139:13-16; Is 55:7; 2 Co 1:3,4. 	Acetatos Biblia Proyector	00:15
	Vivenciar	Video	<p>Introducir tema de la homosexualidad a través del video, con la indicación de que tomen nota de lo que les parezca importante o de las inquietudes que surjan.</p>	Video homosex. VHS TV	00:10
	Reflexionar	Trabajo grupal	<p>El F organiza nuevamente grupos de trabajo de 5 personas y plantea las siguientes preguntas, una a cada grupo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la homosexualidad ? • Haga una lista de las causas de la homosexualidad • Cómo afecta la homosexualidad al individuo, la familia, la sociedad. • Qué papel puede jugar la iglesia frente a la homosexualidad • Cuán susceptible de tratamiento es la homosexualidad • Cuáles pueden ser las medidas de prevención. <p>El F recoge los aportes, los reenmarca y hace las correcciones en caso de ser necesario.</p>	Preguntas escritas Papelotes Marcadores	00:20
	Descubrir	Comunicación directa	<p>El F expone la homosexualidad en cuanto a causas, consecuencias, tratamiento.</p>	Acetatos Proyector	00:20
	Visualizar	Trabajo grupal	<p>Cada grupo debe elaborar una estrategia diferente para prevenir las consecuencias de una sexualidad vivida inadecuadamente (afiche, muñeca radial, mimo, etc.).</p>	Papel Marcadores	00:10
	Ensayar	Trabajo de planes en grupos	<p>El Facilitador/a organiza grupos, para que trabajen en un plan para prevenir las consecuencias de una sexualidad vivida inadecuadamente.</p>	Papel Lápiz	00:15
	Integrar	Compromiso	<p>Resumen de lo trabajado. Compartir con al menos dos personas en el transcurso de la siguiente semana acerca de la actitud que debemos tener frente a las personas con VIH/sida, que se han realizado un aborto o que son homosexuales.</p>	Papel Lápiz	00:15

HOJA GUÍA

Taller 8: Fructifiquen y multiplíquense



Objetivos

1. Que los participantes reflexionen acerca del principio "Sojuzgen la tierra".
2. Que los participantes conozcan las estrategias de la salud reproductiva, es decir la importancia de planificar cuándo y cuántos hijos tener.
3. Que los participantes conozcan o reafirmen sus conocimientos sobre métodos de planificación familiar.



Metodología

Modelo C3.



Actividades

Devocional: Se sugiere Génesis 1:28

Representar el crecimiento de una planta desde su siembra hasta la cosecha de los frutos mediante mimo

Revisión bíblica: Salmo 127:3-4

Trabajo grupal

Llenar cuestionario

Compromiso personal



Contenido básico

La administración de la creación, tarea de la pareja.

Para qué planificar la familia.

Métodos de planificación familiar.



Recursos materiales

Biblia

Materiales para el mimo: maquillaje, guantes, papel, marcadores, música, grabadora

Papelotes y marcadores

Pizarra y marcadores

Cinta maskin

Acetatos

Proyector de acetatos

Cuestionario

FRUCTIFIQUEN Y MULTIPLÍQUENSE

Contenido básico

En el primer capítulo reflexionamos acerca de los propósitos de la sexualidad humana en la creación de Dios, uno de los cuales es el de la reproducción. Este importante propósito debe ser cumplido no como un acto de ciega obediencia, o de una forma instintiva como lo hacen las especies animales, sino entendiendo lo que en realidad implica y significa. Dios nos ha entregado la capacidad de sojuzgar la tierra y enseñorear sobre todo lo creado; en este mismo contexto sabemos que Dios también nos ha dado las pautas, la posibilidad y la capacidad de decidir cuándo y cuántos hijos tener.

La Palabra de Dios, dentro de su infinita sabiduría y los muchos propósitos que tiene para guiar el rumbo que debemos tomar en nuestras vidas, como individuos, familia, comunidad e iglesia, a través de los mandatos de Génesis 1:28: “Fructificad y multiplicaos”, nos da una de las enseñanzas más importantes en cuanto a la responsabilidad que tenemos como padres y parejas. “Fructificar” significa dar frutos, pero para dar frutos un árbol o una planta deben llegar a un estado de madurez. Esta función es solamente posible cuando el árbol o la planta han concluido un proceso de desarrollo. Orgánicamente la planta debe tener las condiciones para sostener y alimentar los frutos en forma adecuada. Podríamos decir que en el caso de la pareja, significa también madurar, estar conscientes y preparados pero no solamente en el aspecto físico, sino integralmente.



Cuando estamos listos en todas nuestras dimensiones: física, mental, social y espiritual, podemos pasar a la segunda parte del mandato: “Multiplicaos”.

Dicho de otra manera, para reproducirnos, nuestro cuerpo de hombre y de mujer deben estar listos para vivir el proceso de gestación (embarazo). La medicina corrobora este enunciado al comprobar que si bien tenemos la posibilidad de procrear desde el inicio de la adolescencia, nuestro cuerpo no está lo suficientemente maduro para que se produzca la gestación en las mejores condiciones, de ahí el gran número de complicaciones que se producen en embarazos en adolescentes. Algo similar ocurre en embarazos en mujeres maduras. Es decir que orgánica, psicológica y emocionalmente, existe un período en la vida en el que estamos en las mejores condiciones para procrear.

Esto no significa que las personas no puedan hacerlo antes o después, sino que lo ideal es hacerlo en esta época, ya que los riesgos disminuyen.

Algo similar ocurre en el plano emocional y psicológico. Desde el punto de vista del ciclo vital, la adolescencia precisamente se caracteriza por ser una época de transición y cambios, lo cual trae inestabilidad emocional y psicológica. Los futuros padres deben estar preparados para poder ofrecer a su hijo condiciones de seguridad, afecto y responsabilidad, para un crecimiento y desarrollo funcionales. Si los padres no están emocionalmente maduros, ¿qué pueden ofrecer a sus hijos?

En el plano social, es decir en lo referente a relaciones interpersonales, ocurre lo mismo. La pareja antes de tener hijos, debe haber consolidado y madurado su relación, tener una buena comunicación, estar claros sobre las metas de sus vidas como personas y como pareja. Procrear, si no existe una relación consolidada y madura de pareja, es traer al mundo un hijo a un campo de batalla. He ahí el ejemplo del gran número de divorcios en adolescentes y los problemas que acarrea éste para los hijos. ¿Traer un hijo para que no tenga una familia?.

También en nuestra relación con Dios, se hace necesario que logremos una madurez para poder criar a nuestros hijos como la Palabra nos ordena.

Y desde luego, las condiciones socioeconómicas que se viven en la actualidad, nos deben hacer meditar sobre lo que implica traer al mundo un hijo. Entonces debemos realizarnos las siguientes preguntas: ¿Estamos en capacidad económica para criar a nuestro hijo? ¿Podemos ofrecerle la alimentación, la vivienda, los cuidados de salud y la educación adecuada?

¿Queremos que nuestros hijos e hijas crezcan en medio de las circunstancias en que se desenvuelve hoy la vida?

Por otro lado, la problemática de la población en el ámbito mundial debe hacernos meditar seriamente sobre las implicaciones del manejo inadecuado de la salud reproductiva.

El Fondo de Población de las Naciones Unidas a través de algunos datos y cifras nos muestran las graves implicaciones que tendremos que vivir en un futuro no muy lejano si no tomamos conciencia de la gravedad del asunto de la superpoblación, por ejemplo:

- Nacen cuatro personas cada segundo.
- 250.000 por día.
- 80 millones por año.
- En 1960 había tres mil millones de habitantes en la tierra, hoy existe el doble.

También la ONU ha realizado varios estudios prospectivos de la población y uno de estas proyecciones sostiene que para el año 2050 la población mundial será de 10.000 millones de habitantes. La pregunta es: ¿Cuántos habitantes podrá sostener la Tierra con los recursos disponibles y la forma en que se explotan y administran?

La complejidad de las circunstancias que vivimos hoy en día hace necesario que las parejas conozcan y tengan conciencia clara de lo que significa traer un nuevo ser al mundo. Más allá del debate del significado de la aplicación de políticas de control poblacional por parte de las grandes potencias hacia países del Tercer Mundo, creemos que todas las parejas están en el derecho y en el deber de conocer y tener acceso a los medios que nos permitan ejercer una paternidad y maternidad responsables, al decidir el número de hijos y cuándo quieren tenerlos.

Todos estos argumentos relacionados con las implicaciones sociales, económicas y personales de la procreación nos deben hacer meditar profundamente en que la multiplicación de la familia tiene que ser un acto consciente y deseado:

“El primer derecho de un niño o niña es nacer siendo deseado/a”.

“Un hijo esperado es alegría para la familia y la sociedad”.

“Un hijo no esperado es una carga y un motivo de conflictos”.

También dijimos en el primer capítulo que otro de los propósitos muy importantes de la sexualidad es el placer de la pareja. Realmente el gozo de la sexualidad, de la comunión de los cuerpos, de esa expresión de amor tan maravillosa, en muchas ocasiones se transforma en motivo de horror, especialmente para las mujeres, en que una relación sexual podría significar un embarazo. La tranquilidad nos va a permitir gozar con libertad de este maravilloso don con que Dios nos ha creado, y esto se puede conseguir mediante una planificación adecuada.

En resumen, la reflexión sobre Génesis 1:28 nos lleva a concluir que:

*Fructificad, significa alcanzar la madurez;
Multiplicaos, se refiere a la reproducción;
Y sojuzgad la tierra, implica administrarla con responsabilidad:
La planificación de la familia es parte de ello.*

Estrategias para el control adecuado de la salud reproductiva

Antes de entrar a describir los métodos de planificación familiar, creemos muy importante proponer al menos tres criterios que la pareja debe tomar en cuenta para mantener una salud reproductiva adecuada.

1. Inicio de la reproducción en edad adecuada



La edad reproductiva de la mujer dura más o menos 30 años, pues se inicia prácticamente con la menarquia o primera menstruación, es decir entre los 10 y catorce años, y se extiende hasta la menopausia, es decir cuando las reglas se suspenden, esto es entre los 40 y 50 años de edad. Generalmente la vida sexual activa del hombre y la mujer se inicia antes de acabar la adolescencia, sin embargo esto no necesariamente significa que al mismo tiempo debe iniciarse la reproducción.

Como mencionamos anteriormente existe una edad adecuada para la reproducción, y este período está comprendido entre los 20 y 30 años de edad, puesto que es la época en la que la mujer se encuentra en sus mejores condiciones físicas, y emocionales. Esto, influye directamente en el bienestar propio, de su pareja y de sus hijos. Lo mismo ocurre con el varón, en quien este período de la vida significa “aterriaje” desde la adolescencia, y en el que alcanza mayor responsabilidad y estabilidad emocional.*

El Salmo 127:3-5 dice: *“He aquí herencia de Jehová son los hijos. Cosa de estima el fruto del vientre. Como saetas en manos del valiente, así son los hijos habidos en la juventud”*. Esta hermosa afirmación del salmista corrobora la reflexión anterior.

2. Espacio de tiempo adecuado entre los embarazos

Los embarazos muy seguidos y frecuentes, deterioran sobre todo físicamente a las mujeres ya que su organismo no termina de reponerse en el aspecto nutricional cuando sobreviene un nuevo embarazo. El riesgo de este nuevo embarazo aumenta, tanto para la madre como para el hijo.

Por otro lado, el cuidado que requiere un niño pequeño es mayor. Y si hay que cuidar dos niños pequeños a la vez, la calidad de la atención y el cuidado puede ir en perjuicio de los hijos. La recomendación mínima de tiempo entre dos embarazos, es entre dos y tres años, tiempo en el cual la madre se ha recuperado, y el niño ha recibido una atención más adecuada. El cuidado y la atención en estos primeros años de vida son muy importantes para su desarrollo posterior.

3. Finalización de los embarazos a una edad temprana

Los riesgos que corre una madre durante el embarazo y el puerperio aumentan notablemente con la edad. Mientras más tardía es ésta, mayor es el riesgo.

Por otro lado, la incidencia de malformaciones congénitas en los niños también es mayor en embarazos tardíos. Desde el punto de vista médico es recomendable que la pareja complete la familia, antes de los 35 años.

* La planificación de la familia y la crianza de los hijos es un asunto que compete tanto al padre como a la madre. No obstante, es conveniente enfatizar que el hijo debe ser el producto de la unión de dos personas capaces de deseárselo, que lo hacen movidos por el amor y la ternura, y que ven en el hijo el sello de su compromiso de amor. Con frecuencia se habla de “instinto maternal”. El instinto es una “ley” biológica que se cumple automáticamente como una necesidad, no deja espacio para la elección. El instinto es un atributo de los animales, la reproducción en ellos es puramente instintiva. En los seres humanos la biología funciona de manera totalmente distinta. Los actos tienen que ver con la capacidad de elegir y decidir, incluida la experiencia de la reproducción. De modo que la maternidad y la paternidad responden al deseo de mujeres y varones respectivamente de fundar una familia, tener y criar hijos.

Métodos de control de la natalidad

El deseo de mantener relaciones sexuales, sin que esto necesariamente signifique concebir un nuevo ser, ha sido un hecho tan antiguo como la humanidad. Y por cierto consideramos que este es un derecho inalienable del individuo y de la pareja.

Existen evidencias de que la anticoncepción fue ya una preocupación de antiguas culturas. Los egipcios, por ejemplo, 1.500 años A.C., introducían en la vagina excrementos de cocodrilo y miel, sustancias que tienen un efecto destructivo sobre los espermatozoides. Entre tribus africanas que en la actualidad viven en plena prehistoria, hace poco tiempo se encontró que usaban métodos todavía más drásticos como es introducir una pequeña punta de bambú en el trayecto más superficial del conducto deferente del hombre, destruyendo su continuidad a causa de la cicatriz posterior a la herida. De esta manera se eyacula un semen carente de espermatozoides, es decir que logra el efecto de una vasectomía.

La mujer como la parte más afectada por las implicaciones de la reproducción, ha ideado múltiples remedios caseros como trapos, esponjas, gasas, que introducidos en la vagina antes o después del coito intentaban impedir el ascenso de los espermatozoides. El coito interrumpido ha sido una de las primeras prácticas anticonceptivas, cuando el ser humano se dio cuenta del papel del semen en la concepción.

Métodos anticonceptivos

Son todas aquellas estrategias, dispositivos, sustancias químicas y operaciones, que se utilizan para evitar el embarazo, sea éste en forma temporal o definitiva.

La selección de los métodos depende de ciertos criterios que se aplican de acuerdo a las condiciones de salud ya sea de la mujer, de la pareja o por circunstancias sociales. Por cierto, unos métodos tienen más efectividad que otros.

Existen muchas maneras de clasificar los métodos anticonceptivos; sin embargo la clasificación más aceptada es la que se refiere a la duración de su efecto, y pueden ser:

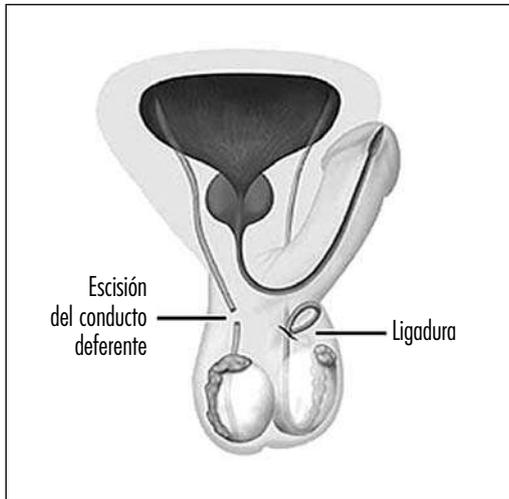
- **Temporales.** Son métodos cuyo efecto dura mientras se están empleando, es decir que cuando la pareja o la mujer dejan de usarlos puede producirse el embarazo.
- **Definitivos.** Son métodos que luego de aplicados evitan permanentemente la posibilidad de embarazo.

a. Anticoncepción permanente o definitiva

También conocida como esterilización. Con este método se pierde totalmente la capacidad de procrear, tanto para el hombre como para la mujer.

Esterilización femenina. En el caso de la mujer, este método consiste en interrumpir el paso del óvulo desde el ovario hacia el útero a través de las Trompas de Falopio. Esto se realiza por medio de una pequeña cirugía en la que se cortan las trompas y se atan los extremos de modo que se impide el paso de los óvulos a su encuentro con los espermatozoides. Existen diferentes técnicas o maneras de realizar este procedimiento. Este método, conocido como salpinguectomía, salpingoclasia o comúnmente como “ligadura”, no afecta la salud de la mujer, ni en su carácter ni en su vida sexual.

Los criterios para utilizar este método en muchos casos dependen de las legislaciones de cada país, o cuando la pareja decide que el número de hijos que ha procreado es el adecuado. En general se acepta su aplicación cuando ya se han tenido tres hijos y se tiene una edad mínima de 26 años. Entre otros motivos se indica este procedimiento en caso de enfermedades que con el embarazo pueden agravarse y poner en peligro la vida de la madre. También se recomienda en pacientes con problemas psiquiátricos.



Esterilización masculina (Vasectomía). Este método consiste en impedir la salida de los espermatozoides desde los testículos hacia el exterior en el momento de la eyaculación. Esto se realiza a través del corte de los conductos deferentes, mediante una pequeña cirugía que se realiza de forma muy sencilla y rápida. Este procedimiento es similar a la ligadura de las trompas en el caso de la mujer; es decir, se cortan los dos conductos deferentes en el trayecto más superficial de éstos a nivel del escroto, y se atan los extremos. Las personas que se someten a este tipo de intervención mantienen una vida sexual normal, con la única diferencia de que su semen no contiene espermatozoides, y por lo tanto no pueden procrear.

No se han encontrado efectos secundarios importantes con la aplicación de este método. La producción de hormonas por parte de los testículos se mantiene normal.

b. Anticoncepción temporal o reversible

Como dijimos anteriormente, ésta tiene efecto mientras se aplica el método; el momento en que la persona deja de utilizarlo, puede volver a concebir. Existe una amplia gama de éstos y los podemos clasificar de acuerdo a su mecanismo de acción. Así tenemos:

1. Alteración de la frecuencia del acto sexual

Estos métodos se basan en el conocimiento de los días en que la mujer puede quedar embarazada durante el ciclo menstrual, y de mantener abstinencia sexual durante los días que se consideran fértiles, o utilizar otros métodos durante los mismos. Estos métodos basados en el conocimiento de los días fértiles e infértiles se llaman también de abstinencia periódica.

a. Método del ritmo o calendario. Conocido también como de Ogino-Knaus, por los nombres de los investigadores que lo descubrieron.

Esta estrategia se basa en el conocimiento de la duración de los ciclos menstruales de la mujer, y consiste en abstenerse del acto sexual durante los días que se consideran fértiles.

Para optar por este método la mujer deberá registrar el número de días que dura cada ciclo menstrual por al menos 6 meses. El primer día del sangrado siempre es el primer día del ciclo.

La mujer debe restar 18 del número de días del ciclo más corto que tiene en su registro. El número que resulta, corresponde al primer día fértil del período. De

Métodos de anticoncepción temporales

1. Alteraciones en la frecuencia del acto sexual

Estos métodos tienen como principio el conocer cuáles son los períodos fértiles en la mujer, en relación con la ovulación, y consisten en restringir las relaciones sexuales al período infértil.

- Confinencia periódica de Ogino Knaus o ritmo del calendario
- Control de la ovulación con la temperatura basal
- Método de Billings o del moco cervical
- MELA: Método de la lactancia-amenorrea

2. Alteraciones en la mecánica del acto sexual

- Coito interrumpido

3. Procedimientos químicos

- Uso de sustancias espermaticidas

4. Procedimientos mecánicos extrauterinos

- Preservativo o condón
- Diafragmas vaginales
- Capuchones cervicales

5. Procedimientos mecánicos intrauterinos

- Dispositivos intrauterinos (DIU o esterilet)

6. Administración de hormonas

- Anticonceptivos orales combinados de dosis baja
- Anticonceptivos inyectables (DMPA)
- Anticonceptivos Orales solo Progestágeno
- Implantes de Norplant

la misma manera debe restar 11 del registro más largo de duración de su ciclo. El resultado corresponde al último día fértil.

Por ejemplo:

Si la duración de los ciclos que se registran varía de 26 a 32 días:

$26 - 18 = 8$ Comience a evitar el coito sin protección desde el día 8

$32 - 11 = 21$ Vuelva a practicar el coito sin protección después del día 21

Los días fértiles serán 14 y los días seguros serían 17. Es decir que la pareja debe evitar mantener relaciones desde el día 8 hasta el 21 del ciclo, o hacerlo durante estos días con protección.

Los inconvenientes con este método se dan especialmente en mujeres que tienen ciclos muy irregulares o en parejas especialmente jóvenes, en quienes un mayor impulso sexual hace difícil una abstinencia prolongada.

b. Método de Billings o del moco cervical. Esta estrategia consiste, al igual que el método anterior, en detectar cuáles son los días fértiles de la mujer mediante el examen de las secreciones del cuello uterino.

Para la práctica de este método, la mujer debe obtener diariamente con los dedos pequeñas muestras de moco cervical y observarlo. Durante los primeros días del ciclo éste es escaso, espeso y turbio y cerca de la ovulación es abundante, claro y filante (elástico) apenas se percata de este cambio de características del moco cervical, la pareja debe evitar el coito.

Las secreciones tienen un día que alcanzan su nivel máximo y son más resbalosas estirables y húmedas. La pareja continúa evitando el coito por cuatro días más después de que haya cesado este tipo de secreción o pueden utilizar otro método.



c. Control de la temperatura basal. Se basa en detectar el día de la ovulación por el cambio de la temperatura basal, que se produce por efecto de la secreción de progesterona por el ovario.

Temperatura basal significa la temperatura que presenta una mujer antes de levantarse de la cama. Para llevar este registro diario, la mujer debe to-

marse la temperatura en la boca cada mañana a la misma hora, antes de levantarse.

El día que ocurre la ovulación la temperatura basal sube de medio a un grado centígrado, entonces la pareja debe evitar el coito por al menos cuatro días, luego de lo cual la pareja puede reanudar el coito, sin peligro de embarazo, hasta el inicio de la menstruación siguiente. El inconveniente con este método es que si bien sabemos el día que ocurre la ovulación y cuáles son los días no fértiles, no sabemos qué día se va a ovular. Por esto se recomienda evitar el coito desde el primer día de la menstruación.

Estos métodos basados en el principio del ritmo son llamados también naturales, ya que no interviene más que el conocimiento del funcionamiento del organismo de la mujer y en este caso los días fértiles o infértiles. Aun con una buena práctica, el método tiene resultados poco eficaces, por lo que no se lo recomienda a parejas que por alguna razón especial no pueden correr el riesgo de embarazarse.



d. Método de la Lactancia-Amenorrea (MELA).

Esta estrategia consiste en utilizar la lactancia materna como método temporal de planificación familiar.

Este método se basa en la detención de la ovulación, a causa de los cambios que produce la lactancia materna, en la velocidad a la que se liberan las hormonas naturales de la mujer. Definimos lactancia como la etapa en que la madre amamanta al niño con su pecho, y amenorrea significa ausencia de sangrado menstrual. El MELA brinda protección natural del embarazo, y promueve la

iniciación de la utilización de otro método apropiado. Esta estrategia anticonceptiva se cumple:

- Si al menos el 85% de la alimentación del niño está constituida por la leche materna;
- Si la madre da de lactar a su niño tanto de día como de noche;
- Si no han regresado sus períodos menstruales;
- Si el niño tiene menos de 6 meses.

Si la madre continúa dando de lactar con mucha frecuencia, su protección del embarazo podría llegar hasta los 9 y 12 meses.

2. Alteración de la mecánica del acto sexual

En esta estrategia tenemos el coito interrumpido que, como dijimos anteriormente, es tal vez uno de los primeros y más antiguos métodos anticonceptivos, cuando el hombre se da cuenta del papel del semen en la reproducción. En el antiguo testamento hay una descripción de esta práctica en el caso de Onán (Gn 38:4-10) por lo que a esta práctica también se la conoce como onanismo.

Esta estrategia consiste en retirar el pene de la vagina, un poco antes de la eyaculación, de manera que el semen no se deposita en la vagina. Este método tiene varios inconvenientes:

Está comprobado que aun antes de la eyaculación se pueden encontrar espermatozoides en el líquido seminal, que es secretado como lubricante en el momento de la erección, de modo que esta práctica no ofrece una buena seguridad.

En segundo lugar, el hecho de retirar el pene en el momento culminante del coito, tanto para el hombre como para la mujer, puede ser una experiencia frustrante, ya que prácticamente se interrumpe el acto sexual. Incluso puede tener repercusiones psicológicas en uno o ambos miembros de la pareja.

La tensión que provoca la preocupación de estar pendiente de eyacular fuera, especialmente para la mujer, se convierte en un acto tormentoso, y puede ser motivo de un inicio de frigidez.

Por todas estas consideraciones no recomendamos este método para la planificación familiar.

3. Procedimientos químicos

Este método consiste en utilizar antes del coito ciertas sustancias químicas que se introducen en la vagina y que tienen la propiedad de matar los espermatozoides o hacer que se tornen incapaces de movilizarse hacia el óvulo, cuando entran en contacto con éstas.

Estas sustancias se conocen con el nombre de espermicidas o espermatocidas y son fabricadas en diversas presentaciones que pueden ser:

- Supositorios
- Tabletas espumantes
- Espumas
- Películas que se derriten
- Jaleas
- Cremas

Se recomienda introducirlas en la vagina como máximo 1 hora ó 10 minutos, como mínimo, antes del coito.

Entre las ventajas de utilizar este método están:

- Puede insertarse una hora antes, para evitar interrupciones durante el coito.
- Fácil de usar con un poco de práctica.
- Pueden interrumpirse en cualquier momento.
- Ningún efecto sobre la leche materna.
- Ofrecen anticoncepción solamente cuando es requerida.
- Son controlados por la mujer.
- Pueden utilizarse inmediatamente después del parto.
- No es necesario visitar a un médico para iniciar su uso.

Entre los inconvenientes que se presentan con la utilización este método están:

- Irritación de la vagina o del pene. Esta irritación puede aumentar el riesgo de contraer ITS o SIDA.
- Reacciones alérgicas en el hombre o la mujer.
- Aumento de la frecuencia de infecciones urinarias en la mujer.
- Pueden manchar la ropa.



4. Procedimientos mecánicos extrauterinos

El principio de acción de estos métodos es impedir la entrada de los espermatozoides a través de cuello uterino o simplemente evitar el contacto de éstos con la vagina.

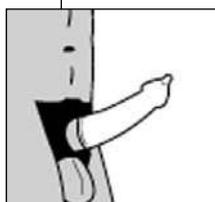
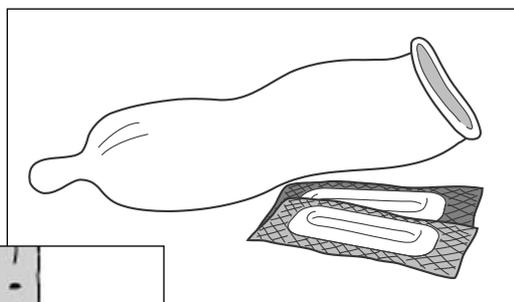
Entre los diferentes dispositivos tenemos:



a. Preservativo o condón. Las primeras referencias del uso de este método datan del Renacimiento, en el cual se fabricaban preservativos con piel o intestino de animal. El descubrimiento de la vulcanización del caucho hizo posible la fabricación de una serie de preservativos de buena calidad, que rápidamente reemplazaron a los anteriores. Desde entonces su uso se ha extendido ampliamente.

Este dispositivo es una funda o cubierta para ser colocada en el pene erecto del hombre. Tiene muchos sinónimos y nombres comerciales y se fabrican de diferentes tamaños, colores, texturas, formas e inclusive los hay de sabores. El material más utilizado para su fabricación es el látex.

El uso del preservativo es muy amplio en todo el mundo y ha tomado gran auge a partir del apareamiento del VIH/Sida. La mayoría de campañas educativas y publicitarias, prácticamente han pretendido “condonizar” las relaciones sexuales.

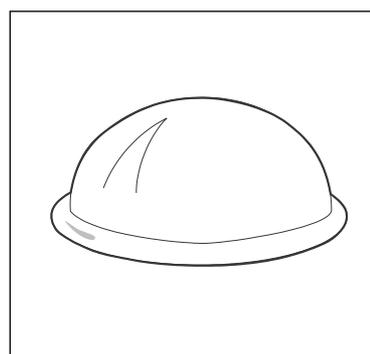


La efectividad del condón depende mucho de la forma en que se utiliza y de la calidad de éste. Es moderadamente efectivo para prevenir el embarazo. El objetivo del condón es retener el semen al momento de la eyaculación.

Para utilizarlo, el varón debe colocárselo con el pene erecto, antes de realizar la penetración, sin dejar aire en su punta. Luego de la eyaculación, el pene aún erecto debe ser retirado de la vagina y el condón debe ser desechado. Para cada coito debe utilizarse un nuevo preservativo.

En la actualidad también se cuenta con un condón femenino, el cual consiste en una funda también de látex o de plástico suave, que la mujer se coloca antes del coito. La eficiencia de este es similar a la del condón masculino, aunque su uso todavía es restringido por su disposición en el mercado y por su costo. Utilizado de manera adecuada, evita en un gran porcentaje el sida, las ITS y el embarazo.

b. Diafragma vaginal. Es un círculo de látex rodeado de un anillo rígido, el cual se estira luego de introducido en la vagina. Este aro se coloca en el fondo de la vagina, obstruyendo la entrada del cuello uterino y de esta manera impidiendo la entrada de los espermatozoides a través del mismo. Este dispositivo se coloca antes del coito y se introduce bañado en una crema o una jalea espermicida. Debe permanecer por lo menos 6 horas posteriores



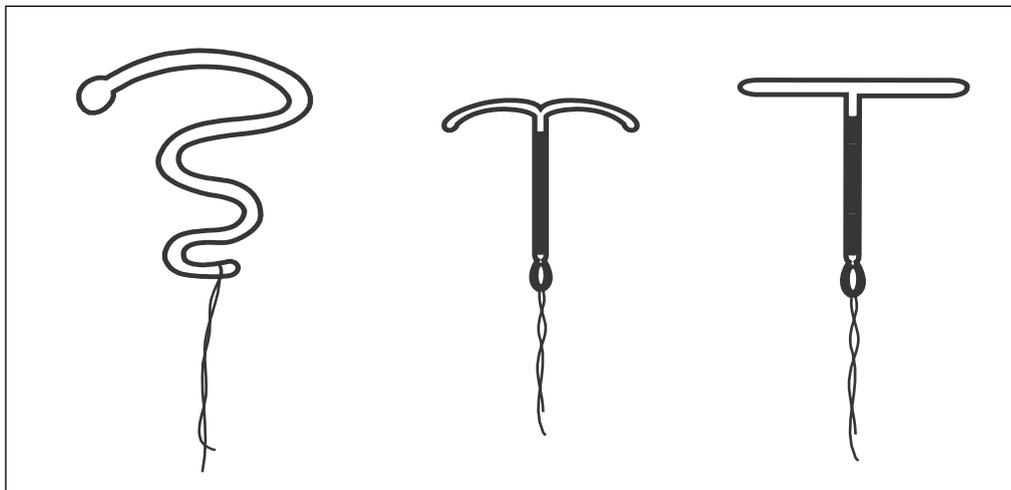
al coito en el interior de la vagina. En ocasiones puede resultar difícil el retiro del diafragma. Luego de usarlo se debe lavar y guardar hasta su próximo uso.

Entre los inconvenientes de este método esta la manipulación vaginal. Previamente es el médico quien tiene que enseñar a la usuaria, y determinar el tamaño adecuado que necesita.

c. Capuchones cervicales. También son dispositivos que se colocan por la vagina antes del coito. El mecanismo de acción es similar al del diafragma, es decir impiden el paso de los espermatozoides por cuello uterino. Estos dispositivos son más pequeños que el diafragma y están fabricados en caucho y tienen la ventaja de que pueden permanecer hasta por 48 horas, obstruyendo el cuello uterino.

Este dispositivo solamente está disponible en países del primer mundo.

5. Procedimientos mecánicos intrauterinos



Dispositivo intrauterino (DIU) o esterilet (“T” de cobre). El primer dispositivo intrauterino de forma moderna fue descrito en 1909 por Richter en Alemania. Durante los años treinta empezó la utilización de estos en forma científica, tanto en Alemania como en el Japón. Con la aparición de la utilización del plástico moldeable, empezó su auge en la década de los 60. En la actualidad es un método muy extendido en todo el mundo.

El mecanismo de acción del DIU todavía no está exactamente definido y se dice que podría tener dos formas. La una se refiere a que la presencia del DIU dentro del útero provoca que el organismo reaccione frente a este cuerpo extraño, con la producción de gran cantidad de células de defensa, llamadas macrófagos, las cuales destruirían los espermatozoides, impidiendo la unión con el óvulo. Un segundo mecanismo sería el de impedir la anidación del huevo en el útero; es decir que según esta teoría, aun si se produce la unión del espermatozoide con el óvulo, éste no se puede implantar o anidar en el útero, por lo que es expulsado hacia fuera. Este segundo posible mecanismo de acción es el que ha causado gran controversia, ya que si es así, el DIU sería un microabortivo, lo cual trae para muchas personas cuestionamientos desde el punto de vista moral, ético y religioso.

Luego de todos estos años de investigaciones y experiencias con diferentes tipos de materiales para la fabricación del DIU, el más ampliamente utilizado en la actualidad son los que llevan cobre. Estos son dispositivos de plástico muy flexible que en alguna parte de su estructura llevan envuelto un alambre de cobre. Los hay en forma de “T” o de “7”.

La efectividad de este método es muy alta, comparada con los métodos anteriores.

6. Administración de hormonas

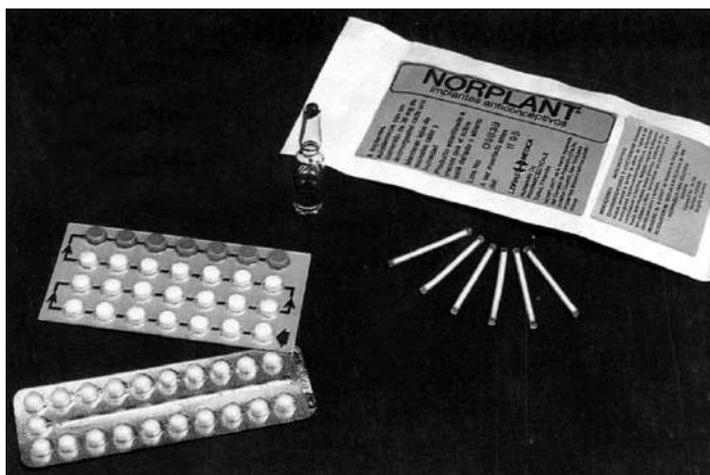
Este método surgió de la observación de que durante el embarazo la mujer no ovula, debido a que la placenta produce gran cantidad de hormonas, entre ellas la progesterona la cual impide la función cíclica del ovario y por lo tanto la ovulación. Este hecho fue comprobado ya en 1921 en animales de laboratorio. Desde la década de los 40, se utilizaron combinaciones hormonales inyectables para sustituir las secreciones hormonales del ovario. Pero fue solamente a partir de 1959 en que Pincus, García y Rock revolucionaron la medicina al dar a conocer que la administración de preparados hormonales en la mujer impedían la ovulación y por lo tanto el embarazo. Desde entonces ha habido muchísimas investigaciones procurando buscar perfeccionar este método y evitar las reacciones secundarias que produce.

Se calcula que en la actualidad unas 50 millones de mujeres lo utilizan en todo el mundo.

Como dijimos anteriormente, este método impide que el ovario libere el óvulo durante el ciclo menstrual, por lo que se lo conoce como “anovulatorio”.

Otro mecanismo de acción también descrito se refiere a que los anticonceptivos hormonales aumentan la consistencia del moco cervical, impidiendo la entrada de los espermatozoides a través del cuello uterino.

