

**MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA
POLICLÍNICO DOCENTE
"JIMMY HIRTZEL"
BAYAMO – GRANMA**

Adolescencia y Sexualidad. Revisión Bibliográfica. 2007

Adolescente and sexuality. Bibliographical revision. 2007

Electra Guerra Domínguez¹; Guillermo Martínez Ginarte²; Iliana Morales Blanco³ Al. Maria Esther Martínez Guerra⁴

Introducción

La **adolescencia** es un continuo de la existencia del individuo, en donde se realiza la transición entre el infante o niño y el adulto. La transición o cambio, se efectúa no solamente desde el punto de vista biológico (aumento de peso, talla y secreciones hormonales) sino que se extiende a esferas psíquicas, sociales, intelectuales y sexuales. En la adolescencia se inicia la preparación del ser humano al final de su infancia, para ser el adulto de la especie. Esta preparación de cuerpo y mente, proviene no solamente de sí mismo, sino que se conjuga con su entorno, el cual es trascendental para que los grandes cambios que la naturaleza produce en él lo hagan llegar a la edad adulta.

Etimológicamente, la palabra deriva del verbo latino *dolescere* que significa **crecer** (**no** tiene por tanto, relación con "adolecer" o "carecer" de algo, como pudiera parecer a primera vista). Los cambios en la adolescencia atañen: inteligencia, fuerza, imaginación, sexualidad, búsqueda de libertad e individualidad, perseverantes en metas personales. A diferencia de la *pubertad*, que comienza a una edad determinada (a los 9 años en las niñas y 11 en los niños aproximadamente) debido a cambios hormonales, la *adolescencia* puede variar mucho en edad y en duración en cada individuo pues está relacionada no solamente con la maduración de la psiquis del individuo sino que depende de factores psico-sociales más amplios complejos, originados principalmente en el seno familiar. (1)

No son pocas las personas que confunden pubertad con adolescencia. Realmente la pubertad —palabra que proviene del latín *pubertas*— que significa edad fértil, es la etapa caracterizada por un conjunto muy amplio de transformaciones anatomofisiológicas que culminan con la madurez biológica y reproductiva. Comúnmente es el fenómeno biológico que da inicio a la adolescencia. (2)

Muchas culturas difieren en cuál es la edad en la que las personas llegan a ser adultas. En muchos pueblos el paso de la adolescencia a la edad adulta va unido a ceremonias o fiestas.

En Cuba desde el surgimiento del sistema único de salud, en el que convergieron los diversos componentes, antes dispersos, se diseñaron estrategias encaminadas a garantizar la atención de toda la población, por lo que la adolescente, también se vio favorecida. Dentro de ella, los menores de 15 años, han contado con un programa cuyos objetivos persiguen velar por la salud infantil, con un enfoque promocional, preventivo, de atención a los daños y de rehabilitación.

Más recientemente, en el año 2000, el MINSAP aprobó la implementación de un Programa especialmente dirigido a la atención integral a la salud de adolescentes, que enfatizó el logro de estilos de vida más saludables.

Es común que los problemas de salud-enfermedad se relacionen con las etapas del ciclo vital, y esto se evidencia en la adolescencia, donde tanto la morbilidad como la mortalidad, tienen mucho que ver con las particularidades de los procesos biológicos, psicológicos y sociales que en ella acontecen. (2, 3)

El adolescente se convierte físicamente, en unos pocos años, en particular en los más tempranos de esta etapa (cuando aún es psicológicamente muy inmaduro), en un adulto en apariencia, capaz de engendrar hijos y de disfrutar de la vida erótica en solitario y en pareja. De tales cambios y de su nueva situación social se derivan las primeras y trascendentales adquisiciones psicosexuales. (4)

Desarrollo

Durante los siglos XVIII y el XIX, particularmente, se desató en el mundo occidental, liderado por la iglesia católica y algunos sectores moralizantes una verdadera cacería de brujas contra la sexualidad adolescente. Sanciones, castigos, represiones dirigidas a evitar la "**degeneración**" física y mental producida por sus inquietudes sexuales o peor aún por las prácticas eróticas solitarias o de pareja.

