

**EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL**  
**educación secundaria obligatoria y**  
**bachillerato**



**Asociación de Planificación Familiar de Madrid**

## PRESENTACIÓN

**La Asociación de Planificación Familiar de Madrid (APFM) es una organización sin ánimo de lucro que lleva trabajando desde el año 1985 por la defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos en la Comunidad de Madrid.**

Desde nuestro ideario, defendemos que la educación sexual es un derecho, no un privilegio. Y como tal está recogido en la Ley 2/2010 de Salud Sexual y Reproductiva, donde se recoge la importancia de una educación sexual como medio para garantizar una vivencia positiva de la sexualidad y libre de riesgos; y por organismos internacionales como la ONU (1993, 1995), la OMS (2010) o la Federación Internacional de Planificación Familiar IPPF (2009).

Desde APFM defendemos la Educación Sexual Integral, una educación sexual basada en:

- (1) Un concepto amplio de sexualidad que incluye aspectos como el placer, las emociones y afectos, la comunicación y las opciones reproductivas.
- (2) Criterios científicos, lejos de perspectivas políticas, morales, económicas, etc.
- (3) Perspectiva de género.
- (4) Reconocimiento a la diversidad sexual sin discriminación alguna por razones de sexo, identidad sexual, expresión de género, orientación del deseo, diversidad corporal, procedencia, ideologías, etc.
- (5) Acceso universal, puesto que no puede destinarse únicamente a un sector de la población.
- (6) Formación de actitudes positivas y desarrollo de comportamientos saludables.
- (7) Contenidos basados tanto en prevención como en promoción.
- (8) Una metodología activa, participativa, globalizadora y que promueva aprendizajes significativos.
- (9) Formación especializada de los/las profesionales que imparten los talleres.
- (10) La coordinación del trabajo entre todos los agentes implicados en la educación sexual de hombres y mujeres (docentes, familias, organizaciones, adolescentes, etc.).

En conclusión, en un momento en el que existe tal cantidad de frentes educativos abiertos, la Educación Sexual Integral puede parecer prescindible, inútil, cargada de complicaciones. Pero hay que ser valientes. Tenemos en nuestras manos una herramienta de cambio, una herramienta para construir hombres y mujeres más coherentes, responsables y libres que construyan relaciones más igualitarias y satisfactorias.

## JUSTIFICACIÓN

Es un hecho que las personas jóvenes acceden a sus primeros encuentros eróticos sin haber tenido acceso ni a una educación sexual de calidad, ni a servicios especializados que acojan sus demandas.

Esta situación puede dar lugar a consecuencias negativas: comportamientos de riesgo, opiniones sesgadas o actitudes de rechazo que lamentablemente pueden traducirse en hechos como embarazos no planificados, violencia en el marco de la pareja, infecciones de transmisión genital y un largo etcétera que finalmente se resume en una vivencia negativa de la sexualidad.

Por otra parte, la adolescencia es una etapa de continuos cambios, tanto biológicos como psicológicos y sociales que sitúan a chicos y chicas ante una nueva forma de sentir y percibir el mundo y a ellos/as mismos/as. Se trata de la búsqueda de una identidad personal, de la aceptación de los cambios en sus propios cuerpos y en los de los/as demás, de la comprensión de los nuevos sentimientos que surgen al relacionarse con su grupo de iguales y con otras personas, del desarrollo del análisis crítico de la realidad, etcétera.

Aunque actualmente los y las adolescentes tienen acceso a una gran cantidad de información, en muchas ocasiones ésta puede ser imprecisa y además la persona puede no ser capaz de seleccionarla y entenderla críticamente. En pleno proceso de cambio, se debaten entre la persona que son y la que quieren ser, lo que sienten, lo que les gusta y lo que socialmente se presenta como lo más deseable. Por estos motivos, este es un momento clave para su desarrollo como individuos.

Desde nuestra asociación entendemos que una educación sexual de calidad es la mejor herramienta para afrontar estas dificultades. Apostamos por la Educación Sexual Integral, dirigida hacia los objetivos de conocerse, aceptarse y expresarse coherentemente, tomar decisiones autónomas y desarrollar una visión crítica.

Por todo ello, consideramos muy adecuado llevar a cabo actividades específicas de Educación Sexual Integral durante toda la etapa educativa, porque cada momento presenta unas necesidades concretas, y porque la formación de calidad es la mejor estrategia para construir personas que se aceptan, se viven y se relacionan satisfactoriamente.