Existen muchas formas de presentación y de administración de este método:



a. Anticonceptivos orales combinados de dosis baja. Son las muy famosas píldoras, que contienen dos hormonas muy parecidas a las hormonas naturales: un estrógeno y una progesterona, en dosis muy bajas.

Hay dos tipos de presentaciones para las píldoras. Algunos paquetes contienen 28 píldoras; 21 de las cuales son activas, es decir que contienen las hormonas, y 7 de diferente color, que no contienen hormonas, y que solamente sirven como recordatorio. El otro tipo de presentación trae solamente 21 píldoras activas.

b. Anticonceptivos inyectables (DMPA). Este método se basa en la administración de progestágeno en la mujer a través de inyecciones intramusculares, las mismas que se administran cada 3 meses. Las hormonas depositadas en el músculo, se liberan lentamente a la corriente sanguínea durante todo este tiempo.

c. Anticonceptivos orales solo progestágeno. Llamada también “mini píldora”, ya que contiene solamente una pequeña parte de progesterona con relación a los anticonceptivos combinados. El principal mecanismo de acción está dado por el aumento de la consistencia del moco cervical, lo cual dificulta el paso de los espermatozoides, y en segundo lugar por el impedimento de la ovulación. Son una buena opción para las mujeres que están dando de lactar, ya que no disminuye la producción de leche materna.

Las mujeres toman una píldora cada día.

d. Implantes de Norplant. Es un conjunto de 6 pequeñas cápsulas plásticas, del tamaño de un fósforo cada una, que contienen un progestágeno, muy parecido al producido por el organismo en forma natural. Estas pequeñas cápsulas se colocan debajo de la piel en la parte superior del brazo de la mujer. Una vez introducidas en la piel, van liberando pequeñas cantidades de hormona en forma constante, lo cual mantiene en la sangre niveles adecuados de la sustancia. El mecanismo de acción es similar al anterior. El efecto de este método puede durar hasta por 5 años como mínimo.



e. Anticoncepción de emergencia o la “píldora del día siguiente”. Éste es uno de los métodos de descubrimiento más reciente.

Es un método que previene un embarazo no deseado después de un contacto sexual sin protección. El embarazo se previene en un 70% a 90% de los casos, cuando la anticoncepción de emergencia se toma dentro de las 72 horas siguientes a la relación sexual. Es más efectiva cuando se usa lo antes posible que cuando se hace más tarde.

Se considera un contacto sexual sin protección cuando se practica una relación sexual sin la protección de un anticonceptivo, o cuando el método utilizado falla por alguna razón en cualquier momento del ciclo menstrual.

A la vez estas mismas serían las indicaciones para el uso de la píldora del día siguiente, más tardar, dentro de las 72 horas siguientes a la relación sexual sin protección cualquiera que sea la fecha del ciclo menstrual

La anticoncepción de emergencia es un método ocasional de apoyo. No reemplaza los métodos anticonceptivos regulares.

Si ha usado un anticonceptivo de emergencia, debe discutir con su médico el método anticonceptivo más conveniente para usted.

Actualmente comprendemos que varios mecanismos pueden estar involucrados, tales como alteración de la ovulación o la modificación del revestimiento uterino. En todo caso, la anticoncepción de emergencia tiene sus efectos antes de la implantación del huevo en el útero.

Si está ya embarazada antes de usar la anticoncepción de emergencia, el embarazo continuará normalmente.

Los efectos secundarios que se observaron durante los ensayos clínicos son:

- Náuseas y vómitos
- Vértigos, fatiga y dolor de cabeza
- Dolor en el bajo vientre, sensibilidad mamaria
- Sangrado vaginal

Para lograr una eficacia óptima, el primer comprimido debe ser ingerido tan pronto como sea posible después del contacto sexual sin protección y no más tarde de las 72 horas (3 días) después del mismo. El segundo comprimido debe ser ingerido entre las primeras 12 horas (lo más temprano) y las 24 horas (lo más tarde) después de la primera toma. En caso de vómito dentro de las 2 horas siguientes a la ingestión del primer comprimido, debe tomarse uno adicional inmediatamente y tomar el segundo en el período indicado.

¿Qué es un contacto sexual sin protección?

- Una relación sexual no planeada sin usar ningún tipo de protección anticonceptiva.
- La rotura del condón, su desplazamiento, la remoción inapropiada, su deslizamiento o sencillamente el olvido del mismo.
- El olvido de tomar la píldora regular.
- El capuchón cervical o el diafragma es colocado inadecuadamente o se desliza durante la relación sexual.
- Su pareja se separa demasiado tarde, si se utiliza el método del "coitus interruptus".
- Vomitar dentro de la hora siguiente de ingerir su píldora anticonceptiva regular.
- Una violación.

¿Cómo seleccionar un método anticonceptivo?

La efectividad de los métodos anticonceptivos ha sido una preocupación permanente de investigadores, fabricantes, gobiernos y organismos internacionales.

En este aspecto se han realizado grandes estudios e investigaciones, por lo que hoy contamos con buenos elementos para valorar la efectividad de cada uno de los métodos y poder recomendar los más adecuados, según el caso.

Un componente importante en la efectividad de los métodos anticonceptivos tiene mucho que ver con factores sociales, educativos, económicos, culturales y hasta religiosos de la mujer y de la pareja, por lo que debemos tomarlos en cuenta para la recomendación de los mismos.

En este aspecto cabe recalcar la importancia de que la pareja que desea planificar su familia debe acudir a un profesional que pueda ofrecer toda la información necesaria sobre los diferentes métodos, así como las ventajas y desventajas que presentan éstos y la recomendación adecuada al caso particular de la pareja.

La efectividad de los diferentes métodos anticonceptivos se registra en el cuadro de la página siguiente. Los números significan que por cada 100 mujeres u hombres, según el caso, que utilizan estos métodos, existe un número de fallos con relación a si el método está bien utilizado o no. Ejemplo: por cada 100 mujeres que utilizan espermicidas durante un año, 26 de éstas se embarazan si el espermicida no es utilizado correctamente. Si es utilizado en forma correcta y consistente, solamente 6 de cada 100 se embarazan durante un año.

La eficacia de los diferentes métodos, se cataloga de acuerdo a su mayor efectividad:

0 a 1 Muy eficaz
 2 a 9 Eficaz
 10 a 30 Moderadamente eficaz

EFFECTIVIDAD DE LOS METODOS ANTICONCEPTIVOS		
Tasa de embarazos por cada 100 mujeres por año		
Método	Uso común	Uso correcto
Implantes de Norplant	0,1	0,1
Vasectomía	0,15	0,1
DMPA	0,3	0,3
Ligadura de Trompas	0,5	0,5
DIU. Tcu.	0,8	0,8
Mini píldora	1,0	0,5
MELA por 6 meses	2,0	0,5
Orales combinados	6 a 8	0,1
Condomes	14	3
Diafragma y espermicida	20	6
Alteración de la frecuencia.	20	1 a 9
Condomes femeninos	21	5
Espermicidas	26	6
Ningún método	85	85

A más de la información general de los métodos y su efectividad, es importante romper una serie de creencias o mitos populares que han acompañado al uso de éstos, y que tienen que ver con aspectos culturales de cada pueblo.

Estas ideas infundadas están muy presentes en el común de las personas, por ejemplo tiene que ver con las creencias de que algunos métodos anticonceptivos pueden producir cáncer, locura, esterilidad, vejez prematura, ataques, malformaciones congénitas en los niños, entre otros. En cierto momento estos conceptos falsos pueden influir en la decisión de utilizarlos o abandonarlos, lo cual sería perjudicial para la salud reproductiva de la pareja.

Para seleccionar un método anticonceptivo hay que tomar en cuenta tanto factores personales como médicos. Generalmente es un profesional quien luego de los análisis de los dos factores recomienda el método más adecuado para la pareja.

Entre los aspectos personales que deben tomarse en cuenta tenemos la edad, el número de hijos, los hábitos y la actividad con respecto a las relaciones sexuales.

Los factores médicos que deben ser tomados en cuenta son la historia clínica y el estado de salud de la mujer.

En el caso de parejas que ya tienen muchos hijos, no es apropiado prescribir métodos de poca efectividad. No se pueden correr riesgos, por lo que deben recomendarse los métodos más seguros.

Los antecedentes médicos y la historia clínica son muy importantes, sobre todo cuando se van a utilizar métodos hormonales, la inserción de un DIU o se va a realizar una cirugía. En mujeres que por alguna razón médica está contraindicado un embarazo, no deben recomendarse métodos de baja eficacia o aquellos que podrían afectar la salud de la mujer.

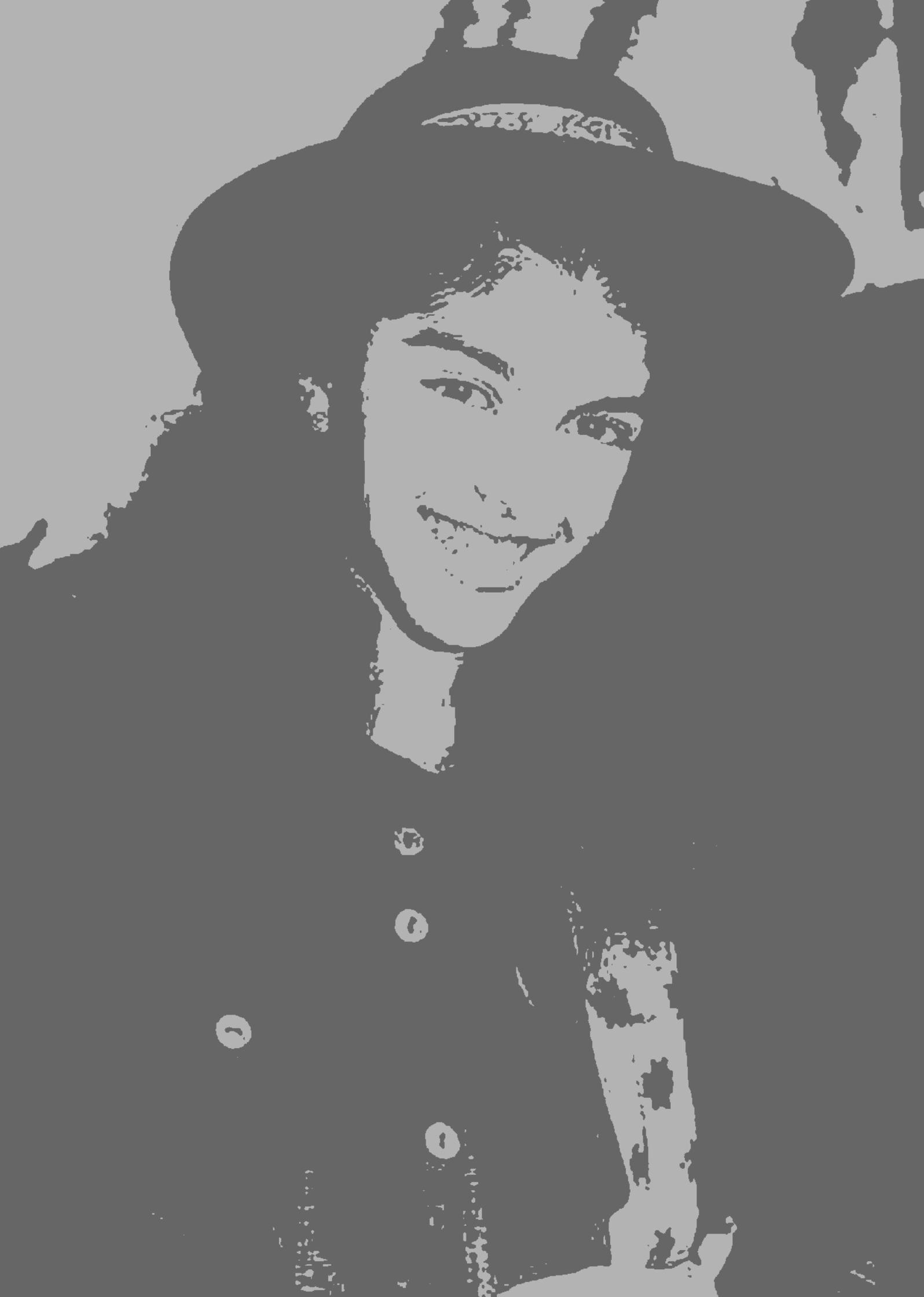
En este caso están recomendados los métodos quirúrgicos, tanto para el hombre como para la mujer.

Algunos de los métodos son de fácil acceso, como es el caso del preservativo y de los espermaticidas que se los pueden obtener en cualquier farmacia o en sitios públicos. Podríamos decir lo mismo de los métodos que se basan en la abstinencia periódica, ya que lo único que se requiere es conocimiento y educación adecuada. No así los otros métodos que necesariamente tienen que ser provistos en hospitales, consultorios o centros especializados, previa una evaluación, información adecuada y muchas veces una práctica.

Si la selección del método es adecuada para la pareja y su empleo es constante, los beneficios para la salud de la mujer, el bienestar de la familia y la integración de la pareja son mucho mayores que los riesgos que podría tener utilizar un método anticonceptivo. La supervisión y el control permanente por parte de un profesional competente disminuyen cualquier riesgo que podría presentarse.

TEMA 8: FRUCTIFIQUEN Y MULTIPLÍQUENSE

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo, oración y alabanza	Comunicación directa	El Facilitador/a lee Gn 1: 28, dirige la oración, se entona una alabanza.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Expresión corporal	Con anterioridad el Facilitador/a anima a que intervengan voluntarios, de entre los participantes, uno de ellos hará una narración del ciclo vital de una planta desde el estado de semilla, hasta que produce fruto, mientras tanto otros expresarán con su cuerpo este proceso.	Música de fondo	00:05
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo se relaciona el ciclo vital de una planta con el del hombre? ¿Qué características debe reunir el ser humano para reproducirse? El Facilitador/a anotará en la pizarra las palabras clave que le servirá luego para desarrollar el tema.	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema en base al siguiente bosquejo: 1. Gn 1:28. Capacidad de reproducción, sojuzgar la creación. 2. Responsabilidad como esposos y padres. 3. Necesidad de alcanzar madurez integral (fructificar) 4. Estrategias para mantener un adecuada salud reproductiva: <ul style="list-style-type: none"> • Edad adecuada. • Periodo entre embarazos. • Finalización de embarazos a edad temprana. 	Biblia Acetatos Proyector	00:15
	Vivenciar	Trabajo grupal	Organizar en grupos, y pedir que cada grupo comparta las formas de planificación que conozcan.	Papelotes Marcadores	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	En base de lo presentado, ¿cómo se podrían clasificar los métodos de planificación familiar?	Pizarra Marcadores	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	Explicación de los métodos.	Acetatos Retroproyector	00:20
	Visualizar	Trabajo grupal	Cada grupo hace un afiche, explicando cada uno de los métodos.	Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Cuestionario	Cuestionario básico sobre los métodos.	Cuestionario impreso	00:15
	Integrar	Compromiso	Resumen de lo trabajado. Compartir con una persona, la importancia de planificar la familia, y las estrategias para una adecuada salud reproductiva en el transcurso de la próxima semana.	Papel Lápiz	00:15



FACILITAR LA EDUCACIÓN SEXUAL EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Introducción

Cuando iniciamos el trabajo de facilitar el aprendizaje del manejo de la sexualidad, nuestras primeras experiencias fueron con grupos de estudiantes de los dos sexos, cuyas edades fluctuaban entre los 10 y 17 años, de manera que es a partir de estas experiencias que desarrollamos nuestro primer manual. Sin embargo, nos dimos cuenta que se estaba produciendo un desfase entre lo que los niños y los jóvenes estaban aprendiendo y los conocimientos y actitudes respecto de la sexualidad que manejan sus padres, por lo cual nos pareció pertinente empezar el trabajo con adultos.

Hoy, luego de más de tres años de facilitar talleres con adultos en la mayoría de países de América Latina, y dada la buena respuesta que hemos obtenido en cuanto al enfoque y la metodología de nuestra propuesta, hemos decidido retomar nuestro trabajo inicial, y complementar el material para que también pueda ser facilitado para niños y jóvenes.

En esencia, el enfoque y la metodología de la propuesta inicial no cambian; lo que hemos hecho es contextualizar el material de acuerdo a lo que son las etapas y subetapas del crecimiento y desarrollo del ser humano, cuyas características o demandas es necesario vivirlas y cumplirlas adecuadamente para un funcional desarrollo sicosocial y sicosexual de cada persona.

“El desarrollo sicosocial es un proceso de cambio sistemático por etapas y subetapas que el niño va logrando al interactuar con el medio que lo rodea. Estos niveles son cada vez más complejos en movimientos, acciones, pensamientos, uso del lenguaje, de emociones, sentimientos, y de relaciones con los demás. En este proceso el niño va formando una visión del mundo, de la sociedad, y de sí mismo. Va adquiriendo herramientas intelectuales y prácticas para adaptarse al medio en que le toca vivir, y también va construyendo su autoestima, su identidad y su seguridad personales”.

Los niños necesitan vivir experiencias que faciliten su desempeño intelectual, físico, social, emocional y espiritual. Es fundamental entender cómo a través de las interacciones con sus padres en los primeros años y con los maestros y compañeros más tarde, es que los niños llegan a confiar en sí mismos, a sentirse capaces, independientes, solidarios y van gradualmente aprendiendo a comunicarse y a socializar a través del lenguaje. Aprenden a compartir e incorporar valores morales a su comportamiento cotidiano, a la vez que van construyendo su identidad sexual.

Las primeras etapas del desarrollo son básicas para el futuro del niño y la niña e influyen para toda la vida en sus relaciones con los otros, el rendimiento escolar, las habilidades sociales, su capacidad para participar activamente en la sociedad y definir su identidad sexual.

En otras palabras, la contextualización de nuestra propuesta para niños y jóvenes se basa en las necesidades y demandas que los individuos presentamos de acuerdo al desarrollo sicomotriz, sicosocial y sicosexual característicos de cada etapa y subetapa del ciclo vital. Como la contraparte que debe suplir estas demandas estamos los padres, la familia nuclear, la familia extendida, los maestros, la escuela, la iglesia, la sociedad en general, el medio ambiente.

No pretendemos realizar un estudio exhaustivo del crecimiento y desarrollo del ser humano, pero sí puntualizar las características más importantes de cada etapa y subetapa de su ciclo vital. Estamos convencidos de que cada padre y madre, cada maestro/a y cada Facilitador/a debe estar familiarizado con estas características para poder dar las respuestas adecuadas en el momento adecuado a estas demandas, y dar paso a un desarrollo integral funcional del cual es una parte indivisible la sexualidad.

Partimos de la premisa de que las etapas de la vida (infancia, adolescencia, adultez y climaterio) son comunes a todos los seres humanos, mientras que las subetapas tienen influencias y particularidades culturales y subculturales. Las características aquí descritas corresponden a lo que una gran mayoría de personas, especialmente en América Latina, manifiestan como propias para nuestro medio y cultura.

La inspiradora palabra de Dios es siempre nuestro referente.

El desarrollo integral en los niños y niñas

Conocer el desarrollo del niño y la niña nos ayuda a saber cómo conducir efectivamente la educación sexual según su edad. En otras palabras, el conocimiento de que todos los niños pasan por ciertas etapas de desarrollo y que ciertas características aparecen comúnmente a determinada edad, nos permiten organizar un programa de educación sexual acorde con las diferentes etapas del desarrollo.

Conviene aclarar que algunos niños y niñas no se ciñen a lo característico del desarrollo en etapas, sino que se desarrollan más lenta o más rápidamente que los demás, de acuerdo con su ambiente familiar y también a su carga genética. Por ejemplo, niños de 2 años de edad que demuestran un desarrollo esperado a los 4 años de edad. Hay otros niños de 5 años que presentan un desarrollo de un niño de 3 años. De igual manera, en la adolescencia, niños de 10 años tienen el desarrollo físico de 13 años, o también niños de 14 años tienen un desarrollo físico de 12 años. En todo caso, hay amplias variaciones de un individuo a otro y, en la práctica, es bueno atender a cada niño o niña de acuerdo con su propio desarrollo.

Una forma de organizar y agrupar a los niños, según la similitud de sus características, podría ser la siguiente:

- Niños y niñas en etapa intrauterina
- Niños y niñas de 0 a 24 meses
- Niños y niñas de 2 y 3 años
- Niños y niñas de 4 y 5 años
- Niños y niñas de 6, 7 y 8 años
- Niños y niñas de 9, 10 y 11 años
- Adolescentes de 12, 13 y 14 años
- Adolescentes de 15 a 18 años

Sugerimos esta división con la intención de que sirva de referencia para la formación de grupos con los que se desarrollen los talleres de educación sexual.

La diferencia en el desarrollo del niño o de la niña es mayor cuanto menor es su edad cronológica. Así por ejemplo hay diferencia de desarrollo entre un niño de 6 años y otro de 8, pero es mucho mayor la diferencia entre un niño de 2 años y otro de 3. Es importante tener en cuenta este detalle para no formar grupos demasiado heterogéneos, a fin de que todos los niños y niñas aprovechen el proceso de enseñanza-aprendizaje de la manera más completa.

Con estas consideraciones, pasamos a describir las características sobresalientes del desarrollo de las niñas y los niños según los diferentes grupos de edad. Enfatizamos que el desarrollo lo hemos de entender en forma integral, indivisible; sólo por razones de sistematización en este material hacemos la descripción separando los aspectos físico, emocional, mental y espiritual.

Después de la descripción de cada grupo, insertaremos los cuadros de planificación de los talleres de los diferentes temas correspondientes a cada grupo.

Etapa prenatal o intrauterina

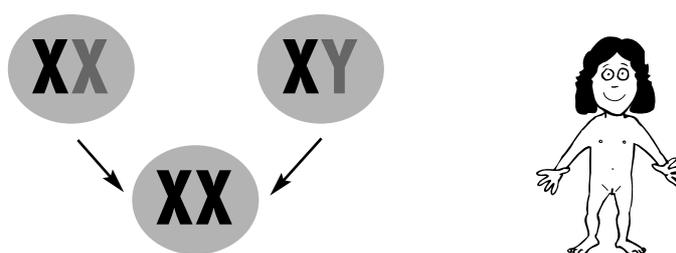
Dijimos que la educación sexual comienza aun antes de la concepción con las actitudes de los futuros padres y familiares hacia el nuevo ser, pues éstas son determinantes para un desarrollo sicosexual funcional.

Mencionamos también que lo ideal es que todo hijo sea deseado, planificado y esperado, porque este factor influye en la calidad de atención que los padres y la familia brinden al bebé. Por supuesto que, en muchas ocasiones, el hecho que un embarazo no haya sido planificado no significa que los padres no se dediquen por entero al cuidado a su hijo o hija.

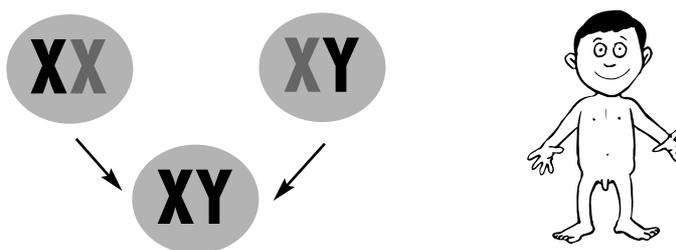
Cada vez es más aceptada la idea de que el embarazo no sólo es de la madre sino de la pareja y de toda la familia, si hay otros hijos. Es importante interiorizar este concepto para que tanto el esposo como los hijos tomen parte activa en el proceso del embarazo y éste llegue a ser una experiencia positiva para el sistema familiar; una oportunidad para el crecimiento individual y familiar.

De hecho, el embarazo es uno de los acontecimientos más maravillosos en la vida: es ejercer la capacidad —regalada por Dios— mediante la cual se confirma una vez más nuestra semejanza con Él, la de ser creadores como Él; más propiamente, la de ser co-creadores juntamente con Él. Además la maternidad y la paternidad son oportunidades para reflexionar sobre el carácter paternal y maternal de Dios, para agradecer el cuidado permanente que Él tiene para cada uno de nosotros y también para decidir parecernos más a Él como padres y madres.

Es conocido que desde el momento mismo de la concepción, es decir desde la unión del óvulo con el espermatozoide, queda definido el sexo del nuevo ser. La carga genética de los progenitores está representada en el hombre en los cromosomas XY del espermatozoide y en la mujer en los cromosomas XX del óvulo. Cuando se une un cromosoma X del padre con un cromosoma X de la madre, el sexo del bebé será femenino. Cuando se une un cromosoma Y del padre con un cromosoma X de la madre, el sexo del bebé será masculino. De esta manera, la definición del sexo de los bebés desde este punto de vista, depende del padre.



Cromosoma X de mamá + cromosoma X de papá = niña



Cromosoma X de mamá + cromosoma Y de papá = niño

Durante el desarrollo intrauterino, es de suma importancia que la madre se procure cuidados de manera integral, esto es en el aspecto físico, con ejercicio y dieta adecuados, controles médicos periódicos, administración de medicamentos recetados exclusivamente por el médico, y evitar el consumo de alcohol, tabaco y otro tipo de drogas.

En el aspecto emocional, es importante su estabilidad, sentirse acompañada por su pareja, vivir en un clima de amor, respeto y aceptación. En el área intelectual, es de mucho beneficio conocer el proceso del embarazo y prepararse para cada cambio en las diferentes etapas del mismo. En cuanto al área social, es fundamental relacionarse con su familia nuclear y extendida de manera armoniosa y saludable. Asimismo, es de suma importancia atender al aspecto espiritual en el sentido de mantener una sana relación con nuestro Creador y ver en Él el modelo perfecto de padre y madre.

Reforzando de nuevo la necesidad de brindar educación sexual al bebé desde su época fetal, es decisivo que éste se sienta aceptado, independientemente de su sexo, pues el bebé percibe el estado emocional de su madre mediante sustancias químicas que son producidas por ésta y compartidas con aquél a través de la circulación sanguínea.

En la actualidad, es conocido y aceptado como factor positivo en el desarrollo intrauterino brindar afecto al bebé, con caricias táctiles a través del abdomen de su madre, y verbales por parte del padre y hermanos en el caso de haberlos.

Es deseable también que el parto se produzca en el momento adecuado, es decir cuando el bebé haya completado plenamente su maduración, de modo que a su nacimiento pueda desarrollar toda su capacidad de sobrevivencia de manera efectiva.

Igualmente importante es el momento del parto, tanto para la madre como para el niño. Lo ideal es que este momento sea compartido por el padre, que el niño o niña sean recibidos por sus progenitores desde el mismo momento de su arribo al mundo. Se ha comprobado que la relación del padre con su hijo o hija a quien ha visto nacer es más estrecha y más libre para expresar el afecto.

El papel de los padres

Siendo tan importante el desarrollo de la identidad sexual y teniendo como fundamento las actitudes adecuadas de los padres desde antes de la concepción, es mandatoria la preparación integral de los futuros padres para recibir al nuevo ser. Base de la preparación es el conocimiento del proceso del embarazo, con todos los cambios que se producen en los aspectos físico, emocional, intelectual, social y espiritual. Este conocimiento no debe quedar solamente en calidad de información sino que debe ser asumido en forma activa, es decir respondiendo a las nuevas necesidades que van apareciendo durante todo el proceso, por ejemplo hacer ejercicio adecuado, consumir una dieta balanceada. Como familia, todos deben contribuir a la creación de un clima agradable y libre de tensiones en lo posible.

Para muchos niños, la llegada de un nuevo hermano o hermana significa amenaza para la atención, cariño, cuidados que reciben de sus padres. Se sienten “destronados”.

Muchos niños y niñas experimentan regresiones. Por ejemplo, si ya controlaban los esfínteres, esto es si ya eran capaces de usar el baño para sus necesidades biológicas, vuelven a orinar o defecar sin autocontrol, y requieren nuevamente el uso de pañales. Esta conducta es adoptada como una forma de reconquistar la atención de los padres. En este sentido es importante preparar a los niños y niñas para que la llegada del nuevo bebé sea un acontecimiento grato también para ellos y puedan disfrutar de la presencia del tierno miembro familiar.

El papel del Facilitador/a en este caso es propiciar un espacio para familias embarazadas o que están planificando embarazarse para facilitar una toma de conciencia respecto de los cuidados y recomendaciones que deben tener en cuenta durante esta etapa.

El embarazo

Creemos importante compartir en este texto algunas generalidades en relación al embarazo. Con el objeto de conocer de una manera sencilla los cambios que ocurren tanto en la madre como en el feto, múltiples autores y escuelas dividen este período en tres trimestres, que por otro lado coinciden con algunos cambios tanto en la función del organismo materno como en la función del niño en formación.

El hecho más notable en el primer trimestre es la formación de los órganos del nuevo ser. En el segundo trimestre, los órganos van sufriendo cambios y paulatinamente van adquiriendo su función. Lo relevante del tercer trimestre es el crecimiento y desarrollo en el tamaño de los órganos.



Primer trimestre. En la madre, este primer trimestre se caracteriza en general por ser un período de adaptación, tanto a nivel orgánico como psicológico y social.

A nivel orgánico el cuerpo de la mujer, sufre una serie de cambios tanto en la función, como en sus estructuras anatómicas que se dan básicamente por acción de las hormonas circulantes propias de embarazo. Entre los cambios más notables tenemos un aumento en el tamaño de los senos, que puede ir acompañado por una ligera sensación de malestar e hipersensibilidad. En general, las estructuras musculares y los ligamentos se van preparando, adquiriendo cierta laxitud, que va ayudando durante el embarazo y también en el parto.

En el aspecto psicológico se produce un cierto estado de angustia y ansiedad, que nace de las dudas y preguntas que surgen sobre el sexo y la salud del niño o de la niña, sobre el desarrollo del embarazo y todos los cambios que se van dando en el aspecto social y laboral.

Durante el primer trimestre, el cuerpo de la madre se adapta al embarazo. Por ejemplo, algunas mujeres saben en seguida que ellas han concebido, mientras que otras no pueden convencerse y persisten sin creerlo hasta tener una prueba de embarazo positiva y la confirmación por su médico.

El primer trimestre puede traer en algunas mujeres un aumento de la energía y un sentido de bienestar, mientras que otras mujeres se sienten cansadas y sensibles, y otras no notan cambios significativos. El cuerpo de la embarazada tendrá que trabajar mucho para alimentar al embrión en desarrollo, lo cual significa que acelera todas sus funciones. El nivel de trabajo de su corazón se eleva abruptamente, alcanzando casi el nivel máximo que se mantendrá durante todo el embarazo.

Si el embarazo fue planeado o no planeado, pueden existir sentimientos encontrados al respecto. Puede tener miedos sobre si el bebé será saludable y ansiedad sobre cómo se ajustará a la maternidad.



Durante el segundo trimestre, aproximadamente a las 16 semanas, la fatiga, el malestar y las emociones contrapuestas que ha estado sintiendo hasta este momento desaparecerán paulatinamente. La madre disfruta de la sensación de que su bebé se mueve dentro de ella y se siente llena de vida y de energía.

Segundo trimestre. Es un período en el cual es clásico que le digan a la futura mamá que parece estar embarazada de menos tiempo. Si esto sucede, la madre no debe preocuparse. La apariencia del tamaño depende de muchas cosas, entre otras de su estatura y su contextura. También depende de si es o no su primer embarazo, ya que la musculatura del útero tiende a estar más distendida después del primer hijo, y depende además del tamaño de su bebé.

Si el médico está conforme con el desarrollo del embarazo, la familia también debe estarlo.

Tercer trimestre. El tamaño y el peso aumentan aceleradamente, y es posible que el cansancio aumente. Ya no duerme tan bien como antes; por esta razón aumenta la necesidad de descansar, aunque es difícil encontrar una posición cómoda. Para esta etapa se recomienda dormir semisentada.

Como los ligamentos se estiran y se aflojan, el hecho de caminar, aún distancias cortas, se hace cada vez más incómodo. La mayor parte de las mujeres reducen su ritmo normal, pero si están bien y no han aumentado mucho de peso, la última fase del embarazo puede ser muy agradable. Un vientre enorme normalmente produce gratos sentimientos y la amabilidad del resto de la gente.

Las mujeres embarazadas generalmente piensan mucho estos días y tendrán angustias y miedos sobre si el o la bebé será saludable, le preocupará saber si se va a dar cuenta cuando el trabajo de parto ha comenzado y si tendrá un parto normal con o sin dolores.

La aparición de contracciones regulares y que van progresivamente aumentando su intensidad y su frecuencia así como la ruptura de la bolsa son los indicadores clásicos de que la labor de parto ha iniciado.

Recomendaciones durante el embarazo

Controles médicos. Desde el momento que una mujer sabe que está embarazada, debe acudir al médico para ser controlada y acompañada de una manera adecuada durante todo el embarazo.

Ejercicios. El ejercicio aeróbico es benéfico a lo largo del embarazo. Mejorará la respiración y bajará la frecuencia del pulso. Sin embargo, hay que tener cuidado de no exagerar. Consulte a su médico sobre un programa de ejercicios seguro para el embarazo.

Vestimenta. La ropa debe ser confortable, ligera y adecuada al clima reinante. Evitar ligas y medias elásticas si existen varices. Utilizar sujetadores adecuados desde el principio del embarazo.

Dieta. Es importante comer una dieta balanceada, comer muchas frutas frescas y verduras, y beber por lo menos ocho vasos de líquido al día. Probablemente la frecuencia urinaria aumente en frecuencia y se presente estreñimiento.

Actividad Sexual. Si el embarazo evoluciona correctamente, no existirá restricción del coito hasta las 37-38 semanas de embarazo. Restricción o supresión en casos de antecedentes obstétricos patológicos, riesgo de aborto, infecciones vaginales, etc.

Fármacos. Durante el embarazo no se debe tomar ningún tipo de píldoras o medicamentos, sin previa autorización del médico.

Drogas. Todas las drogas ilegales y adictivas suponen un riesgo potencial para el bebé que se está desarrollando. La marihuana y la cocaína atraviesan la placenta y pueden dañarla, produciendo problemas de crecimiento fetal y algunas complicaciones serias del embarazo, incluyendo el aborto. Además de afectar a largo plazo al feto, incluyen irritabilidad, lloros excesivos y malformaciones físicas y mentales.

Tabaco. El tabaco es uno de los mayores culpables de una serie de problemas durante el embarazo, desde el aborto al nacimiento prematuro. Aproximadamente un tercio de los niños nacidos con bajo peso son hijos de madres que fumaron durante el embarazo. El ser una fumadora pasiva también puede afectar al desarrollo de tu bebé, por lo que se debe evitar el contacto con personas que están fumando.

Alcohol. Es una droga que puede dañar al espermatozoide y al óvulo antes de la concepción, y también al embrión en desarrollo. Los principales riesgos para el niño en gestación son el retardo mental y el daño del sistema nervioso en general. Esta problemática ha sido documentada como síndrome fetal del alcohol. El exceso de bebida alcohólica también puede producir la muerte prenatal.



Objetivos

1. Que las parejas, familias y mujeres embarazadas conozcan la importancia del cuidado integral del embarazo.
2. Que las parejas y familias ejerciten los cuidados físicos, sociales, emocionales y espirituales durante el embarazo, que permitan el éxito de éste, y el desempeño adecuado de los roles de cada miembros de la familia en esta etapa.