Solo basta recordar los criterios de muchos médicos que bajo la influencia de Krafft Ebing, aún a inicios de este siglo, recomendaba como tratamiento a estos "trastornos" someter los genitales de los adolescentes "desviados" al contacto con metales candentes u otras prácticas iatrogénicas.

Naturalmente que en la actualidad, en los inicios del tercer milenio, estas prácticas obsoletas parecen monstruosas y absurdas. En general, los criterios educativos se han flexibilizado, pero aún la educación de la sexualidad de niños y niñas y de los y las adolescentes continúa adoleciendo de graves deficiencias al mantenerse con un carácter sexista, estandarizada, despersonalizada y cargada de mitos y tabúes. Educación que le niega al adolescente la posibilidad de madurar en esta y otras esferas con un lenguaje y modos de expresión propios, particulares, en correspondencia con sus potencialidades, necesidades y aspiraciones individuales. (5)

La educación sexual no debe limitarse a niños y jóvenes, es imprescindible lograr una aceptación franca por parte de los adultos y en generaciones mas maduras. Los padres y muchos adultos, incluyendo profesionales, se oponen a que se les informe a los adolescentes sobre medios anticonceptivos, y, no será preferible adoptar la premisa que exponen algunos pedagogos en materia de anticoncepción? que dice: "Es preferible llegar un año antes que un día tarde". Y es que queremos que el adolescente conozca que los anticonceptivos se usan para evitar el embarazo y también por higiene y salud. (6)

Los dramáticos cambios físicos de la adolescencia pueden llegar a ser muy preocupantes para algunos adolescentes, especialmente para aquellos que son tímidos y que no desean hacer preguntas al respecto. En el otro extremo, las preocupaciones pueden ponerse de manifiesto en forma de presunción excesiva tanto sobre su capacidad sexual como sobre sus experiencias. Más de la mitad de los adolescentes tendrán su primera experiencia sexual completa antes de los 16 años. Aquellos que comienzan tempranamente con relaciones

sexuales tienen un mayor riesgo de embarazos no deseados y de problemas de salud. Los nuevos riesgos para la salud que suponen la infección por HIV y el SIDA constituyen una preocupación adicional.

A lo largo de los siglos nuestra sexualidad ha sido formada en **la cultura del NO**, la prohibición, la represión, el miedo, el silencio, los sermones moralizantes y la incomunicación. Tradicionalmente la han rodeado de un halo de perniciosidad, culpabilidad, represión y rechazo. Si estos criterios han sido profusamente aplicados a adultos de las más diversas edades, ¿cómo será su práctica en niños, niñas y adolescentes?.

La sexualidad vivenciada de manera responsable es fuente de grandes satisfacciones y enriquecimiento emocional, pero cuando se asume de forma impensada, sin valorar ni medir las consecuencias de esos actos, puede convertirse en promotora de angustias, sufrimientos y equivocaciones lamentables. (7)

La directora de la Cátedra de Sexología y Educación Sexual recomienda la necesidad de conocer y evaluar con mayor objetividad la sexualidad de chicos y chicas. Según cifras establecidas, aproximadamente el 25% de la población mundial se ubica en las edades enmarcadas en la adolescencia. Estos jóvenes han adquirido la capacidad reproductiva, capacidad que suele ser mal manejada; con frecuencia no se les ha preparado para ser capaces de hacer un adecuado ejercicio de sus nuevas potencialidades sexuales, sin correr riesgos innecesarios. Tal capacidad física no implica en modo alguno capacidades psicológicas y sociales para enfrentar una maternidad o paternidad responsable y feliz.

Diversos organismos internacionales como el FNUAP y la OMS brindan datos elocuentes sobre su crecimiento y desarrollo en muchos países del mundo, y la presencia de trastornos, tales como: los embarazos, la maternidad y paternidad tempranas, la nupcialidad o las uniones consensuales sin la requerida madurez, los abortos, las relaciones coitales prematuras, las infecciones de transmisión sexual y el SIDA, entre los más comunes.