## OBJETIVOS GENERALES

- Transmitir un concepto amplio de la sexualidad que incluya aspectos como la reproducción, el placer, la afectividad, la comunicación, las relaciones, el conocimiento... y que se interprete como parte del desarrollo personal de cada sujeto.
- Plantear una intervención educativa basada en la teoría del hecho sexual humano, lo que supone afirmar que todas las personas son seres sexuados y se desarrollan, se viven, se expresan y se relacionan como tales.
- Fomentar la idea del respeto como base para disfrutar de la sexualidad: respeto a los deseos propios y ajenos, respeto a la diversidad y a la diferencia, respeto a las distintas formas de relacionarse.
- Ofrecer alternativas para la prevención de situaciones no deseadas y para la promoción de comportamientos y actitudes deseables que favorezcan una vivencia positiva de la sexualidad.

## METODOLOGÍA

La metodología será en todo momento **activa y participativa**, entendiendo la participación en su sentido más amplio.

El espacio del taller servirá para **expresarse libremente**, teniendo en cuenta que determinados términos serán reconducidos hacia un lenguaje más formal, que las experiencias personales se derivarán a espacios más confidenciales de consulta y que en ningún caso se obligará a expresar algo con lo que la persona no se sienta cómoda.

La diversidad de los grupos muestra que hay chicos y chicas acostumbrados/as a hablar del tema y que no tienen problema alguno en hacerlo en público. Del mismo modo, hay chicos y chicas que preferirían no hablar en voz alta, por lo que es fundamental combinar tres tipos de trabajo: el trabajo individual, que promueve la reflexión, la autonomía y el autocontrol; el trabajo en pequeños grupos, que promueve el aprendizaje entre iguales y cooperativo y el trabajo con todo el grupo, que da voz a todas las personas que quieren participar activamente.

De esta forma, a lo largo del taller se combinarán exposiciones teóricas con diversas actividades típicas de la dinámica de grupos (lluvias de ideas, *role-playing*, debates, trabajo con casos, etcétera) que favorezcan la integración de contenidos y que posibiliten la adquisición de aprendizajes significativos y globalizadores, aquellos conectados con las vivencias de chicos y chicas y que son más duraderos en el tiempo.

Por último, y pese a que el programa es común a todos los grupos de un mismo curso escolar, cabe destacar que el taller estará **adaptado** en todo momento a **las características del grupo** concreto, es decir, a sus capacidades (los contenidos a abordar no son los mismos con una clase que ya ha trabajado sobre el tema que con otra que experimenta su primera aproximación); sus intereses (lo que conocen y lo que quieren conocer) y sus necesidades (puesto que como expertos/as conocemos aquellas herramientas que necesitan en cada etapa educativa). Muchas veces el tiempo a compartir con el grupo es insuficiente para evaluar todas estas características, por lo que una vez más el apoyo del profesorado, que conoce al grupo a la perfección, resulta fundamental para un buen desarrollo del taller.

## PROGRAMACIÓN

### OBJETIVOS CON PRIMER CICLO (1º Y 2º ESO).

- Ampliar el conocimiento y la comprensión del concepto de sexualidad.
- Conocer cambios físicos, psicológicos y sociales que se producen en la pubertad y en la adolescencia.
- Transmitir una actitud positiva hacia la sexualidad y los cambios asociados a la pubertad y a la adolescencia.
- Favorecer la reflexión sobre los valores, modelos y normas sociales y culturales de la sexualidad.
- Promover el respeto hacia la diversidad de formas de expresión de la sexualidad.
- Desmentir mitos y resolver dudas relacionadas con la sexualidad.
- Desarrollar herramientas para la prevención de dificultades asociadas con la sexualidad.

### CONTENIDOS

- Sexualidad: qué es, dónde está, para qué sirve y cuándo empieza y acaba.
- Sexuación, el proceso de construcción como hombres y mujeres únicos/as e irrepetibles
- Cambios biológicos en la pubertad: cambios en el cuerpo, cambios anatómicos y fisiológicos en los genitales.
- Cambios emocionales de la adolescencia: identidad, deseos, emociones y afectos.
- Cambios sociales de la adolescencia: modelos de belleza, roles sociales, relaciones de pareja, familia y grupo de iguales.
- Cambios comportamentales: hábitos, prácticas y comunicación.
- Identidad, orientación y roles.
- Modelos de lo masculino y lo femenino a lo largo de la historia y las culturas.
- Fuentes y recursos de información sobre sexualidad.

## OBJETIVOS CON SEGUNDO CICLO (3º Y 4º ESO)

- Ampliar el conocimiento y la comprensión del concepto de sexualidad.
- Desarrollar herramientas para adquisición de hábitos seguros.
- Contribuir al desarrollo de habilidades y actitudes para las relaciones de pareja igualitarias, seguras y satisfactorias.
- Favorecer la reflexión sobre los valores, modelos y normas sociales acerca de la sexualidad.
- Ampliar el conocimiento y reflexión sobre el concepto de pareja.
- Contribuir al desarrollo de habilidades y actitudes para las relaciones de pareja igualitarias, seguras y satisfactorias.
- Fomentar la reflexión sobre embarazo y maternidad/paternidad responsable.
- Promover el respeto hacia la diversidad de formas de expresión de la sexualidad.
- Desmentir mitos y resolver dudas relacionadas con la sexualidad.

