

XXV EDICIÓ N CURSOS DE VERANO UNED 2014

PROMOCIÓ N DE LA SALUD SEXUAL

Rafael Ballester Arnal

Universitat Jaume I de Castelló



Dimensiones de la sexualidad

DIMENSIÓN BIOLÓGICA: nuestro cuerpo es sexuado

DIMENSIÓN PSICOLÓGICA: nuestra mente es sexuada

DIMENSIÓN INTERPERSONAL: nuestras relaciones interpersonales mediatizan y son mediatizadas

DIMENSIÓN SOCIO-CULTURAL: nuestra sociedad y culturas son sexuadas

SALUD SEXUAL

“Integración de elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual, por medios enriquecedores que potencien la personalidad, la comunicación y el amor” (OMS, 1975)

SALUD SEXUAL

No la mera ausencia de disfunciones

- Tiene que ver con el desarrollo de la sexualidad en todas sus vertientes (biológica, psicológica y social). Biopsicosocial por excelencia.
- Con el desarrollo de actitudes sexuales saludables:
 - sexualidad sin culpabilidades ni represiones,
 - decisión libre,
 - placer compartido,
 - prevención de riesgos,
 - respeto a la diversidad,
 - disfrute

BIENESTAR implica:

Conocimientos: BIEN INFORMADOS

Toma de decisiones: LIBERTAD

Etica interpersonal: RESPETO

No asumir riesgos: RESPONSABILIDAD

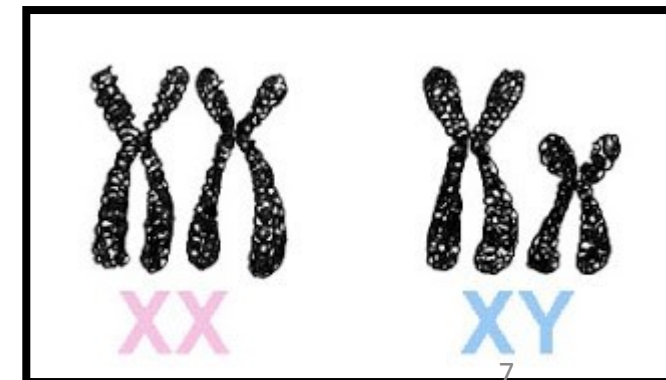
1. CONOCERSE UNO MISMO

Construir la identidad: Identidad de género (estereotipos), Imagen corporal y Cambios corporales

Conocer el propio cuerpo y cuidarlo: Autoexploración, anatomía y respuesta sexual



Cuando hablamos de **SEXO** nos referimos a:



GÉNERO ⇒ SIGNIFICADO PSICOSOCIAL ASIGNADO AL SEXO

ROL DE GÉNERO

ESTEREOTIPOS DESCRIPTIVOS



ESTEREOTIPOS PRESCRIPTIVOS



A partir del **Dimorfismo** aparente se interiorizan por **observación, modelado, etc.** las características que se consideran masculinas o femeninas adaptando el **comportamiento a las normas y roles** asignadas arbitrariamente a su **género en su cultura**



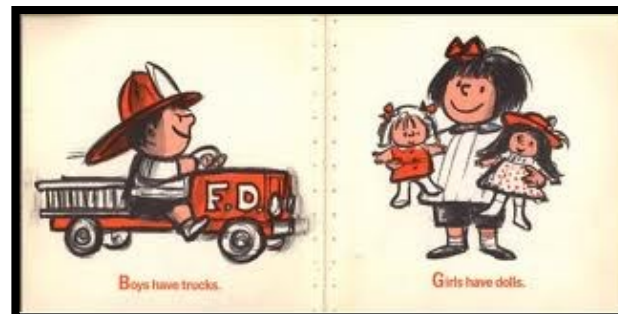
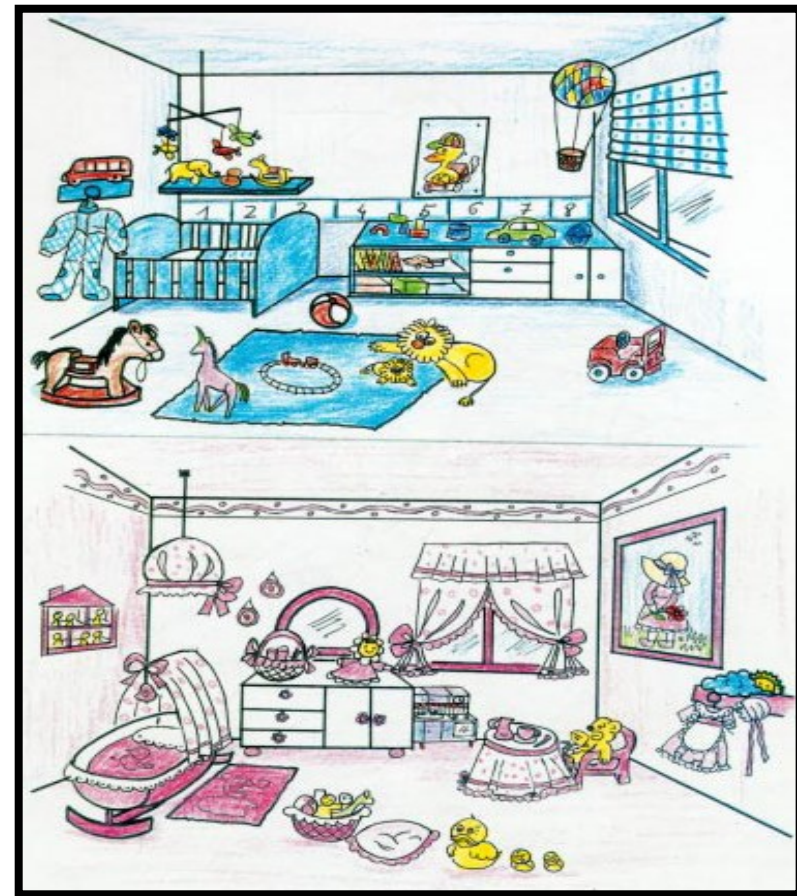
Su influencia comienza a manifestarse desde **antes del nacimiento** y las **expectativas** ya se ponen de manifiesto en los preparativos:

La **Decoración**:

- Para los niños suelen predominar los animales y el color celeste.
- Para las niñas flores, volantes, lazos y el color rosa.

Los **Juguetes**:

- Las niñas tendrán más muñecas y juguetes de tipo doméstico,
- Los niños más coches, materiales educativos y de tipo deportivo.



CONDUCTA

INTERPRETACIÓN ⇨ RESPUESTA ADULTA

CONSECUENCIAS PARA EL DESARROLLO



INQUIETUD

“Desea jugar” ⇨ Se le estimula

Activo

“Está nerviosa” ⇨ Se la tranquiliza

Pasiva

LLANTO

“Expresar las emociones mediante el llanto es de niños débiles” ⇨ No se le deja llorar

Controla emociones

“Las niñas necesitan llorar para expresar sus emociones” ⇨ Se la deja llorar

Manifiesta emociones





Desde los cuentos que les narramos o los dibujos que ven en la televisión, los niños van aprendiendo qué características son más o menos aceptables en los hombres y las mujeres

Los **Estereotipos de Género** son el conjunto de **Creencias Compartidas** dentro de un **Cultura** sobre los **Atributos** y **Características** que deben tener **Hombres** y **Mujeres**.

