



4. LA FAMILIA, SALUD Y AJUSTE EN LA ADOLESCENCIA

4.1 DESARROLLO AFECTIVO Y SEXUAL



Aún hoy día seguimos los padres y madres teniendo reparo al hablar de sexualidad con nuestros adolescentes; las razones son variadas y aunque se tiende a dialogar cada vez más, la formación recibida, la información disponible o las creencias religiosas dificultan en ocasiones el diálogo. Como padres y madres deberíamos estar al tanto de algunos datos oficiales para actuar en consecuencia a la hora de encarar la educación afectivo-sexual de nuestras hijas e hijos: por ejemplo, hemos de conocer que los adolescentes mantienen relaciones sexuales a una edad cada vez más temprana, ya que en los últimos años se ha producido un adelanto en la edad de inicio de estas relaciones. La **edad media de inicio de las relaciones sexuales** son los **17 años**, y la mayoría de los adolescentes se «estrenan» entre los 15 y los 18 años. Existen estadísticas para cada comunidad autónoma e incluso por provincias que no estaría demás ojear para analizar este comportamiento típico adolescente. Tampoco es muy conocido el hecho de que el 50% de los jóvenes menores de 30 años prefieren que sean los padres y madres y un 25%, profesionales de la educación o de la sanidad, los que les gustaría que les facilitaran la información sobre temas sexuales. Además, la **principal fuente**



de información para ambos sexos y para todos los grupos de edad sobre temas sexuales son las **amistades y los hermanos y hermanas**, a pesar de que la búsqueda a través de internet facilita de entrada 8.400.000 resultados si tecleamos sólo “información sexual”. Luego, aunque se recibe o se puede acceder a mucha información, son sus **“iguales”** quienes se la dan principalmente.

Otros datos nos dicen que cada año hay aún un millón de personas que tienen relaciones sexuales con parejas ocasionales sin preservativo. Estas **relaciones de riesgo** pueden implicar peligros físicos como las infecciones de transmisión sexual, el SIDA, los embarazos no deseados, los abusos sexuales, el sexo no consentido ligado a la violencia de género, etc.



A pesar de las campañas informativas y educativas centradas en el uso del preservativo, aún son muchos los chicos y chicas que mantienen relaciones sin ninguna protección, como lo demuestra el 33% de adolescentes que declaran no haber usado ningún método anticonceptivo en su primer coito, o el 31% que dicen haber empleado la “marcha atrás”. **Las chicas y chicos ignoran muchos aspectos relacionados con la anticoncepción** y sostienen algunas **ideas erróneas** como pensar que no puede haber embarazo la primera vez que se hace el amor, o que la marcha atrás es un método muy eficaz, o que si se hace el amor de

pie no puede haber embarazo porque el semen se escurre. Además, determinadas características del pensamiento durante la adolescencia, como la **fábula personal**, pueden llevar al chico o a la chica a pensar que, a pesar de la información que tienen sobre las más que probables consecuencias negativas derivadas del escaso uso de anticonceptivos, se trata de algo que nunca le pasará a ellos, como si tuviesen algún tipo de protección mágica.

¿De dónde hemos de partir?

La forma de abordar la educación afectivo sexual en el seno familiar y/o educativo debe partir de unos valores que incluyan la libertad personal, la igualdad entre los sexos, la lealtad interpersonal, el placer compartido, la responsabilidad compartida, la autonomía emocional y la igualdad de las distintas orientaciones sexuales. La formación de la afectividad y la sexualidad incluye tres aspectos importantes: la autoestima, la igualdad entre chicas y chicos y la igualdad entre las diferentes orientaciones sexuales. Todo padre, madre o profesorado que quiera tratar este tema con adolescentes tiene que huir de planteamientos simplistas y sesgados para, todo lo contrario, presentar la sexualidad como algo inherente al ser humano que va más allá de los cambios y relaciones físicas entre dos personas, que es más complejo y todo un proceso que durará años.





¿Estamos los padres y madres solos en esta tarea?

No. Las familias saben que nuestro sistema educativo tiene como objetivo primordial la **educación integral** de nuestras chicas y chicos, facilitándoles el camino hacia la edad adulta. Para ello, no sólo es necesario transmitirles contenidos propios de todas y cada una de las materias que conforman el currículo, sino también ayudarles a construirse como personas autónomas, responsables y libres, colaborando en el desarrollo de todas sus potencialidades. Somos conscientes de la necesidad de una **formación afectivo-sexual, integral y compleja** que vaya más allá de la prevención de riesgos y que, al mismo tiempo, posibilite a nuestros jóvenes la adquisición de la madurez y la responsabilidad que, en la edad adulta, les permita **vivir como personas autónomas y libres**.

¿Cuáles son los temas estrella para los adolescentes?

Hablar de sexualidad supone necesariamente hablar de relaciones y de afectos, quizás más de esto último, porque con la llegada de la adolescencia los chicos y chicas experimentan sentimientos y emociones hasta ahora desconocidos. **Integrar el plano emocional con el físico es la clave de una sólida formación afectivo-sexual.** Afectos y sexualidad nos acompañan a lo largo de toda la vida y en la adolescencia se constituyen en uno de los centros de preocupación, ya que es la etapa en la que las relaciones elegidas entre quienes comparten edad, centro de estudios, barrio, actividades deportivas, etc., empiezan a configurarse como importantes y van ganando terreno a las que tienen lugar en la familia. Hoy sabemos que los afectos son importantes en la vida de todos, tanto de chicas como de chicos, pero que aún pervive la idea de que las cuestiones relativas a afectos y sentimientos son más propias de las chicas que de los chicos. Esta diferente percepción tiene su origen en los estereotipos de género que todavía perviven con fuerza en nuestra sociedad. Nuestro reto es superarlos.