Metodología

Modelo C-3

Actividades

- Devocional: Sugerimos Sal 139:13-16
- Dinámica: Hoja de afinidades
- Trabajo individual y grupal
- Ejercicio de imaginación
- Firma de compromiso

Contenido básico (Resumen)

- ¿Desde cuándo comienza la educación sexual?
- Importancia del cuidado integral del embarazo

Recursos materiales

- Biblia
- Pizarra
- Marcadores
- Papelotes
- Papeles y lápices
- Acetatos
- TV, VHS
- Video

TALLER 1: DESDE EL VIENTRE DE MIS PADRES

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo y bienvenida	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, se presentan. Oración. Alabanza. Reflexión Salmos 139:13-16 Presentar el tema.	Biblia Guitarra	00:10
	Ambientar	Dinámica "Afinidad de elementos"	Se reparte a cada participante la hoja elementos comunes. Se encuentran en parejas y conversan sobre sí mismos: quiénes son, de dónde vienen, etc.	Hojas impresas	00:15
	Establecer reglamento	Instrucción y acuerdos	No uso de celulares, horario. Disposición para trabajar intensamente.	Papelote visible Cinta maskin	00:05
	Explicar método	Comunicación directa	Hablar de la importancia del método y de la importancia de involucrarse. Van a aprenderlo mientras lo hacen.		00:05
	Vivenciar	Trabajo individual	Trabajo individual: Responder la pregunta, ¿por qué es importante prepararnos para recibir a los nuevos miembros de la familia?	Papel Lápices	00:05
	Reflexionar	Trabajo grupal y plenaria	Comparten en grupos, escriben las conclusiones en papelotes y comparten en plenaria. El Facilitador/a reemarca los aportes.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:20
	Descubrir	Exposición directa y video	Desarrollo del embarazo por trimestres y cuidados durante los mismos. Video del desarrollo intrauterino.	Acetatos TV, VHS Video	00:30
	Visualizar	Trabajo grupal	Trabajo en grupos: ¿Cuáles son los cambios que van a ocurrir en la madre, el niño y la familia en cada trimestre? Compartir en plenaria.	Papel Lápices	00:20
	Ensayar	Trabajo grupal o en parejas	Que en parejas hagan un listado de tareas que la familia hará para cuidar integralmente de sí mismos durante el embarazo.	Papel Lápices	00:20
	Integrar	Compromiso escrito	Resumen de lo trabajado. Que se comprometan a cumplir con los cuidados que correspondan la siguiente semana. Oración de despedida.	Papel Lápices	00:10

Niños y niñas de 0 a 24 meses

Conjuntamente con la concepción y el embarazo, estas etapas de la vida tal vez son las más importantes y determinantes en la vida de un ser humano.

Esta etapa de la vida es el período de desarrollo más rápido en la vida humana. A pesar de que los niños se desarrollan individualmente a su propio ritmo, todos los niños pasan por secuencias identificables de cambio y desarrollo físico, cognitivo y emocional.

La investigación científica demuestra que los primeros años son decisivos y cruciales para el desarrollo de la inteligencia, la personalidad y el comportamiento social. Antes de los 3 años de edad, el medio ambiente afecta directamente sobre cómo el cerebro de un infante se va a desarrollar, y recordemos que *el principal órgano sexual del ser humano es el cerebro*, de manera que en muchos sentidos el futuro del niño depende del ambiente que los adultos podamos brindar a los niños. Podríamos resumir en al menos tres las provisiones básicas para suplir las necesidades de los niños y niñas en esta etapa: alimento, afecto y estímulo.

Desarrollo cerebral

Recientes investigaciones médicas han demostrado que el periodo más rápido de crecimiento cerebral ocurre en los primeros años de vida y que las experiencias de la infancia temprana tienen efectos duraderos en la futura capacidad de aprendizaje del individuo.

Lo que dice la investigación*:

- El desarrollo cerebral durante la etapa prenatal y en el primer año de vida es más rápido y extensivo de lo que se sospechaba;
- El desarrollo cerebral es más vulnerable a influencias del entorno de lo que se sospechaba;
- La influencia del entorno en el desarrollo temprano del cerebro es duradera;
- El entorno afecta no sólo el número de neuronas y el número de conexiones entre ellas, sino también la manera en que estas conexiones se “entrelazan”;
- El estrés tiene un impacto negativo en el desarrollo cerebral.

El desarrollo saludable del cerebro tiene un impacto directo sobre las habilidades cognitivas. La nutrición inadecuada antes del nacimiento y en los primeros años de vida puede influir seriamente en el desarrollo cerebral y llevar a desórdenes neurológicos y trastornos de conducta, tales como los problemas de aprendizaje. Sin embargo, nuevas investigaciones llevadas a cabo por neurobiólogos y otros investigadores han demostrado también la importancia de la estimulación apropiada durante los primeros años.

El cerebro de un recién nacido está compuesto de trillones de neuronas, “todas esperando para ser tejidas en el intrincado tapiz de la mente. Algunas neuronas ya están fuertemente conectadas... pero... trillones y trillones más están puras y con potencial infinito”. Las experiencias de la infancia determinan qué neuronas se usan, cuáles conectarán los circuitos del cerebro. Aquellas neuronas que no se utilicen pueden morir. Las experiencias de la infancia determinan si el niño “crece inteligente o lento; miedoso o seguro de sí mismo; locuaz o callado”.

* Carnegie Task Force on Meeting the Needs of Young Children, Starting Points, 1994.

Este paradigma emergente sugiere que el desarrollo tiene “periodos críticos”, en cuanto a la influencia del entorno y cómo se conecta el cerebro de un individuo para funciones tales como: matemática, lenguaje, música y actividad física. Si estas oportunidades se pierden —si el cerebro no recibe la estimulación apropiada durante uno de estos “periodos críticos”— es muy difícil para el cerebro, aunque muchas veces no imposible, reconectarse más tarde.

El hecho de que un estrabismo que no se corrija en la infancia resulte en la pérdida permanente de la visión y que la pérdida pasajera de la audición en la infancia pueda ser asociada al deterioro del desarrollo del lenguaje, son ejemplos concretos sobre la necesidad de realizar experiencias pertinentes durante los periodos críticos. Los periodos críticos de los primeros años son: control emocional, de 0 a 2 años; visión, de 0 a 2 años; apego social, de 0 a 2 años; vocabulario, de 0 a 3 años; segundo idioma, de 0 a 10 años; matemática/lógica de 1 a 4 años; música, de 3 a 10 años.

El cerebro se diferencia de la mayoría de otros órganos del cuerpo por su rápido crecimiento durante el periodo prenatal y en los primeros años de vida. El cerebro alcanza la mitad de su peso final a los 6 meses y 90% de su peso final a la edad de 8 años. El cuerpo como totalidad alcanza la mitad de su peso maduro a la edad de 10 años. La implicación es que el cerebro es más vulnerable al daño en algunos aspectos durante este rápido crecimiento y “los efectos del daño tienden a diferir de acuerdo a cuando éstos ocurren”. Por ejemplo, el “daño cerebral prenatal o perinatal tiende más a causar una disminución en las habilidades intelectuales y escolares que a causar deficiencias específicas”. También es posible que los efectos del daño temprano no sean evidentes hasta años más tarde. “Las dificultades escolares observadas en algunos niños nacidos con bajo peso y coeficiente intelectual normal pueden constituir un ejemplo de esta clase”.

En resumen, la base del crecimiento y desarrollo dependen del amor. El amor en este caso lo podemos entender en tres acciones concretas y efectivas (eficientes y eficaces):

1. Nutrición adecuada
2. Contacto físico
3. Estimulación de los sentidos

Desarrollo físico. Al nacer, el niño o la niña es totalmente dependiente del cuidado de los adultos; de hecho, la bibliografía recoge datos de muertes de niños por falta de cuidado, abrigo y afecto por parte de las personas responsables de su cuidado.

Durante los tres primeros meses, los cambios que se evidencian en los niños y las niñas son verdaderamente asombrosos, pues a esta edad son capaces de sostener muy bien su cabeza, han ganado peso, han crecido en talla, reconocen a los miembros más próximos de su familia, balbucean. Alrededor de los 6 meses son capaces de sentarse. Al año de edad generalmente comienzan a dar sus primeros pasos y a los dos años pueden desplazarse con bastante libertad y agilidad, tienen un vocabulario limitado pero que les permite comunicar sus deseos y necesidades.

Desarrollo mental. El conocimiento comienza muy temprano en los lactantes, tanto como que a los dos meses por ejemplo observa con curiosidad sus manos en movimiento, a los tres meses intenta asir los objetos que ha identificado con la mirada. A los 9 meses, cuando es independiente totalmente en el sen-

tido de tomar lo que le interesa, su curiosidad y su capacidad de imitación se convierten en sus herramientas de aprendizaje.

A partir del año de edad se desarrolla una formidable capacidad de observación que va seguida de análisis, ya es capaz de aislar de lo demás algo particular que le interesa.

Desarrollo emocional. Hacia el segundo mes de vida, empieza a mostrar sus emociones de disgusto mediante el llanto o de placer a través de la sonrisa y luego la risa; también comienzan a desarrollarse sentimientos de ira que los expresa con llanto violento.

Hacia los 18 meses de edad, adquiere una gran capacidad para percibir las emociones de las otras personas de su familia y da muestras de afecto, simpatía, alegría, temor, celos. Desea agradar a los demás.

Al culminar esta etapa el niño se ha diferenciado en alguna medida de los otros miembros de su familia, especialmente de su madre. Es capaz de expresar sus afectos espontáneamente.

Desarrollo social. A los dos meses el niño y la niña empiezan a sonreír a las personas de su entorno, especialmente a sus padres, de allí en adelante su desarrollo social es progresivo, va íntimamente relacionado con el desarrollo motoriz., al tiempo que sus movimientos son más seguros, su relación social con el entorno es más amplia y manifiesta.

A los 18 meses le gusta estar con otras personas e imitar lo que ve y oye; como es más independiente, juega solo durante un tiempo más o menos largo.

A los dos años de edad, los juguetes cobran importancia para ellos aunque no saben todavía compartir. Prefieren jugar solos, al tiempo que les gusta estar rodeados de otras personas.

Desarrollo espiritual. Éste depende básicamente del ejemplo que reciba en su entorno por parte de las personas responsables de su cuidado, no precisamente porque tenga un entendimiento de Dios sino porque en esta edad el niño y la niña imitan todo lo que ven, lo cual es importante porque esto contribuye a estructurar hábitos. Por ejemplo el niño puede aprender a “orar” por observar esta costumbre en el seno familiar.

Cómo facilitar el aprendizaje a los niños y niñas de 0 a 24 meses

La mejor manera de enseñar a los infantes de esta edad es permitirles sentir aceptación incondicional desde su estado de recién nacidos mediante elogios verbales y caricias físicas abundantes, especialmente por parte de sus padres.

Es imprescindible llenar su necesidad de ser respetados, a través de alimentarles cuando tienen hambre, idealmente con el seno materno, tanto por los componentes nutricionales de la leche materna como por la oportunidad de contacto físico y afectivo. Otra forma de mostrar el respeto es permitirle dormir cuando tiene sueño, independientemente de los inconvenientes que su horario de sueño puedan ocasionar a sus padres.

Es fundamental dedicar tiempo al niño y a la niña para conversar con él o ella, sonreírles, facilitar que tengan claridad sobre las figuras paterna y materna, diferenciándolas de otras personas con funciones paternas o maternas como abuelos y abuelas, tíos, tías, hermanos, hermanas.

En esta etapa es crucial enseñar a los niños y niñas con naturalidad los nombres de las diferentes partes del cuerpo humano, incluyendo los nombres de los genitales. Usualmente en nuestro medio latinoamericano los adultos utilizan otros nombres que no son los propios para los genitales. Desde ese momento, con esa actitud, se está enviando un mensaje distorsionado a los niños pues ellos perciben que estas partes del cuerpo esconden algo malo o indebido, por lo cual se les da otros nombres. Así, muy sutilmente, se va distorsionando la educación sexual y con frecuencia el niño va construyendo sentimientos de vergüenza y culpa con respecto a su sexualidad.

Aquí cobra mucha utilidad aquello que Clemente de Alejandría dijo:

“No nos avergoncemos de hablar de lo que Dios no se ha avergonzado en crear”.

EDAD APROX.	LO QUE LOS NIÑOS Y NIÑAS HACEN	LO QUE LOS NIÑOS Y NIÑAS NECESITAN
Nacimiento a 3 meses	Comienzan a sonreír. Siguen a personas y objetos con los ojos. Prefieren caras y colores brillante. Alcanzan, descubren sus manos y pies. Levantan y voltean la cabeza en dirección al sonido. Lloran, pero se calman si se les abraza.	Protección contra daños físicos. Nutrición adecuada. Cuidado de salud adecuado (vacunación, terapia de rehidratación oral, higiene). Estimulación apropiada del lenguaje. Cuidado sensible y atento.
4 a 6 meses	Sonríen frecuentemente. Prefieren a los padres y hermanos mayores. Repiten acciones con resultados interesantes. Escuchan atentamente, responden cuando se les habla. Ríen, murmuran, imitan sonidos. Exploran sus manos y pies. Se ponen objetos en la boca. Se sientan si se les sostiene, dan vueltas, se escabullen, rebotan. Tocab objetos sin usar el dedo pulgar.	Todo lo anterior.
7 a 12 meses	Recuerdan eventos simples. Se identifican a sí mismos, así como las partes del cuerpo, voces familiares. Entienden su propio nombre y otras palabras comunes. Dicen sus primeras palabras significativas. Exploran, arrojan, sacuden objetos. Encuentran objetos escondidos, ponen objetos en contenedores. Se sientan solos. Gatean, se ponen de pie, caminan. Pueden parecer tímidos o molestos con extraños.	Todo lo anterior.
1 a 2 años	Imitan acciones de adultos. Hablan y entienden palabras e ideas. Disfrutan historias y experimentan con objetos. Caminan firmemente, suben escaleras, corren. Afirman su independencia pero prefieren gente que les es familiar. Reconocen la propiedad de objetos. Desarrollan amistades. Resuelven problemas. Muestran orgullo de sus logros. Les gusta ayudar con las tareas. Empiezan a aparentar jugar.	Además de lo anterior, apoyo para: adquirir habilidades motoras, de lenguaje y pensamiento. Desarrollar su independencia. Aprender autocontrol. Oportunidades para jugar y explorar. Jugar con otros niños. El cuidado de salud debe incluir purga.

Objetivos

1. Que los padres conozcan las características y el proceso de cambio que van a experimentar los niños y las niñas en los dos primeros años de vida.
2. Que los padres sepan como satisfacer las necesidades integrales de los niños y las niñas en esta etapa.



Metodología

Modelo C-3

Actividades

- Devocional: Sugerimos Pr 22:6
- Dinámica: Imitación de voces de animales
- Trabajo grupal
- Ejercicio de imaginación
- Llenar cuestionario
- Poner nombres en láminas

Contenido básico (Resumen)

- El ejemplo como enseñanza
- Características del desarrollo en esta edad
- La familia como el espacio ideal para la educación sexual

Recursos materiales

- Biblia
- Pizarra
- Marcadores
- Papelotes
- Papeles y lápices
- Cuestionarios
- Láminas de genitales
- Acetatos

TALLER 2: MODELAR LA SEXUALIDAD

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo y bienvenida	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, se presenta. Oración, Alabanza. Reflexión: Proverbios 22:6.	Biblia Guitarra	00:10
	Ambientar	Presentación en parejas	Se reparten papeles con nombres masculino y femenino de diferentes animales. Cada persona imita el sonido de cada animal y mediante este ejercicio encuentra su pareja. Se presentan entre las parejas, en base a las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • Mi nombre es: • Mi ocupación es: • Mis motivos para estar en este taller son: Se presentan en plenaria.	Papeles con nombres de animales	00:15
	Establecer reglamento	Instrucción, acuerdos y horario.	No uso de celulares, no salidas. Disposición para trabajar intensamente. Escribir las normas en un papilote y pegarlo en un lugar visible.	Papilote Cinta maskin	00:05
	Vivenciar	Trabajo individual y grupal	Dividir al grupo en tres subgrupos. Luego de una meditación personal de un minuto, reunirse en los subgrupos y responder a la pregunta: ¿Cómo aprenden los niños menores de dos años? Hacer una lista de nombres que conocen de los genitales externos.	Marcadores Papel Lápices Cinta maskin	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Compartir en grupos, sacar conclusiones por grupo, y exponerlas en plenaria. Reenmarcar las respuestas.	Papilotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Descubrir	Exposición directa	Características y necesidades de los niños y niñas menores de dos años y como satisfacerlas. Importancia de la actitud. Importancia del contacto físico y la comunicación apropiada.	Acetatos Proyector	00:20
	Visualizar	Trabajo individual y grupal	Cuestionario y completar nombres en dibujos de los genitales.	Hojas con dibujos de los genitales	00:10
	Ensayar	Juego de roles	Escenificar un día en la vida de una familia con un niño menor de dos años.	Ropa de bebé	00:15
	Integrar	Compromiso escrito	Resumen de lo trabajado. Compartir con parejas que tengan hijos menores de dos años este aprendizaje, en el transcurso de la próxima semana.	Papel Lápiz	00:15

Niños y niñas de 2 a 3 años

Desarrollo físico. El niño en esta etapa es muy activo, crece rápidamente, tiene mucha energía que le permite moverse con rapidez gracias a la función de los músculos mayores (brazos, piernas), pues sus músculos menores (manos, pies) aún no han desarrollado lo suficiente. Por esta razón el niño en esta etapa no puede pintar con precisión; sólo raya.

A esta edad el niño o la niña gasta rápidamente su energía y se cansa durante su actividad, asimismo se recupera con rapidez y está listo para continuar con su actividad.

No está todavía consolidado el sentido del equilibrio, sin embargo cada vez camina con mayor seguridad. El sistema nervioso del niño a esta edad reacciona a todos los estímulos que recibe y lo hace con todo su ser.

Desarrollo mental. A esta edad el niño se concentra en una sola idea a la vez, no divide su atención. Por ejemplo si está llorando, no puede mirar un objeto; si está escuchando algo, no puede realizar ninguna actividad manual. Su capacidad de concentración es corta y muy intensa, sólo 2 ó 3 minutos cada vez. Su capacidad de comprensión es mucho mayor de lo que algunos adultos suponen, pero como se encuentra en la primera fase de su desarrollo mental, necesita que las enseñanzas sean muy simples y repetidas en variadas formas. Una muestra de esta característica es que a esta edad los niños gustan de oír las mismas historias o cuentos de forma muy repetida y aunque los conocen bien, no son capaces de repetirlos en forma completa. A la vez, si el adulto cambia el contenido de la historia, el niño o niña reconoce este cambio y puede expresar su desacuerdo con frases como “no es así”.

En esta etapa los niños conocen alrededor de 700 palabras y su vocabulario se enriquece rápidamente, empieza a construir frases cortas aunque no puede expresar todo lo que aprendió; necesita vivir varias veces la misma experiencia de aprendizaje y memoriza hechos reducidos, frases cortas.

Mentalmente el niño en esta etapa es investigador. Mediante sus descubrimientos de sí mismo y de su alrededor, su horizonte se amplía día a día.

Desarrollo emocional. El niño o niña es muy sensible al clima emotivo de su entorno, es capaz de percibir las emociones de su madre, o de los adultos con quienes está creciendo y no sólo eso, sino que aprende los temores y las alegrías de ellos. No inhibe la expresión de sus emociones; al contrario, las expresa libremente.

Busca nuevas sensaciones a través de conocer las cosas mediante sus sentidos. Se introduce todo en la boca, desea tocar todo lo que encuentra a su alrededor, quiere mirar todo lo que le resulta nuevo. Al mismo tiempo, esta búsqueda de sensaciones puede atemorizarle, pues se asusta fácilmente, por ejemplo, al encontrarse lejos de mamá, al subir violentamente el volumen de un aparato de sonido o al caer al suelo algún objeto. Se siente seguro o segura con aquello que le es familiar, confía en lo que conoce.

Alrededor del tercer año de vida, descubre que es un individuo independiente y que puede decidir solo, hecho que manifiesta negándose a lo que los adultos le piden o sugieren; es la llamada “edad del no”. Por esta razón a esta edad es clave la aplicación adecuada de la disciplina, dándole oportunidades para que

tome sus decisiones y también enseñándole cuándo ha de someterse y las razones para esto, pues el niño o niña es perfectamente capaz de entender explicaciones claras y sencillas.

Desarrollo social. El niño y la niña es eminentemente egoísta, no sabe compartir el juego con otros niños, prefiere jugar solo, los juguetes son muy importantes para él, no obstante le gusta estar acompañado. Aparecen los juegos de imitación, por ejemplo al imitar una actividad casera como cocinar. Se vale de sus acciones, movimientos de su cuerpo, imita los sonidos de los aparatos caseros, le da de comer a la muñeca, la acuesta a dormir o la lleva a la escuela de una forma muy realista.

Por otro lado, inventa objetos y sustancias ausentes. Para esto utiliza los objetos de acuerdo con sus necesidades, por ejemplo puede hacer imaginariamente limonada utilizando como limón una pelota pequeña, como cuchara un lápiz y luego trasvasar la limonada de la jarra al vaso y llevarse el vaso real o imaginario a la boca. Estos avances son importantes porque significan el comienzo de la representación simbólica. Su necesidad de cariño y afecto le impulsa a ser simpático con otras personas, ya que estas actitudes le refuerzan su autoimagen. Hacia los tres años ya le interesa compartir sus juegos con otros niños a quienes conoce.

Desarrollo espiritual. Como la característica de esta edad es la imitación, las bases espirituales serán las que el niño aprenda de los adultos con quienes se relaciona. Por ejemplo el niño muestra interés por imitar la oración, la lectura de la Biblia aunque no comprenda bien. Si en el entorno del niño y la niña se demuestra interés por la relación con Dios, ellos también aprenderán a desarrollar dicho interés.

Cómo facilitar el aprendizaje en los niños y niñas de 2 y 3 años

Si bien el propósito de este material es facilitar la educación sexual a niños y adolescentes, creemos que a esta edad lo fundamental es el ejemplo que los padres ofrezcan al niño en la cotidianidad. Lo que el niño aprende a esta edad es el resultado de lo que son sus relaciones con otras personas, especialmente con sus padres. Las primeras vivencias del niño dependen del amor, solicitud y confianza que las relaciones con sus padres le comuniquen; estas experiencias se convierten en el fundamento sobre el cual se han de construir sus futuras relaciones con otras personas de los dos sexos.

A esta edad, lógicamente, es imposible “dictar clases” a los niños; se trata más bien de que los padres aprovechen los momentos adecuados para la enseñanza durante el desarrollo de las diferentes actividades en el transcurso del día, así por ejemplo durante las comidas, al momento de la despedida, cuando los adultos salen de la casa hacia el trabajo, al momento del regreso a la casa, durante el baño. La clave es crear un clima emocional positivo, tranquilo e inspirador para el niño.

Un niño de 2-3 años se pregunta de dónde vino; si ve a su madre u otra mujer embarazada, hará preguntas al respecto, sentirá curiosidad por el propio cuerpo como por el de los demás. Ante estas preguntas no podemos dar respuestas tipo “receta”; lo esencial es responder con naturalidad, igual que al hablar de otros temas como los juguetes, las mascotas. Si los adultos se inquietan, se ponen nerviosos o se avergüenzan ante estas preguntas, el niño lo percibirá y se-

guramente pensará que planteó un tema del que no se debe hablar, lo que puede ser el inicio de inhibiciones para tratar asuntos relacionados con la sexualidad de una manera sana y sencilla.

A esta edad, lo más importante es llamar a cada parte del cuerpo por su nombre correcto, incluidos los órganos sexuales. El niño debe familiarizarse con las palabras pene, testículos, vulva, vagina o útero. Conocer y manejar adecuadamente el vocabulario apropiado imprime seguridad en el niño y le ayuda a mirar la sexualidad como un aspecto natural del ser humano; así se irá preparando un terreno de comodidad para tratar el tema en el futuro, pues la educación sexual es una construcción de toda la vida y es conveniente invertir tiempo y esfuerzo desde la edad más temprana para asegurar buenos frutos para el futuro.

Recordemos que en esta etapa el niño o la niña tiene una rápida memoria, y también olvida fácilmente; por lo tanto, las respuestas a sus preguntas deben ser claras, cortas, sencillas. El niño seguramente hará la misma pregunta en forma repetida, y el adulto también deberá repetir la respuesta de manera paciente y amorosa. A medida que el niño crece hará preguntas más complejas, oportunidad que deberá ser aprovechada por los padres para ir añadiendo detalles a sus enseñanzas, conforme el niño lo solicite y no más.

En resumen, hacia los tres años, el niño debe sentirse cómodo y feliz por ser varón o mujer, relacionarse con amor y confianza con sus padres, conocer las partes del cuerpo masculino y femenino con sus nombres correctos, saber de una manera muy simple el proceso del embarazo y del parto, conocer la creación de Dios y que todo lo que creó es muy bueno.

Todos estos conocimientos no deben ser impartidos de forma simple y fría, sino que deben ser vividos en un clima de amor y respeto, reforzado con actitudes sanas y responsables en la relación de los adultos como esposos y como padres, que son el modelo irremplazable para una adecuada edificación de la sexualidad desde la infancia.

2-3 años

HOJA GUÍA

Tema 3: Responder a los porqué



Objetivos

1. Que los padres se capaciten para responder adecuadamente las preguntas sobre la sexualidad.
2. Que los padres respondan las preguntas de los niños con la verdad, de manera clara y sencilla, y que contesten las inquietudes de sus hijos e hijas de manera oportuna y apropiada.

Metodología

Modelo C-3

Actividades

- Devocional: Sugerimos Dt 6:4-9
- Juego de roles
- Trabajo grupal
- Ejercicio de imaginación

Contenido básico (Resumen)

- Características de los niños y niñas de dos y tres años
- Cómo responder a las preguntas infantiles con respecto a la sexualidad

Recursos materiales

- Biblia
- Pizarra
- Marcadores
- Acetatos

TALLER 3: RESPONDER A LOS PORQUÉ

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Ambientar	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida y hace una oración adecuada para el tema. Lectura bíblica: Deuteronomio 6:4-9.	Biblia	00:10
	Vivenciar	Juego de roles	El Facilitador/a guía para la formación de grupos de 5 personas. A cada grupo se reparte por escrito una pregunta habitual en los niños y niñas de 2 y 3 años. Cada grupo debe presentar mediante juego de roles esta experiencia familiar. Las preguntas sugeridas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué no tengo pipí? • ¿A mi hermana le cortaron el pipí? • ¿Por qué no tengo el pipi como el de mi papa? • ¿Por qué te sale sangre de la vagina, te duele? • ¿Por qué yo no tengo pelos como tú? • ¿Cómo nací yo? • ¿Por dónde salí de la barriga de mamá? 	Preguntas infantiles referentes a la sexualidad escritas en tarjetas	00:20
	Reflexionar	Preguntas y respuestas Trabajo grupal	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sintieron como padres? • ¿Cómo se sintieron como hijos? • ¿Qué observaron las otras personas del grupo? • ¿Qué actitudes favorecen una adecuada educación sexual? • ¿Qué actitudes perjudican una adecuada educación sexual? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Definir	Exposición directa	El Facilitador/a desarrolla el tema enfatizando en la necesidad de que los adultos respondan a las preguntas de los niños y niñas de manera natural, clara, con lenguaje sencillo. Las respuestas deben ser específicas y concretas para la pregunta y en el momento que los niños las hagan.	Pizarra Marcador Acetatos Proyector	00:20
	Visualizar	Trabajo grupal	Cada grupo responde a las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál debe ser la actitud de los adultos al contestar las preguntas sobre sexualidad? • ¿Cuál es la manera más adecuada de educar en sexualidad a los niños y niñas? 	Pizarra Marcadores	00:15
	Ensayar	Juego de roles	En los mismos grupos trabajan de nuevo en juego de roles la pregunta que contestaron en el momento de vivenciar y además otra pregunta que decidan en cada grupo. Luego comparten en plenaria el juego de roles de la pregunta nacida en el grupo.		00:20
	Integrar	Tarea	Resumen de lo trabajado. El Facilitador/a anima para que en los mismos grupos hagan un compromiso de practicar desde hoy la manera adecuada de responder a las preguntas de los niños. Si hay oportunidades pueden recordarse periódicamente el compromiso.		00:15

Niños y niñas de 4 y 5 años

Desarrollo físico. El niño sigue siendo muy activo; sin embargo a esta edad sus movimientos son más planificados y ya tienen un propósito definido, el juego se convierte en un importante medio para el aprendizaje. Es capaz de realizar trabajos más precisos como colorear puesto que los músculos distales (manos) ya han alcanzado un mayor desarrollo. En general el nivel de su desarrollo sicomotriz le permite autoproveerse más cuidados personales como vestirse, atarse los cordones de sus zapatos, asearse.

Desarrollo mental. Su capacidad de atención ahora es un poco más prolongada, de 4 a 10 minutos. Su vocabulario es más abundante, alrededor de 2.000 palabras, lo que le permite expresarse más claramente. Asimismo, es capaz de entender explicaciones de palabras poco conocidas o desconocidas. Es la época de las preguntas características “por qué”.

Su memoria es extraordinaria en el sentido de la rapidez para memorizar, asimismo olvida rápido; de ahí la necesidad de repetir la misma enseñanza algunas ocasiones.

La imaginación del niño y la niña a esta edad es prodigiosa, es típico que tenga amigos imaginarios con quienes interactúa como si en verdad existieran, pues para el niño a veces es muy difícil distinguir la realidad de la fantasía. El desconocimiento de esta característica por parte de los adultos lleva a veces a considerar al niño como mentiroso.

No tiene un total entendimiento del espacio, del tiempo ni de la cantidad. En cuanto a esto último, es más comprensible para el niño que le hablen de “mucho”, “bastante” o “poco” antes que hablarle en números; por ejemplo entiende mejor si le decimos: “Jesús caminó mucha distancia hasta llegar a Jerusalén” antes que decirle que caminó 80 kilómetros.

Desarrollo emocional. Igual que en la etapa anterior, el niño expresa libremente sus emociones, que por otro lado las vive intensamente. Si siente tristeza, es una tristeza muy profunda; si está alegre, la alegría es muy grande. Son manifestaciones que a los adultos a veces pueden parecer exageradas.

Un detalle importante en esta etapa es que el niño ha adquirido mayor sentido del ritmo. Si un niño o niña a esta edad muestra inclinación por la música, si tiene un adecuado estímulo y enseñanza, es probable que llegue a ser un magnífico exponente en esta rama artística. Si el niño es respetado en sus sentimientos y gentilmente guiado a hacer decisiones correctas, seguro que actuará según las sugerencias. Si desde la etapa anterior el niño fue correctamente disciplinado, ahora será cooperador y responderá de una manera positiva a las enseñanzas impartidas con amor.

Desarrollo social. El juego tiene un propósito determinado, parte del tiempo desea estar solo y otra parte ya comparte con amiguitos. Es una época difícil para el niño puesto que vive una lucha interior: por un lado quiere defender su egocentrismo y por otro siente la necesidad de aprobación social. Sus padres son los personajes centrales de su vida como modelos a quienes imitar y con quienes identificarse. Hacia los 5 años inventa juegos con reglas arbitrarias, adquiere una gran capacidad de representar personajes en el juego, es muy hábil para dramatizar.

Desarrollo espiritual. Demuestra más interés por las cosas de Dios, tiene una idea más cabal del bien y del mal y es la época en que desarrolla una gran confianza en Dios.

Cómo facilitar el aprendizaje en niños y niñas de 4 y 5 años

La clave para enseñar a este grupo de edad es una sola idea más compleja a la vez, repetida con variedad. Como al niño le gusta pintar, dramatizar y es muy activo, es conveniente aprovechar estas características empleándolas para el proceso de enseñanza-aprendizaje. Dijimos que el niño tiene un buen sentido del ritmo, de modo que es conveniente usar música y ritmo para impartir conocimientos y facilitar cambio de actitudes.

Considerando el desarrollo espiritual del niño y la niña, en el sentido que ya tienen conciencia del bien y del mal, es saludable que en todas las enseñanzas se impriman ya los principios bíblicos de ética y respeto por el ser humano y por toda la creación. Este aspecto de la instrucción se vuelve muy importante a esta edad ya que el niño y la niña han empezado a asistir al jardín de infantes y por lo tanto está expuesto a influencias de adultos y niños con maneras diferentes de percibir el mundo y con actitudes diferentes a las que ellos y ellas han visto en su entorno familiar. Una vez más enfatizamos que los mejores maestros de educación sexual de los niños son sus padres; solo así se evitará que ellos adquieran criterios equivocados, distorsionados o parciales de parte de otras personas con respecto a la sexualidad.

En el desarrollo del conocimiento de la sexualidad también es aplicable el principio de Proverbios: “Instruye al niño en su camino y aun cuando fuere viejo, no se apartará de él”.

Impartir una educación sexual sin un fundamento sólido, sin principios divinos, es una educación que no garantiza éxito ni felicidad en la vida de las personas. Sólo el respeto por Dios y sus disposiciones y normas de vida, aseguran que cada hijo suyo viva Su “voluntad agradable y perfecta”.

En esta edad, además, el niño y la niña quieren saber con más detalles cómo se forma un niño dentro de su mamá. Es la oportunidad para explicarle tal vez con libros, dibujos o fotografías, de ser posible con películas apropiadas. También es importante insistir en estos principios:

*Dios es nuestro creador.
Nos hizo seres sexuales desde el principio.
Dios mismo planificó la reproducción.
El fundamento de la familia es el amor.*

Recordemos que el desarrollo mental del niño y la niña se caracteriza por memorizar rápido y olvidar también rápido; por lo tanto es conveniente contestar cada vez que ellos pregunten y aprovechar cada oportunidad para hacer una evaluación de lo que el niño y la niña van aprendiendo y de qué necesitan refuerzo.

En esta etapa es posible que se presente la preocupación de los padres en cuanto a la “masturbación” de los niños y niñas. Ellos han descubierto que tocarse sus genitales les produce una sensación de placer. Los padres tienen que hacer uso de mucha comprensión y sabiduría para afrontar esta experiencia sin mortificarse y sin fomentar tampoco en el niño y la niña sentimientos negativos por su conducta. Lo esencial es la actitud con la que se afronte la experiencia.

Naturalmente, si la autocomplacencia es compulsiva y va acompañada de otras manifestaciones no habituales en el niño y la niña, es prudente que los padres consulten con un profesional, pues puede tratarse de una disfunción emocional, o ser el síntoma de alguna experiencia nociva para el niño o la niña.

Otra cosa que puede alarmar a algunos padres son los llamados “juegos sexuales”, en los cuales los niños y niñas investigan su cuerpo y el de los otros. En estos casos, es pertinente la misma sugerencia que en el caso anterior. Además es la oportunidad para trabajar con el niño la prevención del abuso sexual, enseñándole básicamente que en nuestro cuerpo tenemos partes privadas que son sólo nuestras y que nadie debe tocarnos.

En los niños la curiosidad por el cuerpo desnudo es natural y espontánea y está desprovista de la carga erótica que es propia de la adolescencia y de la juventud. Ante esta necesidad de los niños, los padres deben adoptar una actitud equilibrada y natural, esto es evitar el exhibicionismo así como el recato exagerado.

De igual manera es deseable que los padres aprovechen las imágenes de cuerpos desnudos que se proyectan en TV, en el cine, los afiches, revistas, etc., para guiar a los niños a distinguir los diferentes tipos de desnudos. Esta actitud además ayuda a liberar al tema de la sexualidad del carácter de tabú.

Un asunto importante en esta etapa es el relacionado con los roles sexuales. Como el niño ha empezado el proceso de socialización fuera de su hogar, es posible que empiece a captar los estereotipos dictados por la sociedad en cuanto a la división de tareas o papeles de hombre y mujer. Es cuando se hace necesaria la intervención sabia y amorosa de los padres para que el niño entienda la importancia de su responsabilidad como miembro de la familia y la sociedad de una manera justa y equilibrada. No se trata de transmitirle la idea de una sociedad unisexuada, pero tampoco inculcarle la idea de machismo o feminismo, sino de conducirlo a entender y practicar el amor de Dios en nuestras vidas y nuestra tarea de honrarlo utilizando los recursos que Él mismo ha puesto en cada uno de nosotros.

Objetivos

1. Que los participantes conozcan las características en los aspectos biosociales y espirituales de los niños y niñas de esta edad.
2. En base al conocimiento de las características de los niños y las niñas, se facilite la comprensión de la sexualidad.
3. Que los participantes faciliten la comprensión de la sexualidad de los niños y niñas en estas edades a partir de los principios de respeto mutuo, trato justo y equitativo para todas las personas independientemente del género.



Metodología

Modelo C-3

Actividades

- Escuchar acerca de algunas citas bíblicas
- Cantar
- Jugar
- Dramatizar
- Ver videos
- Cumplir compromisos

Contenido básico (Resumen)

- Conocer las características integrales de los niños y niñas de 4 a 5 años de edad.
- Somos creados por Dios como seres sexuales y sexuados.
- Conocer, valorar y aceptar nuestro cuerpo.
- El valor que tenemos para Dios y la importancia de reconocerlo.
- Importancia de identificar y expresar nuestros sentimientos.
- Hombres y mujeres tenemos iguales capacidades.
- La responsabilidad como varones y mujeres para administrar la creación.