Autocontrol
Dominio
Agresividad
Valentía
Racionalidad
Amor al riesgo



Inestabilidad emocional
Pasividad
Ternura
Dependencia
Intuición

¿Por qué son tan perniciosos los estereotipos de género?

Sirven para **justificar** las acciones colectivas de unos grupos sobre otros: **Negación de Derechos y Oportunidades.**

Los **Prejuicios Manifiestos** (abierto, explícito, expresado, confesado) **no están bien vistos** pero los **Prejuicios Sutiles** (soterrados, latentes) **se mantienen** y son mucho más **devastadores** que los manifiestos

UNIDIMENSIONALIDAD

Terman y Miles (1936)



MODELO DE CONGRUENCIA

la mayor salud mental va condicionada por la congruencia entre sexo biológico y género femenino o masculino.

ESTEREOTIPOS DE RASGOS MASCULINOS

- Estabilidad emocional
- Mecanismos de autocontrol
- Dinamismo
- Agresividad
- Tendencia al dominio
- Afirmación del yo
- Objetividad
- Cualidades y aptitudes intelectuales
- Aspecto afectivo poco definido
- Aptitud para las ciencias
- Racionalidad
- Franqueza
- Valentía
- Eficacia
- Amor al riesgo

ESTEREOTIPOS DE RASGOS FEMENINOS

- Inestabilidad emocional
- Falta de control
- Pasividad
- Ternura
- Sumisión
- Dependencia
- Subjetividad
- Poco desarrollo intelectual
- Aspecto afectivo muy marcado
- Intuición
- Irracionalidad
- Frivolidad
- Miedo
- Incoherencia
- Debilidad