Padres y madres hemos de recordar nuestra propia **adolescencia** para ser conscientes de los **cambios físicos** que vamos a presenciar, de que en nuestros adolescentes se va a despertar el **deseo sexual**, se van a iniciar en la **actividad sexual**, tendrán que definir su **identidad sexual** y mostrarán interés hacia la pornografía. No reconocer estos asuntos ligados al desarrollo adolescente y obviar los datos aportados por el INE y el Ministerio de Sanidad y Consumo que vimos anteriormente nos impide el diálogo franco y responsable con ellos y ellas. A continuación, vamos a comentar brevemente cada uno de estos temas.

Los cambios físicos asociados a la pubertad van a ponerse en marcha por una serie de mecanismos hormonales que llevarán a la maduración de las gónadas sexuales (ovarios y testículos) que empezarán a producir hormonas sexuales. Estas hormonas sexuales serán las responsables de los **cambios físicos** que chicos y chicas comienzan a experimentar al final de la niñez. También serán las responsables de la intensificación del **deseo sexual**, que va a acompañar al ser humano durante la mayor parte de su vida, y que le va a proporcionar felicidad y satisfacción. De los cambios físicos solemos hablar bastante pero no tanto de sus efectos, que en este caso tiene que ver con la **atracción, imagen corporal** y deseo sexual. Respetar la intimidad del adolescente, hablar cuando lo permita cada ocasión/hito que se presente, propiciándolas a veces, transmitirle confianza y seguridad hará que las dudas, ansiedades e inseguridades generadas por todos estos cambios físicos y emocionales se disipen con cierta facilidad.



Otro asunto no menos importante que hay que abordar tiene que ver con el hecho constatado de que los chicos y chicas jóvenes, sienten **atracción hacia la pornografía** en la adolescencia. La mayoría de los expertos coinciden en considerar que la pornografía blanda (soft-core), como la que presenta a hombres o mujeres desnudos en posiciones eróticas, es relativamente inocua. No se puede afirmar lo mismo de la pornografía dura (hard-core), es decir, de aquella que representa de forma muy explícita actos sexuales, muchas veces incluyendo situaciones que podrían considerarse atípicas o que violan los tabúes sexuales propios de nuestra cultura. Por todo lo anterior, parece que es recomendable mantener a los y las adolescentes, sobre todo a quienes son más jóvenes, alejados de este tipo de material. Es importante que madres y padres expliquen a sus hijas e hijos las razones de la prohibición.



El hecho de que la **pubertad** se haya adelantado a lo largo de las últimas décadas ha supuesto también un adelanto en la edad a la que chicas y chicos comienzan su **actividad sexual**. No obstante, junto a los factores biológicos existen factores sociales que estarían implicados en esta anticipación de los comportamientos sexuales, como son la liberalización de las costumbres, con una mayor permisividad respecto a los horarios y los estilos de vida, o la menor influencia de la moral religiosa sobre los comportamientos individuales. Además, vivimos en una **sociedad altamente erotizada** en la que a través de los distintos medios de comunicación (TV, internet, teléfono móvil, revistas, etc.) se difunden mensajes dirigidos a jóvenes y adolescentes con un elevado contenido erótico, que unen su influencia a los cambios hormonales a la hora de activar el deseo sexual de chicos y chicas. Negar u oponerse a la actividad sexual de los adolescentes no conduce a nada, más bien, de ser ciertos los porcentajes antes citados, podríamos alentar prácticas de riesgo, que precisamente son nuestra mayor preocupación. Hablar de actividad sexual con adolescentes supone hablar de las relaciones interpersonales (que en esta etapa cobran una fuerza especial), de sentimientos (hacia el “otro” y hacia uno mismo), como ya hemos dicho, pero también de métodos anticonceptivos, de embarazo y parto, de aborto, de enfermedades de transmisión sexual y SIDA, de sexismo en la sociedad y de violencia sexual. Hoy día contamos en los centros educativos con folletos informativos, programas específicos y todo tipo de material didáctico auxiliar con el que abordar estos asuntos; pero los padres y madres a través de las AMPAs o a modo particular también pueden acceder a él para uso particular o pueden acudir al Departamento de Orientación buscando el asesoramiento que precisen en todo momento. Es decir, **teniendo información objetiva sobre cada uno de estos asuntos hemos de hablar desde nuestra experiencia y conocimiento para transmitir seguridad en lo que decimos.**



¿Cómo abordar la cuestión de la orientación sexual?

Una de las tareas evolutivas propias de la adolescencia tiene que ver con la **definición de una orientación sexual** de tipo homosexual o heterosexual. Culminar al final de la adolescencia con la definición de una identidad homosexual resulta, a veces, un proceso muy doloroso para muchas chicas y chicos: porque se trata de algo inesperado, porque se van a encontrar muy perdidos y sin saber cómo actuar cuando quieran iniciar una relación de pareja y porque, además, vivir en una sociedad homófoba que rechaza y ridiculiza este tipo de comportamientos va a añadir más dificultad a este proceso de definición de una orientación homosexual. **El proceso de definición de la identidad sexual no viene impuesto**, cada adolescente lo resolverá de manera independiente y autónoma, mediatizado por el tipo de relaciones interpersonales que haya tenido, la experimentación de emociones, la información recibida, la madurez personal y los propios rasgos de personalidad. Los padres y madres hemos de saber que **se trata de un proceso largo**, no de una decisión puntual al final de la adolescencia o inicio de la primera juventud.