

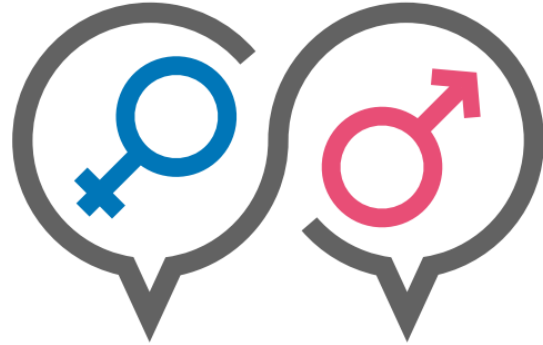
# Unidad 7. Sexualidad responsable

## Repasa tus conocimientos

Resuelve las actividades.

1. ¿Por qué es importante que los jóvenes conozcan e identifiquen los órganos y funciones de su sistema reproductor?

R. T.: Ayudará a los adolescentes a comprender su sexualidad y a protegerse contra los embarazos no deseados, las enfermedades de transmisión sexual y riesgo asociados con la salud reproductiva.



2. ¿Qué tipo de enfermedades pueden afectar al sistema reproductor? Anótalo en el esquema.

Sistema reproductor masculino

Sistema reproductor femenino



Enfermedades de transmisión sexual

Cáncer testicular

Enfermedades de transmisión sexual

Cáncer de cuello uterino

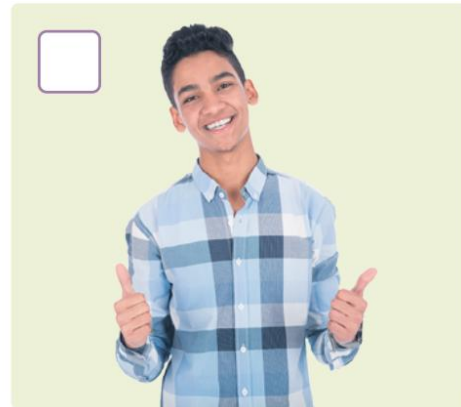
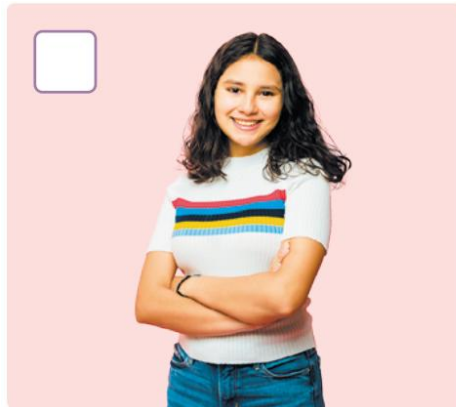
a. ¿Cuáles hábitos higiénicos ayudan a prevenir este tipo de enfermedades? Escribe tres.

R. T.: Aseo diario de las partes íntimas, utilizar jabón neutro y cambio de ropa interior todos los días.

# Lección 1. Acciones que permiten una sexualidad responsable y sana

## A. Explora

1. Observa las imágenes y responde.



a. ¿Con cuál persona te identificas? Marca con un gancho (✓). **R.L.**

b. ¿De qué manera manifiestan su sexualidad las personas de las imágenes? Comenta con tus compañeros.

**R. T.:** Los estudiantes pueden responder de acuerdo con sus conocimientos previos. Sin embargo, se espera que expresen manifestaciones de la sexualidad como la manera de comportarse y relacionarse con las demás personas, la manera de vestir, el uso de maquillaje o no, entre otras.

## B. Conoce el tema

2. Lee la información.

### Sexo y sexualidad.

El sexo de una persona está definido por sus órganos reproductores; estos determinan si la persona es hombre o mujer, así como el conjunto de sus características físicas y biológicas.

La sexualidad incluye aspectos como el sexo, la identidad y roles de género y la reproducción. La sexualidad se experimenta y se expresa a través de pensamientos, actitudes, valores, comportamientos y relaciones interpersonales. Aunque la sexualidad incluye todas estas dimensiones, no todas se experimentan ni se expresan, ya que está influenciada por las interacciones entre factores biológicos, psicológicos, sociales, culturales, éticos, religiosos y espirituales.

La sexualidad es un fenómeno biológico y psicológico, que incluye las características físicas (como altura, contextura y color de cabello, ojos y piel), y psicológicas (sentimientos, emociones, pensamientos y comportamientos) que hacen únicas a cada persona.

Estas diferencias permiten que cada persona se desenvuelva, en la vida cotidiana, conforme a su **género**.

Cada quien desarrolla su sexualidad de manera distinta y esta se encuentra en continua evolución. La sexualidad se experimenta en todas las etapas de la vida; desde el mismo nacimiento, el cuerpo puede experimentar una variedad de sensaciones en diferentes órganos que lo conforman.