Recursos materiales

- Videos
- TV
- VHS
- Retroproyector
- Recortes de diferentes tipos de personas
- Cinta maskin, papel, lápices, pinturas

Tema 1: A imagen y semejanza

Objetivos



1. Que los niños y niñas entiendan que desde el principio fuimos creados como seres sexuados.
2. Que Dios hizo a varones y mujeres con cuerpos diferentes y propósitos definidos.

TEMA 1: A IMAGEN Y SEMEJANZA (4-5 AÑOS)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y oración	Oración, Introducción del tema.		00:05
	Propiciar ambiente participativo	Saludo en canción	Cada niño recibe el recorte de la silueta de un animal con su nombre escrito en letra grande y se coloca en el pecho. El facilitador/a les enseña la canción "La creación", de Piero. La escuchan, la cantan y luego se saludan entre ellos imitando el sonido de los animales.	Siluetas de Animales Marcadores Audiocasete Grabadora Cinta maskin	00:10
	Vivenciar	Video	Video de la creación.	Video de la creación, TV, VHS	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta a los niños: 1. ¿Qué aprendieron de la película? 2. ¿Qué fue lo último que Dios creó? 3. ¿En qué se diferencian hombre y mujer? 4. ¿Para qué creen que Dios nos hizo diferentes?	Pizarra Marcadores de pizarra	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a enfatiza el hecho que Dios creó todo, incluido el ser humano varón y mujer a quienes les dio cuerpos diferentes (pene, vulva), con propósitos definidos.	Acetatos con cuerpo de mujer y de varón Retroproyector	00:10
	Visualizar	Mirarse al espejo	El Facilitador/a guía a los niños y niñas para que se miren en un espejo y reconozcan su persona.	Espejos	00:10
	Ensayar	Pintura	Cada niño usa el dibujo para pintar la imagen que corresponde a su cuerpo de niño o de niña.	Hoja con dibujos Pinturas	00:05
	Integrar	Tarea	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller y enseguida les encarga a los niños como tarea que enseñen su dibujo coloreado a sus padres y hermanos.	Acetatos Proyector	00:05

Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo

Objetivos

1. Que los niños y las niñas aprendan que fuimos creados por amor, parecidos a Dios y por eso somos valiosos.
2. Que los participantes reconozcan que son amados por Dios independientemente de su apariencia física y sexo.
3. Por ser valiosos deben aprender a cuidarse.



TEMA 2: AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO (4-5 AÑOS)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a saluda a los niños, les da la bienvenida, presenta el tema y luego les cuenta acerca de Marcos 12:28-31, expresa una oración adecuada para la ocasión.	Biblia	00:05
	Propiciar ambiente	Canción	Recitar y aprender los versos del anexo: "El mandamiento más importante".	Anexo	00:05
	Vivenciar	Dinámica del valor personal	Formar grupos de 4 niños y niñas, cada grupo tendrá un espejo. Los niños se miran al espejo y hacen una descripción de sus características físicas. Previamente el Facilitador/a habrá señalado espacios en el piso del salón, limitándolos con maskin y pide a los niños que se agrupen según sus características semejantes, por ejemplo los niños y niñas que tienen pelo rizado, los morenos, los delgados, los de ojos claros, etc. Una vez que los niños y niñas están en los diferentes espacios, el Facilitador/a valora todas las características de los niños y niñas y refuerza que todos fueron creados por Dios, que son amados por Dios y que son valiosos independientemente de su apariencia física.	Cinta maskin	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a elabora preguntas cuyas respuestas refuercen el valor de las personas en el hecho de ser criaturas de Dios, independientemente de la apariencia física, de las posesiones, del grado de inteligencia, etc.		00:05
	Descubrir	Comunicación directa	<ul style="list-style-type: none"> • Todos somos seres valiosos e importantes independientemente de la apariencia física. • Aceptación del cuerpo independientemente de su género, o de sus características individuales. • Deber de cuidarnos por ser valiosos. 	Láminas de diferentes tipos de personas	00:15
	Visualizar	Trabajo grupal	Repartir por grupos de 2 o 3 niños recortes de figuras humanas de diferentes tipos, edades, razas, género y pedirles que reconozcan el valor que ellos piensan que tienen. El Facilitador/a reenmarca y corrige el trabajo de cada grupo.	Recortes de diferentes tipos de personas	00:10
	Ensayar	Dinámica del valor personal	El Facilitador/a solicita que nuevamente los niños se agrupen en los espacios señalados en el piso del salón y les anima a que cada grupo exprese su reconocimiento a los otros grupos.	Cinta maskin	00:05
	Integrar	Resumen y compromiso	Hacer un resumen de lo trabajado y animar a los niños para que conversen con sus padres lo que aprendieron hoy. Cerrar el taller en oración.		00:10

Tema 3: Maravilla de la creación

Objetivos:



1. Que los niños y niñas comprendan que somos seres constituidos por cuerpo, pensamientos, sentimientos y relaciones.
2. Que los niños y niñas entiendan la importancia de cuidar su cuerpo, sus pensamientos, sus sentimientos y sus relaciones.
3. Que los niños y las niñas aprendan a identificar sentimientos y que los expresen.
4. Que los niños y niñas conozcan el proceso del embarazo y parto.

TEMA 3A: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (4-5 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración Canción	El Facilitador/a da la bienvenida a los niños, expresa una oración pertinente al tema y guía para que los niños escuchen y luego canten la canción "Maravilla de la Creación".	Biblia Guitarra	00:05
	Vivenciar	Juego de roles	El Facilitador/a anima a los niños y niñas para que representen cómo les cuidan sus padres y otros adultos responsables de ellos.		00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Los niños y niñas hablan en plenaria sobre los cuidados que reciben: alimento, vestido, cariño, recreación, amigos.	Acetatos o dibujos	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema: Somos seres compuestos por cuerpo, pensamientos, sentimientos y relaciones de acuerdo al relato de Daniel.	Acetatos con dibujos de las dimensiones	00:10
	Visualizar	Preguntas y respuestas	¿Qué cuidados necesitan los niños y niñas para crecer sanos? Se refuerzan y se reenmarcan las respuestas. El Facilitador/a dibuja las respuestas.	Pizarra Marcadores	00:10
	Ensayar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a hace preguntas para completar: <ul style="list-style-type: none"> • El ser humano está formado por... • Cuando me duele una parte de mi cuerpo me siento... • Cuando pierdo mi juguete favorito me siento... • Cuando estoy triste siento ganas de... • Cuando estoy enfermo siento... • Para crecer mi cuerpo necesita... 		00:10
	Integrar	Tarea	Resumen de lo trabajado. El Facilitador/a encarga a los niños para que conversen con sus padres lo tratado en este taller.		00:10

TEMA 3B: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (Embarazo y parto, 4-5 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Vivenciar	Dibujo	El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo vienen los niños? Cada niño y niña deben contestar mediante un dibujo. En grupos exponen sus dibujos.	Papel Lápices Pinturas Papelotes	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a hace las preguntas adecuadas para que los niños expongan sus conocimientos. Refuerza las respuestas correctas.	Pizarra Marcadores	00:05
	Descubrir	Película Preguntas y respuestas	Proceso del embarazo. El hijo: producto del amor de la pareja. Condiciones adecuadas para tener un hijo.	Video TV VHS Pizarra	00:15
	Visualizar	Dibujos	Organizar en grupos para que en cada uno de ellos los niños y niñas hagan dibujos que representen: <ul style="list-style-type: none"> • Cómo se forman los bebés. • El amor como fundamento de la paternidad y maternidad. • Condiciones saludables para el embarazo. Compartir en plenaria.	Papelotes Lápices Pinturas o crayones	00:15
	Ensayar	Juego de roles	Organizar a los participantes en dos grupos. En cada uno de ellos, un niño o niña debe jugar el rol de Facilitador/a y hablar de: <ul style="list-style-type: none"> • Cómo se produce el embarazo. • Cuál es el fundamento para decidir tener hijos. • Qué condiciones se requieren para que esta experiencia sea adecuada. 	Ropa adecuada para los personajes	00:10
	Integrar	Compromiso para compartir lo aprendido	El Facilitador/a hace un breve resumen de lo trabajado. Anima a los niños para que se comprometan a conversar la experiencia del taller con sus padres. Cerrar el taller con canción adecuada y oración. Ver anexo correspondiente.	Canción	00:10

Tema 4: Varón y mujer los creó

Objetivos



1. Que los participantes reconozcan que hombres y mujeres tenemos iguales capacidades.
2. Que los participantes sepan que tanto hombres como mujeres podemos optar por iguales trabajos o profesiones, de acuerdo al gusto personal.

TEMA 4: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ (4-5 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los niños, presenta el tema, cuenta acerca de Génesis 1:27 y hace una oración pertinente.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Dibujo	Cada niño y niña escogen un dibujo de una ocupación en la que les gustaría trabajar cuando sean grandes. Recortes de personas con diferentes trabajos.	Recortes	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	Se agrupan niños y niñas separadamente y cada grupo presenta las ocupaciones en un papelote. Luego se juntan por ocupaciones. El Facilitador/a pregunta al grupo si las niñas y niños pueden tener las mismas ocupaciones, poniendo ejemplos como: bombera, pescadora, parvulario, etc.	Papelotes Goma Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación Directa	El Facilitador/a explica que hombres y mujeres fuimos hechos en las mismas condiciones, con iguales capacidades y por lo tanto podemos desempeñar iguales actividades.	Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Mímica	Mímica de las ocupaciones del vivenciar. Los niños hacen mímica de las ocupaciones escogidas por las niñas y viceversa. El Facilitador/a pregunta si es posible que hombres y mujeres tengamos las mismas profesiones.	Música	00:10
	Ensayar	Preguntas y respuestas	Juego de las ocupaciones: El Facilitador/a da el nombre de una ocupación en masculino y los niños responden en femenino o viceversa.		00:10
	Integrar	Tarea	El Facilitador/a hace un rápido resumen del contenido del taller y encarga a los niños que conversen con sus padres acerca de este taller.		00:10

TEMA 5: SOJUZGEN LA TIERRA (4-5 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Preparar ambiente	Oración Canción	Después de dar la bienvenida y orar, el Facilitador/a guía a los participantes para que primero escuchen y luego canten el himno "Cuán grande es Él".	Guitarra Anexo	00:05
	Vivenciar	Trabajo grupal "El Globo"	El Facilitador/a presenta el tema del taller, luego plantea la pregunta: ¿Cómo hemos destruido nuestra casa? (Nuestro planeta). El Facilitador/a pasa al centro del salón con un globo inflado, en el que esté dibujado el perfil de los continentes. Las niñas y niños expresan las formas en que las personas hemos destruido el planeta; a cada motivo, el Facilitador/a que tiene el globo, lo desinfla un poco. Así, finalmente tendrá el globo desinflado en mayor o menor medida.	Globo dibujado	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a guía para que los niños y niñas respondan a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿En qué se parece el globo desinflado a la destrucción de la tierra? • ¿Cuáles son las consecuencias del descuido hacia nuestro planeta? • ¿Cómo se sienten cuando ven un río muerto, una playa con basura, tierra sin cultivos? Compartir en plenaria.		00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a previamente debe tener dibujos o recortes de especies en extinción contaminación destrucción de la naturaleza, etc. Con ayudas visuales, el Facilitador/a desarrolla el tema enfatizando el mandato de Dios de administrar la tierra. Gn 1:28.	Dibujo Fotos Biblia	00:10
	Visualizar	Mirar fotos	Mostrar imágenes de paisajes destruidos y paisajes conservados. Ejemplo: un playa con basura, una playa limpia. Un bosque conservado, un bosque talado.	Fotos	00:10
	Ensayar	Trabajo grupal	El Facilitador/a pregunta a cada niño y niña de qué forma pueden contribuir a la preservación de la tierra. Ante cada respuesta correcta, el Facilitador/a va inflando poco a poco el globo hasta que éste se encuentre totalmente inflado. El Facilitador/a enfatiza la necesidad de esfuerzo y voluntad para administrar adecuadamente la creación.	Globo	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumen de lo trabajado. Cada niño y niña debe expresar su compromiso de cumplir en cuanto a cuidar la tierra. Además se les anima a que en forma permanente se recuerden entre ellos de su compromiso y lo compartan con sus padres.		00:10

Niños y niñas de 6 a 8 años

Desarrollo físico. En este periodo, el ritmo de crecimiento es más lento; a la vez el desarrollo sicomotriz ha alcanzado cierta madurez que le permite al niño controlar mucho mejor sus músculos mayores y menores, y ya puede desplazarse libremente por su mundo. Estos notables avances en su capacidad motora se acompañan de un intenso deseo de experimentar. Por ejemplo, el niño quiere cruzar una calle solo.

Desarrollo mental. Es la edad privilegiada por excelencia para la memoria y al niño le encanta utilizarla. Es capaz de mantener la atención por un tiempo de 8 a 20 minutos, dependiendo de la manera más o menos interesante que viva una experiencia, del mayor o menor uso de la observación, pues observar es una de las actitudes mentales más importantes porque facilita el desarrollo de otras habilidades como relacionar, comparar, clasificar.

Desarrollo emocional. El niño desea tener experiencias satisfactorias, se enfurece cuando fracasa en un intento o cuando es interrumpido mientras realiza una actividad interesante. En esta edad necesita mucho de la aprobación de las personas con quienes se interrelaciona habitualmente. Empieza a mostrar solidaridad y generosidad con otras personas, especialmente con otros niños.

El niño es consciente de que tiene voluntad propia y puede tomar decisiones de forma independiente, por eso a veces se resiste a cumplir órdenes de otras personas; más bien está dispuesto a atender sugerencias gentiles. El tipo de juego que practica a esta edad, caracterizado por normas y leyes, constituye una base para ejercitar la voluntad y autonomía del niño. En todo caso, si el niño es tratado con amabilidad, es cooperador por excelencia.

Desarrollo social. Tomar cada vez mayor conciencia de sí mismo y del mundo que le rodea, le conduce a desear interrelacionarse con otros niños, jugar con ellos, hacer amistad, imitar lo que ellos hacen. El juego compartido ha tomado mucha importancia para el niño, pues cumple una importante función social. A través del juego el niño ensaya a mantener relaciones sociales equitativas, desarrolla su capacidad afectiva, aprende a reconocer, expresar gratitud y a aceptar posiciones diferentes a las suyas.

El juego influye en el desarrollo moral, pues observar normas y reglamentos, actuar con respeto y consideración para el otro, facilita entrar en contacto consigo mismo y con la dinámica de los valores sociales.

Desarrollo espiritual. El niño sabe distinguir bien lo correcto de lo equivocado y desea evitar errores, pues se ha dado cuenta que sus conductas tienen consecuencias. Sigue buscando la aprobación de los adultos. Alrededor de los 7 años entiende en su justa dimensión el significado de la muerte, se interesa por la vida eterna, busca una relación personal con Dios. Es la edad en que el niño puede ser edificado en Cristo mediante el estudio sistemático de la Palabra de Dios.

Cómo facilitar el aprendizaje en niños y niñas de 6 a 8 años

Tomando en cuenta que a esta edad el niño es muy activo, que quiere probar sus capacidades, que ha empezado a elaborar los conceptos, que emocionalmente es impaciente porque desea experimentar satisfacciones, que volitivamente es cooperador, que en el aspecto social le interesa compartir con sus amigos y que espiritualmente tiene la capacidad de discernir, la clave para enseñar a este grupo de edad es promover actividades que permitan demostrar los contenidos enseñados y que luego ellos puedan vivir lo aprendido.

A esta edad el niño desea saber con más detalles el papel del hombre en la reproducción humana. La pregunta habitual es: ¿Cómo entra el espermatozoide de papá al cuerpo de mamá? Aquí, otra vez es necesario dar respuestas claras, veraces y ajustadas a lo que el niño específicamente pregunta, sumando a la respuesta una actitud de naturalidad y sobre todo de respeto por el plan perfecto de Dios para la reproducción, pues tan importante como el qué responder, es el cómo lo hace el adulto. De ahí la importancia de que los adultos resuelvan sus propias limitaciones, preocupaciones y ansiedades con respecto a la sexualidad; de lo contrario, se verán impedidos de ejercer de una manera adecuada su tarea de maestros y modelos femeninos o masculinos para sus hijos.

6-8 años

HOJA GUÍA

Niños y niñas de 6 a 8 años



Objetivos

1. Que los participantes conozcan las características en los aspectos biosico-sociales y espirituales de los niños y niñas de esta edad.
2. En base al conocimiento de las característica de los niños y las niñas, se facilite la comprensión de la sexualidad dentro de los principios de respeto, justicia y equidad.
3. Que los niños y niñas conozcan el proceso del embarazo y el parto y logren hablar del tema libremente.

Metodología

Modelo C-3

Actividades

- Escuchar acerca de algunas citas bíblicas
- Cantar
- Dramatizar
- Dibujar
- Pintar

Contenido básico (Resumen)

- Somos creados por Dios como seres sexuales y sexuados.
- Aceptación y valoración del cuerpo.
- Somos valiosos para Dios como personas y es importante reconocerlo.
- Que el ser humano es un ser integral, constituido por espíritu, alma y cuerpo.
- Que las personas vivimos en constante proceso de cambio.
- Que la sexualidad se vive en varias dimensiones.
- Reconocer y expresar los sentimientos.
- Conocer el proceso del embarazo y requisitos para que sea saludable y responsable.
- La responsabilidad como varones y mujeres para administrar la creación.

Recursos materiales

Proyector de acetatos
TV, VHS
Papelotes
Papel, lápices, pinturas, masking
Ropa para el juego de roles

Tema 1: A imagen y semejanza

Objetivos

1. Que los niños y niñas participantes sepan que Dios creó a los seres humanos sexuados (con sexo).
2. Que los participantes se familiaricen con los nombres correctos de los genitales masculinos y femeninos.
3. Que los participantes conozcan los propósitos para los cuales Dios creó al hombre y a la mujer.



TEMA 1: A IMAGEN Y SEMEJANZA (6-8 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y oración	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida, cuenta sobre Génesis 1:26-27 y hace una oración solicitando la guía del Señor durante el taller.	Biblia	00:05
	Propiciar un ambiente participativo	Saludo con canción	Cada niño recibe la silueta de un animal con su nombre escrito en letra grande y se lo coloca en el pecho. El Facilitador/a les enseña la canción "La creación", la escuchan, la cantan y luego se saludan entre ellos imitando el sonido de los animales.	Siluetas de animales Marcadores Anexo	00:10
	Vivenciar	Película	Proyectar una película sobre la creación. Cuando los niños hayan visto la película, el Facilitador/a pregunta: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué fue lo último que Dios creó? • ¿Qué comentario hizo de su creación? 	Video de la creación TV VHS	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Mientras se canta una canción apropiada, por ejemplo "Los patitos van al agua", se forman grupos separados de niñas y de niños, de 3 ó 4 personas cada uno y responderán a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • Cómo sería un mundo solo de mujeres (para grupos femeninos). • Cómo sería un mundo solo de varones (para grupos masculinos). • Cómo se sentirían? El Coordinador de cada grupo presentará las conclusiones en plenaria.	Papel Lápices Cinta maskin	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a expone los propósitos de la sexualidad: <ul style="list-style-type: none"> • Compañerismo • Unidad, amor • Reproducción • Satisfacción • Administración de la creación. 	Acetatos del cuerpo masculino y femenino Proyector	00:10
	Visualizar	Dibujo grupal	En grupos, cada uno dibuja un propósito de la sexualidad.	Papelotes Marcadores	00:10
	Ensayar	Colorear	El Facilitador/a instruye para que los niños coloreen el dibujo que corresponde a su cuerpo, y que encierren en un círculo los propósitos de la sexualidad.	Anexo	00:05
	Integrar	Tarea	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller y les anima a los niños para que le escriben una carta a Dios expresándole su sentir por haberlos creado varones o mujeres. Para cerrar el taller cantan otra vez la canción "La creación".	Papel Lápices	00:10

Tema 2: Amarás a tu prójimo como ti mismo

Objetivos



1. Que los participantes reconozcan que fuimos creados por Dios por un acto de amor.
2. Por ser hechos a Su imagen y semejanza, somos capaces de amar a los demás.
3. Que los niños y niñas conozcan el mandato de amarnos a nosotros mismos.

TEMA 2: AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO (6-8 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración Narración	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida a los niños, cuenta acerca de Marcos 12:28-31 y hace la oración respectiva.	Biblia	00:05
	Propiciar un ambiente participativo	Canción	Con la ayuda de un audiocasete, el Facilitador/a guía a los niños para que canten el himno "Cristo me ama".	Guitarra o Audiocasete	00:05
	Vivenciar	Trabajo individual	En forma individual y colectiva deben responder a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • Aparte de Dios, ¿quiénes son las personas que te aman? • ¿Cómo te das cuenta que estas personas te aman? 	Pizarra Marcadores	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Exponer en plenaria. Reenmarcar las respuestas. <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo percibimos el amor? • ¿Cómo lo demostramos? 	Papel Lápices Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	Concepto de autoestima. Fundamentos de la autoestima. Valor de los seres humanos.	Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Caja del tesoro	Cada niño pasa a ver el tesoro de Dios que está en la caja que debe estar colocada en el centro del salón. Todos los niños deben permanecer en silencio.	Caja de cartón con un espejo en su fondo	00:10
	Ensayar	Dibujo	Los niños y niñas trabajan en forma individual, haciendo un dibujo de sí mismos. Junto al dibujo, deben escribir una lista de al menos cinco cualidades. Responder el test. Ver anexo.	Test Papel Lápiz	00:10
	Integrar	Tarea	Resumen de lo trabajado. Cada niño deberá compartir en su familia lo que aprendió en este taller.		00:10

Tema 3: Maravilla de la creación

Objetivos

1. Que los niños conozcan que el ser humano es una unidad integral.
2. Que los participantes reconozcan el permanente proceso de cambio que vive el ser humano.
3. Que los participantes aprendan a cuidar su ser integralmente.



TEMA 3: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (6-8 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los niños, lee Lucas 2:52 y hace una oración apropiada para la ocasión. Ver anexo correspondiente.	Biblia	00:05
	Propiciar un ambiente participativo	Canción	El Facilitador/a guía a los niños para que canten una canción previamente seleccionada.	Audiocasete Grabadora	00:05
	Vivenciar	Dibujo de su cuerpo	El Facilitador/a guía para que los niños hagan un dibujo de sí mismos cuando eran bebés y dibujarse cuando sean mayores y sean papás o mamás, y qué ocupación tendrán en esa edad. Se les pregunta qué cuidados han recibido hasta llegar al presente y qué cuidados necesitan para llegar a esa edad.	Música relajante Grabadora Papel Lápiz	00:10
	Reflexionar	Trabajo grupal, dibujo	Una vez hechos los dibujos conversan en grupos y exponen en plenaria. El Facilitador/a anima para que compartan en plenaria algunos grupos.	Lápiz	00:15
	Descubrir	Comunicación	El Facilitador/a desarrolla los temas: <ul style="list-style-type: none"> • Proceso de cambio permanente. • Integralidad del ser. • Comparar con Jesús. • Necesidad de cuidar todas las dimensiones. 	Acetatos con dibujos	00:10
	Visualizar	Dibujo personal	Usando el anexo correspondiente, pedir que lo completen: Para cuidarme como persona debo... Compartir en plenaria.	Papel Lápiz	00:10
	Ensayar	Completar ideas	Hoja de trabajo. Completar palabras de las dimensiones: El ser humano está formado por...	Papel Lápiz	00:10
	Integrar	Tarea	Resumen del proceso del taller. El Facilitador/a encarga como tarea que cada niño enseñe sus dibujos a sus padres. Para cerrar el taller, cantarán nuevamente la canción.	Audiocasete Grabadora	00:10

Tema 4: Mi ser sexual



Objetivos

1. Que los niños y niñas descubran y comprendan el concepto de sensualidad.

- Nota: se puede trabajar acerca del embarazo y parto según el taller diseñado para los niños y niñas de 4 y 5 años, haciendo los cambios y refuerzos necesarios según los conocimientos que los niños y niñas traigan.

TEMA 4: MI SER SEXUAL (6-8 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración Canción	El Facilitador/a da la bienvenida a los niños, expresa una oración pertinente al tema y guía para que los niños escuchen y luego canten la canción "Mis sentidos". Ver anexo.	Audiocasete Grabadora	00:05
	Vivenciar	Experimentar los sentidos	Formar grupos de acuerdo al color del papel o cinta que cada niño y niña tome. Cada grupo experimenta los sentidos con diferentes elementos, luego se permite escuchar a los niños música agradable y un ruido a alto volumen.	Sal, Azúcar, Limón Peluche, Lija, etc. Papeles o cintas de colores	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	En los mismos grupos responder: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Para qué nos sirven los sentidos? • De lo que experimentaron, ¿qué les gustó y qué les disgustó? • ¿Cómo se relacionan los sentidos con la sexualidad? 	Pizarra marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema: Sensualidad.	Acetatos dibujos Proyector Video	00:10
	Visualizar	Dramatización	Organizar 5 grupos (uno por cada sentido, y pedirles que sin hablar nos enseñen qué sentidos son y para qué sirven).		00:05
	Ensayar	Dibujo Crucigrama	Colocar los nombres en los sistemas reproductores masculino y femenino. Llenar el crucigrama de los sentidos.	Hojas de trabajo	00:15
	Integrar	Tarea	Resumen de lo vivido. El Facilitador/a encarga a los niños que compartan los dibujos con sus papas y mamás.		00:10
	Cerrar	Canción	El Facilitador/a guía de nuevo a los niños para cantar la misma canción del inicio y cierra el taller en oración.	Audiocasete Grabadora	00:05

Tema 5: Sojuzguen la tierra

Objetivos

1. Que los niños y niñas que reconozcan la tarea dada por Dios a hombres y mujeres para la administración de la creación.



TEMA 5: SOJUZGUEN LA TIERRA (6-8 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Preparar ambiente	Oración canción	Después de dar la bienvenida y orar, el Facilitador/a guía a los participantes para que primero escuchen y luego canten el himno “Cuán grande es Él”.	Acetato Audiocasete Grabadora	00:05
	Vivenciar	Dinámica “Cómo destruimos nuestra casa”	El Facilitador/a presenta el tema del taller, luego plantea la pregunta: ¿Cómo hemos destruido nuestra casa? (Nuestro planeta). Cada participante dibuja una forma en la que las personas destruyen la creación. El Facilitador/a organiza grupos de 5 niños y niñas, lo hará mientras escuchan la canción “La gallina ponedora”. Pasa al centro del salón un representante de cada grupo y recibe un globo inflado, con el dibujo del perfil de los continentes. El resto de niños de cada grupo muestra su dibujo y explica las formas en que las personas hemos destruido el planeta. Por cada explicación, el niño que tiene el globo lo desinfla un poco. Así, cada grupo finalmente tendrá el globo desinflado en mayor o menor medida.	Globos inflados Hilos para atar los globos	00:15
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	El Facilitador/a guía para que los participantes respondan en sus grupos: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las consecuencias de: la contaminación de los ríos, la tala de los bosques, la contaminación del mar, la matanza de ciertos animales: cóndores, ballenas, rinocerontes? • ¿Cómo será el mundo de nuestros hijos y nietos si no lo cuidamos desde ahora? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema enfatizando el mandato de Dios de administrar la tierra. Para hoy y para el futuro. Gn 1:28.	Láminas animales en extinción Películas de contaminación Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Nuestro globo terrestre	Reunirse en los mismos grupos y seleccionar dos maneras en las que pueden evitar la destrucción de la tierra. Pasa al centro un representante de cada grupo, recibe un globo desinflado. En forma ordenada, cada grupo expresa cómo han decidido contribuir a la preservación de la tierra y a cada manera de hacerlo, los niños que tienen el globo lo van inflando en la medida que ellos la consideren adecuada, hasta que todos tengan el globo firmemente inflado. El Facilitador/a enfatiza la necesidad de esfuerzo y voluntad para administrar adecuadamente la creación.	Globos Hilos para atar los globos	00:10
	Ensayar	Campaña de preservación	Hagan una campaña de preservación de la creación. Cada grupo se encarga de un tema en relación a los temas planteados en la reflexión.	Canción Simón Díaz Grabadora Papelotes Marcadores	00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Cada participante recibe un globo y debe expresar su compromiso de cumplir lo que en cada uno de los grupos decidieron. En señal de su compromiso inflan el globo. Cantan una canción acerca de la creación.	Globos	00:10

Tema 6: Varón y mujer los creó



Objetivos

1. Que los niños y niñas reconozcan y acepten los cambios durante la pubertad y la adolescencia.
2. Que reflexionen sobre la influencia de los medios en la vivencia de la sexualidad.

TEMA 6: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ (6-8 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los niños, presenta el tema, lee Génesis 1:27 y hace una oración pertinente.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Película	Película que muestra los cambios en la pubertad y adolescencia.		00:20
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	Organizar grupos y preguntar: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sienten cuando piensan que ustedes van a experimentar esos cambios? • ¿Cuáles creen que son las razones para que los medios de comunicación masiva hablen tanto de sexualidad? 	Papel Lápiz	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	Cambios en la adolescencia, caracteres sexuales secundarios. Sexualidad y medios de comunicación.	Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Construir esloganes Dibujo	Dividir en dos grupos. Un grupo trabajará un eslogan en protesta por el uso de la sexualidad por los medios de comunicación. Hagan un eslogan aceptando los cambios en la pubertad.	Papeles Lápices Cinta maskin	00:15
	Ensayar	Elaboración de tríptico	Dibuje los cambios que se van a dar en los adolescentes, varones y mujeres en la pubertad. En grupos, elaboren un tríptico con mensajes educativos sobre la sexualidad adecuado para niños de su edad.	Papel Lápices Papelotes Marcadores	00:10
	Integrar	Tarea	Resumir el proceso. Motivar a que compartan en la iglesia o espacio de la Escuela Dominical.		00:10

Niños y niñas de 9 a 11 años

Desarrollo físico. Continúa su crecimiento a un ritmo relativamente lento; sigue siendo muy activo y las actividades están dirigidas a adquirir mayor control de sí mismo y más conocimientos.

Lo ideal es que a esta edad el niño y la niña hayan elaborado su imagen sexual del yo y la acepten. La intervención de los padres es determinante para que este proceso se logre en forma adecuada, es decir que los niños y niñas crezcan sexualmente sanos. La salud en este sentido implica:

- Tener una imagen real del propio cuerpo.
- Aceptar el esquema corpóreo sexual propio.
- Vivir a satisfacción la identidad sexual propia.

La imagen o esquema corporal la van descubriendo los niños y niñas desde la primera infancia, a través del toque y la exploración de sus propios cuerpos y también a partir de los mensajes que reciben de los adultos con respecto a sus cuerpos; es decir, la formación del esquema corporal depende de dos factores:

1. La propia experiencia del niño mediante sus toques exploratorios con sus respectivas satisfacciones.
2. Lo que dicen los adultos de él: palabras, gestos, reproches, aprobaciones.

Al comenzar la adolescencia, el y la adolescente vuelven a interesarse en su cuerpo, esta vez de manera consciente y relacionada con la sexualidad erótico-genital.

La aceptación del esquema corpóreo sexuado también depende de los padres, en el sentido de que si ellos han aceptado su cuerpo sexuado, sus hijos con seguridad también lo harán. Esta aceptación se refiere concretamente al sexo de las personas, esto es a los genitales, que son el medio para expresar físicamente el amor, de generar vida. La aceptación de la apariencia física del cuerpo implica también la aceptación de las funciones del mismo; en este sentido significa la aceptación de la menstruación en la chica y de la eyaculación en el chico.

En resumen, aceptar el propio cuerpo significa:

- Aceptar tener cuerpo de hombre o de mujer
- Aceptar la conformación del cuerpo: alto, gordo, débil
- Aceptar las partes íntimas del cuerpo
- Aceptar la conformación de esta intimidad: grandes, pequeños
- Aceptar las funciones de hombre o de mujer: erección y eyaculación y menstruación.

Con respecto a la identificación sexual, es también tarea de los padres. El niño aprende de la masculinidad y la niña de la feminidad de sus padres del mismo sexo. Si el niño percibe que sus padres viven en armonía y expresan su mutuo amor de forma libre, su identificación sexual será plenamente favorecida; si por el contrario el niño y la niña viven en un ambiente de desamor y descalificación entre sus padres, se afectará su proceso de construcción de la identidad sexual.

En la identificación sexual interviene además la influencia cultural que impone y alaba las características que según ella son masculinas o femeninas. Es importante también subrayar la importancia de los medios de comunicación acerca del ideal de mujer y de hombre utilizados con fines publicitarios.

En resumen, la identificación sexual significa:

- Percibirse y aceptarse como mujer o como hombre, en correspondencia a su sexo.
- Sentirse perteneciente a ese sexo.
- Desear seguir siendo lo que se es.

Desarrollo mental. Tiene avidez por aprender y su memoria es brillante; lo que aprenda a esta edad permanecerá el resto de su vida. Es la edad del gusto por coleccionar, cualquier cosa es válida para esta afición (piedras, figuras, llaveros, monedas, autógrafos).

Ya tiene capacidad para relacionar tiempo, espacio y acontecimientos, en general al niño le gusta la historia y la geografía.

Aunque le gusta todavía la fantasía, ya puede diferenciar entre lo real y lo fantástico.

Desarrollo emocional. La conciencia de su desarrollo físico, los conocimientos que ha logrado hasta hoy, la confianza en sí mismo, le provocan un sentido anhelo de vencer en lo que el niño se proponga, de modo que emocionalmente el niño es intrépido.

Su creciente independencia le facilita tomar decisiones cada vez con mayor autonomía. Al igual que en la etapa anterior, el niño acepta sugerencias de parte de personas que gozan de su afecto y simpatía si éstas son presentadas con respeto y cariño. Así también se rebela en contra de imposiciones inconsultas.

Desarrollo social. En su interacción social, para el niño de esta edad es importante la competencia y fácilmente puede llegar a la pelea en forma individual o en grupo. Le gusta ampliar su círculo social y ser popular en su grupo. Comienza a tener sentido de responsabilidad en su grupo.

Desarrollo espiritual. Ahora el niño tiene una noción acertada de lo que es pecado y desea estar lejos de éste. Establece altos patrones de conducta para él y también lo desea para las personas de su entorno. Se siente frustrado por no alcanzar sus propias exigencias y también se siente decepcionado por el incumplimiento de las otras personas. Para el niño a esta edad es sumamente importante su desarrollo espiritual.

Cómo facilitar el aprendizaje en niños y niñas de 9 a 11 años

Si a esta edad el niño es físicamente valiente, emocionalmente intrépido, socialmente expansivo, exigente consigo mismo, la clave para la enseñanza es facilitar que él la verifique y la ponga en práctica.

A esta edad, la gran mayoría de los niños han aprendido ya sea en su hogar o fuera de él sobre las relaciones sexuales y la menstruación. Se podría decir que por derecho el niño a esta edad debe estar informado de los cambios que están implicados en la primera etapa de la adolescencia que se llama la pubertad, ¿y quiénes más adecuados para impartir estos conocimientos que los padres?

Cuando hablamos de la pubertad, es bueno aclarar que nos referimos a dos eventos muy importantes en los niños y niñas, que son la expresión de la maduración de los órganos sexuales. Nos referimos a los llamados “sueños húmedos” o poluciones nocturnas en los varones y a la menstruación en las mujeres, además de los cambios anatómicos y funcionales que van experimentando los sistemas reproductores masculino y femenino, sin descuidar los cambios emocionales, sociales y espirituales relacionados con la sexualidad humana.

9-11 años

HOJA GUÍA

Niños y niñas de 9 a 11 años



Objetivos

1. Que los participantes conozcan las características bio-sico-sociales y espirituales de los niños y niñas de 9 a 11 años de edad.
2. Que los participantes faciliten la comprensión de la sexualidad en los niños y niñas dentro de los principios de respeto, justicia y equidad.
3. Que los participantes logren utilizar los pre-saberes de los niños y a partir de éstos construyan nuevos conocimientos y modifiquen los erróneos.