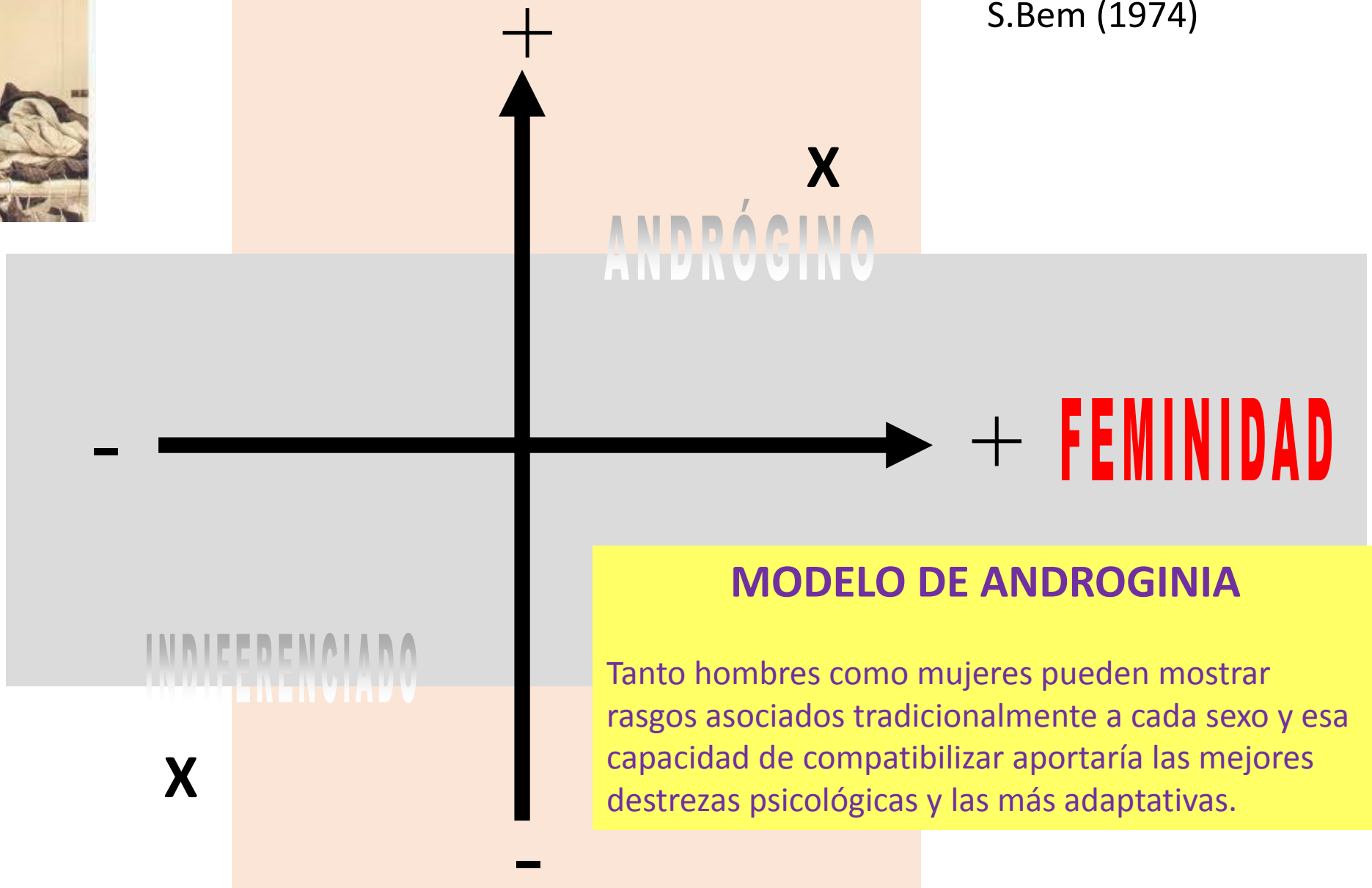
El Hombre Perfecto



MASCULINIDAD

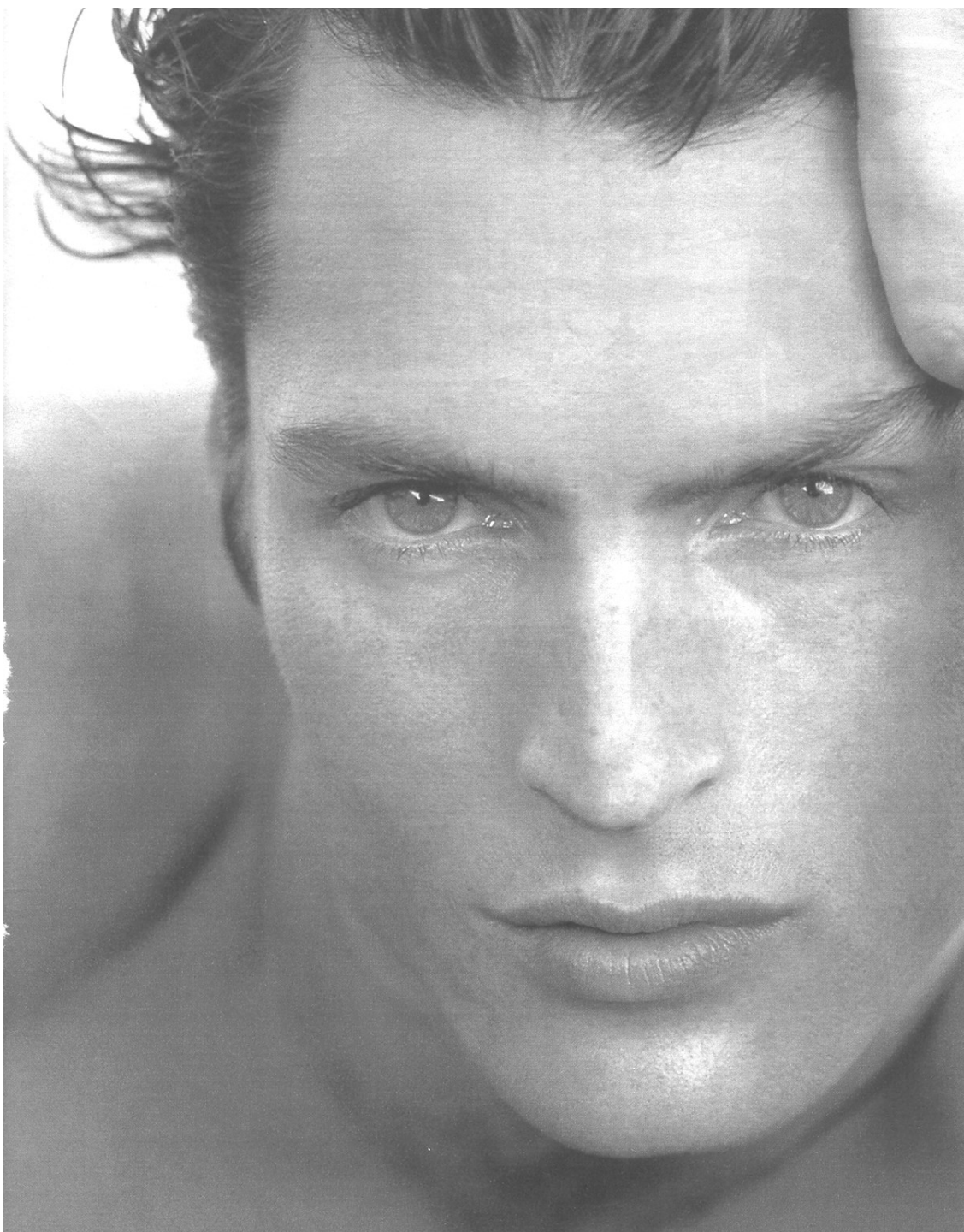
BIDIMENSIONALIDAD

S.Bem (1974)



RASGOS DE UNA PERSONA CON UN DESARROLLO INTEGRAL

- Estabilidad emocional
- Mecanismos de autocontrol
- Ternura - agresividad
- Docilidad
- Afirmación del yo
- Aptitudes intelectuales
- Objetividad
- Aspecto afectivo definido
- Intuición
- Aptitud para las ciencias
- Franqueza
- Valentía
- Eficacia
- Amor al riesgo
- Racionalidad



“Generalmente los hombres aprenden lo que no deben ser para ser masculinos antes que lo que pueden ser”

R. Hartley (1959):

Convencerse y convencer de tres cosas:

que no se es una mujer,
que no se es un bebé,
que no se es homosexual.

Las mujeres viven en continua contradicción...

- Han de cuidar su cuerpo para ser atractivas pero han de hacerse valer por su inteligencia en un mundo de hombres
- Han de compaginar el rol de cuidadoras (de bebés, de ancianos, del hogar,...) con el de trabajadoras competitivas
- Han de ser sensibles pero fuertes



PERSPECTIVAS POSTESTRUCTURALISTAS

- Se basan en dos premisas:
 - Enfatizan el protagonismo individual y la **subjetividad** de cada persona, de manera que el proceso de construcción de la identidad es de carácter emocional, subjetivo e interior y, por tanto, es mutable.
 - Destacan el papel del relevo sociocultural **rechazando el protagonismo que la cultura occidental le ha dado al dimorfismo sexual**

TEORÍA QUEER: Fuerte crítica desesencializadora afirmando que el sexo no constituye un único criterio decisorio para establecer las pautas identitarias. Es imprescindible contar con otros componentes que se interrelacionan y combinan continuamente: género, etnicidad, edad, nacionalidad, destrezas o habilidades personales y la interpretación que de cada una de ellas haga el individuo.

MULTIDIMENSIONALIDAD

Spence (1993)

IDENTIDAD DE GÉNERO: alude al sentido básico de masculinidad/ feminidad que un individuo tiene

RASGOS DE PERSONALIDAD INSTRUMENTALES Y EXPRESIVOS: asociados estereotípicamente con los hombres y mujeres occidentales

INTERESES RELACIONADOS CON EL GÉNERO: derechos de los hombres y las mujeres

ORIENTACIÓN SEXUAL

EN CONCLUSIÓN...

- * **Cisgénero:** término social aplicado a aquellas personas que poseen una identidad de género concordante con el papel social que es asignado a su género biológico.
- * **Transgénero:** Hay discordancia entre identidad de género, sexo biológico y comportamiento acorde al género biológico prefiriendo verse enmarcado en un continuo masculinidad-feminidad
- * **Transexual:** es una identidad en la que una persona se identifica, desea vivir y ser aceptada como una persona del sexo opuesto a su sexo biológico.
 - * Desde el nacimiento se debió pertenecer al género opuesto.
 - * Frecuentemente involucra el deseo de otro cuerpo que es obtenido mediante cirugías de reasignación de género y tratamientos hormonales de reasignación de género.



B. Conocer, cuidar, querer
y explorar el propio cuerpo

Imagen corporal



Estereotipos corporales

HOMBRE IDEAL

Actualmente en la sociedad occidental sería el mesomorfo

Cuerpo musculoso que se cultiva a través del ejercicio físico

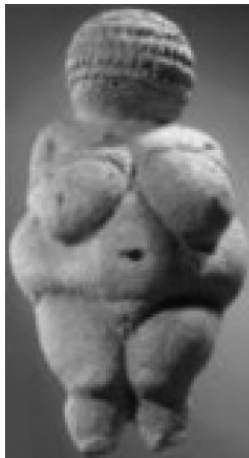
Biopsicotipos (Sheldon,1954)

- Endomorfo: blando, redondo, gordo
- Mesomorfo: robusto, musculoso, atlético
- Ectomorfo: alto, delgado, frágil

MUJER IDEAL

Actualmente en la sociedad occidental sería el ectomorfo

Cuerpos tubulares, esbeltos y extremadamente delgados potenciándose la pérdida de peso