## CONTENIDOS

- Sexualidad: sexo-sexuación (lo que se es), erótica-amatoria (lo que se siente y hace), pareja-procreación (con quién y qué se hace).
- Sexuación, el proceso de construcción como hombres y mujeres únicos/as e irrepetibles.
- La pareja. Características. Modelos.
- Comunicación y negociación en pareja.
- Diversidad y características de los modelos de pareja.
- Embarazo y factores implicados.
- Métodos anticonceptivos y aconceptivos.
- Infecciones de transmisión genital/sexual.
- Respuesta sexual humana. Las funciones de la sexualidad.
- Maternidades y paternidades responsables.
- Habilidades y estrategias necesarias para una relación de pareja satisfactoria.

## OBJETIVOS CON BACHILLERATO

- Ampliar el conocimiento y la comprensión del concepto de sexualidad y los seis conceptos básicos del HSH.
- Desarrollar herramientas para adquisición de hábitos seguros en prácticas eróticas y en relaciones de pareja.
- Contribuir al desarrollo de habilidades y actitudes para las relaciones de pareja igualitarias, seguras y satisfactorias.
- Favorecer la reflexión sobre los valores, modelos y normas sociales acerca de la sexualidad.
- Fomentar la actitud positiva hacia la infección por VIH.
- Impulsar una actitud positiva hacia las principales dificultades en la vivencia de las prácticas eróticas.
- Promover el respeto hacia la diversidad de formas de expresión de la sexualidad.
- Desmentir mitos y resolver dudas relacionadas con la sexualidad.
- Alentar la participación en materia de defensa de Derechos Sexuales y Reproductivos.

## CONTENIDOS

- Sexualidad: sexo, sexuación, erótica, amatoria, procreación y pareja.
- Identidad, orientación, roles e intersexualidad.
- VIH y sida. Vías de transmisión. Estrategias de prevención.
- Diversidad y características de los principales modelos de pareja.
- Habilidades de negociación en pareja.
- Respuesta sexual humana.
- Comunicación y negociación en pareja.
- Derechos Sexuales y Reproductivos.



## PROCEDIMIENTO

Los talleres se pueden desarrollar durante 2-3 sesiones de aproximadamente 60-90 minutos por cada grupo. Se trata de muy poco tiempo, pero contamos con varias estrategias para lograr un mayor impacto:

- Tanto el centro como las familias pueden contar con el programa antes de que empiecen los talleres. De esta forma podrán conocer qué contenidos se van a abordar y desde qué perspectiva con tiempo suficiente para plantear a los formadores dudas y sugerencias.
- Antes de comenzar el taller, los formadores tendrán una pequeña reunión con la persona o personas responsables de este tipo de actividades en el centro (del departamento de orientación, jefatura de estudios, etc.) para repasar los contenidos y la metodología a trabajar.
- Aunque no es obligatorio, el hecho de que el profesorado esté en el aula mientras se desarrolla el taller conlleva muchos beneficios: pueden recoger el testigo y rescatar determinados temas durante el resto del curso, resolver dudas y derivar a los recursos existentes y proporcionar al formador/a información sobre el grupo, así como evaluar brevemente con él/ella el desarrollo del taller.
- Finalizado el taller se entregarán materiales que favorezcan el refuerzo de la información recibida (guía de recursos, folletos, etcétera). También se pondrá a disposición del centro el contacto con la entidad para realizar cualquier consulta que surja en relación a este tema (derivación a servicios, resolución de dudas o apoyo en la planificación de actividades).

## EVALUACIÓN

Finalizados los talleres se realizará en cada grupo un cuestionario que evalúe brevemente tanto los aprendizajes adquiridos como las opiniones sobre la metodología utilizada y los temas abordados.

## RECURSOS

**Humanos.** Los talleres serán impartidos y coordinados por dos profesionales de la psicología y de la sexología con amplia experiencia en el campo de la educación sexual a poblaciones con características similares. Ambos contratados y dependientes legalmente de la Asociación de Planificación Familiar de Madrid.

**Materiales.** Se requerirán pocos recursos materiales de los centros educativos (papel, lápiz o bolígrafos, pizarra y tizas, un aula y un tiempo disponible para las actividades, la posibilidad de mover mesas...) y el resto de materiales serán los aportados por la asociación (como fichas, hojas de evaluación, etcétera).

Únicamente se necesitarán recursos audiovisuales para los talleres que se realizarán con las clases del segundo ciclo de ESO y Bachillerato.