### Manifestaciones de la sexualidad en las primeras etapas de desarrollo

#### Desde los 0 a los 2 años

Explora las partes de su cuerpo y aprende conductas en función de su género.



#### De 3 a 5 años

Hace preguntas sobre el funcionamiento de su cuerpo.



#### Desde los 5 a los 8 años

Aprende sobre el cuidado y el respeto sobre sus órganos.



#### De los 9 años hasta la pubertad

Se vuelve más responsable sobre el cuidado de su cuerpo.



### Sexualidad responsable

La responsabilidad es el valor que implica cumplir los deberes y las obligaciones; así mismo, ser cuidadoso al tomar decisiones o al realizar alguna acción que puede afectar la vida propia y la de los demás.

La sexualidad responsable conlleva una serie de manifestaciones que involucran diversos aspectos que buscan el bienestar personal. Esto implica un proceso de formación que incluye la conformación de valores y actitudes positivas, además del acceso a fuentes de información confiables, que brinden datos precisos y correctos, en términos sencillos y claros acordes con la edad en la que se encuentran las personas. Todo esto ayuda a tener sanas relaciones humanas y al desarrollo de la autoestima.

### Vocabulario



**género.** Suma de valores, actitudes, roles y características que una cultura asigna a las personas con base en el sexo. Varía de una cultura a otra, y con el tiempo.

## Desarrollo sostenible

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) constituyen un llamamiento universal a la acción para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y mejorar las vidas y las perspectivas de las personas en todo el mundo. Los ODS son parte de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, en la cual se establece un plan para alcanzar los Objetivos en 15 años.

Busca que los países implementan acciones para la erradicación de la pobreza extrema, la reducción de la desigualdad en todas sus dimensiones, un crecimiento económico inclusivo, y la mitigación y adaptación al cambio climático, entre otras.

El objetivo 5 busca lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas, en el entendido de que la igualdad de género no solo es un derecho humano fundamental, sino que es uno de los fundamentos esenciales para construir un mundo pacífico, próspero y sostenible.

La sexualidad responsable permite tener una adecuada salud sexual en aspectos físicos, mentales y emocionales, y a la vez que elimina temores y ansiedades relacionados con el desarrollo sexual.

Algunas acciones que permiten experimentar una sexualidad responsable durante la adolescencia, para proteger y promover la salud, el bienestar y la dignidad son:

Tomar decisiones personales sin presiones de ningún tipo, y de acuerdo a los valores morales de cada quien.

Enfocarse en la amistad, los estudios, el deporte, la música y otras actividades recreativas acordes a su edad.



Abstenerse de mantener relaciones sexuales, como una decisión personal para la prevención de riesgos y embarazos a temprana edad.

Hablar acerca de temas relacionados con la sexualidad, desde edades tempranas, con los padres, u otros adultos de confianza.

### Procreación responsable

La procreación responsable implica formar una familia en un estado de completo bienestar físico, mental y social para la madre, el padre y los hijos.

La decisión de tener hijos la debe tomar una pareja adulta que posee las condiciones para satisfacer las necesidades básicas de los hijos, de manera que crezcan y se desarrollen adecuadamente tanto física como mentalmente. Estas necesidades son tanto materiales (alimentación, vestido, educación, salud y vivienda), como emocionales (amor, atención, recreación, comprensión, formación, apoyo y comunicación).

La pareja que desea procrear debe tener en cuenta una serie de condiciones que le facilite la toma de decisiones en beneficio propio, de sus futuros hijos y de la familia en general, entre ellas:

- Ser mayor de edad.
- Tener una madurez que les permita fomentar la comunicación, el respeto y el amor.
- Ambos padres deben poseer una buena salud y los medios para prepararse antes, durante y después del parto.
- Contar con un medio de subsistencia que les brinde seguridad económica.

## C. Comprende la información

3. Circula los aspectos que se relacionan con la sexualidad.

Formas de pensar

Sentimientos

Valores espirituales  
o religiosos

Órganos sexuales

Gustos

Edad

Costumbres

Pasatiempos

Valores morales

4. Anota tres acciones que permiten tener una sexualidad responsable.

R. T.:

La abstinencia, la toma de decisiones personales con base en los valores y la educación en temas

## D. Aplica tus conocimientos

5. Organiza, junto con tu docente y el resto de la clase, una mesa redonda para argumentar sobre las acciones que permiten tener una sexualidad responsable y sana. **R.L.**

- Discutan por qué las acciones mencionadas permiten una vivencia sana de la sexualidad.
- Menciona cuáles de esas acciones pones en práctica y cuáles debes implementar.
- Comenten sobre la importancia de tener una sexualidad sana.