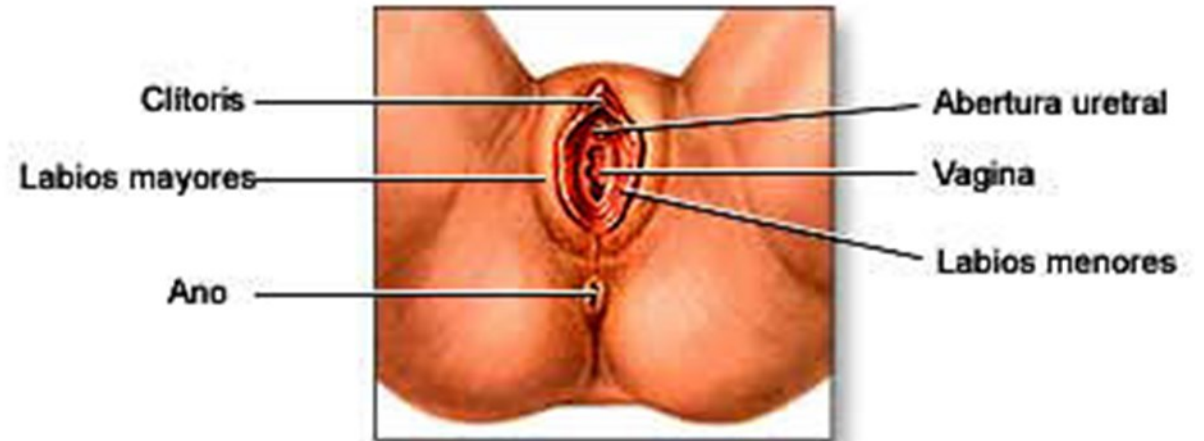
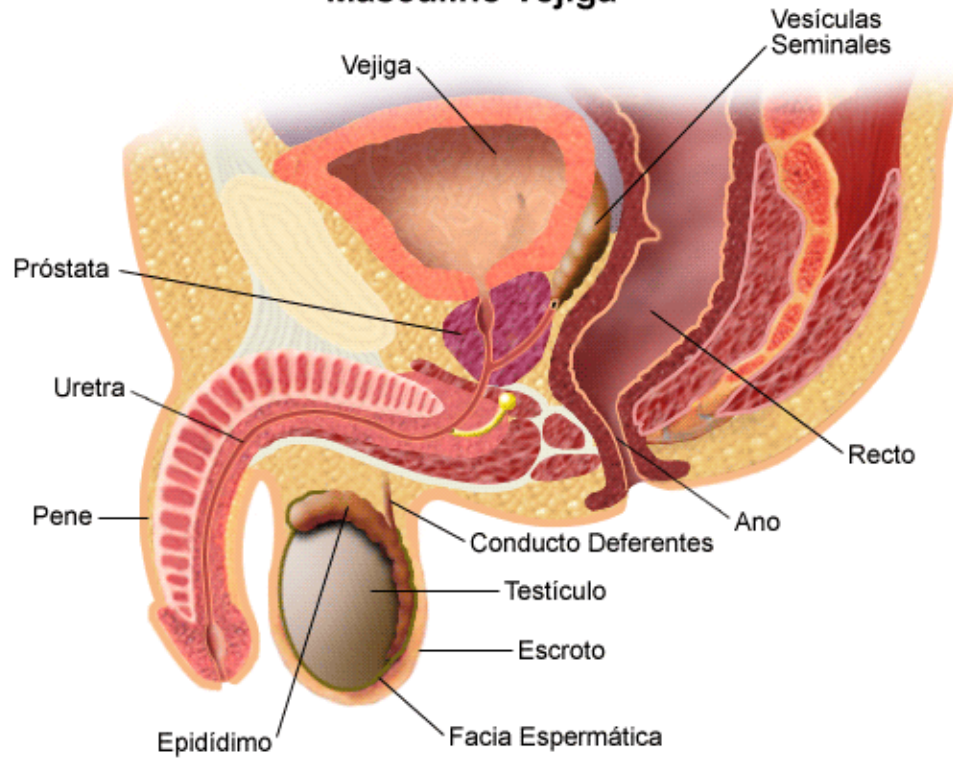
El estereotipo femenino impone un patrón *contra natura* puesto que de forma natural el cuerpo de las mujeres tiene forma de ánfora y no de tubo dando lugar a un descontento normativo lo que no sucede en el caso del hombre pues en él el ideal de belleza es más acorde con su constitución.