Metodología

Modelo C3

Actividades

- Escuchar acerca de algunas citas bíblicas
- Juegos de roles
- Cantar
- Trabajos grupales
- Ver videos
- Inflar y desinflar globos

Contenido básico (Resumen)

- Características biosociales de los niños y niñas de 9 a 11 años de edad.
- Somos seres creados sexuados y sexuales, con propósitos definidos.
- Todas las personas son valiosas independientemente de su apariencia física y su sexo.
- Todos somos seres integrales y debemos cuidarnos de manera integral.
- Los seres humanos vivimos en constante proceso de cambio.
- Necesidad de aceptar y vivir a satisfacción nuestra identidad sexual
- Aceptar y expresar los sentimientos
- Conocer y hablar apropiadamente acerca del embarazo.
- Reconocer y ejercer el mandato de gobernar la tierra.

Recursos materiales

- Videos
- TV, VHS
- Proyector de acetatos
- Papel, lápices, pinturas, cinta maskin
- Globos
- Copias de hojas de trabajo

Tema 1: A imagen y semejanza

Objetivos

1. Que los niños y niñas conozcan o reconozcan que fuimos creados como seres sexuados y sexuales.
2. Que reconozcan los propósitos de la sexualidad desde la perspectiva bíblica.



TEMA 1: A IMAGEN Y SEMEJANZA (9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y oración	El Facilitador/a saluda, habla brevemente de Génesis 1:26-27 y hace una oración pidiendo la guía de Dios para este tiempo. Puede guiar para interpretar una canción seleccionada del Anexo correspondiente.	Biblia Canción en acetato Audiocasete	00:05
	Propiciar ambiente participativo	Presentación en grupos	Los niños forman un círculo para participar en un safari. Mientras aplauden, van girando. Súbitamente el Facilitador/a da órdenes que los niños deben cumplir con determinada conducta. Ejemplo: "Atención: zona pantanosa, andar en cámara lenta. Atención: se acerca una plaga de langostas, todos en cuclillas. Atención: hay que cruzar un río, todos avancen nadando. Atención: levantar campamento, formar grupos de 4 niños". En el grupo tienen tres minutos para presentarse según los siguientes parámetros: Mi nombre es... Vengo de... En este taller quiero...		00:10
	Vivenciar	Película	El Facilitador/a solicita la atención de los niños para la película la creación.	Video de la creación, TV, VHS	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Formar grupos sólo de varones y sólo de mujeres, de 4 personas cada uno, para que respondan a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo sería un mundo sólo de varones? • ¿Cómo sería un mundo sólo de mujeres? • ¿Cómo se sentirían? • ¿Qué consecuencias traerían? Después de compartir las respuestas en plenaria, el Facilitador/a hace los respectivos reenmarques.	Hojas de papel Lápices Marcadores Cinta maskin	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a expone: <ul style="list-style-type: none"> • Somos creados por Dios a su imagen y semejanza. • Concepto de sexo. • Sexualidad a nivel individual, de pareja y sociedad. • Somos seres sexuados y sexuales. • Los propósitos de la sexualidad: compañerismo, amor, satisfacción, procreación, administración de la creación. 	Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Ejercicio de imaginación	El Facilitador/a guía para que los niños se visualicen de cuerpo entero, que se escuchen diciéndose a sí mismos que son creados por Dios, parecidos a Él, valiosos, creados por amor, capacitados para amar, encargados de cuidar la creación.		00:05
	Ensayar	Dibujo	Hoja de trabajo para completar los conceptos de sexo, sexualidad, seres sexuados y sexuales (Ver Anexo). Dibujar cada uno de los propósitos de la sexualidad.	Papel Lápices Hoja de anexo	00:10
	Integrar	Compromiso escrito	El Facilitador/a resume el contenido del taller. Luego los niños deben llenar el compromiso de compartir la reflexión de este taller con otro niño que no haya asistido al presente. Cerrar el taller cantando "La creación".	Copias del formato de compromiso (ver Anexo) Lápiz	00:15

Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo

Objetivos



1. Que los participantes comprendan qué es el autoestima.
2. La importancia de cuidar de sí mismos.
3. La importancia de contribuir a la construcción de una adecuada autoestima en otras personas.

TEMA 2: AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO (9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y oración	El Facilitador/a saluda a los niños, les presenta el tema, lee Marcos 12:28-31 y hace una oración adecuada al tema.	Biblia	00:05
	Propiciar ambiente fraterno	Canción	Cantar "El mandamiento más importante".	Audiocasete Grabadora Acetato	00:05
	Vivenciar	Dibujo Test	Cada niño hace un dibujo de sí mismo y enlista al menos tres cualidades. Además escribirá una característica personal que desea cambiar. Luego completa el test apropiado para esta edad y lo guarda. En un segundo momento, el Facilitador/a forma grupos de cuatro personas y en cada grupo cada integrante del mismo deberá expresar una cualidad que valora en cada uno de sus compañeros.	Lápiz Test (anexo)	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas Trabajo grupal	En grupos de 4 niños contestan las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • A parte de Dios, ¿quiénes te aman? • ¿Cómo sabes que te aman? • ¿Cómo te sientes cuando otras personas reconocen tus cualidades? • ¿Cómo te sientes cuando tú valoras a otras personas? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	Presentar los fundamentos de la autoestima: <ul style="list-style-type: none"> • Importancia de sentirse amados. • De sentirse parte de la familia. • De ser reconocidos por sus cualidades. • Importancia de valorar a los demás. 1 S 16:7; Mal 3:17.	Biblia Acetatos	00:10
	Visualizar	Caja del tesoro	Cada niño pasa a ver la caja del tesoro de Dios que estará colocada en el centro del salón. Todos los niños deben guardar silencio	Caja con un espejo en el fondo	00:10
	Ensayar	Trabajo grupal	En los grupos de 4 personas, deberán compartir aquellas características que desean cambiar y decidirán cómo hacerlo. Compartir en plenaria las conclusiones de cada grupo.		00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a resume el contenido del taller. Escribir el compromiso de reconocer diariamente una cualidad en una persona durante una semana.	Copias del formato de compromiso	00:10

Tema 3: Maravilla de la creación

Objetivos

1. Que los participantes reconozcan el proceso permanente de cambio que vive el ser humano. La pubertad.
2. Que los participantes reconozcan la integralidad del ser.
3. Que acepten la necesidad del cuidado integral.



TEMA 3: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a recibe a los niños, lee Lucas 2:52 y hace una oración pertinente. Cantan una canción previamente escogida. Ver anexo.	Biblia Audiocasete Grabadora	00:05
	Propiciar ambiente participativo	Encuentre su mitad	Cada niño recibe la mitad del dibujo de una fruta y busca a quien tiene la mitad restante. Presentarse en parejas considerando los siguientes parámetros: Mi nombre, mi edad, lo que más me gusta. El Facilitador/a averigua acerca de los gustos de los niños.	Dibujos de frutas cortados diagonalmente	00:10
	Vivenciar	Dibujo	El Facilitador/a instruye para que los niños hagan dos dibujos de cuando tenían 5 años y como están ahora.	Papel Lápiz	00:15
	Reflexionar	Trabajo grupal	En qué aspectos han cambiado desde que tenían esa edad.	Papel Lápices	00:10
	Descubrir	Película Comunicación directa	El Facilitador/a expone la película "De niño a hombre y de niña a mujer", y desarrolla los temas: <ul style="list-style-type: none"> • Proceso de cambio del ser humano. • Pubertad. • Integralidad del ser. • Necesidad de cuidado integral. 	VHS TV Video Acetatos Retroproyector	00:25
	Visualizar	Dibujo	Cada niño y niña deben dibujarse imaginando que tienen 15 años de edad. ¿Qué características (integralmente) tendrán a esa edad?	Papel Lápiz	00:10
	Ensayar	Dibujo	Resolver la sopa de letras en la que se pide que encuentren las dimensiones del ser humano, las características de la pubertad y adolescencia. (Ver anexo).	Sopa de letras Lápiz	00:10
	Integrar	Tarea	El Facilitador/a hace un resumen del taller y encarga a los niños que compartan en la Escuela Dominical. Para terminar, cantan otra vez la canción del inicio del taller.	Audiocasete Grabadora	00:10

Tema 4: Mi ser sexual

Objetivos



1. Que los participantes comprendan los conceptos de sexo, sexualidad, sensualidad y genitalidad.
2. Que los participantes comprendan el proceso del embarazo.

TEMA 4A: MI SER SEXUAL (9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	Después de dar la bienvenida, el Facilitador/a pone el taller en manos del Señor y presenta el tema a tratarse. Puede guiar la interpretación de la canción "Mis sentidos". (Ver anexo).	Biblia	00:05
	Vivenciar	Experimentación de sentidos	Cada participante experimenta diferentes tipos de sensaciones (táctiles olfativas, auditivas, gustativas y visuales), mediante el oler y saborear un chocolate, mirar diapositivas, escuchar música y recibir un abrazo.	Sal Azúcar Chocolates Objetos ásperos y suaves	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas Trabajo grupal	En grupos responder a las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué sentidos experimentaron? • ¿Qué utilidad tienen los sentidos en la vida diaria? • ¿Cómo relacionan los sentidos con la sexualidad? Exponen en plenaria.	Papel Lápices	00:10
	Descubrir	Comunicación directa Película	El Facilitador/a desarrolla los temas: sexo, sexualidad, sensualidad y genitalidad.	Acetatos Pizarra Marcadores	00:10
	Visualizar	Mapa conceptual	Elaborar en grupos de 4 un mapa conceptual de las dimensiones de la sexualidad.	Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Cuestionario	Llenar cuestionario individual y revisión grupal y luego revisión en plenaria. (Ver anexo).	Cuestionarios Lápices	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumir el contenido del taller. Compartir con sus padres los conceptos aprendidos.	Formato de compromiso	00:10

Tema 4B: El embarazo

Objetivos

1. Que los niños y las niñas conozcan el proceso del embarazo.
2. Que logren hablar libremente del mismo con el lenguaje apropiado.



TEMA 4B: MI SER SEXUAL (El embarazo, 9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Vivenciar	Dibujo	El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo vienen los niños? Cada niño y niña deben contestar mediante un dibujo. En grupos exponen sus dibujos.	Papel Lápices Pinturas Cinta maskin	00:05
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a hace las preguntas adecuadas para que los niños expongan sus conocimientos. Refuerza las respuestas correctas.	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Película Preguntas y respuestas Dibujos	Proceso del embarazo. El hijo: producto del amor de la pareja. Condiciones adecuadas para tener un hijo.	Video TV VHS Pizarra	00:10
	Visualizar	Juego de roles	Organizar en grupos para que en cada uno de ellos los niños y niñas hagan dramatizaciones que representen: <ul style="list-style-type: none"> • Cómo se forman los bebés. • El amor como fundamento de la paternidad y maternidad. • Condiciones saludables para el embarazo. Compartir en plenaria.	Papelotes Lápices Pinturas o crayones	00:10
	Ensayar	Juego de roles	Organizar a los participantes en dos grupos. En cada uno de ellos, un niño o niña debe jugar el rol de Facilitador/a y hablar de: <ul style="list-style-type: none"> • Cómo se produce el embarazo • Cuál es el fundamento para decidir tener hijos • Qué condiciones se requieren para que esta experiencia sea adecuada. 	Ropa adecuada para los personajes	00:15
	Integrar	Compromiso para compartir lo aprendido	El Facilitador/a hace un breve resumen de lo trabajado. Anima a los niños para que se comprometan a conversar la experiencia del taller con sus padres. Cerrar el taller con canción adecuada y oración. Ver anexo correspondiente.	Canción en acetatos Proyector	00:10

Tema 5: Varón y mujer los creó

Objetivos



1. Que los niños y niñas comprendan el concepto de mitos y roles sexuales.
2. Que reconozcan la influencia de los mitos en la comprensión y ejercicio de la sexualidad.
3. Que reflexionen acerca de la influencia de los medios de comunicación.
4. Que planifiquen formas de contrarrestar los efectos de los medios de comunicación.

TEMA 5: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ (9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los niños, presenta el tema, lee Génesis 1:27 y hace una oración pertinente.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Mirar y escuchar	¿A través de qué medios ustedes ven y escuchan sobre sexualidad? Poner revistas de adolescentes, que las observen: ¿Qué les impactó de lo que vieron? Trabajar mitos en grupos .	Pizarra Marcadores Papel Lápiz	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	¿Cuáles creen que son las razones para que los medios de comunicación masiva utilicen tanto la sexualidad? ¿Qué opinan de los mitos que leyeron?	Acetatos Proyector	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	Sexualidad y medios de comunicación. Roles sexuales y mitos.	Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Eslogan Comentarios	Organizar en grupos para trabajar un eslogan en protesta por el uso de la sexualidad por los medios de comunicación. Comentar mitos que ellos conozcan.	Papeles Lápices Marcadores	00:10
	Ensayar	Cuestionario Tríptico	Cuestionario sobre roles sexuales. En grupos, elaboren un tríptico con mensajes educativos sobre la sexualidad adecuado para su edad.	Papel Lápices Marcadores	00:10
	Integrar	Tarea	Resumir el proceso. Que compartan en la iglesia o espacio de la Escuela Dominical.	Acetatos Proyector	00:10

Tema 6: Sojuzguen la tierra

Objetivos

1. Que los niños y las niñas comprendan y ejerzan la tarea de administrar la tierra desde nuestra condición de hombres y mujeres.



TEMA 6: SOJUZGUEN LA TIERRA (9-11 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Preparar ambiente	Oración Canción	Después de dar la bienvenida y orar, el Facilitador/a guía a los participantes para que primero escuchen y luego canten el himno “Cuán grande es Él”. Ver Anexo.	Acetato Audiocasete Grabadora	00:05
	Vivenciar	“Nuestro globo terrestre”	El Facilitador/a presenta el tema del taller, luego plantea la pregunta: ¿Cómo hemos destruido nuestra casa? (Nuestro planeta). Cada dibuja una forma en las que las personas destruyen la creación. El Facilitador/a organiza grupos de 5 niños y niñas. Pasa al centro del salón un representante de cada grupo y recibe un globo inflado, con el dibujo del perfil de los continentes. El resto de niños de cada grupo muestran su dibujo y explican las formas en que las personas hemos destruido el planeta. Por cada explicación, el niño que tiene el globo lo desinfla un poco. Así, cada grupo finalmente tendrá su trabajo representado en el globo desinflado en mayor o menor medida.	Globos inflados Hilos para atar los globos	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	El Facilitador/a guía para que los participantes respondan en sus grupos: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las consecuencias de: la contaminación de los ríos, la tala de los bosques, la contaminación del mar, la matanza de ciertos animales: Cóndores, ballenas, rinocerontes? • ¿Como será el mundo de nuestros hijos y nieto si no lo cuidamos desde ahora? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema enfatizando el mandato de Dios de administrar la tierra. Para hoy y para el futuro. Gn 1:28.	Láminas animales en extinción Películas de contaminación Acetatos	00:10
	Visualizar	“Nuestro globo terrestre”	Reunirse en los mismos grupos y seleccionar dos maneras en las que pueden evitar la destrucción de la tierra. Pasa al centro un representante de cada grupo, recibe un globo desinflado, en forma ordenada, cada grupo expresa cómo han decidido contribuir a la preservación de la tierra y a cada manera de hacerlo, los niños que tienen el globo lo van inflando en la medida que ellos la consideren adecuada, hasta que todos tengan el globo firmemente inflado. El Facilitador/a enfatiza la necesidad de esfuerzo y voluntad para administrar adecuadamente la creación.	Globos	00:10
	Ensayar	Campaña de preservación	Formar grupos para que cada uno de ellos hagan una campaña de preservación de la creación. Cada grupo se encarga de un tema en relación a los temas planteados en la reflexión.	Papelotes Marcadores Cinta masking	00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Cada participante recibe un globo y debe expresar su compromiso de cumplir lo que en cada uno de los grupos decidieron. En señal de su compromiso inflan el globo. Cantan la misma canción del inicio del taller u otra adecuada para el tema. Ver anexo.	Canción de Simón Díaz Globos	00:10

Adolescentes de 12 a 14 años

Desarrollo físico. En esta época el cuerpo no solamente crece sino que experimenta profundas modificaciones dadas por el apareamiento de los caracteres sexuales secundarios, cambios que aparecen más pronto en las niñas, aproximadamente 2 años antes que en los niños.

El crecimiento acelerado que caracteriza a esta etapa implica la inversión de mucha energía; de hecho, el adolescente experimenta periodos de mucha energía que alterna con periodos de gran cansancio, lo que para muchas personas puede parecer una actitud de pereza.

Como el crecimiento es violento y se produce en forma escalonada, es decir que primero crecen las partes distales (manos, pies) y luego las proximales (brazos, muslos), el adolescente necesita acostumbrarse a sus nuevas dimensiones. Este cambio en su cuerpo generalmente es causa de temor y molestia.

Desarrollo mental. Ha alcanzado un buen grado de madurez, la misma que se pone en evidencia en el hecho de que el adolescente quiere tener explicación para todos los acontecimientos; no acepta lo que le dicen si no es previa explicación convincente. En general es la edad de la duda, a todos sus pensamientos les imprime una gran dosis de seriedad. Se complace en resolver problemas e investigar cosas nuevas. En esta edad adquiere la capacidad de pensar en abstracto, por esta razón comienza a pensar en sí mismo, en su posición en la vida, en planes para su futuro. Ahora es capaz de juzgar según su punto de vista, lo que con frecuencia provoca discusiones con sus padres y replantea lo que antes aceptaba pasivamente. Es la edad de los ideales y del rechazo de las reglas que aceptaba en la infancia.

Desarrollo emocional. Debido a los cambios glandulares se despiertan en los chicos y las chicas, sensaciones sexuales y sentimientos románticos. La intensidad del impulso sexual difiere grandemente entre unos adolescentes y otros.

El impulso sexual, también llamado apetito sexual, deseo, líbido, pasión, es la tendencia a vincularnos y relacionarnos con personas del otro sexo con el propósito de conseguir placer a través de la pareja. El impulso es desencadenado y estimulado a través de los sentidos y la fantasía.

Si los adolescentes no están informados de los cambios propios de esta etapa de la vida, contemplan esta transformación con angustia y a menudo se preguntan si es normal lo que les está ocurriendo.

Por estas razones, la vida emocional del adolescente es sumamente inestable, cambia súbitamente sus emociones: de la alegría desbordante puede pasar muy pronto a una profunda tristeza, muchas veces sin razón aparente.

El adolescente se siente en forma casi constante no comprendido por los adultos de su entorno, especialmente por sus padres.

Siente una gran necesidad de independencia, no quiere someterse a los adultos ni a las autoridades, exige libertad para tomar sus decisiones, al mismo tiempo aprecia que sus padres o personas significativas para él, ejerzan control y autoridad y que le pongan límites a su libertad, pues necesita de este control para sentirse seguro en medio de la turbulencia que se encuentra viviendo.

Desarrollo social. Durante la época escolar, esto es entre los 6 y los 12 años, los niños y las niñas formaban grupos solo con otros de su mismo sexo; ahora prefieren que los grupos sean mixtos aunque la cercanía a las niñas les infunde cierto temor a los varones. En el caso de las adolescentes, la incomodidad es menor, puesto que las niñas maduran antes.

Puesto que los adolescentes de ambos sexos están tratando de romper los lazos familiares, el grupo de pares se torna muy importante para ellos y ellas, al punto de que ocupa la prioridad en cuanto a lealtad, les gusta realizar actividades en grupo, en donde nadie se destaque, sino que todos participen. La opinión del grupo es la que tiene importancia sobre la opinión de sus padres, el grupo es el que le otorga su sentido de pertenencia al adolescente. Los amigos y compañeros desempeñan un papel importante en el desarrollo de la personalidad del adolescente porque contribuyen a su desarrollo personal y social; entre amigos pueden hablar con confianza de sus dificultades y temores.

La sexualidad como factor de socialización

Siendo la sexualidad una parte inherente de la personalidad humana, posee un carácter interpersonal, no se agota en una relación entre dos, sino que la pareja se abre a la comunidad humana a través de las diferentes estructuras sociales en las que se inserta y de las que también se beneficia. Recordemos que el fundamento de la sociedad es la familia. A la vez, hablar de familia implica la presencia de los hijos, lo cual exige de la pareja un compromiso con la sociedad para facilitar precisamente la construcción sana y funcional de la familia. Este compromiso pareja-sociedad implica una apertura de la familia a la sociedad y a la cultura para influirse mutuamente.

De este modo la sexualidad humana tiene un enorme potencial de socialización. Según Italo Gastaldi, “la sexualidad tiene un dinamismo de apertura al tú y de edificación de un nosotros social. La familia resulta así el punto de articulación entre lo público y lo privado”.

Desarrollo espiritual. En este sentido la adolescencia se transforma en un periodo crítico, puesto que el adolescente duda de la existencia de Dios, duda de la Biblia, del cielo, quiere tener respuestas concretas a todas sus inquietudes de tipo espiritual.

En esta etapa pueden suceder dos cosas extremas, que un adolescente incrédulo, en su búsqueda de una relación trascendente, experimente una conversión dramática y se esfuerce genuinamente en establecer una comunión de calidad con Dios, o que un adolescente criado en la iglesia pierda el interés en las cosas de Dios y emprenda en la búsqueda de experiencias alejadas de lo que signifique el cristianismo. Entre estos dos extremos existe una prolongada gama de comportamientos, con problemas de diferentes magnitudes que serán solventados de acuerdo a la obra que Dios mismo desarrolle en la vida de los adolescentes, de acuerdo con la mayor o menor docilidad de estos.

En esta etapa del ciclo vital el adolescente vive una experiencia importante en cuanto a su desarrollo afectivo, por eso dedicamos el siguiente espacio para este tema en el siguiente apartado.

Desarrollo de la afectividad

Durante la adolescencia, tanto las chicas como los muchachos viven un proceso de desarrollo de la afectividad, el mismo que según Italo Gastaldi, pasa por las siguientes etapas:

Egocentrismo. Es una actitud propia del niño, en la que busca al otro porque le necesita para su conservación y crecimiento, tiende hacia su propio yo sin considerar a la otra persona.

En este estado de inseguridad, el o la adolescente, tiene la siguiente conducta:

- Se junta a los otros buscando su propia ventaja.
- Cree que siempre tiene la razón, desconoce la opinión de los otros.
- Busca el placer para sí mismo, no se ocupa del otro.

Alterocentrismo. El adolescente empieza a interesarse por el otro, bajo el criterio “me necesita para ser mejor”. No llega al otro como éste es, sino como el o la adolescente lo idealiza. Con esta apertura hacia el otro, el o la adolescente, tiene la siguiente conducta:

- Orienta sus tensiones sensuales hacia los otros.
- Busca a los adolescentes del otro sexo y se enamora de alguien. En verdad se enamora de la emoción que experimenta antes que de la persona.
- Realiza algunos gestos de auto-entrega y de sacrificio por el amigo o amiga.
- Descubre que puede interesarse genuinamente por alguien.

Sociocentrismo. Es una actitud adulta, que responde al pensamiento “yo y el otro nos necesitamos para realizarnos”. El joven reconoce la importancia de la relación interpersonal, del diálogo con el otro. Esta nueva percepción le lleva a:

- Ser capaz de dar y recibir satisfacciones.
- Gozar de una profunda relación de amistad.
- Descubrir que su sexualidad es un recurso para lograr su felicidad y hacer feliz al otro mediante su entrega como persona.

Atracción sexual

Para los adolescentes tanto varones como mujeres, entrar en el mundo del sexo complementario no es un camino fácil.

Esta apertura al “tú” que adecuadamente orientada y saludablemente vivenciada llevará a la construcción del nosotros, pasa por tres etapas que no necesariamente son sucesivas en estricto orden, sino que son atravesadas con pasos hacia delante y también con retrocesos.

Estas etapas son un tanto diferentes para varones y mujeres:

1. **Atracción de tipo genital.** Se refiere a la atracción sexual biológica, a los genitales (órganos de la generación) y a su función. Sin embargo este nivel constituye un signo personal, por lo tanto trasciende el nivel biológico, significando comunicación interpersonal, entrega mutua.
En los hombres es una atracción sexual indiferenciada. Los muchachos sienten atracción por las chicas en general, por ninguna en particular. Lo que en esta etapa los atrae es el sexo de las chicas, las zonas sexuales femeninas.
2. **Atracción de tipo erótico.** Es la atracción sexual psicológica, es el deseo del otro sexo, es la inclinación por el otro sexo, no para engendrar, sino sim-

plemente para estar con el/ella, porque se experimenta un placer especial. El adolescente establece una preferencia por un tipo determinado de chicas, atendiendo en un primer momento a sus cualidades físicas; posteriormente considera el aspecto afectivo y así comienza a perfilar su “mujer ideal”.

3. **Atracción de tipo personal.** Es la comunión profunda entre dos personas, mediante la cual existe el deseo genuino de promover al otro, de ayudarlo en su realización personal, de expresarle ternura no para la propia satisfacción sino con la intención de facilitar su desarrollo personal a través del amor. En este nivel, la persona ama a la otra no por lo que tiene sino por lo que es.

El chico se siente atraído por una mujer, elige una persona determinada, por sus características sicosexuales y de ternura.

Las mujeres en la actual sociedad sexualizada, en general pasan por etapas muy parecidas a las de los varones; sin embargo, la adolescente tradicional sigue otros pasos:

- La chica piensa en un joven apuesto y bueno, su “Príncipe Azul”.
- Poco a poco y con recelo acepta el encuentro con un joven y su Príncipe Azul se va cambiando en este joven.
- Más tranquila y segura cada vez, va construyendo intimidad con el joven y puede llegar a decidirse por él.

En resumen el proceso de maduración afectivo-sexual tiene los siguientes pasos, que esquemáticamente se podría representar así:

- | | | |
|---------------------------------------|---|---------------------------|
| 1. <i>Atracción indiferente</i> | - | <i>atracción genital</i> |
| 2. <i>Atracción particular</i> | - | <i>atracción erótica</i> |
| 3. <i>Atracción hacia una persona</i> | - | <i>atracción personal</i> |

Cada uno de estos tres niveles tiene su importancia; el uno no elimina al otro sino que cada uno de ellos tiene su propio valor.

Cómo facilitar el aprendizaje en adolescentes de 12 a 14 años

En este periodo de la vida con respecto a la enseñanza, el profesor como persona es mucho más importante que los métodos y medios. El adolescente necesita de sus maestros amor, comprensión, tolerancia, paciencia, firmeza.

Tomando en cuenta que el adolescente es crítico, desconfiado y exige explicación para todo, en el proceso de enseñanza-aprendizaje es adecuado que se faciliten debates, investigaciones y sobre todo que ellos tengan la oportunidad de reflexionar y proponer o practicar las soluciones a las dudas y problemas planteados.

Otro factor a ser tomado en cuenta por el maestro es el cuidarse de no dar solución a los problemas planteados, sino facilitar las opiniones y criterios de los adolescentes a fin de que ellos mismos lleguen a sus propias conclusiones.

A esta edad, casi todos los niños y las niñas han experimentado los cambios físicos y emocionales de la pubertad. El comienzo de la pubertad está dirigido por el sistema endocrino; cada persona tiene su propio mecanismo que marca

el momento en que las diferentes glándulas entrarán en funcionamiento para producir los cambios corporales y emocionales. De manera que la pubertad tiene un rango de tiempo variable en el cual aparecer, entre los 9 y los 16 años de edad, dependiendo de factores genéticos y ambientales. Si bien la pubertad significa madurez orgánica, biológica, no significa madurez emocional, pues ésta responde a un proceso más lento y elaborado.

A esta edad, los niños y las niñas deben conocer bien la anatomía y fisiología de los sistemas reproductores masculino y femenino. Deberán tener conocimiento acerca del impulso sexual y la capacidad humana de controlarlo.

Objetivos

1. Que los y las participantes conozcan las características de los y las adolescentes en esta etapa de la vida.
2. Que los y las adolescentes logren facilitar el entendimiento y ejercicio sano y responsable de la sexualidad a partir de sus pre-saberes.



Metodología

Modelo C3

Actividades

- Escuchar lectura de citas bíblicas
- Mirar videos
- Juego de roles
- Dramatizaciones
- Trabajo grupal
- Elaboración de panfletos, afiches, trípticos
- Llenar cuestionarios
- Dibujar

Contenido básico (Resumen)

- Los seres humanos somos sexuados y sexuales, con propósitos definidos.
- Sexualidad y autoestima.
- La integralidad del ser humano y la necesidad de cuidar todas las dimensiones de la vida.
- Conceptos de sexualidad, sensualidad y genitalidad.
- Sida, ITS, aborto, homosexualidad.
- Los seres humanos tenemos el mandato de administrar la creación desde nuestra condición de hombres y mujeres.

Recursos materiales

- Videos
- TV, VHS
- Proyector de acetatos
- Papelotes
- Papel, lápiz, cinta maskin
- Marcadores

Tema 1: A imagen y semejanza

Objetivos



1. Que los participantes sepan que fuimos creados como seres sexuados y sexuales.
2. Que los participantes conozcan los propósitos de la sexualidad: compañerismo, amor y unidad, procreación, placer, administración de la creación.

TEMA 1: A IMAGEN Y SEMEJANZA (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludar	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los participantes, presenta el tema, lee Génesis 1:26-27 y ora. Termina este tiempo tocando el himno "Cuán grande es Él".	Biblia Himno en acetato Proyector	00:05
	Preparar ambiente fraternal	La creación	Cada participante recibe un recorte o dibujo de un elemento de la creación y mientras el facilitador/a lee Gn 1:2-27. Cada participante a su turno va pasando a pegar su recorte en el papelote diseñado para el efecto en el que estará graficado un espacio para cada uno de los 6 días.	Biblia Recortes Papelote Cinta maskin	00:10
	Vivenciar	Película	Se exhibe el video "La creación".	Video de la creación TV, VHS	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Formar grupos separados de varones y mujeres para que respondan a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo sería un mundo solo de varones (o mujeres)? • ¿Cómo se sentirían? El coordinador de cada grupo comparte en plenaria las conclusiones y el Facilitador/a reenmarca.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa Preguntas y respuestas	El Facilitador/a desarrolla el tema en base de: <ul style="list-style-type: none"> • Dios creó a los seres vivos según su género. • El ser humano es sexual y sexuado. • Dios diseñó un cuerpo diferente para el varón y para la mujer. • Propósitos de la sexualidad. 	Biblia Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Ejercicio de imaginación	El Facilitador/a guía a los adolescentes para que se visualicen en su cuerpo entero, nombrando los genitales externos. Que se escuchen diciéndose a sí mismos que son creación de Dios a su imagen, por eso son valiosos, capaces de ser compañeros, vivir en armonía y respeto, tienen el encargo de gobernar la creación y si desean, cuando sean adultos pueden casarse y tener hijos.		00:05
	Ensayar	Dibujo	Cada adolescente debe hacer un dibujo de sí mismo que represente su condición de ser sexuado. Comparten sus dibujos en grupos.	Papel Lápiz	00:10
	Integrar	Compromiso escrito	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Cada adolescente debe llenar el formato de compromiso que consta en el Anexo, para compartir lo que reflexionó en este taller con un adolescente que no haya asistido al mismo, en el transcurso de la próxima semana. Para cerrar el taller, escuchan y cantan el mismo himno del inicio del taller y el Facilitador/a hace una oración pertinente.	Copias del compromiso (ver Anexo)	00:10

Tema 2: Amarás a tu prójimo como a ti mismo

Objetivos

1. Que los participantes conozcan el concepto de autoestima.
2. Que poseen recursos y cualidades, habilidades que les hacen útiles y valiosos como personas.
3. Que tienen la responsabilidad de ayudar a construir una adecuada autoestima en las personas de su entorno.



TEMA 2: AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida, lee Marcos 12:28-31 y expresa una oración.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Dinámica "El barco"	Se pide a los participantes formar grupos de 4 o 5 adolescentes. Y cada uno debe hacer una lista de 10 cualidades que se reconozcan en sí mismos con la ayuda de una lista de cualidades. El facilitador/a les guía para que se imaginen que están en un barco en peligro de naufragar y cada participante debe echar al mar 5 cualidades ya que el barco tiene sobrepeso. En un segundo momento ante el peligro de naufragio, cada participante debe echar al agua dos cualidades más. Cada uno comparte sus tres cualidades. Cada grupo comparte su lista en plenaria. Además llenar un test personal adecuado para su edad.	Test Papel Lápiz	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Como se sienten sabiendo que estas cualidades son parte de ustedes. En grupos de 4 personas deben responder a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • Aparte de Dios, ¿quienes te aman? • ¿Cómo sabes que te aman? 	Papelotes Lápices Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	En base de los aportes de los grupos, el Facilitador/a desarrolla los fundamentos de la autoestima. Usar las citas bíblicas	Biblia Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Ejercicio de imaginación	El Facilitador/a guía a los participantes a visualizar y valorar sus cualidades personales.		00:05
	Ensayar	Reconocer cualidades	Escribir en una hoja las cualidades que usted reconoce en cada uno de sus compañeros de grupo y luego expresarlas.	Papel Lápiz	00:10
	Integrar	Compromiso	Los participantes se comprometen a reconocer una cualidad cada día a una persona diferente por 7 días.	Papel Lápiz	00:10

Tema 3: Maravilla de la creación

Objetivos:



1. Que los participantes reconozcan el proceso permanente de cambio que vive el ser humano. La pubertad y adolescencia.
2. Que aprendan acerca de la integralidad del ser humano.
3. Que los participantes decidan cuidar íntegramente su ser.

TEMA 3: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración Canción	El Facilitador/a saluda, lee Lucas 2:52 y hace una oración corta. Escuchan y cantan una canción previamente seleccionada. Ver Anexo.	Biblia Audiocasete	00:05
	Preparar ambiente	El Safari	Los niños forman un círculo y caminan atentos a las instrucciones del Facilitador/a, quien puede decir: "Atención: cruzamos un río, todos a nadar. Atención: plaga de mosquitos, agáchense. Atención: formar campamento de 4 niños". En estos grupos presentarse y compartir lo que más le sorprende de su persona. Luego el Facilitador/a pregunta a cada grupo sus respuestas.	Papel Lápices	00:10
	Vivenciar	Viaje por su ser Trabajo grupal	El Facilitador/a guía para que los niños hagan un viaje imaginario por su cuerpo, pensamientos, espíritu y sentimientos. Luego les indica hacer un dibujo de lo que vieron. Reunirse en los grupos de 4 y compartir sus dibujos.	Papel Lápices	00:10
	Reflexionar	Trabajo grupal	Los adolescentes se reúnen en los mismos grupos de 4 y conversan en base de: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo han cambiado desde cuando tenían 8 años de edad? • ¿Cómo se relacionan ahora con otras personas? • ¿Qué intereses tienen ahora que no tenían a los 8 años? • ¿Cómo le perciben ahora a Dios? El coordinador de cada grupo comparte las conclusiones en plenaria. El Facilitador/a reemmarca los aportes.	Papel Lápices	00:10
	Descubrir	Video Comunicación directa	Proyectar el video "De niño a hombre. De niña a mujer", y enfatizar: <ul style="list-style-type: none"> • Cambios en la pubertad y adolescencia. • Integralidad del ser. • Necesidad de cuidado integral. 	Video TV, VHS Acetatos Proyector	00:25
	Visualiza	Dramatización	Dramatización entre un adulto y un adolescente, donde el adolescente hace preguntas al adulto.		00:10
	Ensayar	Trabajo grupal	Dibujar un hombre y una mujer con sus caracteres sexuales primarios y secundarios. Presentar en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Luego cada adolescente llena el Compromiso de compartir con al menos dos amigos lo aprendido en las dos próximas semanas. Para cerrar el taller cantarán nuevamente la canción del inicio.	Audiocasete Grabadora Papel (anexo) Lápiz	00:15

Tema 4: Mi ser sexual

Objetivos

1. Que los participantes aprendan a identificar y expresar los sentimientos.
2. Que los participantes aprendan los conceptos de sexo, sexualidad y sensualidad.