La situación se torna más compleja cuando analizamos que la propia familia no está preparada para asumir la responsabilidad de ser los principales educadores sexuales de sus hijos e hijas. Reconoce que para los adultos, quienes desde muy pequeños experimentan en carne propia el rigor de los prejuicios y estereotipos sexuales, resulta que los mitos, forman, inconscientemente, parte de la cosmovisión de muchos de ellos. Es en extremo difícil, discernir qué es lo natural, apropiado e incluso necesario que, en materia de sexualidad, desarrollen y vivan nuestros hijos e hijas o alumnos adolescentes. (8)

Esta forma de educación al negar la singularidad de cada adolescente, lo obliga a reproducir fielmente los modelos estandarizados, polarizados y contrapuestos que sobre lo femenino y lo masculino establece y dicta la sociedad patriarcal.

Tales patrones estipulan para el varón un conjunto de rasgos y modos de comportamientos que tratan de hacer de él un ser arrojado, decidido, independiente, experto en sexo y amores, de quien se espera, como prueba de hombría y virilidad, la iniciación temprana y rica en experiencias en estas esferas.

En cuanto a la muchacha, el modelo aspirado y rigurosamente evaluado es totalmente lo contrario. De ella se aguarda que sea dócil, paciente, pasiva, dependiente y sobre todo lo más casta posible, por lo que debe reprimir al máximo sus naturales deseos y necesidades sexuales hasta la etapa en que esté próxima o en los marcos del matrimonio. La sexualidad de la adolescente es refrenada y enmascarada por todo tipo de regulaciones derivadas de la doble moral, extremadamente restrictiva para ella y muy permisiva para el varón.

Los adultos les negamos, especialmente a las del sexo femenino, las vías de información; a los varones, los valores, los modos de conductas alternativos, cargados del afecto y comprensión que ellos necesitan. Con frecuencia, lejos de ponernos en su lugar, de tratar de

comprender sus transformaciones y las angustias, incertidumbres e inseguridades derivadas del proceso del crecer, consciente o inconscientemente, tratamos de que sean el espejo en el que se reflejen nuestros propios tabúes, prejuicios y conflictos.

Los mayores, queramos o no, somos los artesanos que esculpimos en la materia prima que aporta individualmente cada adolescente, según sus propios espacios vitales, esa importante y hermosa manifestación de su personalidad que es la sexualidad.

¿Cómo hacerlo? ¿Qué esperan de nosotros los adolescentes en lo referente a su crecimiento sexual? ¿Cómo evitarles riesgos y trastornos innecesarios? ¿Qué hacer para garantizar la salud sexual y reproductiva y la calidad de vida de los adolescentes? Preguntas que numerosos padres y madres nos hemos hecho más de una vez.

La Dra. Alicia González, de larga experiencia en la Pedagogía, refiere que, ante todo, es importante tener muy presente que la preparación para la vida sexual, de pareja, familiar y reproductiva del ser humano y, en particular del adolescente, comienza con la vida, en las edades más tempranas, con los saberes, los valores, los modelos conductuales que la familia y los adultos en general les transmitimos a diario en el proceso de socialización.

La sexualidad, como toda manifestación vital, tiene un conjunto de expresiones biológicas espontáneas, pero ellas por sí solas no determinan las transformaciones psicosexuales y sociales del ser humano en cada etapa, estas tienen un fundamento esencial en los procesos de aprendizaje que impulsan el crecimiento, desarrollo y la maduración de la sexualidad y de la personalidad total.

Por ello, recomienda que el ser humano aprenda desde las más tiernas edades a ser sexuado, a convertirse en un individuo masculino o femenino plenamente identificado con su cuerpo sexuado, que transitará a partir del nacimiento y hasta su muerte, por diversos estadios, en cada uno de los que vivenciará y expresará, de una manera u otra, necesidades, motivaciones, intereses sexuales, que se manifestarán a través de determinadas conductas que deben ser comprendidas y orientadas de forma efectiva por las personas encargadas de su educación.

Los educadores, padres y madres, maestros y maestras y adultos en general, están en el deber de documentarse para comenzar la orientación temprana de las chicas y chicos, desde la primera infancia y en especial desde las etapas preadolescentes.