Incidencia de la insatisfacción con la imagen corporal en la adolescencia

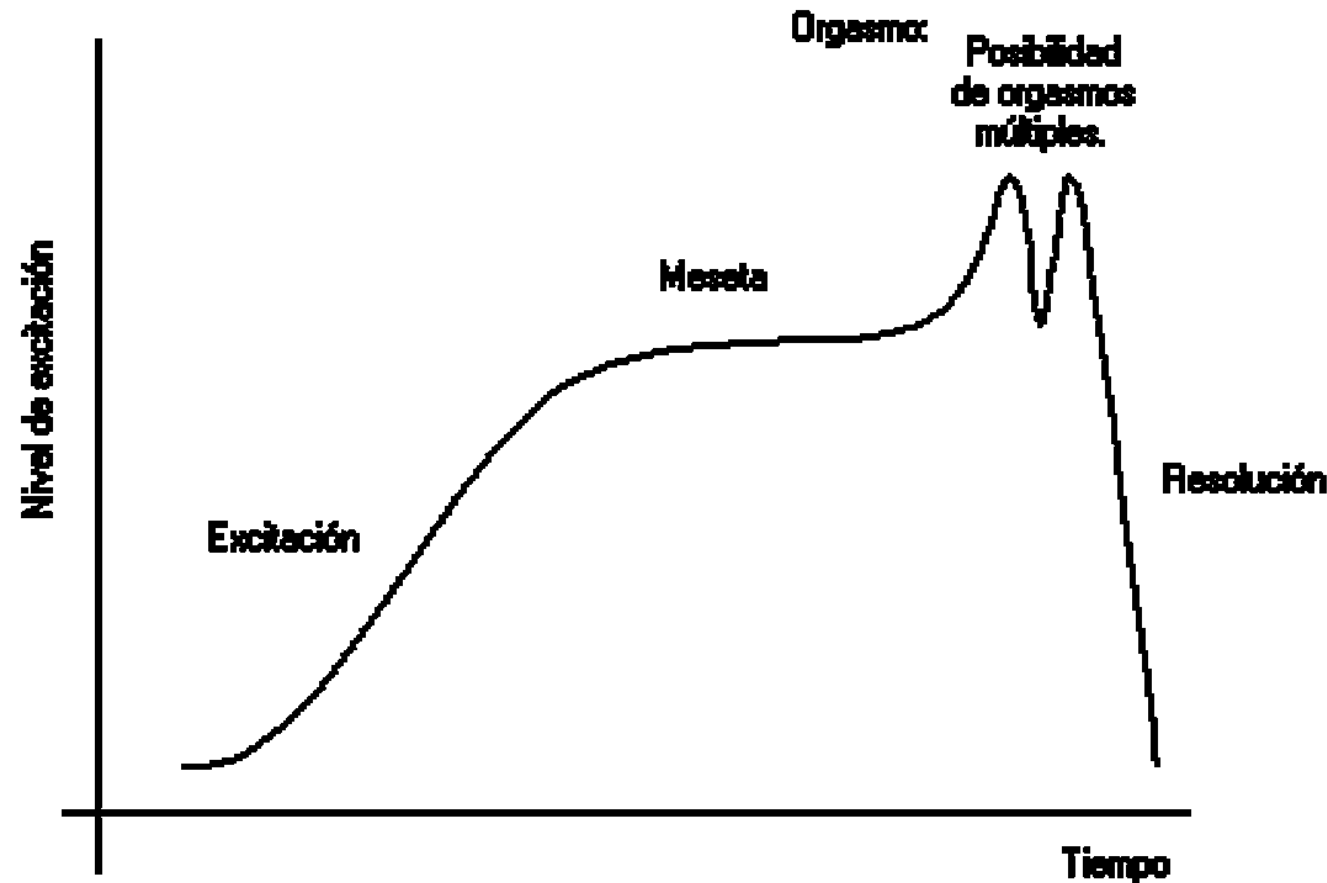
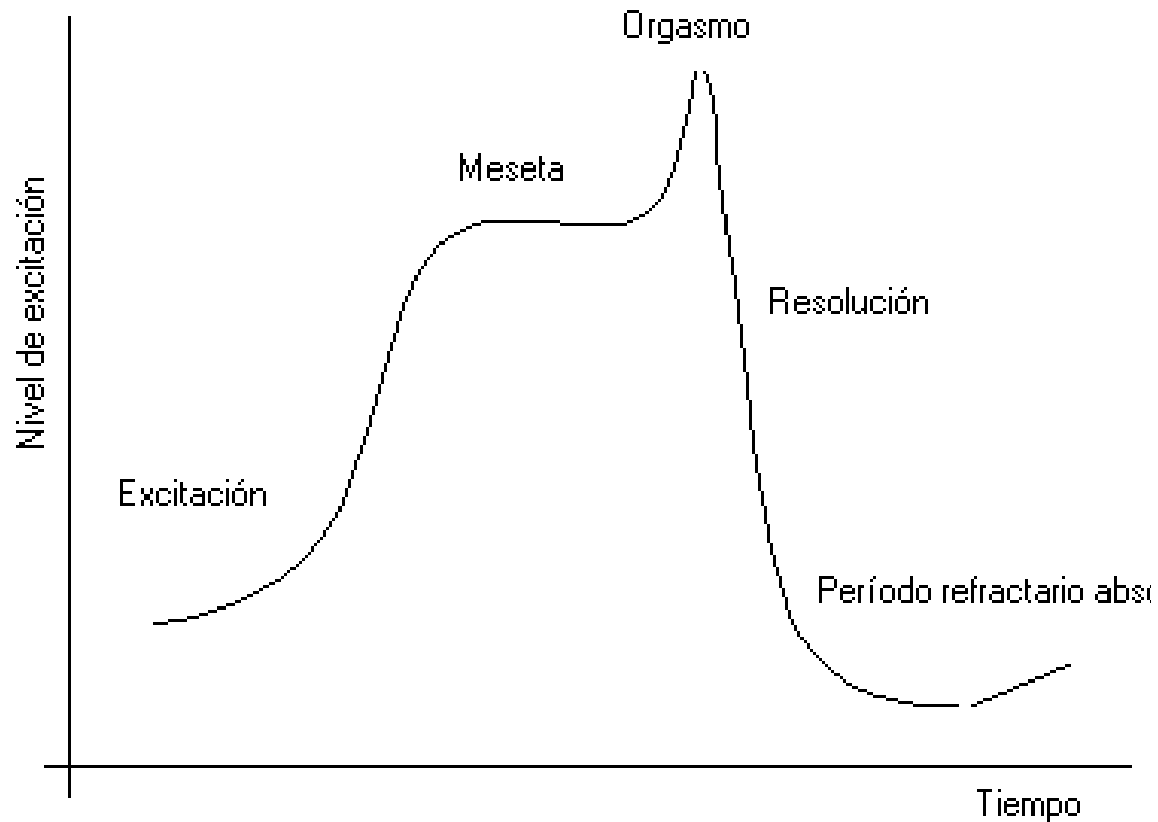


- El 14,2% de las adolescentes españolas y el 23% de latinoamericanas presentan una gran insatisfacción con su propio cuerpo, lo cual aumenta de manera alarmante en mujeres de 13 a 15 años y se mantiene hasta los 18 años.

Aparato Reproductor Masculino



Respuesta sexual humana



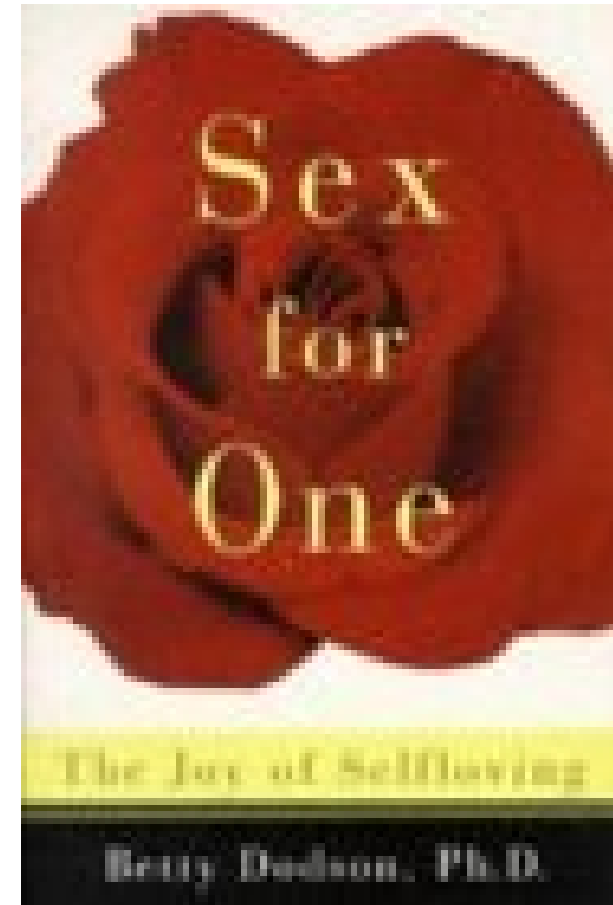
Comprensión y aceptación de los cambios corporales

- Las hormonas producen cambios no solo en el plano de la apariencia física sino también en el comportamental.
- Estos cambios son especialmente relevantes en dos momentos evolutivos: el que rodea a la menarquía y a la menopausia



AUTOEXPLORACIÓN Y MASTURBACIÓN

- ▶ ¿Es normal o deseable la masturbación?
- ▶ Un elevado porcentaje de individuos la practican
- ▶ ¿No masturbarse constituye un trastorno?
Betty Dodson: “Sexo para Uno”
- ▶ Utilidades de la masturbación:
 - Autoconocimiento
 - Posibilidad de comunicar a la pareja
 - Disfrute sexual de uno mismo
 - Igualador de deseos
 - Uso terapéutico
- ▶ Masturbación masculina y femenina