TEMA 4: MI SER SEXUAL (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	Luego de dar la bienvenida a los participantes, el Facilitador/a hace una oración adecuada al tema.		00:05
	Vivenciar	Experimentar los sentidos	Se forman grupos de 5 personas, en los cuales experimentan los sentidos usando variedad de elementos. Luego se les hace escuchar un ruido a alto volumen y finalmente música agradable mientras saborean un chocolate.	Sal Azúcar Limón Lija Papelotes Marcadores Peluche Chocolate	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	En los mismos grupos contestar a las preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué experimentaron? • ¿Cuál es la importancia de los órganos de los sentidos? • ¿Cómo se relacionan los sentidos con la sexualidad? Compartir en plenaria a través del coordinador de cada grupo.	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	En base a la reflexión anterior, el Facilitador/a desarrolla el tema: Concepto de sexo, sexualidad, sensualidad y genitalidad.	Acetatos con dibujos Proyector Pizarra marcador	00:10
	Visualiza	Compartir conocimientos	Pedir a cada grupo que elabore un concepto de sexo, sexualidad, sensualidad y genitalidad de la manera que crean conveniente ya que tienen que explicárselo a otro grupo de adolescentes	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Ensayar	Cuestionario	Aplicación de Cuestionario personal, grupal y en plenaria.	Cuestionario según anexo	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumir el contenido del taller. Cada adolescente llena y firma el compromiso para compartir con al menos dos amigos en la próxima semana.	Formatos de compromiso	00:10

Tema 5: Varón y mujer los creó

Objetivos



1. Que los y las adolescentes conozcan los conceptos de mito, rol, rol sexual.
2. Que reconozcan la influencia de los medios de comunicación en el entendimiento y ejercicio de la sexualidad
3. Que reflexionen y planifiquen estrategias para contrarrestar la influencia de los medios de comunicación y la cultura.

TEMA 5: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los adolescentes, presenta el tema, lee Génesis 1:27 y expresa una oración apropiada.	Biblia	00:05
	Vivenciar	La ronda	Se forman los participantes en círculo. Mientras cantan una canción, van pasando de mano en mano un objeto, por ejemplo un lápiz. A una señal del Facilitador/a, los adolescentes quedan en silencio y detienen el paso del objeto. El adolescente que se quede con el objeto en la mano deberá decir qué quiere ser cuando sea grande (en qué quiere trabajar). El juego se repetirá cuantas veces sean necesarias, cuidando de no cansar a los adolescentes.	Un lápiz Acetato con canción "El arca de Noé" Proyector	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a valida todas las inclinaciones profesionales y en grupos de 5 personas les pide responder a: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué conocimos de los adolescentes del grupo? • ¿Qué opinan de las profesiones que a ustedes les gusta? • ¿Qué piensan de una mujer que sea pescadora? • ¿Qué piensan de un hombre que sea parvulario? • ¿En qué otros medios de comunicación aprendemos sobre sexualidad? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	En base a la reflexión anterior, el Facilitador/a explica el concepto de: Mito, rol y medios de comunicación masiva y sexualidad, pornografía, etc.	Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Elaborar panfleto	Cada grupo debe trabajar en la elaboración de panfleto en contra de los mensajes que utilizan la sexualidad. O un programa radial, un afiche, etc.	Papel Marcadores	00:15
	Ensayar	Trabajo grupal	Cada grupo recibe un mito escrito en papel recortado en la forma de diferentes herramientas u objetos, por ejemplo una pala, martillo, avión, computadora, etc., y lo comenta en plenaria.	Mitos escritos en recortes	00:10
	Integrar	Tarea	El Facilitador/a hace un breve resumen del contenido del taller y encarga a los adolescentes que en el transcurso de la siguiente semana, compartan con un compañero de su colegio lo que aprendió en este taller.	Acetatos	00:10

Tema 6: Lo que siembres, eso segarás (El aborto)

Objetivos

1. Que los y las adolescentes aprendan conceptos de aborto y sus diferentes tipos.
2. Que reflexionen e identifiquen maneras de vivir una sexualidad sana y responsable en esta etapa de la vida.



TEMA 6: LO QUE SIEMBRES, ESO SEGARÁS. El aborto (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el Taller	Oración	El Facilitador/a saluda a los adolescentes, presenta el tema, lee una cita bíblica apropiada y expresa una oración pidiendo la guía del Señor.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Video	Proyectar el video sobre el aborto.	Video TV, VHS	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a organiza grupos de 4 personas para que trabajen las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el aborto? • Causas para decidir el aborto. • ¿Cuáles son las consecuencias del aborto? Compartir en plenaria a través del coordinador del grupo.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Trabajo grupal	Reenmarcar los resultados de la plenaria, ampliando, reafirmando y corrigiendo.	Pizarra Marcador	00:10
	Visualizar	Cuestionario Trabajo grupal	Responder a un cuestionario. Trabajo en grupos: ¿Qué actitud tendrían si un amigo o amiga les confía que ha vivido una experiencia de aborto? Plenaria y reenmarques.	Cuestionario impreso	00:15
	Ensayar	Nueva historia	Los participantes escuchan la canción "Cuando agosto era 21", y construyen un mensaje de cómo evitar el aborto.	Audiocasete Grabadora	00:10
	Integrar	Tarea	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller y anima a los participantes a conversar con un compañero de su respectivo colegio el tema tratado hoy.	Pizarra Marcador	00:10

La homosexualidad

Objetivos



1. Que los y las adolescentes comprendan lo que es la homosexualidad y conozcan el proceso de su construcción.
2. Que revisen sus actitudes frente a personas que viven esta experiencia y cambien si es pertinente.
3. Que reconozcan formas de prevenir la homosexualidad y el papel que la iglesia puede jugar en este sentido.

TEMA: LA HOMOSEXUALIDAD (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Propiciar ambiente fraterno	Presentación	Después de dar la bienvenida y orar, el Facilitador/a organiza grupos de 4 personas para que se presenten. Luego el coordinador presenta a su grupo en plenaria.	Tarjetas para nombres	00:05
	Vivenciar	Video	El Facilitador/a solicita la atención de los adolescentes para que miren el video.	Video TV, VHS	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	En los mismos grupos anteriores, contestar las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la homosexualidad? • Causas de la homosexualidad. • Consecuencias de la homosexualidad en la persona, familia y sociedad. • ¿Puede cambiar una persona con este estilo de vida? Compartir en plenaria a través del coordinador de cada grupo.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:20
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a se fundamenta en la reflexión anterior y desarrolla el tema según el contenido de pp. 126-129.	Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Trabajo grupal	Elaborar una campaña de educación sobre homosexualidad. ¿Qué deberían enseñar?	Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Revisión de actitudes propias	En los mismos grupos conversar acerca de sus actitudes personales frente a las personas homosexuales. Si es que hubiera actitudes de intolerancia, decidir cómo actuar de hoy en adelante. Compartir en plenaria.	Pizarra Marcadores	00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un breve resumen y luego anima para que cada adolescente, comparta el contenido de este taller con un amigo o compañero de colegio en el transcurso de la siguiente semana.	Formato de compromiso (anexo)	00:10

VIH/Sida

Objetivos

1. Que los y las adolescentes adquieran conocimientos científicos acerca de este tema.
2. Que modifiquen conceptos equivocados sobre el VIH/Sida.
3. Que identifiquen formas de prevención de la pandemia.
4. Que reflexionen y propongan la intervención de la iglesia en el enfrentamiento a la problemática.



TEMA: VIH-SIDA (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Oración	El Facilitador/a da la bienvenida a los adolescentes, lee Hebreos 4:16 y expresa una oración apropiada.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Cuestionario	Cada participante recibe un cuestionario, el mismo que debe ser contestado en forma personal.	Cuestionarios (anexo) Lápices	00:10
	Reflexión	Preguntas y respuestas	En grupos comparten y comparan las respuestas, y contestan colectivamente el cuestionario.	Cuestionario Lápices	00:10
	Definir	Comunicación directa	Exposición de respuestas en plenaria. Luego el Facilitador/a aclara, corrige y amplía las respuestas según cada caso lo amerite.	Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Enseñar a marcianos	Organizar en grupos para que cada uno de ellos dramatice determinado aspecto del VIH/Sida asumiendo que lo tienen que hacer para facilitar el aprendizaje a un grupo de "marcianos" quienes desconocen totalmente acerca del tema.	Ropa adecuada Máscaras Pitos	00:15
	Ensayar	Organizar campañas	Hacer una campaña de prevención del VIH/Sida. Hacer una campaña de apoyo a las personas que viven con VIH/Sida.	Papel Marcadores Cinta maskin	00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Luego los participantes deben organizarse para exponer los trabajos realizados en las carteleras de sus templos.	Formatos de compromiso (anexo)	00:10

Tema 7: Sojuzguen la tierra

Objetivos:



1. Que los y las adolescentes comprendan y acepten la tarea de ser administradores de la creación según el mandato divino.
2. Que reflexionen e identifiquen maneras de preservar la creación desde nuestra condición de hombres y mujeres.

TEMA 7: SOJUZGUEN LA TIERRA (12-14 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Preparar ambiente	Oración Canción	Después de dar la bienvenida y orar, el Facilitador/a guía a los participantes para que escuchen y luego canten el himno "Cuán grande es Él".	Acetato Audiocasete Grabadora	00:05
	Vivenciar	"Nuestro globo terrestre"	El Facilitador/a presenta el tema del taller, luego plantea la pregunta: ¿Cómo hemos destruido nuestra casa? (Nuestro planeta). Cada dibuja una forma en las que las personas destruyen la creación. El Facilitador/a organiza grupos de 5 niños y niñas. Pasa al centro del salón un representante de cada grupo y recibe un globo inflado con el dibujo del perfil de los continentes. El resto de niños de cada grupo muestran su dibujo y explican las formas en que las personas hemos destruido el planeta. Por cada explicación, el niño que tiene el globo lo desinfla un poco. Así, cada grupo finalmente tendrá su trabajo representado en el globo desinflado en mayor o menor medida.	Globos inflados Hilos para atar los globos	00:10
	Reflexionar	Preguntas y Respuestas	El Facilitador/a guía para que los participantes respondan en sus grupos: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las consecuencias de: la contaminación de los ríos, la tala de los bosques, la contaminación del mar, la matanza de ciertos animales: cóndores, ballenas, rinocerontes? • ¿Cómo será el mundo de nuestros hijos y nieto si no lo cuidamos desde ahora? Compartir en plenaria.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema enfatizando el mandato de Dios de administrar la tierra hoy y el futuro. Gn 1:28.	Láminas Películas Acetatos Biblia Video, TV, VHS	00:25
	Visualizar	"Nuestro globo terrestre"	Reunirse en los mismos grupos y seleccionar dos maneras en las que pueden evitar la destrucción de la tierra. Pasa al centro un representante de cada grupo, recibe un globo desinflado. En forma ordenada, cada grupo expresa cómo han decidido contribuir a la preservación de la tierra y a cada manera de hacerlo. Los niños que tienen el globo lo van inflando en la medida que ellos la consideren adecuada, hasta que todos tengan el globo firmemente inflado. El Facilitador/a enfatiza la necesidad de esfuerzo y voluntad para administrar adecuadamente la creación.	Globos Hilos para atar los globos	00:10
	Ensayar	Campaña de preservación	Hagan una campaña de preservación de la creación. Cada grupo se encarga de un tema en relación a los temas planteados en la reflexión.	Papelotes Marcadores	00:10
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a resume el contenido del taller. Luego cada participante recibe un globo y debe expresar su compromiso de cumplir lo que en cada uno de los grupos decidieron. En señal de su compromiso inflan el globo. Pueden cantar una canción apropiada según el anexo.	Canción de Simón Díaz Globos	00:10

Adolescencia y embarazo

Al hablar de los propósitos de la sexualidad, mencionábamos como uno de ellos la procreación, pero es necesario enfatizar que ésta no es independiente de los otros propósitos, sino un complemento y una evidencia de los mismos. Es una demostración de compañerismo, de amor, de unidad y de placer que la sexualidad permite vivir en pareja. Vista así, la procreación no es solamente un fenómeno biológico, sino una expresión integralmente humana y un don divino indiscutible, porque la capacidad de dar vida en el ser humano, le convierte a éste en co-creador junto con Dios.



El hijo por lo tanto no es solamente un producto biológico, sino que tiene implicaciones afectivas, emocionales, sociales y espirituales, además implicaciones y significado al presente y también hacia el futuro, a nivel trascendente.

Siendo la reproducción humana una experiencia tan profunda y compleja, requiere de principios y condiciones que aseguren su permanencia, su vitalidad.

La adolescencia es un estadio de integración y elaboración de experiencias vividas, en el cual se inicia la transformación corporal hacia la madurez física y ocurren una serie de cambios a nivel intelectual, emocional y social. La OMS la define como el periodo de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad de reproducirse, transita de los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida su independencia económica.

La clasifica además en:

- Adolescencia temprana: Entre los 10 y los 14 años. Ocurren la mayoría de los cambios biológicos.
- Adolescencia media: Entre los 15 y los 17 años. Predomina la interrelación psicológica.
- Adolescencia tardía: Entre los 18 y los 21 años. Predomina la interrelación social.

Si bien desde la temprana adolescencia, específicamente a partir de la pubertad, la niña puede embarazarse porque sus ovarios maduran óvulos aptos para ser fecundados, y el muchacho puede fecundar porque sus testículos producen ya espermatozoides, no es el mejor momento para la procreación, precisamente porque la adolescencia es un periodo de maduración integral de las personas. Podrán ejercer la maternidad y paternidad de una manera sana y responsable solamente cuando el proceso haya concluido de manera completa, esto es en la época adulta joven.

Cuando durante la adolescencia ocurre un embarazo, se dice que tal embarazo es de “alto riesgo”. Veamos los riesgos que se encuentran implicados en dicha situación:

Según la OMS, el embarazo en la adolescencia presenta las siguientes características:

- Estado civil: El 70-80% de las madres adolescentes son solteras.
- Nivel de vida: En los estudios reportados la mayoría de las madres adolescentes son de escasos recursos.
- Educación sexual: En general no poseen información adecuada sobre el sexo y los métodos anticonceptivos. Además cada vez es más temprana la edad de la primera regla, lo cual coincide con el inicio precoz de las relaciones sexuales. En general la adolescente tiene relaciones esporádicas y no planificadas.
- Hábito tabáquico, abuso de alcohol o drogas.
- Inestabilidad emocional, por su propia inmadurez.
- Falta de apoyo por parte de la familia o pareja.

Estas características explican que el 95% de estos embarazos no son deseados y la alta incidencia de abortos inducidos.

Riesgos físicos. En una adolescente embarazada, es alta la posibilidad de aborto, de nacimiento prematuro, de anemia tanto para la madre como para el feto. La incidencia de peso bajo al nacimiento de los niños es notablemente mayor que en el caso de madres de 20 años en adelante. El parto en adolescentes presenta más dificultades y también aumentan las complicaciones pos-parto; de hecho, la mortalidad materno-infantil aumenta por complicaciones relacionadas con el parto. Todo esto porque el cuerpo de la adolescente, al no estar totalmente maduro, no está apto para cumplir adecuadamente las funciones correspondientes al embarazo y al parto.

Se observa que el riesgo de presentar complicaciones está en relación con la edad materna, siendo mayor si la edad de la mujer embarazada es menor de 15 años (en la adolescencia temprana).

En resumen:

- Complicaciones prenatales
- Anemia
- Hipertensión inducida por el embarazo (Preeclampsia)
- Enfermedades de transmisión sexual
- Complicaciones durante el parto
- Embarazo pretérmino
- Parto prolongado
- Complicaciones intra parto (Sufrimiento fetal, atonía uterina). Desproporción feto-pélvica
- Mayor proporción de cesáreas (siendo inversamente proporcional a la edad materna)
- Recién nacido de bajo peso al nacer
- Complicaciones neonatales
- Ictericia neonatal
- Sepsis
- Malformaciones congénitas (polidactilia, paladar hendido)
- Síndrome de dificultad respiratoria
- Prematuridad

Riesgos psicológicos. la adolescencia es el periodo en el que se construye la identidad sexual o identidad de género, es una experiencia que demanda mucha atención y energía emocional de parte del adolescente. Al ocurrir un embarazo en esta etapa de la vida, la adolescencia se interrumpe súbitamente,

pues el adolescente (varón y mujer) no puede vivir simultáneamente de manera adecuada dos experiencias tan importantes. Adolescencia y maternidad o paternidad no son compatibles.

Riesgos sociales: la adolescencia es el tiempo de la socialización, cuando la amistad es percibida por el adolescente con un significado diferente al de la infancia. Un embarazo viene a frustrar este proceso que en la mayoría de los adolescentes está lleno de ilusiones y optimismo. Interrumpe o distorsiona el acercamiento hacia el otro sexo que es parte del proceso de aprendizaje hasta encontrar y seleccionar la pareja definitiva.

En muchas ocasiones, los adolescentes deciden en medio de la confusión hacer pareja de una manera “formal”. Aunque esto suceda, el proceso queda interrumpido puesto que las decisiones tomadas son forzadas por las circunstancias, el resultado de estas conductas generalmente son las separaciones o los divorcios.

A todo esto se añaden los conflictos familiares, los relacionados con los estudios y todo lo que involucra el pertenecer a una sociedad que estigmatiza y descalifica los embarazos prematuros y a las madres solteras, lo cual favorece la creación de un clima totalmente adverso para la madre y el niño, experiencia que sin duda tendrá sus repercusiones por largo tiempo.

Después de este breve análisis de los riesgos involucrados en un embarazo prematuro, se puede concluir que la adolescencia no reúne las condiciones indispensables para que la reproducción y la maternidad y paternidad sean experiencias enriquecedoras y felices para las personas.

Generalmente cuando los adolescentes se involucran en relaciones sexuales, no lo hacen planificando el embarazo, de modo que el embarazo resultante no es deseado y esta característica de no ser deseado, lo puede convertir fácilmente en embarazo rechazado y en hijo rechazado.

Existen diversas formas de rechazo, por ejemplo, no acudir a controles médicos, no proveerse de los cuidados mínimos para mantener un embarazo sano, realizar actividades que pongan en riesgo la vida del feto. Todos estos son mecanismos que revelan la confusión, el desaliento, la tristeza, la frustración que la adolescente vive frente a esta experiencia para la que no está preparada ni la desea y, sin duda, dejará marcada su vida y la de su hijo. Por cierto, será necesario trabajar terapéuticamente para que la adolescente pueda elaborar esta vivencia y pueda reubicar a su hijo en el plano de deseado y amado.

Para terminar, vale reiterar que la adolescencia es una época prematura para la reproducción. En cambio es totalmente oportuna para que varones y mujeres se preparen física, psicológica, social y espiritualmente y alcancen la madurez, para que, llegado el momento, puedan vivir la maternidad y la paternidad en condiciones de calidad, que les permitan edificarse como personas, fortalecer sus relaciones de pareja y brindar al hijo un ambiente que le permita desarrollarse a plenitud.

En conclusión

El embarazo en adolescentes hoy en día es un problema de salud pública, no sólo asociado a los trastornos orgánicos propios de la juventud de la madre, sino porque están implicados factores socioculturales y económicos que comprometen el binomio madre-hijo.

Adolescentes de 15 a 18 años

Desarrollo físico. En este periodo el crecimiento es más lento, a la vez los rasgos físicos se van afianzando y las formas corporales se van definiendo cada vez con mayor firmeza. En su tarea de afrontar y aceptar su nueva imagen, los chicos y las chicas invierten mucho tiempo frente al espejo descubriendo y conociendo su cuerpo, probando posturas, expresiones, peinados; se comparan con otros adolescentes para asegurarse que sus características son normales.

Generalmente tanto los chicos como las chicas se sienten insatisfechos frente a su imagen personal, desearían cambiar algún rasgo físico que consideran desfavorable.

A los 18 años, generalmente tanto los varones como las mujeres han completado el desarrollo físico correspondiente a su respectivo sexo.

Desarrollo mental. Adquiere las características mentales que serán la base de su desarrollo mental futuro, está más seguro de sus propias habilidades. Ve el mundo y la vida de una manera realista, explora los diferentes campos del quehacer humano, decide la profesión a seguir, valora sus propios intereses y actitudes. Desarrolla sus capacidades y construye su escala de valores.

Desarrollo emocional. Debido a los variados conflictos internos que vive el adolescente, experimenta muchas emociones que pueden llegar a la angustia. Por otro lado la influencia social tiene también una fuerte influencia sobre las emociones de las chicas y los chicos: cuanto mayor sea el número de situaciones nuevas que tenga que vivir, mayor será su desequilibrio. Sin embargo, en este periodo el adolescente va adquiriendo madurez emocional en el sentido de ser cada vez más capaz de controlar sus emociones. Los cambios bruscos de estado de ánimo son menos frecuentes, en su conducta muestra más estabilidad emocional.

La necesidad de una orientación por parte de un adulto confiable es extremadamente importante en esta etapa, pues los y las adolescentes presentan fuertes sentimientos y necesidades en cuanto a su sexualidad.

La etapa de la adolescencia, tal vez es la más difícil en cuanto a adquirir independencia de los padres para tomar decisiones de manera individual discriminando entre lo correcto y lo incorrecto, añadiendo a esto la necesidad de ser parte del grupo de adolescentes y a la vez, liberarse del efecto nocivo que puede tener la presión ejercida por el grupo. Su necesidad de independencia hace a los y las adolescentes agresivos y retraídos. A los 18 años los jóvenes tienen pensamientos y sentimientos bastante claros en cuanto a su capacidad de decidir; sin embargo siguen siendo vulnerables a influencias externas.

Desarrollo social. Dado que el adolescente está muy ocupado en su trabajo de lograr una personalidad definitiva, necesita mucho tiempo para sí mismo y para relacionarse con otras personas. Se da cuenta que el éxito social depende de la impresión que produce en las otras personas, por eso se esmera en presentar un aspecto agradable y adaptarse a las normas que propone el grupo.

En esta edad el joven necesita relaciones de interdependencia con su familia nuclear: padres y hermanos, interdependencia en el sentido de que no haya imposiciones sino más bien que las relaciones sean basadas en la amistad el respeto y la valoración mutuos. De este modo las relaciones se mantendrán salu-

dables aún en el caso de que a veces los jóvenes se nieguen a participar en actividades familiares y prefieran usar el tiempo con su grupo de amigos o simplemente permanecer en sus propias ocupaciones.

En esta etapa de la vida los jóvenes sienten preocupación por problemas que afectan a la humanidad y desean contribuir para su solución, por eso empiezan a abanderar grandes causas (pobreza, desnutrición, injusticia social, discriminación). Es recomendable que pertenezcan a grupos de este tipo para que desarrollen una conciencia social y ejerzan acciones para lograr sus intereses.

Desarrollo espiritual. Es probable que la lucha que en este aspecto empezó en la etapa anterior haya finalizado y el joven haya emprendido un caminar definido en cuanto a su vida espiritual, por otro lado es también posible que aún a los 18 años la indecisión continúe. Lo importante es que en su búsqueda de una relación trascendente, el joven vea en Dios a una persona que puede ayudarlo en su realización como persona y que la decisión de acercarse a Él es estrictamente suya.

El adolescente: rol, conducta e identidad sexual

La *rol sexual* corresponde a las conductas que se esperan de cada sexo, las mismas que son designadas por la sociedad. Cada cultura ha establecido un conjunto de “conductas ideales” para varones y mujeres.

Desde la infancia temprana, los niños y las niñas aprenden los comportamientos que son aceptados para cada sexo. Los adolescentes son quienes tienen una visión más estereotipada de los roles sexuales. En nuestro medio latinoamericano se espera que los hombres muestren rasgos de agresividad, ausencia de emotividad, competitividad, ambición, seguridad en sí mismo.

De las mujeres se espera amabilidad, delicadeza, expresión generosa de sentimientos, cuidado de su imagen personal.

La *conducta sexual* es el comportamiento apropiado de la persona, aunque tal conducta no responda a los estereotipos establecidos para cada sexo.

La *identidad sexual* se refiere a la conciencia y a la aceptación de la naturaleza biológica como varón o como mujer.

A diferencia de lo que dicta la cultura y la sociedad con respecto al papel designado para hombres y mujeres, la Biblia no habla de roles, sino que más bien da principios generales, sin hablar de tareas específicas para el hombre o para la mujer (Gn 1:28).

Creemos que es importante reconocer la actitud de Jesús en cuanto Él situó al hombre y a la mujer en un plano de igualdad, de respeto y de equidad. No habló nada directamente con respecto a la sexualidad; sin embargo sus enseñanzas estuvieron centradas siempre en el amor como fundamento de vida, pues lo más importante es “amar a Dios y al prójimo como a uno mismo”.

15-18 años

HOJA GUÍA

Adolescentes de 15 a 18 años



Objetivos

1. Que los y las participantes conozcan las características bio-sico-sociales y espirituales de los y las adolescentes de 15 a 18 años.
2. Que los facilitadores/as logren un proceso de enseñanza-aprendizaje efectivo a partir de los presaberes de los y las adolescentes.
3. Que los facilitadores/as logren un proceso de enseñanza-aprendizaje sustentado en valores de respeto, justicia y equidad.

Metodología

Modelo C3

Actividades

- Lectura de citas bíblicas
- Juego de roles
- Mirar videos, cantar
- Elaborar afiches, panfletos, trípticos
- Llenar cuestionarios
- Trabajos en grupo

Contenido básico (Resumen)

- Fuimos creados sexuados y sexuales, con propósitos definidos.
- La autoestima y su importancia en la sexualidad.
- Somos seres integrales y necesitamos cuidarnos y cultivarnos en todas y cada una de las dimensiones: física, psicológica, social y espiritual.
- Conceptos de sexualidad, sensualidad, genitalidad.
- Conceptos de mito, género, rol, rol sexual y su influencia en el entendimiento y ejercicio de la sexualidad.
- Influencia de los medios de comunicación sobre la sexualidad.
- VIH/sida y otras ITS, el aborto, la homosexualidad.
- El compromiso de administrar la creación desde nuestra condición de varones y mujeres.

Recursos materiales

- Videos
- TV, VHS
- Proyector
- Marcadores, pinturas
- Papelotes
- Papel, lápices, cinta maskin

Tema 1: Amarás a tu prójimo como a ti mismo

Objetivos

1. Que los y las adolescentes reconozcan la importancia del propio valor para el ejercicio sano y responsable de la sexualidad.
2. Que comprendan los fundamentos de la autoestima.
3. Que reconozcan y ejerzan la responsabilidad de contribuir para la construcción de la autoestima de los otros.



TEMA 1: AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludar	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida. Lee Marcos 12:30-31 y hace una oración pidiendo la dirección del Señor para este taller.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Tomando contacto con tu ser	El Facilitador/a da la siguiente instrucción: <ul style="list-style-type: none"> • Dibujar un símbolo de sí mismos. • Anotar tres características que les gustan de su ser y tres que le gustaría cambiar. Conservar el dibujo, no compartirlo (es personal). • Llenar el test (personal y confidencial) conservarlo. Sirve para su propia evaluación. 	Papel Lápiz Test (anexo)	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas Trabajo grupal	El Facilitador/a organiza grupos de 4 personas para que respondan las preguntas: ¿Quiénes son las personas que te aman, aparte de Dios? ¿Cómo sabes que te aman? El coordinador de cada grupo comparte en plenaria. El Facilitador/a resume y reenmarca los aportes.	Papel, Lápices	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a recoge las conclusiones del grupo y trabaja lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> • Concepto de autoestima, auto imagen y auto concepto. • Fundamentos de la autoestima. 	Acetatos Proyector	00:10
	Vivenciar	Trabajo individual y grupal	Si estos son los fundamentos de una adecuada autoestima: ¿Cuáles factores influyen en la construcción de una autoestima inadecuada? Exponer en plenaria: <ul style="list-style-type: none"> • Factores para la construcción de una autoestima inadecuada • Tareas para mejorarla. 	Papelotes Marcadores Acetatos Proyector	00:10
	Vivenciar	Reconocer cualidades	En grupos de tres, cada participante escribe una cualidad de cada uno de los dos compañeros, y luego las expresa. En plenaria el facilitador/a pregunta: ¿Cómo se sienten al ser reconocidos por sus compañeros?	Papel Lápiz	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a hace énfasis en el poder de la palabra para construir una autoestima adecuada. Pr 18:21; Heb 1:1-3.	Biblia	00:10
	Visualizar	Autorrevisión	Calificar el test. Al dibujo que hiciste agrégale dos cualidades más y de las tres cualidades que te disgustan, decide cuál quieres cambiar, y qué vas a hacer para cambiar.	Cuestionarios Lápices	00:10
	Ensayar	Cuestionario	Cuestionario individual, grupal. Plenaria. Túnel de Sensaciones.	Papel Lápiz	00:15
	Integrar	Comunicación directa	El Facilitador/a hace un resumen del taller. Revisa los conceptos esenciales y dispone la siguiente tarea: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer en una persona al menos dos cualidades, hacerlo durante las dos semanas próximas con dos personas diferentes. • Poner en práctica inmediatamente el cambio que decidió. 	Pizarra Marcador	00:10

Tema 2: A imagen y semejanza

Objetivos



1. Que los y las jóvenes reconozcan que fuimos creados como seres sexuados y sexuales, con propósitos definidos
2. Que los propósitos de la sexualidad son el compañerismo, el amor y la unidad en la pareja, el placer, la procreación y la administración de la creación.

TEMA 2: A IMAGEN Y SEMEJANZA (15-18 AÑOS)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo y oración	Comunicación directa	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida a los participantes. Lee Génesis 1:26,27 y hace una oración pidiendo la dirección del Señor durante el desarrollo del Taller. Previamente debe organizar la presentación de una alabanza.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Preguntas y respuestas Trabajo grupal Película	Organizar grupos de 5 personas. Cada grupo debe tener un secretario que será el encargado de compartir en plenaria las conclusiones de la siguiente pregunta: ¿Qué teorías conocen, a más de la creacionista, respecto al origen de la vida? Reenmarcar el trabajo realizado en los grupos y enfatizar que el resultado final de todas las teorías concluyen que la expresión máxima de la vida es el ser humano como varón y mujer. Reconocer que existen otras teorías, y que para los cristianos, la creación es una certeza. Video de la creación.	Pizarra Marcadores Acetatos Proyector Video VHS TV	00:20
	Reflexionar	Preguntas Trabajo grupal	Formar grupos separados de hombres y mujeres, 5 personas en cada grupo para responder: Los hombres: • ¿Cómo sería un mundo solo de varones? ¿Cómo se sentirían? Las mujeres: • ¿Cómo sería un mundo sólo de mujeres? ¿Cómo se sentirían? El secretario de cada grupo comparte las conclusiones en plenaria. El Facilitador/a reenmarca las conclusiones de cada grupo, y las conserva pegadas en la pared.	Papelotes Marcadores Cinta masking	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema basándose en: • El ser humano es desde el principio creado como ser sexual y sexuado. • Varón y mujer fueron creados para el amor, el compañerismo, para el deleite y el goce, para la procreación, y para la administración de la creación. Gn 1:26,27,28,31; Gn 2:18,23; Cnt 7:9; Gn 18:1-15.	Pizarra Marcadores Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Elaborar afiches	En grupos separados de varones y mujeres. Cada grupo debe trabajar en un afiche en el que exprese la aceptación a las personas del sexo complementario.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Ensayar	Cuestionario	Organizar 3 grupos. Cada grupo responde a las siguientes preguntas: Grupo 1: Explicar por qué somos seres sexuales y sexuados. Grupo 2: Explicar los propósitos de la sexualidad.	Preguntas escritas	00:10
	Integrar	Compromiso escrito	El Facilitador/a hace un resumen del taller. Cada participante debe comprometerse a escribir a Dios una carta en la que le exprese sus pensamientos, sus sentimientos y descubrimientos en cuanto a su sexualidad.	Formato de compromiso	00:10

Tema 3: Maravilla de la creación

Objetivos

1. Que los participantes aprendan acerca de los cambios que ocurren durante la adolescencia.
2. Que los participantes decidan cuidar íntegramente su ser.



TEMA 3: MARAVILLA DE LA CREACIÓN (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y oración	Leer Lc 2:52 y 1 Co 13:11. Expresar una oración pertinente.	Biblia	00:05
	Preparar el ambiente	Asociación de palabras	El Facilitador/a instruye para que los participantes contesten con palabras relacionadas a las que él diga. Por ejemplo, si el Facilitador/a dice "adolescencia", los participantes pueden responder con otras asociadas a este concepto: "cambio", "crecimiento", etc.		00:05
	Vivenciar	Conozca su vocabulario	El Facilitador/a organiza grupos de 5 personas. En cada grupo deben hacer listas de palabras para referirse a los genitales y otras partes del cuerpo como rodilla, hombro. Compartir en plenaria el trabajo realizado. El Facilitador/a hace en la pizarra una lista de todos los términos.	Hojas modelo Pizarra Marcadores	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo se sintieron? ¿Cuán difícil fue hacer el ejercicio? Recogiendo las respuestas debe concluir en que: <ul style="list-style-type: none"> • Hablar de sexualidad es un tabú todavía y por eso la gente usa diversos tipos de vocabulario para referirse a los genitales. • Es necesario iniciar la educación sexual temprano • La iglesia es un espacio adecuado para hacerlo. • Debemos romper este círculo de silencio. 	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Película	El video resume los aspectos físico, psicológico y conductual en las diferentes etapas del ciclo vital. El Facilitador/a retomará el tema del desarrollo sicosexual del ser humano en el transcurso de la vida.	Video desarrollo sicosexual TV, VHS	00:20
	Visualizar	Comunicación directa	El Facilitador/a expone: El ser integral, las dimensiones que lo conforman y la importancia del desarrollo equilibrado y armónico. 1 Ts 5:23.	Acetatos	00:10
		El autocuidado	En grupos enlistar las tareas para cuidar y cultivar las dimensiones del ser humano: física, psicológica, social y espiritual.	Papelotes Marcadores	00:10
		Carta para los adultos	Suponer que a los adultos se les olvidó cómo es la adolescencia. Cada grupo escribe una carta a los adultos, explicándoles los cambios que viven y la necesidad de ser comprendidos y acompañados.	Papel Lápices	00:10
	Ensayar	Llenar nombres de órganos Dibujo	En los mismos grupos anteriores de trabajo, el Facilitador/a instruye para que completen los nombres de genitales internos y externos de varón y mujer. Luego comparan con la proyección de las láminas y se hacen las correcciones. En los mismos grupos trabajan el dibujo del ser humano con todas sus dimensiones.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumen de lo vivido. Compromiso personal de cuidado integral. Compartir el contenido de la carta con un adulto significativo en su vida, en el transcurso de la próxima semana.	Biblia Papel Lápiz	00:10

Tema 4: Mi ser sexual

Objetivos



1. Que los y las jóvenes comprendan los conceptos de sexualidad, sensualidad, genitalidad.
2. Que conozcan la respuesta sexual masculina y femenina.

TEMA 4: MI SER SEXUAL (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludo	Oración	El Facilitador/a saluda, pide mediante una oración la dirección del Señor, dirige la alabanza, la lectura de la Palabra y la reflexión. Cnt 1:1-4.	Guitarra Biblia	00:05
	Crear Ambiente	Dinámica "Los saludos"	El Facilitador/a instruye para que los participantes saluden entre ellos con diferentes partes del cuerpo, por ejemplo: manos, brazos, codos, hombros, espalda, y sonidos de animales, etc.		00:05
	Vivenciar	Experimentar los sentidos	Experimentar placer con los sentidos. En parejas que se eligen espontáneamente se ejercitan los sentidos. Por ejemplo, una persona con los ojos cubiertos es guiada por la otra para salir al espacio exterior y tocar diferentes texturas, sentir la temperatura de los elementos, oler las plantas y flores, reconocer los diversos sonidos del lugar. Luego de tres minutos de esta experiencia, intercambian roles. En el caso de no disponer de un espacio abierto, usar diferentes objetos y elementos para ejercitar los sentidos. Cuando han regresado a la sala, se pondrán cómodos para escuchar música apropiada para el tema mientras saborean un chocolate.	Música Chocolates	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	Preguntar: ¿Qué experimentaron? ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo relacionan la función de los sentidos con la sexualidad?	Pizarra marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación Directa	Sobre los aportes del grupo hasta este momento, el Facilitador/a desarrolla las definiciones de: <ul style="list-style-type: none"> • Sexo, sensualidad, genitalidad. • Dimensiones de la sexualidad: Individual, familiar, de pareja y sociedad. • Respuesta sexual humana. 	Acetatos Proyector Pizarra Marcadores	00:20
	Visualizar	Trabajo grupal	En grupos de varones y de mujeres van a analizar los siguientes capítulos de Cantares: ¿Qué dimensiones de la sexualidad se manifiestan en estas porciones?: <ul style="list-style-type: none"> • Grupo de mujeres: Cnt 5:9-16. • Grupo de varones: Cnt 7:1-9. El Facilitador/a reenmarca los aportes.	Biblia Acetatos Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Trabajo en grupos Sexualidad en Marte	Cada grupo debe explicar cómo es la sexualidad en la Tierra a los marcianos que no saben nada de esto, sin palabras.	Ropa adecuada Pitos Papel Lápices	00:15
	Integrar	Compromiso	El Facilitador/a hace un resumen del contenido del taller. Luego instruye para que los participantes se comprometan a separar un tiempo en las próximas dos semanas para compartir con una persona de su familia, que puede ser niño, joven, adulto, anciano, al menos una experiencia que tenga que ver con la sensualidad. Ejemplo compartir un helado, mirar un paisaje, escuchar música juntos, etc..	Papel Lápiz	00:10

TEMA 4A: Relaciones sexuales

Objetivos

1. Que los y las adolescentes reflexionen acerca del significado de la llamada “prueba de amor”.
2. Que decidan acerca de la conveniencia o inconveniencia de practicarla.