La manera de garantizar que sean protegidos de los trastornos de la sexualidad es ofrecerles conocimientos sobre salud sexual y reproductiva y resguardar su calidad de vida que solo se logra mediante un proceso educativo, formador de saberes, normas, valores, actitudes, modos de comportamientos, que les permitan aprender a decidir y autodeterminar por sí mismos o por sí mismas, los límites de su sexualidad, las formas particulares de vivenciarla y expresarla, de autodefinir qué es lo factible, positivo que les permita crecer de manera plena, feliz y responsable y hacer crecer a los que les rodean.

Esto se logra a través de una educación sexual que potencie aquellas manifestaciones que enriquezcan todas las esferas de su vida personal y social, sin dañar la ajena.

Sólo un proceso de educación sexual participativo que los involucre en su propia formación y desarrollo, que los capacite para elegir protagónicamente y tomar progresivamente —en la medida en que logra la madurez para ello— las riendas de su vida, con una profunda conciencia crítica de la trascendencia de sus actos.

En fin, prepararlos para que sean capaces de ejercer su derecho a la libertad de elección de formar sus propios proyectos de vida, sin perder de vista la responsabilidad que conllevan, ante sí mismos y los demás, sus actos y decisiones.

La educación de la sexualidad, comienza con la sensibilización de los propios educadores y educadoras, en la interiorización de la necesidad de prepararlos con efectividad para enfrentar cada vez de manera más independiente esta trascendental área de su vida.

Pero por otra parte, es fundamental que, ante todo, cada educador se haga un proceso de autorreflexión profundo que le permita penetrar en las intimidades de su propia sexualidad, acceder y comprender sus necesidades y tendencias positivas y negativas, controlar sus debilidades (romper estereotipos, mitos, tabúes y prejuicios) y potenciar sus cualidades y virtudes que serán la riqueza que deberán transmitir con su mejor ejemplo al educando en cuestión.

El proceso de dirección del desarrollo sexual de nuestros niños, niñas y adolescentes comienza sólo cuando los mayores estemos listos para crecer nosotros mismos en el sentido de penetrar, controlar y superar nuestras deficiencias y limitaciones, nuestros conflictos y contradicciones. Sólo entonces estaremos en condiciones de convertirnos en verdaderos y eficientes educadores y orientadores sexuales. (5,9)

Recomendaciones

- Educación y orientación que prepare a los y las adolescentes para gozar del derecho indiscutible de vivenciar y experimentar su sexualidad de forma plena y responsable, para enriquecer así su personalidad y toda su existencia individual y social.
- La familia, los educadores y los adultos que participan en el proceso educativo de niños y jóvenes deben prepararse para asumir la responsabilidad de ser los principales educadores sexuales de sus hijos e hijas, alumnos y alumnas.

Bibliografía

1. "<http://es.wikipedia.org/wiki/Adolescencia>"visitado 17/nov/2007
2. Aliño Santiago M, López Esquiro J R, Navarro Fernández R. Adolescencia. Aspectos generales y atención a la salud. *Rev Cubana Med Gen Integr* 2006; 22(1)
3. Colectivo de autores. Programa Nacional de Atención Integral a la Salud de Adolescentes. MINSAP. 2000
4. Aloyma Ravelo. [Salud Vida](#). 14/ noviembre, 2003.
5. Aloyma Ravelo. [Salud Vida](#). 1 de abril de 2004.
6. García IMIA, Ileana, AVILA GALVEZ, Elena, LORENZO GONZALEZ, Antonio *et al*. Conocimientos de los adolescentes sobre aspectos de la sexualidad. *Rev Cubana Pediatr*, sep.-dic. 2002, vol.74, no.4, p.0-0. ISSN 0034-7531.
7. [Ponle Vida](#) . Sexualidad en la adolescencia.25 de julio de 2005.
8. Aloyma Ravelo. [Salud Vida](#) . Hablemos francamente: el encuentro con la sexualidad de los adolescentes. 24 de septiembre de 2003
9. info@abcsexologia.com. Adolescencia y Sexualidad. 25 Oct, 2007 - 03:13

- ¹ Especialista de I grado en Pediatría y Master en Atención Integral al Niño
- ¹ Especialista de I grado en Urología, Diplomado en Urología Pediátrica
- ¹ Licenciada en Psicología y Master en Intervención Comunitaria
- ⁴ Estudiante de Quinto año de Medicina