2. RELACIONES INTERPERSONALES

Orientación sexual

Amor-relaciones de poder

Sexualidad sin reproducción: prevención de embarazos no deseados

Sexualidad y salud: prevención de infecciones

A. Explorar las preferencias: orientación sexual

Se refiere al objeto de los deseos eróticos o amorosos de un individuo como una manifestación más en el conjunto de su sexualidad

HETEROSEXUALIDAD



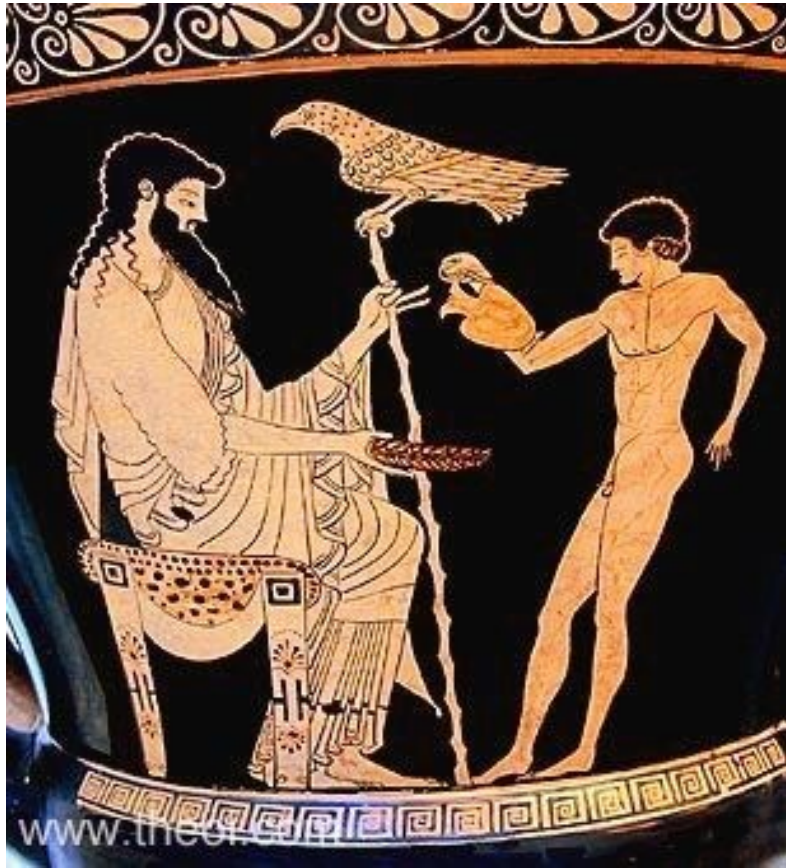
- ▶ La orientación sexual de mayor prevalencia
- ▶ Una función biológica de supervivencia de la especie
- ▶ ¿Qué importancia tiene la supervivencia de la especie como motivación individual para las relaciones sexuales?
- ▶ La sexualidad humana como creación cultural
- ▶ ¿Una sola heterosexualidad? Prácticas sexuales, preferencias en el otro sexo, frecuencia sexual, tipo de relación...

HISTORIA DE LA HOMOSEXUALIDAD

- ▶ Historia de la homosexualidad
 - Tradición judaica primitiva
 - Antigua Grecia (Zeus, Poseidón, Aquiles, filósofos y soldados)
 - Imperio Romano
 - Cristianismo: la homosexualidad como pecado
 - San Agustín (S.IV)
 - Santo Tomás de Aquino (S.XIII)
 - Cualquier acto no encaminado a la procreación es contrario a la naturaleza
 - Desde el 342 podía llevar a la tortura y muerte en la hoguera



Zeus y Ganímedes



Aquiles y Patroclo (Homero)





Imágenes homoeróticas,
menos explícitas: hombre
cortejando a un chico con
presentes: guirnalda,
conejo o gallo

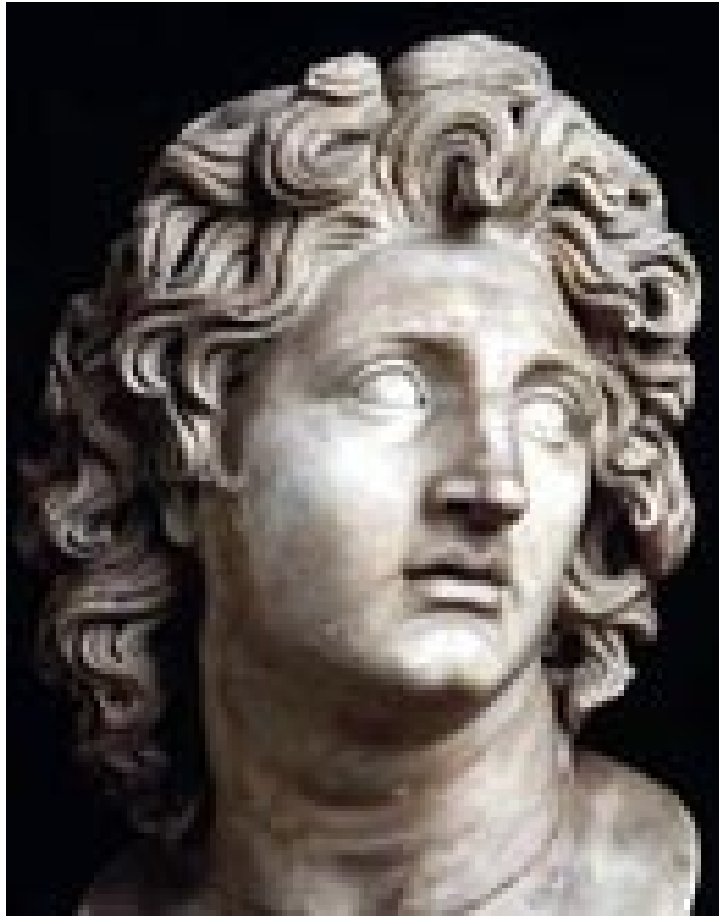


Theognis de Megara a Cirno (S.VI a.C)



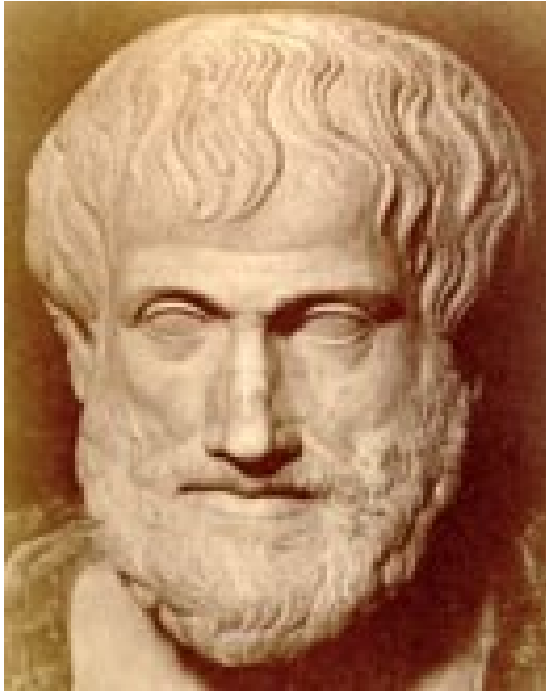
- (1328-1329) Oh joven (¿Cirno?), mientras que tengas aún imberbe la barbilla, no dejaré de acariciarte aunque tenga que morir por ello
- (1330-1334) Para ti el dar es todavía honorable y para mí que te amo no es deshonoroso pedir; pues bien, te lo suplico por mis padres, ten piedad de mí, oh bello joven, concediéndome tus favores...
- (1335-1336) Feliz el que estando enamorado hace los ejercicios del gimnasio y cuando llega a casa duerme durante todo el día con un hermoso joven
- (1342) ¡Ay! Amo a un joven de piel delicada que me expone a las miradas de todos mis amigos aún en contra de mi gusto. Aguantaré muchas violencias que no deseo sin hacer secreto de ellas; pues no es un joven indigno aquel bajo cuyo yugo se me ha visto caer.