TEMA 4A: RELACIONES SEXUALES (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y presentación	Luego de saludar, el Facilitador/a forma grupos de 4 personas, quienes se presentaran mutuamente. Luego el coordinador presenta a su grupo en plenaria.	Tarjetas para los nombres	00:05
	Vivenciar	Dramatización	Solicitar que una pareja de jóvenes escenifique la solicitud de la “prueba de amor”. Puede dar a cada joven el contenido del diálogo por escrito. El Facilitador/a pregunta: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Creen que los adolescentes deben tener relaciones sexuales? • ¿Sí o no y por qué? Cada uno responde individualmente por escrito. Los que están a favor se reúnen y trabajan en las razones, hacen una lista y la exponen en plenaria a través de un representante. Los que están en contra se reúnen y trabajan en las razones, hacen una lista y la exponen en plenaria a través de un representante. Ponemos lo resultados en una balanza visible, inclinándola al lado que más pese.	Diálogo escrito (si es necesario)	00:10
	Reflexionar	Trabajo Individual y grupal	Preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué ocurriría con mi vida si me embarazo o embarazo a alguien? • ¿Si me contagio con VIH? 	Pizarra, Marcador	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla los temas: <ul style="list-style-type: none"> • Qué son las llamadas relaciones sexuales. genitalidad. • Cuando tener relaciones sexuales y por qué • Riesgos de la relaciones sexuales en la adolescencia • Afectación psicológica. Embarazo no deseado. • Aborto. SIDA e ITS. Consecuencias sociales, personales y familiares. Matrimonios obligados. • Divorcios tempranos. Efectos sobre los hijos. 	Acetatos Pizarra Marcador Proyector	00:15
	Visualizar	Trabajo grupal	Elaborar afiches que muestren las consecuencias del ejercicio de la genitalidad antes del matrimonio.	Papelotes Marcadores Cinta maskin	00:15
	Ensayar	Usando los afiches	Utilicen el afiche para compartir el tema con un grupo de jóvenes.	Afiches Pizarra Marcador	00:10
	Integrar	Tarea	Resumen de lo vivido. El Facilitador/a anima para que cada joven comparta lo que aprendió en este taller con algún compañero.	Formato de compromiso (anexo)	00:10

TEMA 4B: La masturbación

Objetivos



1. Que los y las participantes conozcan el significado de la masturbación.
2. Que rompan tabúes y desmitifiquen falsas creencias acerca de la masturbación.

TEMA 4B: LA MASTURBACIÓN (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Abrir el taller	Saludo y presentación	Luego de saludar, el Facilitador/a forma grupos de 4 personas, quienes se presentaran mutuamente y luego el coordinador presenta a su grupo en plenaria.	Tarjetas para los nombres	00:05
	Vivenciar	Trabajo grupal	Cada grupo recibe un mito acerca de la masturbación: <ul style="list-style-type: none"> • La masturbación produce esterilidad. • La masturbación es causa de homosexualidad • Masturbarse produce crecimiento de pelos en las palmas de las manos. • La masturbación produce locura. • La masturbación produce debilidad. Presentan las conclusiones en plenaria mediante el coordinador de cada grupo.	Tarjetas con afirmaciones Hojas de papel Lápiz	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a recoge los aportes de los grupos y antes de responderlos pregunta otros conocimientos de parte de los participantes acerca de la masturbación.	Pizarra, Marcador	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de masturbación. • Diferentes puntos de vista: científico, religioso, cultural. • La masturbación como síntoma. • Ansiedad. • Huir de la relación. 	Acetatos Pizarra Marcador Proyector	00:10
	Visualizar	Trabajo grupal	Trabajo en grupos: Desde que perspectivas se puede entender la masturbación. Explique de diferente maneras.	Papelotes Marcadores	00:10
	Ensayar	Trabajo grupal	En grupos conversar durante 5 minutos acerca de lo que descubrieron y las conclusiones. Compartir en plenaria a través del coordinador de cada grupo.	Papelotes Marcadores	00:10
	Integrar	Tarea	Resumen de lo trabajado. El Facilitador/a anima para que cada adolescente comparta lo que aprendió en este taller con algún compañero o compañera en la próxima semana.	Formato de compromiso (anexo)	00:10

Tema 5: Varón y mujer los creó

Objetivos

1. Que los y las adolescentes reflexionen sobre la influencia de los medios de comunicación en el entendimiento y ejercicio de la sexualidad.
2. Que reflexionen sobre la influencia de los mitos.
3. Que conozcan acerca de los tipos de comunicación interpersonal.
4. Que aprendan dos destrezas de comunicación: escucha empática y expresión de sentimientos.



TEMA 5: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Saludar	Oración	El Facilitador/a saluda, da la bienvenida a los participantes. Lee el Salmo 28:6 y hace una oración pidiendo la dirección para el taller.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Exposición de material diverso	En la sala habrá una mesa con material representativo de publicidad sexual (pornografía, arte erótico, material erótico, revistas Cosmopolitan o similares). Los participantes desfilarán alrededor de la mesa mientras escuchan una canción alusiva al tema. La instrucción será que aparte de identificar el material expuesto, busquen artículos que alienten determinadas conductas sexuales de varón, de mujer, de pareja.	Material diverso Grabadora Música	00:10
	Reflexión	Preguntas y respuestas Trabajo grupal	El Facilitador/a organiza grupos de cuatro personas. Cada grupo contesta una o dos preguntas dependiendo del número de participantes 1. ¿Qué piensan de lo que vieron y oyeron? 2. ¿Cómo se sintieron? 3. ¿Cómo clasificarían el material expuesto? 4. En la vida cotidiana, ¿con qué frecuencia estamos expuestos a este tipo de material? 5. ¿Quiénes estamos expuestos a este tipo de información? 6. ¿Qué otros medios de información, de este tema, conoce usted? 7. ¿Qué aprendemos a partir de esta vivencia? 8. ¿Qué influencia tiene este material en la vida de las personas y familias? 9. ¿Qué conductas sugeridas en cuanto a sexualidad encontraron? 10. ¿Qué piensan y sienten acerca de la utilización del cuerpo masculino y femenino como objetos de mercadeo? El Facilitador/a pide la opinión de cada grupo, reenmarca las conclusiones. Anota lo más significativo en papelote y lo mantiene para usarlo en la etapa de descubrir.	Hojas con preguntas escritas	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema de los medios de comunicación y su influencia inadecuada en cuanto a la sexualidad en general. Aborda el tema de la pornografía, pornofonía y pornomímica.	Acetatos Proyector Pizarra Marcadores	00:15
	Vivenciar	Trabajo grupal	En los mismos grupos de cuatro personas, repartir dos mitos escritos a cada grupo y solicitar sus reacciones. El secretario de cada grupo comparte en plenaria.	Mitos escritos	00:15
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla los conceptos de: mitos, género, roles y, roles sexuales. Compara con los mandatos bíblicos expresados en: Col 3:18-4:1; Ef 5:1; 21-33; 1 Co 11:3. Promueve la participación activa de los asistentes.	Marcadores Acetatos Proyector Biblia	00:10

TEMA 5: VARÓN Y MUJER LOS CREÓ. Continuación (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Vivenciar	Trabajo en parejas	El Facilitador/a resume la importancia de la comunicación en la vida diaria y la asocia con la comunicación interpersonal y de pareja. Luego instruye para que los participantes sentados en pareja, frente a frente, hagan el siguiente ejercicio: Un miembro de la pareja será la persona A y el otro, la persona B. La persona A, habla sobre un asunto cualquiera y la persona B hace todo, menos escucharla. Esto lo hacen durante 45 segundos. Luego se invierten los papeles. El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo se sintieron? En un segundo momento, mientras la persona A, habla, la B pone todo su esfuerzo para escuchar durante 45 segundos. Así mismo luego se invierten los papeles y expresan sus sentimientos.		00:05
	Reflexión	Preguntas y respuestas	El Facilitador/a pregunta: ¿Cómo fue diferente el escuchar y el no escuchar? ¿El ser escuchado y el no ser escuchado? El Facilitador/a reenmarca los aportes y valida los sentimientos.		00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador/a desarrolla el tema de la diferencia en la forma de comunicación en varones y mujeres. Tipos de comunicación y la necesidad de lograr un equilibrio en su uso. Las consecuencias de guardar los sentimientos. Destrezas para mejorar la comunicación interpersonal: La escucha empática y la expresión de sentimientos.	Acetatos	00:15
	Visualizar	Elaborar afiche Mensaje radial	Cada grupo trabaja en los siguientes temas: 1. Elaborar un afiche protestando en contra de la pornografía, la pornofonía y la pornomímica. 2. Escribir otros mitos que ustedes conozcan y explicar porqué son mitos. 3. Elaborar un mensaje radial de 3 minutos para enseñar la escucha Empática y la expresión de sentimientos.	Papelotes Marcadores	00:15
	Ensayar	Juego de roles	El Facilitador/a anima para que un grupo de voluntarios haga un juego de roles representando una dificultad en la comunicación por falta de expresar sentimientos. Luego como segunda parte, la instrucción es que modifiquen el juego de roles incorporando la escucha empática y la expresión de sentimientos. Después de las dos representaciones, el Facilitador/a plantea la pregunta: ¿Qué beneficios pudieron ver cuando los actores practicaron la comunicación más completa? Reenmarca los aportes y hace un resumen de lo estudiado en el taller. Resalta el valor de la oración como una forma de comunicación funcional.	Papel Lápiz	00:05
	Integrar	Tarea personal, eclesial	Resumen del proceso del taller. Pegar el afiche en la cartelera del templo. Compromiso escrito: practicar la escucha empática y la expresión de sentimientos, con un familiar y con un compañero durante la próxima semana. Reafirmar la capacidad que tienen de discernir: <ul style="list-style-type: none"> • Los mitos de las realidades. • Los mensajes que utilizan los medios de comunicación, manipulando la figura humana con fines comerciales. 	Formato de compromiso (anexo)	00:10

TEMA 6A: Lo que siembras, eso segarás (VIH/Sida)

Objetivos

1. Que los y las participantes adquieran conocimientos científicos acerca de la pandemia.
2. Que reflexionen sobre las maneras de prevenir la pandemia.
3. Que revisen sus actitudes frente a personas viviendo con el virus y decidan el cambio de las mismas si es del caso.
4. Que propongan el papel de la iglesia frente a la problemática.



TEMA 6A: LO QUE SIEMBRES, ESO SEGARÁS. VIH/Sida (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Ambientar	Presentación del tema	El Facilitador/a presenta el tema, aclarando que el título tiene por objeto recordar la responsabilidad personal en la vivencia de la sexualidad. No lo estamos usando con una connotación de culpa o pecado. El Facilitador/a lee el Salmo 22:9-10 y hace una oración solicitando la dirección de Dios para el taller.	Biblia	00:05
	Vivenciar	Me contagié	Se trabaja con 30 participantes, el resto será observador. Se prepararán 30 tarjetas con las siguientes características: <ul style="list-style-type: none"> • 5 tarjetas "Pida una sola firma". • 5 tarjetas "Firme solo a sus amigos". • 5 tarjetas "No siga las instrucciones" (en dos de ellas marque una X). • 5 tarjetas "Siga las instrucciones si desea". • 10 tarjetas "Siga las instrucciones" (en una de ellas marque una X) Una vez distribuidas las tarjetas, el facilitador/a dará la siguiente instrucción: Pedir 3 firmas a 3 personas del grupo y tomar asiento. Luego se pedirá que se pongan de pie las personas que tienen marcada su tarjeta con una X. Tienen SIDA. Dos tarjetas dicen "No siga las instrucciones", pero se preguntará si han firmado a alguien o les han firmado. Que se pongan de pie. Han sido contagiadas. En una tarjeta dice "Siga las instrucciones", se pedirá que se pongan de pie las personas que han recibido o dado firmas. Poco a poco se pedirá a los participantes que se vayan poniendo de pie si han firmado o han sido firmados por las personas que estaban de pie.	30 Tarjetas con instrucciones	00:10
	Reflexionar	Preguntas	El Facilitador/a pregunta qué significa: <ul style="list-style-type: none"> • "Siga las instrucciones". • "Siga las instrucciones si quiere". • "No siga las instrucciones". • "Firme sólo a sus amigos". • "Pida una sola firma". 	Pizarra Marcadores	00:10
	Descubrir	Preguntas y respuestas Comunicación directa	El Facilitador/a organiza grupos de trabajo de 5 personas según el número de participantes y divide para el número de grupos las preguntas del manual: <i>Ser joven en tiempos del SIDA</i> . (Ver anexo). El secretario de cada grupo comparte las Respuestas en plenaria. El Facilitador/a reemmarca las respuestas, hace las correcciones necesarias y prosigue a completar las definiciones.	Papel Lápiz	00:15
	Vivenciar	Trabajo grupal	En grupos responden: ¿Qué otras ITS conocen? ¿Qué consecuencias producen? Exponen en plenaria.	Transparencias de ITS Acetatos	00:10

TEMA 6A: VIH-SIDA. Continuación (15-18 AÑOS)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Descubrir	Comunicación directa	Con la ayuda de láminas o transparencias se explican las ITS más frecuentes.	Acetatos Proyector	00:15
	Visualizar	Hoja volante	Elaborar una hoja volante, que eduque sobre la prevención del sida y otras ITS.	Papelotes Marcadores	00:10
	Ensayar	Cuestionario	Los participantes llenan un cuestionario previamente elaborado.	Lápiz	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumen del proceso del taller. Compromiso escrito: compartir con al menos dos personas los aprendido en el transcurso de la próxima semana.	Formato de compromiso (anexo)	00:10

Tema 6B: El aborto

Objetivos

1. Que los y las adolescentes aprendan el significado el aborto y sus diferentes tipos.
2. Que reflexionen sobre las formas de prevenirlo.
3. Que propongan el papel que le corresponde a la iglesia sobre el tema.



TEMA 6B: EL ABORTO (15-18 AÑOS)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Vivenciar	Película	Se proyecta el video del aborto.	Video VHS, TV	00:15
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador organiza grupos de 5 personas. Cada grupo contesta una de las siguientes preguntas: 1. Qué es el aborto. 2. Cuáles pueden ser las razones que conducen a que una mujer, una pareja, una familia, tome la decisión de abortar. 3. Cuáles son las consecuencias físicas, emocionales, espirituales a nivel individual, de pareja, de familia, de la relación con otros grupos sociales, de la relación con Dios, que viven las personas que toman esta decisión. El secretario de cada grupo expone en plenaria. El Facilitador reemarca y corrige las respuestas.	Papelotes Marcadores Papel Lápices Preguntas escritas	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador complementa la información sobre el aborto a partir de la reflexión previa y añade: • Concepto de aborto. • Clases de aborto. • Métodos que se utilizan para realizarlo. • Leyes sobre el aborto. • Consecuencias del aborto en todas las dimensiones del ser. • Revisa lo que dice la Palabra al respecto mientras pide a los participantes que lean las citas de: Éx 20:13; Sal 22:9,10; Sal 139:13-16; Is 55:7; 2 Co 1:3,4.	Proyector Acetatos Biblia	00:10
	Visualizar	Elaborar afiche	Escuchan la canción "Ana". Luego de escucharla, trabajan en un afiche que hable sobre como prevenir el aborto. Comparten en grupos y luego en plenaria.	Papel Marcadores	00:10
	Ensayar	Cuestionario	Preguntas y respuestas. Escribir en papeles individuales preguntas numeradas y en otros papeles un número correspondiente para que contesten la pregunta. Cada persona toma un papel y cumple la instrucción ya sea preguntando o contestando.	Papeles con preguntas numeradas Papeles numerados	00:10
	Integrar	Compromiso	Resumen del proceso del taller. Compromiso escrito: Compartir con al menos dos personas los aprendido en el transcurso de la próxima semana.	Formato de compromiso (anexo) Lápiz	00:10

TEMA 6C: La homosexualidad

Objetivos



1. Que los y las jóvenes comprendan el significado de homosexualidad de manera científica.
2. Que reconozcan las probables causas y la manera de prevenirla.
3. Que propongan la intervención de la iglesia frente a la problemática.

TEMA 6C: LA HOMOSEXUALIDAD (15-18 años)

HORA	OBJETIVO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
	Vivenciar	Video	Introducir tema homosexualidad a través del video, con la indicación de que tomen nota de lo que les parezca importante o de las inquietudes que surjan.	Video homosexualidad	00:10
	Reflexionar	Preguntas y respuestas	El Facilitador organiza grupos de trabajo de 5 personas y plantea las siguientes preguntas, una a cada grupo: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la homosexualidad? • Haga una lista de las causas de la homosexualidad. • ¿Cómo afecta la homosexualidad al individuo, la familia, la sociedad? • ¿Qué papel puede jugar la iglesia frente a la homosexualidad? • ¿Cuán susceptible de tratamiento es la homosexualidad? • ¿Cuáles pueden ser las medidas de prevención? El Facilitador recoge los aportes, los reemmarca y hace las correcciones en caso de ser necesario	Preguntas Escritas Papelotes Marcadores	00:10
	Descubrir	Comunicación directa	El Facilitador expone sobre la homosexualidad en cuanto a: origen, tipos, causas, consecuencias, prevención y tratamiento.	Acetatos Proyector	00:10
	Visualizar	Trabajo de grupos Afiches	Organizar en grupos: Cada grupo elaborar un afiche dirigido a los padres de familia en cuanto a la prevención, y aceptación de la homosexualidad.	Papel Marcadores	00:10
	Ensayar	Cuestionario	Escribir en papeles individuales preguntas numeradas y en otros papeles un número correspondiente para que contesten la pregunta. Cada persona toma un papel y cumple la instrucción ya sea preguntando o contestando.	Preguntas escritas	00:05
	Integrar	Compromiso escrito	Resumen del proceso del taller. Compromiso escrito: Compartir sus padres lo aprendido en el transcurso de la próxima semana.	Formato de compromiso (anexo) Lápiz	00:10



ANEXOS

NOMBRE _____

LUGAR _____ FECHA _____

A. CONTENIDO DEL TALLER

1. Piensas que el contenido del taller para tu comprensión fue:
 Fácil Adecuado Difícil
2. ¿Qué piensas de la cantidad de temas tratados?:
 Demasiada Suficiente Poco Insuficiente
3. ¿Los temas que se trataron fueron adecuados para tu comprensión de la sexualidad?
 No Poco Adecuados Muy adecuados

B. METODOLOGIA DEL TALLER

4. ¿Cuál fue el ritmo del taller?
 Lento Adecuado Rápido
5. Los facilitadores/as habían preparado el taller:
 Muy bien Satisfactoriamente No lo suficiente
6. ¿Cómo te pareció la metodología del taller?:
 Bastante participativa Poco participativa No participativa
7. ¿El taller llenó tus expectativas?:
 Sí No

En qué medida? 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

C. ACTITUD

8. ¿Ha cambiado tu actitud respecto de la sexualidad luego del taller?
 Mucho Bastante Poco Nada
9. ¿En qué medida piensas que te va a servir lo aprendido en el taller?
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

10. ¿Qué otros temas consideras que deberían incluirse o se debería profundizar más?

11. De los temas tratados, ¿cuál fue el que te impactó o fue más significativo para ti?

12. Comentarios y sugerencias:

Evaluación del Taller de Sexualidad (Niños y niñas)

NOMBRE _____

LUGAR _____ FECHA _____

1. ¿Cómo te sentiste durante el taller? Señala con un círculo el dibujo que represente tu respuesta.



2. ¿Cuánto aprendiste en el taller?



3. ¿Cuánto crees que te va a servir lo que aprendiste?



4. De lo que aprendiste, ¿qué fue lo que más te impactó?

5. ¿Qué sugieres para que en adelante los talleres sean mejores?

6. De qué otros temas crees que se debería hablar en los talleres?



LITURGIA DE CIERRE

Cuando los participantes han concluido su periodo de estudio con el Tema 7, el Facilitador/a los invita a compartir un tiempo de reflexión sobre lo que ha significado este proceso (puede ser de 30 minutos de duración).

1. Hace un recuento muy breve del tiempo compartido desde el inicio del periodo de estudio hasta el presente. (5 minutos)
2. Revisa en forma conjunta con los participantes las expectativas iniciales y en qué medida han sido satisfechas. (5 minutos)
3. El Facilitador/a entrega un formato de compromiso personal (ver Anexo) e indica que cada participante lo llene según su realidad. (5 minutos)
4. Instruye cómo representar simbólicamente el beneficio que cada participante ha obtenido. (5 minutos)
5. Sugerimos utilizar el dibujo de un árbol, en el que cada participante puede dibujar: una semilla, una flor o un fruto, dependiendo de “su estado personal” para simbolizar lo aprendido.
6. Estudio bíblico. Recomendamos Efesios 3:14-21 para integrarlo con la experiencia de aprendizaje, es decir cambio de actitud. (10 minutos)
7. Se recuerda que cada participante lleve consigo su compromiso personal y lo mantenga en un lugar visible.
8. Se finaliza con oración y alabanza.

MODELO DE COMPROMISO

Yo,

después de haber concluido el estudio del
"Programa de Educación Sexual y Salud Reproductiva",

Me comprometo

a _____

a partir de _____

Firma

ANEXO B TRASTORNOS SICOSEXUALES

Bajo este título haremos una breve revisión de conductas que hasta hace algunos años, eran consideradas perversiones sexuales. Hoy este término ha sido relegado por tener una connotación condenatoria y en su lugar se usa el de *trastorno* o *desviación*. Los trastornos sicosexuales incluyen las disfunciones sexuales, los trastornos de la identidad de género y las parafilias. Las primeras son los trastornos más frecuentemente encontrados en las consultas médicas siquiátricas y psicológicas.

Disfunciones sexuales

Son trastornos del ciclo de la respuesta sexual humana, o dolor relacionado con la excitación sexual o las relaciones sexuales. Mencionaremos muy brevemente las más importantes.

Trastorno del deseo sexual inhibido. Se caracteriza por la disminución o ausencia persistente o recurrente de fantasías y deseo de actividad sexual, con la angustia o dificultades interpersonales como consecuencia.

Trastorno por aversión al sexo. Consiste en la aversión persistente o recurrente y la evitación de cualquier contacto sexual genital con la pareja. La alteración provoca malestar agudo o dificultades en las relaciones interpersonales.

Disfunciones sexuales debido a una disfunción médica. Alteración sexual significativa, que se considera producida exclusivamente por los efectos fisiológicos directos de una enfermedad clínica. Provoca mucho malestar y dificulta las relaciones interpersonales.

Disfunciones sexuales inducidas por sustancias. Se caracteriza por alteraciones sexuales que causan malestar personal o dificultades interpersonales atribuibles totalmente al consumo abusivo de una sustancia, o que aparecen durante intoxicaciones agudas o durante el mes posterior.

Trastorno orgásmico masculino. Consiste en la ausencia o retraso persistente o recurrente del orgasmo, tras una fase de excitación normal.

Trastornos de la identidad de género

Trastorno en que el individuo se identifica de un modo intenso y persistente con el otro sexo, junto con malestar persistente por el propio sexo anatómico o un sentimiento inadecuado en el papel de su sexo.

Transexualismo. La persona cree ser víctima de un accidente biológico, que le tiene presa en un cuerpo incongruente, con su identidad sexual subjetiva.

Parafilias

Son trastornos que se caracterizan por la presencia de repetidas e intensas fantasías sexuales de tipo excitatorio, del impulso o de comportamientos sexuales que engloban: objetos no humanos, sufrimiento o humillación real o imaginaria de uno mismo o de la pareja, o niños u otras personas que no consienten. El cuadro provoca malestar clínico significativo o deterioro social, laboral, o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.

Exhibicionismo. Es una perturbación del comportamiento, premeditada, en que el individuo exhibe públicamente el pene erecto, a veces acompañado de masturbación. Afecta fundamentalmente a los hombres, quienes apartando furtivamente sus ropas sorprenden a su “víctima”, por lo general una muchacha, a la que de manera general no amenazan, ni se acercan.

Fetichismo. Para despertar el instinto sexual se utiliza un objeto de la persona amada. El individuo niega la diferencia de los dos sexos y reemplaza al otro con un objeto de deseo (fetiche).

Froteurismo. El *froteur* (frotador) alcanza placer sexual a través del tacto. Para lograrlo se aprovecha de las aglomeraciones donde se aproxima físicamente a las mujeres para frotar sus zonas erógenas o tocarlas. Busca los transportes públicos o los espectáculos donde se confunde fácilmente.

Gerontofilia. El individuo tiene interés erótico por personas ancianas. Este trastorno puede tener su causa en una incapacidad de superar ciertas situaciones infantiles pues refleja la necesidad de socorrer una imagen de padres en decadencia o de expresar una necesidad de sentirse superior en la potencia sexual.

Incesto. Se refiere a las relaciones sexuales entre parientes próximos por vía consanguínea, pueden ser hermanos, primos, hijos, nietos. También abarca relaciones sexuales entre parientes políticos como cuñados, padrastro, madrastra. Las causas que contribuyen a esta práctica son sobre todo de carácter emocional, aunque las condiciones de tipo económico y cultural también juegan un importante papel. El incesto es un trastorno que sucede frecuentemente en todos los medios y estratos socio-culturales. En condiciones de pobreza, hacinamiento y poca educación es más común que suceda. La prohibición del incesto existe en casi todos los pueblos de la Tierra.

Masoquismo sexual. El sujeto que sufre este trastorno experimenta placer asociado con el dolor y el sufrimiento que le inflinge otro. Este sentimiento está a menudo relacionado con una necesidad de castigo que tiene su origen en trastornos del manejo de la sexualidad en la infancia.

Necrofilia. Es la práctica de actos sexuales con cadáveres. Se ha detectado este trastorno generalmente en personas marginadas que trabajan en actividades como sepultureros u otras en que tienen que manipular cuerpos muertos.

Ninfomanía. Es un exagerado y agudo incremento en el apetito sexual de la mujer, que resulta insatisfecho luego del coito y demanda nuevas uniones. Es equivalente a la satiriasis en el hombre. Sus causas pueden ser frustraciones afectivas, exceso de relaciones coitales sin amor, hipertrofia del clítoris.

Pedofilia. Consiste en la atracción sexual de un adulto por los niños sean varones o mujeres. Se atribuye a un complejo de inferioridad en el adulto. La cantidad de niños abandonados o que viven en las calles, sobre todo en las grandes ciudades, favorecen esta práctica así como la macabra industria de prostitución infantil cada día más difundida.

Sadismo sexual. La satisfacción sexual está asociada con causar daño, humillación o sufrimiento al otro en un acto de crueldad y agresividad.

Satiriasis. Es el deseo incontrolable e insaciable en el hombre de tener relaciones coitales con cualquier mujer. Detrás de esta conducta hay una carencia de afecto femenino o un deseo de venganza por desengaños y traiciones. Si no tiene la posibilidad del coito, acude a la masturbación frenética.

Travestismo. Puede ser un trastorno constante u ocasional, el individuo viste con ropas del otro sexo y se identifica en sus gustos, reacciones emotivas, hábitos sociales. No siempre está asociado a la homosexualidad, aunque un gran porcentaje de travestís son homosexuales.

Voyeurismo. (“Se erotiza la mirada”). Es una práctica sobre todo masculina. Es muy ocasional y generalmente inducida en la mujer. El *voyeur* espía a otros durante el acto sexual y así llega a experimentar satisfacción sexual u orgasmo. Ocasionalmente ocurre en jóvenes sexualmente inmaduros que miran un espectáculo de desnudos por ejemplo. Puede desaparecer al alcanzar la madurez.

Zoofilia o bestialismo. Es la realización del acto sexual con animales. Se cree que era una práctica realizada por campesinos que permanecían largo tiempo aislados con sus rebaños o, por ciertas tribus en determinadas celebraciones donde se probaba su virilidad o valor de guerreros.

Usted encontrará tres modelos de tests que pueden ser utilizados de acuerdo a la edad promedio del grupo de participantes. Se han considerado tres grupos de edad: niños, jóvenes y adultos.

TEST PERSONAL DE AUTOESTIMA

(El test es confidencial. Su uso se recomienda en adultos)

Lea las siguientes afirmaciones y califíquelas en una escala de 1 a 5 (1 es el menor valor y 5 el máximo).

1. Me siento/a amado en mi familia. 1 2 3 4 5
2. Me siento apreciado/a por mis amigos. 1 2 3 4 5
3. Me siento parte de la iglesia. 1 2 3 4 5
4. Me siento amado/a por Dios. 1 2 3 4 5
5. Me siento atractivo/a en general (no sólo en el aspecto físico). 1 2 3 4 5
6. Creo que soy único/a en el mundo y aprecio mis características. 1 2 3 4 5
7. Creo que soy importante en mi familia. 1 2 3 4 5
8. Soy muy valioso/a porque soy hijo/a de Dios. 1 2 3 4 5
9. Reconozco mis virtudes. 1 2 3 4 5
10. Reconozco mis debilidades. 1 2 3 4 5
11. Me siento bien conmigo mismo/a. 1 2 3 4 5
12. Reconozco y uso mis capacidades y destrezas. 1 2 3 4 5
13. Agradezco a Dios y uso los dones que Él me da. 1 2 3 4 5

Si usted tiene menos de tres en sus respuestas, debe reflexionar y trabajar en estas preguntas.

Tomado y adaptado de:
Aguilar K., Eduardo.
Domina la Autoestima.
Serie Proyecto de Vida,
1995, Colombia.

TEST DE AUTOESTIMA

(Válido para trabajar con niños de hasta 12 años)

Marque con una X en Sí o No conforme sea lo que usted piensa.

1. Soy un desastre, todo me sale mal.
 Sí No
2. A veces las cosas no salen como las había pensado y no pasa nada.
 Sí No
3. En realidad no siempre se hace lo que uno/a quiere.
 Sí No
4. Los/as demás son más listos/as que yo.
 Sí No
5. El profesor me tiene cogido en diente.
 Sí No
6. Vale la pena hacer un esfuerzo para cambiar.
 Sí No
7. Las personas con las que me relaciono piensan que soy valioso/a.
 Sí No
8. Cuando salgo de casa, pienso que no me pasará nada malo.
 Sí No
9. Nunca me salen las cosas como pensaba.
 Sí No
10. Mi cuerpo es feo.
 Sí No
11. Creo que soy una persona inteligente.
 Sí No

Alta autoestima: 10-11
Baja: 3-4

Buena: 7-9
Muy Baja: 0-2

Regular: 5-6

Para obtener el puntaje más alto las respuestas deben ser respondidas con:

Sí en los numerales: 2,3,6,7,11, equivalente a 5 puntos (1 por respuesta).

No en los numerales: 1,4,5,8,9,10, equivalente a 6 puntos (1 por respuesta).

Total: 11 puntos.

TEST DE AUTOESTIMA

(Válido para trabajar con jóvenes desde 13 años)

Tomado y adaptado de:
Aguilar K., Eduardo.
Domina la Autoestima.
Serie Proyecto de Vida,
1995, Colombia.

¿Cómo calificarías tu nivel de autoestima?

Contesta solamente Sí o No a cada pregunta, basándote en *tu* realidad. Si cumples parcialmente con uno de los planteamientos, orienta la respuesta hacia el No.

1. Me siento atractivo/a (no necesariamente en el aspecto físico sino en general).
 Sí No
2. Creo que soy una persona interesante.
 Sí No
3. Tengo mucha seguridad en mí mismo/a.
 Sí No
4. Mi relación con los demás es generalmente satisfactoria.
 Sí No
5. Sinceramente pienso que puedo ganarle al mejor si me preparo para ello.
 Sí No
6. Me siento cómodo respecto de mi imagen física.
 Sí No
7. Siento que doy una buena impresión en general.
 Sí No
8. Si alguien me elogia lo acepto con gusto y me alegro en el fondo.
 Sí No
9. Me es fácil relacionarme con personas atractivas del sexo opuesto.
 Sí No
10. Puedo tratar con extraños con toda seguridad en mí mismo/a.
 Sí No
11. Siento que realmente soy mi mejor amigo/a.
 Sí No
12. Si volviera a nacer sería exactamente como he sido hasta ahora.
 Sí No
13. Admito mis errores y no me hiera que me critiquen por ello.
 Sí No
14. Siento que nadie es más que yo como persona.
 Sí No

15. Casi siempre tengo una actitud amigable con los demás; los acepto sin juzgarlos.
 Sí No
16. Siento que tengo el control de mi vida.
 Sí No
17. Realizo mis metas con facilidad.
 Sí No
18. Me gusta lo que hago.
 Sí No
19. Se cuáles son mis principales virtudes.
 Sí No
20. Me siento feliz y plenamente a gusto conmigo mismo.
 Sí No
21. Cuido activamente mi salud.
 Sí No
22. Puedo ser creativo sin dificultad alguna.
 Sí No
23. Me considero muy optimista.
 Sí No
24. Doy lo mejor de mi mismo.
 Sí No
25. Siento merecer, como todos los seres humanos, lo mejor posible para satisfacer mis necesidades.
 Sí No
26. Soy valioso porque soy persona y no por mis cosas materiales.
 Sí No

Suma las respuestas: Sí =

No =

Mientras más respuestas Sí obtenga, la autoestima es más adecuada.

Si las respuestas Sí son menos de 13, recomendamos un trabajo más específico sobre autoestima.

Cuestionario de Actitudes

De las frases que van a continuación, algunas describen probablemente situaciones o estados que a usted le ocurren con frecuencia; otras, por el contrario, situaciones que nada tienen que ver con usted. Señale a continuación cuáles de ellas “le describen a usted” con una cierta aproximación, y cuáles “no tienen nada que ver con usted”. Conteste a todas las preguntas y, por favor, hágalo con cierta rapidez.

	Me describe aproximadamente	Nada tiene que ver conmigo o muy poco
1. Más de una vez he deseado ser otra persona.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Me cuesta mucho hablar ante un grupo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Hay muchas cosas en mí mismo que cambiaría si pudiera.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Tomar decisiones no es algo que me cueste.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Conmigo se divierte uno/a mucho.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. En casa me enfado a menudo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Me cuesta mucho acostumbrarme a algo nuevo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Soy una persona popular entre la gente de mi edad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Mi familia espera demasiado de mí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. En casa se respetan bastante mis sentimientos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Suelo ceder con bastante facilidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. No es nada fácil ser yo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. En mi vida todo está muy embarullado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. La gente suele secundar mis ideas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. No tengo muy buena opinión de mí mismo/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Me describe aproximadamente	Nada tiene que ver conmigo o muy poco
16. Hay muchas ocasiones en las que me gustaría dejar mi casa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. A menudo me siento hart/a del trabajo que realizo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Soy más feo/a que el común de los mortales.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Si tengo algo que decir, normalmente lo digo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Mi familia me comprende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Casi todo el mundo que conozco cae mejor que yo a los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Me siento presionado/a por mi familia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Cuando hago algo, frecuentemente me desanimo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Las cosas no suelen preocuparme mucho.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. No soy una persona muy de fiar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Clave de corrección de la Escala de Autoestima de Coopersmith

La máxima puntuación que una persona podría alcanzar es 25 puntos y la mínima 0 puntos. Puntúan con 1 punto las siguientes respuestas:

Pregunta	Puntúa si ha respondido:
1	No me describe
2	No me describe
3	No me describe
4	Me describe
5	Me describe
6	No me describe
7	No me describe
8	Me describe
9	No me describe
10	Me describe
11	No me describe
12	No me describe
13	No me describe
14	Me describe
15	No me describe
16	No me describe
17	No me describe
18	No me describe
19	Me describe
20	Me describe
21	No me describe
22	No me describe
23	No me describe
24	Me describe
25	No me describe

Ejercicio escala Autoestima: “Baremo”

0-10	Destaca significativamente baja.
10-15	Media-baja.
15-16	Media.
16-22	Media alta.
22-25	Destaca significativamente alta.