ALEJANDRO MAGNO



- Según nos dice Ateneo, sentía "una pasión sin límite por los muchachos hermosos".
- El joven a quien más amó, de su propia edad, era el amigo de su adolescencia **Hefestión** quien murió un año antes que Alejandro en Ecbatana (324 a. C.).
- El pesaroso Alejandro decretó duelo de Estado e hizo construir una pira funeraria de sesenta metros de alto.

ARISTÓTELES



- **ARISTÓTELES** (384-322 a. C.), tuvo relaciones con varios de sus estudiantes adolescentes, entre ellos el "espléndido" **Nicanor**. En sus escritos, sin embargo, se muestra hostil a la pederastia, que critica.

Safo (650 a.C)



(V, 31). “Me parece igual a los dioses aquel varón que está sentado frente a ti y a tu lado te escucha mientras le hablas dulcemente

y mientras ríes con amor. Ello en verdad ha hecho desmayarse a mi corazón dentro del pecho: pues si te miro un punto, mi voz no me obedece,

mi lengua queda rota, un suave fuego corre bajo mi piel, nada veo con mis ojos, me zumban los oídos... brota de mí el sudor, un temblor se apodera de mí toda, pálida cual la hierba me quedo y a punto de morir me veo a mí misma.

Pero hay que sufrir todas las cosas...”

El Levítico



(Habló Yahveh a Moises, diciendo “Habla a los israelitas y diles: Yo soy Yahveh vuestro Dios. No hagáis como se hace en la tierra de Egipto donde habéis habitado. Ni hagáis como se hace en la tierra de Canaan a donde os llevo”

- “No te acostarás con varón como con mujer. Es abominación” (Levítico 18:22)
- Si alguien se acuesta con varón como se hace con mujer, ambos han cometido abominación: morirán sin remedio. Su sangre caerá sobre ellos (Levítico 20:13)
- Interpretaciones modernas apuntan a que pueden interpretarse como una extensión de la prohibición al incesto hombre/hombre dado que están al final de una serie de leyes que regulan el incesto hombre/mujer.

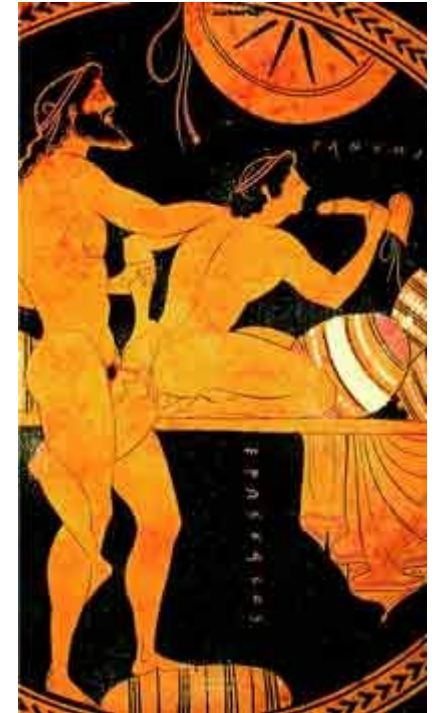
¿NO ES “NATURAL” LA HOMOSEXUALIDAD?



La homosexualidad y la bisexualidad son patrones de comportamiento sexual que pueden ser apreciados en alrededor de 1500 especies animales.

HOMOSEXUALIDADES

- Renacimiento
- S. XVIII y XIX: homosexualidad como enfermedad
- Krafft Ebing: la homosexualidad como resultado de taras genéticas y debilidad del sistema nervioso
- Freud (1925): Dada la disposición bisexual de todos los individuos, la masculinidad y la feminidad puras no pasan de ser construcciones teóricas de contenido incierto.
- Sin embargo, seguía siendo un fracaso en el logro de la heterosexualidad
- Años 60: amor libre. Movimiento gay
- Crítica metodológica a trabajos científicos
- 1975: la APA deja de considerarla como un trastorno