ANEXO D

Canciones y actividades

La Creación

De la nada, de la nada
Dios formó la creación
Los días y las noches
Las estrellas, la luna y el sol
Y vio Dios que estaba bien.

De la nada de la nada,
El mar como una canción,
Y en la tierra verde
Y abundante vegetación
Y vio Dios que estaba bien.

De la nada, de la nada
Peces, aves y elefantes,
gatos, perros y canarios
en enorme colección
y vio Dios que estaba bien.

A este bello panorama
Dios le puso una corona
Al crear varón y varona
Que gobiernen la creación
Y vio Dios que estaba muy bien.

Por eso hay que cantar aleluya

Nace el universo, la tierra soleada
brisa de alborada de la creación
espigas que ondulan, savia que se agita
seres que se invitan a alabar a Dios

Coro: Por eso hay que cantar aleluya//
por eso hay que cantar aleluya
Aleluya, aleluya, a-le-lu-ya.

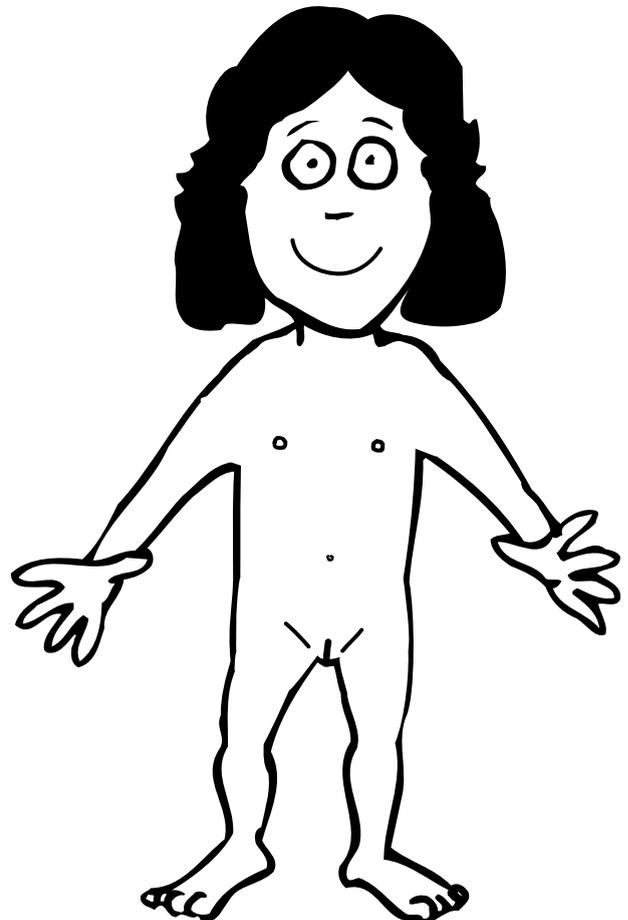
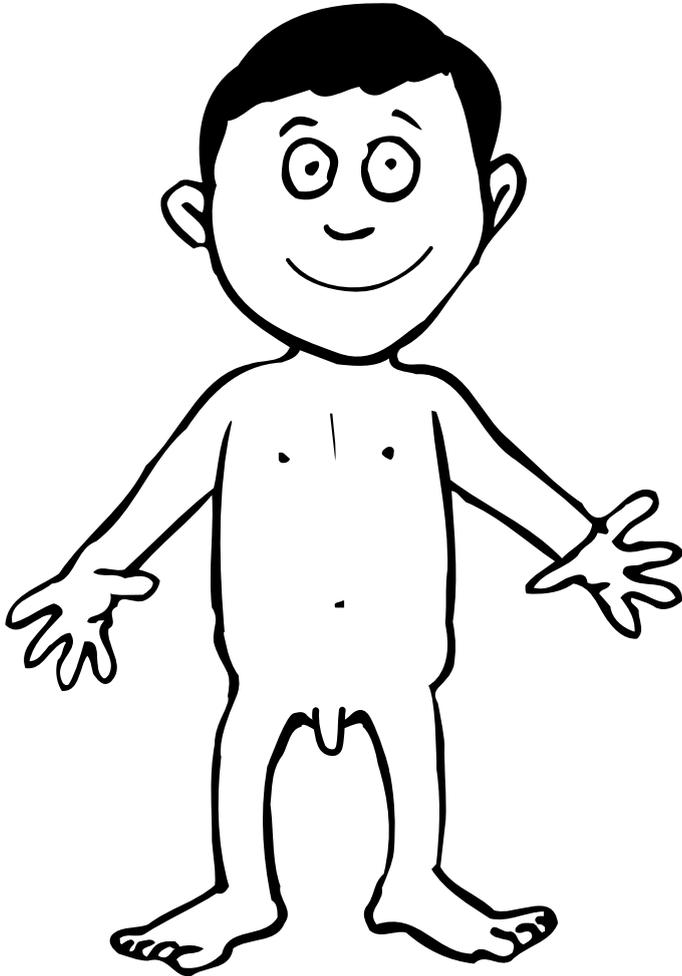
Al crear la vaca, Dios hizo la leche
el dulce de leche, todo lo hizo bien
crea el firmamento, pone en él la luna
crea media lunas, todo lo hizo bien.

Crea Dios las aguas, frescas y muy anchas
para hacer la plancha y poder nadar
Dios crea ballenas, crea mojarritas
que en las lagunitas, se pueden pescar.

Al crear a Eva, crea Dios las madres
obra formidable, todo lo hizo bien
cuantos seres brincan ante nuestra vista
todo es una pista para hallarlo a Él.

Éste es mi cuerpo

Colorea el dibujo que corresponda a tu cuerpo.



Completar los conceptos

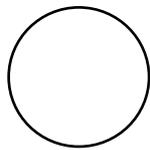
Completa los conceptos empatando cada uno de los conceptos con la palabra correcta. Escribe en cada círculo el número el número correspondiente:

1 Corresponde al conjunto de atributos biológicos y funcionales de hombres y mujeres.

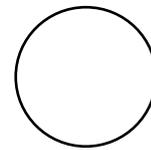
2 Es la manera de ser y de actuar como hombres y como mujeres. Es la forma de interactuar y de participar en el entorno mediante los pensamientos, sentimientos y conducta.

3 Todos los seres humanos tenemos sexo, por esta razón se dice que somos seres...

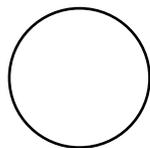
4 Porque nuestra conducta está saturada de nuestra sexualidad (hombres y mujeres), se dice que somos seres...



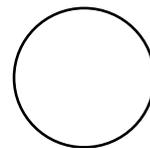
SEXO



SEXUADOS



SEXUALIDAD



SEXUALES

Los propósitos de la sexualidad

Encierra en círculos los propósitos de la sexualidad humana:

Dibujar

Caminar

Compañerismo

Barrer

Amor

Admirar la naturaleza

Reproducción

Escalar montañas

Cuidar mascotas

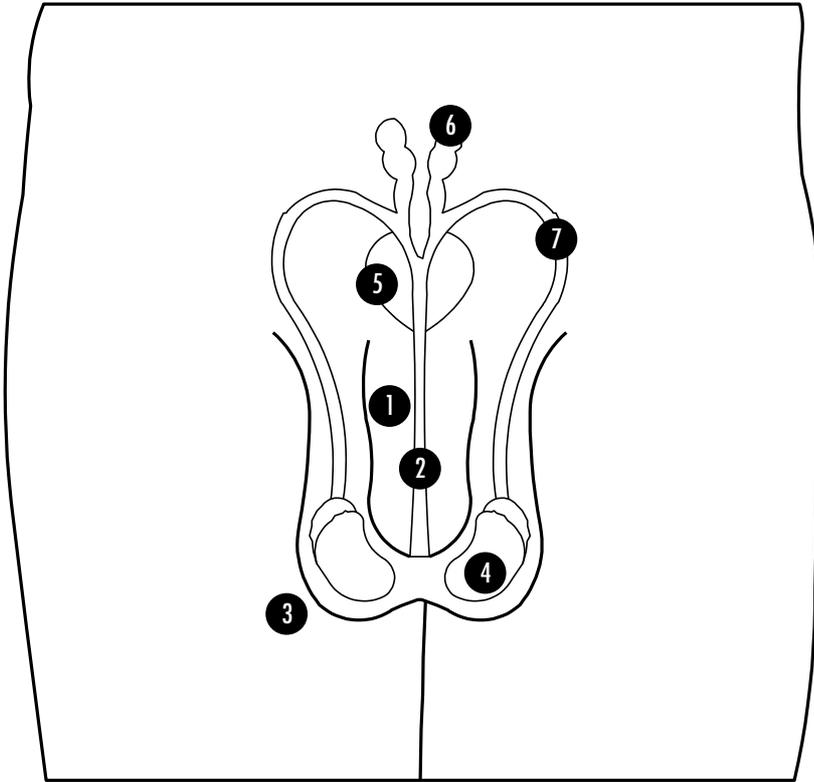
Administrar la creación

Competir

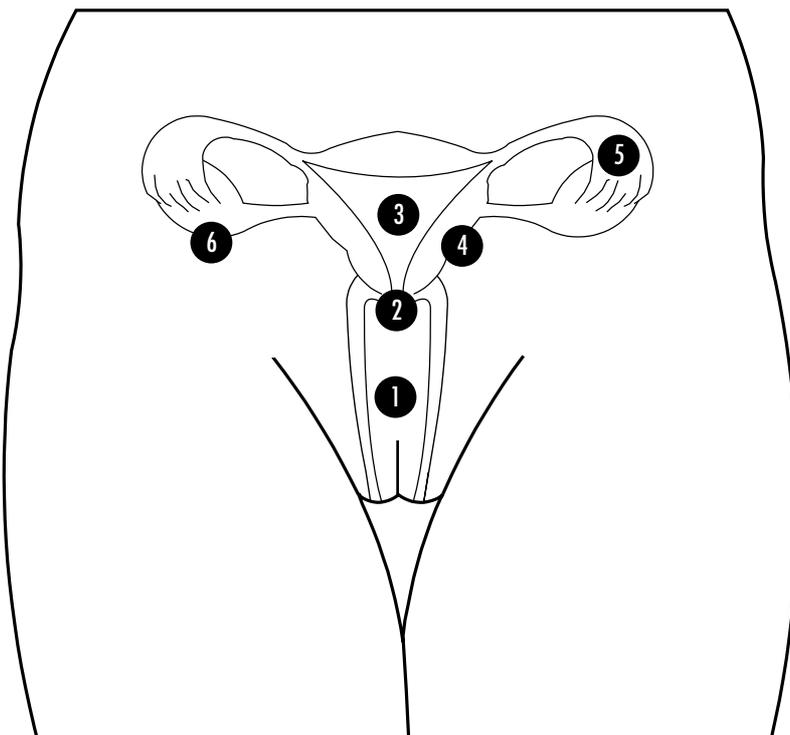
Disputar

Sistemas reproductores masculino y femenino

Escribe los nombres de cada órgano según el número que tenga en el dibujo.



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Mi Compromiso

Yo,

me comprometo a compartir lo que aprendí en este taller con

_____ y _____

en el transcurso de la presente semana.

Firma

Fecha

Mi Compromiso

Yo,

me comprometo a compartir con

lo que es la sexualidad y sus propósitos,
en el transcurso de la presente semana.

Firma

Fecha

El mandamiento más importante

Cuando a Jesús le preguntaron
De todos los mandamientos
¿Cuál es el más importante?
El respondió así:
Amarás al Señor tu Dios
Con todo tu corazón, con toda tu mente
Con toda tu alma y con todas tus fuerzas
Y el segundo es semejante
Amarás a tu prójimo como a ti mismo
No hay otro mandamiento más importante que estos.

Amarás a tu prójimo como a ti mismo
Significa amarme yo primero
Yo debo amarme a mí
Yo debo amarme a mí
Para poder amarte a ti.

Maravilla de la creación

El milagro de la vida
Comienza con la unión
de dos células diminutas
durante la fecundación.
En la tibieza del útero,
se va gestando el poder,
dando forma al nuevo ser,
que pronto habrá de nacer.
Al principio dependiente,
vulnerable y delicado,
necesita de papá
fuertes brazos, tierno amor,
y demanda de mamá,
suave abrigo y dulce miel.
Los años van pasando,
su cuerpo va creciendo,
aprende nuevas cosas,
ya quiere independencia.
Con asombro ve llegar
la fugaz adolescencia,
que le enseña a contestar
nuevos retos y exigencias.
Con su cuerpo ya esculpido
en armoniosa belleza
su intelecto ha comprendido
el valor de su existencia.
En su afán de trascender
respondiendo al amor
que el Señor puso en su ser,
busca ahora su pareja

para repetir de nuevo
el milagro de la vida.

Crecer

Cuando yo nací
un bebito era,
solo recibía
no sabía dar.
Luego ya crecí
aprendí a jugar
junto a mi familia
aprendí a dar.
Pronto a la escuela
tuve que entrar
compartí alegría
y sentí dolor.
Ya en la adolescencia
qué feliz yo fui,
aprendí la ciencia,
también me divertí.
Cuánto le agradezco
al Señor y Dios,
por haberme hecho,
por confiar en mí.
Al darme la vida,
El me da también
todos los recursos
para honrarle a El.
Quiero como adulto,
servirle al Señor
siguiendo el ejemplo
de mi buen Jesús.

Mis sentidos

(Letra y música: Enrique Mendoza)

Mis ojos, mis ojos, te miran mamita,
mis ojos, mis ojos, te ven tan bonita,
mis ojos son para ver, mis ojos son para ver.

Escucho, escucho si dices te quiero,
me dices me dices que soy tu lucero,
mis orejas para oír, mis orejas para oír.

Tú hueles, tú hueles a nardos y rosas
y ahí en tus bolsillos tienes ricas cosas,
mi nariz para oler, mi nariz para oler.

Yo pruebo yo pruebo cosas con mi boca
mi lengua me dice si está delicioso,
mi boca para gustar, junto con mi paladar.

Mis manos te tocan tu suave cabello,
corriendo me caigo, qué duro está el suelo,
mis manos para tocar, mis manos para palpar.

Cuán grande es Él

(Tomado del Himnario Bautista)

Señor mi Dios, al contemplar los cielos,
El firmamento y las estrellas mil
Al oír tu voz en los potentes truenos
Y ver brillar al sol en su cenit.

Coro

//Mi corazón entona la canción
Cuán grande es Él, cuán grande es Él.//

Al recorrer los montes y los valles
Y ver las bellas flores al pasar
Al escuchar el canto de las aves
Y el murmurar del claro manantial.

Cuando recuerdo del amor divino
Que desde el cielo al Salvador envió
a aquel Jesús que por salvarme vino
y en una cruz, sufrió por mí y murió.

Cuando el Señor me llame a su presencia
Al dulce hogar, al cielo de esplendor
Le adoraré cantando la grandeza
de su poder y su infinito amor.

Maravilla de la Creación (6-8 años)

*“Y Jesús crecía en sabiduría, en estatura,
en gracia para con Dios y los hombres”.
Lucas 2:52.*

El ser humano es una unidad formada por:

C U _ R P _
_ M _ C _ _ N _ S
_ N T _ L _ C T _

V I D A :
S _ C _ A L Y _ S P _ R _ T _ _ _ .

Para cuidarme como persona debo (dibuja cómo vas a cuidarte en cada dimensión):

A nivel físico

A nivel intelectual

A nivel social

A nivel espiritual

El ser humano: ser integral

Para completar la frase, encuentra las palabras correspondientes en la sopa de letras.

El ser humano
es una unidad integrada por
las siguientes dimensiones:

X	S	I	C	O	L	O	G	I	C	A	C
I	O	E	S	A	H	J	N	G	J	I	D
F	C	A	I	C	G	N	I	A	E	V	C
N	S	C	S	S	A	K	L	S	D	T	S
G	O	G	J	G	U	F	I	P	V	N	H
S	E	S	P	I	R	I	T	U	A	L	M
A	X	G	J	W	D	S	T	U	F	V	N
U	I	B	A	K	U	I	T	W	A	S	V
N	K	O	A	Q	I	C	D	F	Y	O	X
T	Y	S	D	T	U	A	D	A	G	F	S
I	S	E	S	A	U	D	I	F	C	V	Z
S	U	K	F	U	R	S	F	R	C	Q	F

Pubertad y adolescencia

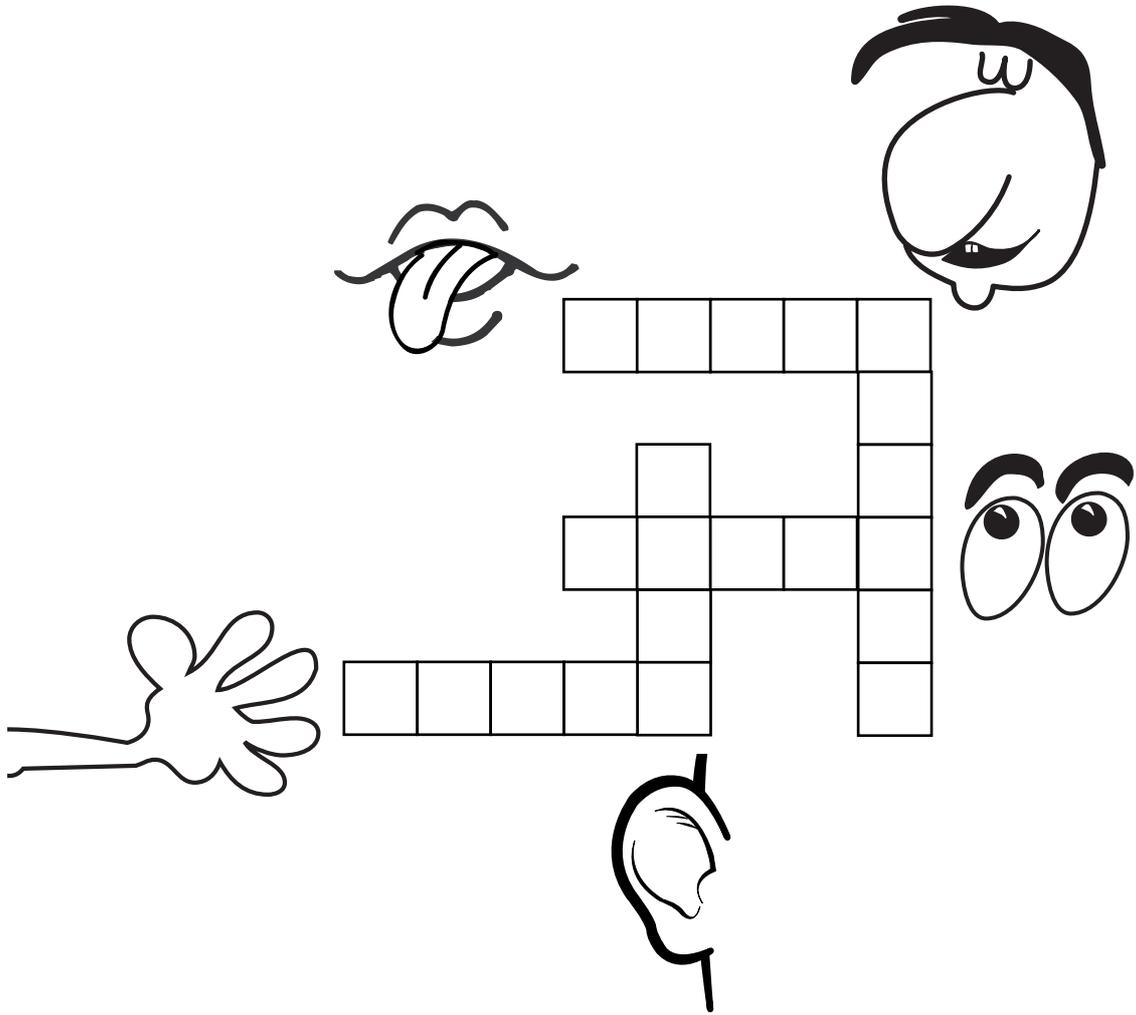
En la sopa de letras encuentra el signo que marca el inicio de la pubertad en los niños y en las niñas.

E	P	O	S	E	X	O	E	O	I	U	T	R	E	W
Z	M	E	N	S	T	R	U	A	C	I	O	N	L	Q
A	W	E	R	T	H	N	M	K	Z	X	I	O	Q	E
G	Y	R	E	J	L	A	R	I	N	G	E	V	G	R
F	C	O	R	A	Z	O	N	Q	Z	X	V	Q	W	B
O	Q	E	S	U	E	Ñ	O	S	N	M	O	U	S	Z
Z	E	A	X	R	P	O	I	H	U	M	E	D	O	S
W	G	O	F	O	Z	E	N	B	L	K	E	A	Y	D

En la sopa de letras encuentra los caracteres sexuales masculinos y femeninos que aparecen en la adolescencia.

E	A	Z	N	H	V	O	Z	M	G	R	A	V	E	D	E
D	U	I	A	S	E	T	L	T	A	E	L	K	N	E	L
C	T	A	O	A	L	B	O	A	L	D	A	O	X	B	N
R	C	N	D	W	L	O	W	Q	U	T	Y	G	F	A	E
C	E	R	I	U	O	P	U	B	I	C	O	C	V	R	K
S	B	N	J	T	R	W	D	S	A	Q	X	V	R	B	O
N	U	C	E	N	S	A	N	C	H	E	N	Y	O	A	L
V	I	D	E	G	C	A	D	E	R	A	S	T	I	V	E
C	R	E	C	E	N	V	G	E	N	I	T	A	L	E	S
A	W	D	V	N	H	U	O	Y	R	E	D	S	C	W	D
K	O	D	O	V	H	Y	P	E	F	Q	A	Z	C	N	T
V	E	L	L	O	R	A	X	I	L	A	R	I	O	R	E
C	B	Y	I	W	E	F	A	S	L	I	P	F	Y	D	H

Mis sentidos



Mi ser sexual (Cuestionario)

1. Qué es sexo?

2. Qué es sexualidad?

3. Qué es sensualidad?

4. Qué es la genitalidad?

VIH- SIDA (12-18 años)

1. ¿Qué significan las siglas VIH?

2. ¿Qué significan las siglas SIDA?

3. ¿Se puede estar infectado y no saberlo?

4. Si alguien tiene un examen VIH positivo, ¿significa que ya tiene Sida?

5. A más de la vía sexual, ¿cuáles son las otras vías de contagio del VIH/ Sida?

6. Si uno no se contagia a través de la saliva, ¿por qué se prohíbe compartir cepillos de dientes?

7. Si una mujer contagiada con VIH se embaraza, ¿puede transmitir el virus al bebé?

8. ¿Se puede transmitir el VIH por medio de la lactancia materna?

9. ¿Se puede transmitir el VIH/Sida compartiendo la vajilla con las personas que viven con VIH?

10. ¿Se puede transmitir el VIH por medio de las comidas?

11. ¿Qué se puede hacer para reducir el riesgo de contagiarse con VIH/Sida?

12. ¿Cómo protegen los condones?

13. ¿Cómo se detecta el virus en la sangre?

14. ¿Qué se debe hacer en caso de que algún amigo o amiga nos confíe que tiene VIH/Sida?

Mitos sobre la masturbación

La masturbación
produce
esterilidad.

La masturbación
produce
locura.

La masturbación
provoca
crecimiento de
pelos en las palmas
de las manos.

La masturbación
es causa de
homosexualidad.

La masturbación
produce
debilidad.

Mi Compromiso

como Mayordomo de la Tierra

He comprendido que, por amor, el Señor
me dio este planeta como mi hogar.
Hoy me comprometo junto con mis hermanos:

a contribuir a la preservación de la creación divina,
haciendo lo siguiente:

Firma

Fecha

Bibliografía

- AGUILAR K., Eduardo. (1995). *Módulos: Descubre el autoestima. Elige la autoestima. Domina la autoestima*. Serie Proyecto de Vida. Colombia: Susaeta Ediciones.
- ALLENDER, D. (1995). *Corazón herido*. Miami: Editorial Caribe.
- AMES, A., RANEN E., CORONA E., y MAZIN R. (1996). *Manual para un curso básico de formación para educadores sexuales*. Fundación para el Desarrollo Humano y Social.
- ARANGO, M., INFANTE, E., y LOPEZ, M. (1994). *Juguemos con los niños*. Bogotá: Ediciones Gamma.
- ATIENCIA, Jorge. (1995). *Fundamentos bíblicoteológicos del matrimonio y la familia*. Grand Rapids, Michigan: Editorial Nueva Creación.
- BRENSON, Gilberto. (1999). *Recuperación sicosocial*. Fundación Neohumanista, Bogotá.
- BRENSON, Gilberto. (1995). *Gerencia de sí mismo*. Fundación Neohumanista, Bogotá.
- BRENSON, Gilberto. (s.f.). *Transformación personal y social: Guía para facilitadores*. Bogotá: Fundación Neo-humanista.
- CALABRESE, C., CAMACHO, L., y FONSECA, N. (1997). *Un acercamiento a personas que viven con VIH-SIDA*. Quito: CLAI Ediciones.
- CALABRESE, C., QUIRÓS, A., FONSECA, N., y FOULKES, I. (1998). *Mujer, sexualidad y religión*. Quito: CLAI Ediciones.
- CELAM, UNICEF, SELAC. (1993). *Desarrollo sicosocial del niño*. Bogotá: Editorial Kimpres.
- CEPAR. (1992). *Colección jóvenes, amor y sexualidad*. Quito: Autor.
- CHAPMAN, Gary. (1996). *Los cinco lenguajes del amor*. Miami: Editorial Unilit.
- CLAI EDICIONES. (1999). *Población y salud reproductiva*. Quito: Autor.
- CONSEJO LATINOAMERICANO DE IGLESIAS. (1998). *Ser joven en los tiempos del SIDA: Cuaderno juvenil para trabajar en grupos*. Quito: Autor.
- CONSEJO MUNDIAL DE IGLESIAS. (1994). *¿Qué es el SIDA?: Manual para agentes de salud* (2da. rev). WCC Acción de las Iglesias por la Salud. Ginebra: Autor.
- CONSEJO MUNDIAL DE IGLESIAS. (1999). *Enfrentando al SIDA. El desafío y la respuesta de la iglesia*. Quito: CLAI Ediciones.
- CONSIGLIO, William. (1996). *No más homosexual*. Illinois, USA: Victor Books/SP Publications.
- CENTRO DE ORIENTACION FAMILIAR. (1980). *Educación sexual y familiar* (2da. ed.). San José: Autor.
- CROOKS, Robert, y BAUR, Karla. (2000). *Nuestra sexualidad* (7ma. ed.). International Thomson Editores.

- CUTRER, William y GLAHN, Sandra. (1999). *Intimidad sexual en el matrimonio*. Grand Rapids: Editorial Portavoz.
- DOBSON, James. (1978). *Preparémonos para la adolescencia*. USA: Editorial Betania.
- DRESCHER, John. (1996). *Siete necesidades básicas del niño*. USA: Editorial Mundo Hispano.
- EIRENE (Comp.) (1998). *Comunicación conyugal y familiar*. Quito.
- FAY, R., y JOHNSON, E. (s.f.). *Sicología del niño*. Aliança pro Evangelização das Crianças, Sao Paulo.
- FRANK, J. (1992). *Incesto: Ayuda para las víctimas*. Barcelona: Editorial CLIE.
- GASTALDI, Ítalo. (1996). *Sexualidad*. Argentina: Ediciones Don Bosco.
- GILES, James. (1987). *La sicología en el ministerio cristiano*. Casa Bautista de Publicaciones.
- GIRALDO BOTERO, Silvio. (1994). *Amor y sexualidad hoy* (3ra. ed.). Bogotá: San Pablo.
- GOFF, Guillermo. (1990). *El matrimonio y la familia en la vida cristiana*. USA: Casa Bautista de Publicaciones.
- GRAY, John. (1995). *Marte y venus en la alcoba*. Buenos Aires: Emecé Editores.
- GRUPO VISA PREVISIÓN SOCIAL. (1986). *Preparación para la jubilación*. Gerencia de Relación con Jubilados. Monterrey.
- GUILLESPIE, Oscar. (1985). *Herpes: Qué hacer si lo contraes*. España: Plaza y Janés Editores.
- HANSEN, Jane y Powers, M. (1997). *Diseñada para la intimidad*. Miami: Editorial UNILIT.
- HATCHER, R., RINEHART, W., BLACKBURN, R., GELLER, J., y SHELTON, J. (1999). *Lo esencial de la tecnología anticonceptiva*. Programa de Información en Población Johns Hopkins. Baltimore.
- HAUK, Margaret. (1996). *Soy joven, soy importante*. USA: Editorial Mundo Hispano.
- HERMANAS DOMINICAS DE LA PRESENTACIÓN. (1993). *Descubre tu fuerza sexual*. Santafé de Bogotá: Indoamerican Press Service Editores.
- JARA, Germán, y MOLINA, Ramiro. (1993). *Educación sexual, manual para educadores*. Centro de Medicina Reproductiva del Adolescente, Facultad de Medicina, Universidad de Chile.
- LA HAYE, Tim y Beverly. (1996). *Contra la corriente*. Miami: Editorial Unilit.
- MALDONADO, Jorge. (1992). *Manual de asesoramiento pastoral*. Ginebra: Consejo Mundial de Iglesias.
- MALDONADO, Jorge. (Ed.). (1995). *Fundamentos bíblico teológicos del matrimonio y la familia*. EIRENE Internacional. Editorial Nueva Creación. Grand Rapids, Michigan.
- MAP INTERNACIONAL. (1998). *VIH-SIDA: Mujer, familia, iglesia: Saber entender al SIDA*. Quito: Autor.

- MERCK SHARP & DOHME RESEARCH LABORATORIES. (1999). *Manual Merck 1999*. Rahway, NJ: Autor.
- MENDOZA, E. (1988). *Canciones didácticas infantiles*. Quito: Edición Banco de los Andes.
- MENDOZA, Roger. (1999). *Hablemos de sexo con los niños y niñas*. San José: Publicaciones IINDEF.
- PADILLA, R., y PEREZ, C. (Comps.). (1996). *Hacer el amor en todo lo que se hace*. Argentina: FTL.
- PATERSON, Gillian. (1996). *El amor en los tiempos del SIDA*. Ginebra: WCC Publicaciones.
- PETERSEN, Allan. (1986). *El matrimonio a prueba de infidelidad*. USA: Editorial Unilit.
- ROSENAU, Douglas E. (1994). *A celebration of sex*. USA: Thomas Nelson Publishers.
- SALVAT, Biblioteca. (1975). *Educación sexual*. Barcelona: Salvat Editores.
- SANZ, Juan José. (1995). *Educación sexual. Sexualidad y cambio en la adolescencia*. Bogotá: Editorial El Búho.
- SMALLEY, G., y TRENT, J. (1992). *El irresistible lenguaje del amor*. Nashville: Editorial Caribe.
- STAMATEAS, Bernardo. (1996). *Sexualidad y erotismo en la pareja*. Barcelona: Editorial CLIE.
- SWINDOLL, Charles. (1998). *El derecho a vivir*. USA: Casa Bautista de Publicaciones.
- TENORIO AMBROSI, R., JARRIN, M., y BONILLA, P. (1995). *La cultura sexual de los adolescentes*. Quito: Talleres Abya-Yala Editing.
- WHEAT, Ed y Gaye. (1980). *El placer sexual ordenado por Dios*. Miami: Editorial Betania.
- WHEAT, Ed. (1984). *El amor que no se apaga*. Miami: Editorial Betania.
- WILSON, E. (1994). *Rompamos el silencio*. Florida: Editorial Vida.
- WRIGHT, Norman H. (1994). *Claves para una mejor comunicación en el matrimonio*. Miami: Editorial Unilit.
- ZIMMERMANN, Max. (1998). *Sexualidad, programa educativo*. Madrid: Editorial Cultural.

Artículos

- AGUILAR GIL, José. (1993). Anatomía y fisiología de los órganos sexuales. *The New England Journal of Medicine*, 331(14).
- MONROY DE VELASCO, Anameli. (1993). La respuesta sexual humana y sus alteraciones.
- ORLOV, Lisandro. (1996). La sexualidad como elemento integral de la personalidad. *Signos de Vida*, (2).

- PELÁEZ, Paula. (1968). Desarrollo integral del adolescente: características biológicas, psicológicas y sociales de la adolescencia. *Boletines del XII Congreso Internacional de Pediatría*. México.
- PONTIFICIO CONSEJO PARA LAS COMUNICACIONES SOCIALES. (1989). Pornografía y Violencia en las Comunicaciones Sociales. *Documentos de la Iglesia* (112). Ediciones Paulinas.
- Varios. (1997). La vida no es un CLON, es un regalo de Dios. *Signos de Vida* (3).

Este libro se terminó de imprimir y encuadernar en Ecuador,
en el mes de junio de 2003 en Leroux Impresores,
Pedro Traversari No. 140 y Av. de La Prensa. Teléfono (593-2) 2434 340
Se utilizó tipografía Berkeley y se imprimieron 1.000 ejemplares

Este manual de educación sexual es el fruto de la labor esmerada del equipo de trabajo del Programa de Salud Integral del CLAI, compuesto de hermanas y hermanos profundamente comprometidos con el fortalecimiento de la pareja y la familia cristiana. Han sido varios años de compartir talleres en las iglesias y de proveer herramientas útiles para que las hermanas y los hermanos puedan encontrarse a sí mismos y como pareja. Uno de los pilares teológicos de este manual es que Dios nos creó a su imagen y semejanza para vivir la vida a plenitud en un marco de equidad y respeto. Esto significa que los hombres y las mujeres se complementan mutuamente como pareja; ya no son vistos como “sexos opuestos” sino como “sexos complementarios”. La unidad del cuerpo y el espíritu hacen posible la vida y la vida en plenitud. A su vez, cuando las parejas tienen una visión saludable de la sexualidad pueden enseñarla a sus hijas e hijos en un ambiente familiar de amor y apertura, lo que contribuye a que las nuevas generaciones tengan aún mayores oportunidades de formar familias sanas, funcionales y que puedan contribuir a una sociedad más equitativa y justa en las relaciones entre los géneros.

Este manual para uso en las congregaciones locales es una prueba inequívoca de que es posible dialogar entre diversas disciplinas para contribuir al crecimiento del cuerpo de Cristo. En este manual se conjugan conocimientos de la psicología, la medicina, la sociología y las ciencias educativas, y junto al estudio de las Sagradas Escrituras obtenemos un acercamiento integral al ser humano sexual creado por Dios. Como resultado, tenemos una propuesta de educación sexual pertinente a la época histórica que nos ha tocado vivir, por un lado, se incluye la rigurosidad científica que exige nuestro tiempo, y por otro, no olvidamos que todo don de vida proviene de Dios.

PROGRAMA

DE SALUD

INTEGRAL

Consejo

Latinoamericano

de Iglesias

La Oficina de Visión Mundial para América Latina, en el área de VIH/Sida, tomó la decisión de incluir dentro de sus materiales de capacitación sobre la temática en la región el manual de Educación Sexual y Salud Reproductiva elaborado por el Consejo Latinoamericano de Iglesias, por su calidad de contenido y la organización acertada de la temática, además de su enfoque bíblico teológico.

VISIÓN MUNDIAL AMÉRICA LATINA