CAUSAS DE LA HOMOSEXUALIDAD

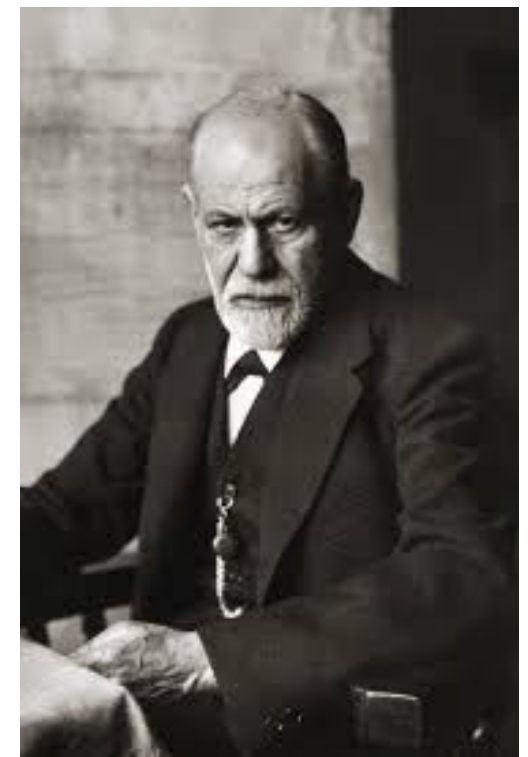
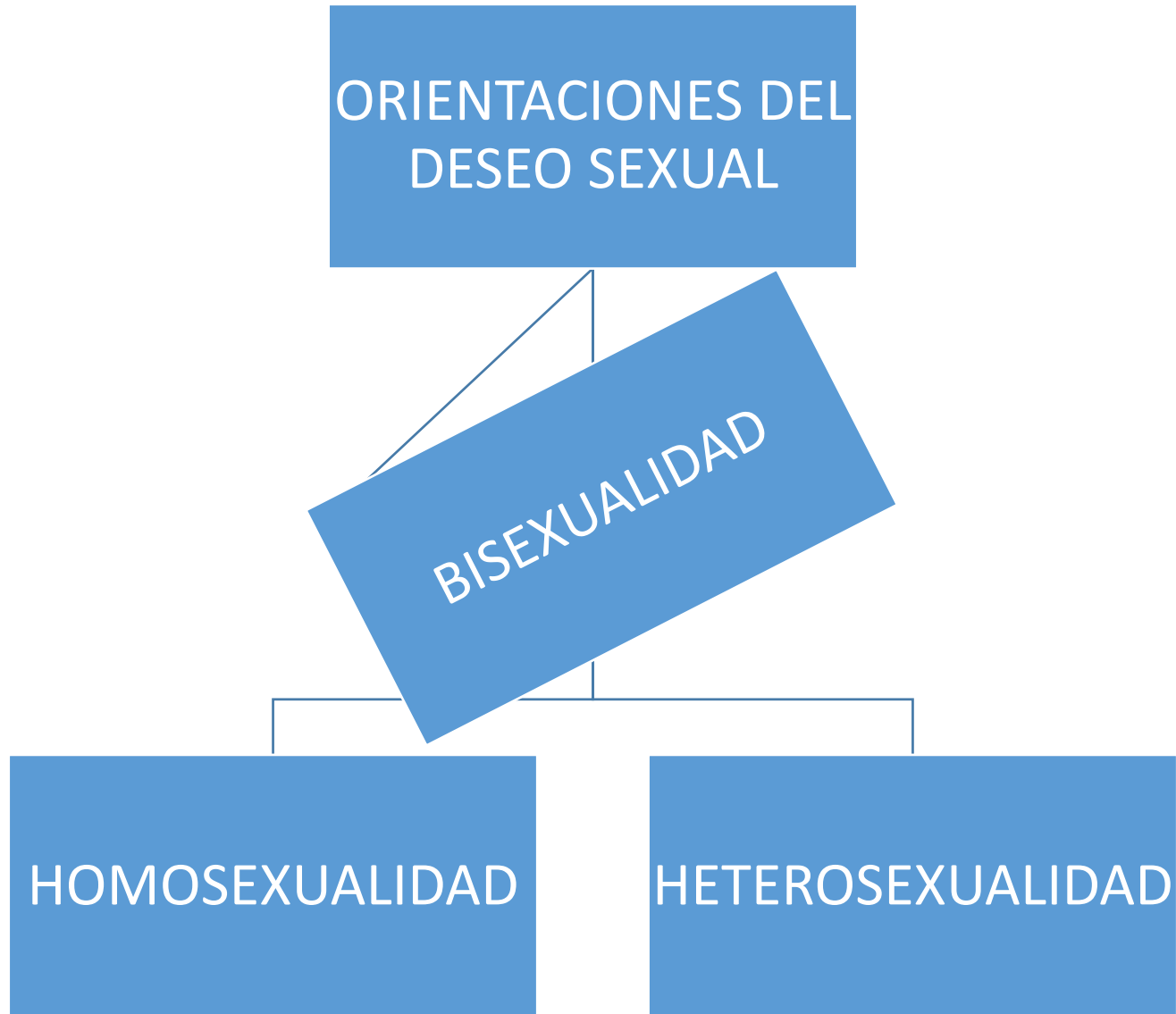


- ▶ Causas biológicas:
hormonales, estructura cerebral (hipotálamo), región Xq28 del cromosoma X
- ▶ Causas psicológicas:
 - La expresión de una bisexualidad innata
 - Cuando la olla a presión no funciona del todo
 - Primeras relaciones
 - Confusión derivada de la rigidez en la adquisición de género: el caso de los adolescentes
 - Abusos sexuales
 - Modelos femeninos



¿QUÉ ES LA HOMOSEXUALIDAD?

MODELO DICOTÓMICO DE FREUD



MODELO UNIDIMENSIONAL DE KINSEY (1948)

- Realizó el más completo estudio sobre la sexualidad masculina.
- Evaluó a cerca de 20.000 hombres
- En 1953 lo llevó a cabo con mujeres.
- Algunos resultados:
 - El 60% de los hombres y el 33% de las mujeres habían participado al menos en una práctica homosexual desde los 16 años de edad. El 10% de los hombres era homosexual. Un 40%, bisexual
 - Además, del 2 al 6% de las mujeres entre 20-35 años, eran "más o menos" exclusivamente homosexuales. Un 13% bisexual
- Recibió críticas por el muestreo (porcentaje importante de reclusos, trabajadores sexuales y voluntarios).



The Kinsey Scale

Heterosexual - Homosexual Rating Scale

Heterosexuality



0

Exclusively heterosexual, with no homosexual.



1

Predominantly heterosexual, only incidentally homosexual.



2

Predominantly heterosexual, but more than incidentally homosexual



3

Equally heterosexual and homosexual.



4

Predominantly homosexual, but more than incidentally heterosexual.



5

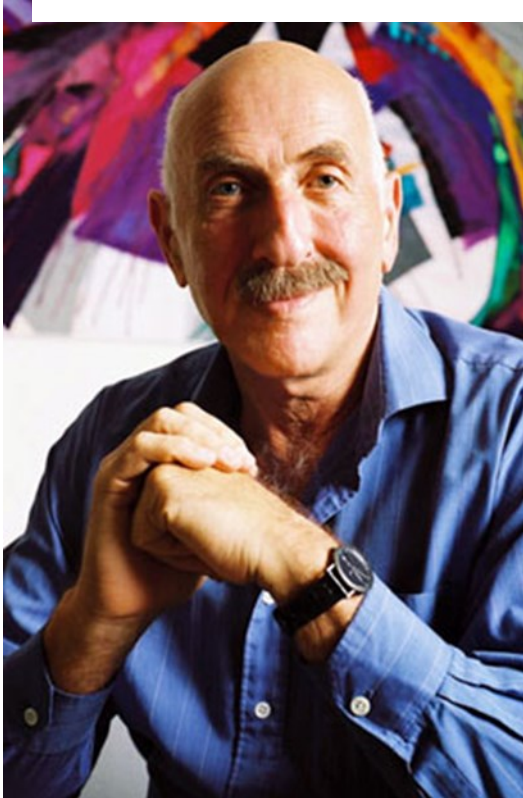
Predominantly homosexual, only incidentally heterosexual.

6

Exclusively homosexual, with no heterosexual.

Homosexuality

MODELO MULTIDIMENSIONAL DE KLEIN (1985)



Sexual Attraction: Who turns you on? Who do you find attractive as a real or potential partner?

Sexual Behaviour: Who are your sexual contacts or partners?

Sexual Fantasies: Whom do you enjoy fantasizing about in erotic daydreams?

Emotional Preference: With whom do you prefer to establish strong emotional bonds?

Social Preference: Which sex do you prefer to spend your leisure time with, and with which sex do you feel most comfortable?

Hetero/Gay Lifestyle: What is the sexual identity of the people with whom you socialise?

Self-identification: How do you think of yourself?

Past: Your life up to 12 months ago.

Present: The most recent 12 months.

Ideal: Your prediction for the future.

Klein publicó *La Opción Bisexual: Un concepto cien por ciento íntimo* en 1978, sobre la base de su investigación, el primer verdadero estudio psicológico de la bisexualidad.

<http://www.youngsouthampton.org/children-and-young-people/advice/relationships/sexuality/klein-sexual-orientation-grid-quiz.aspx>

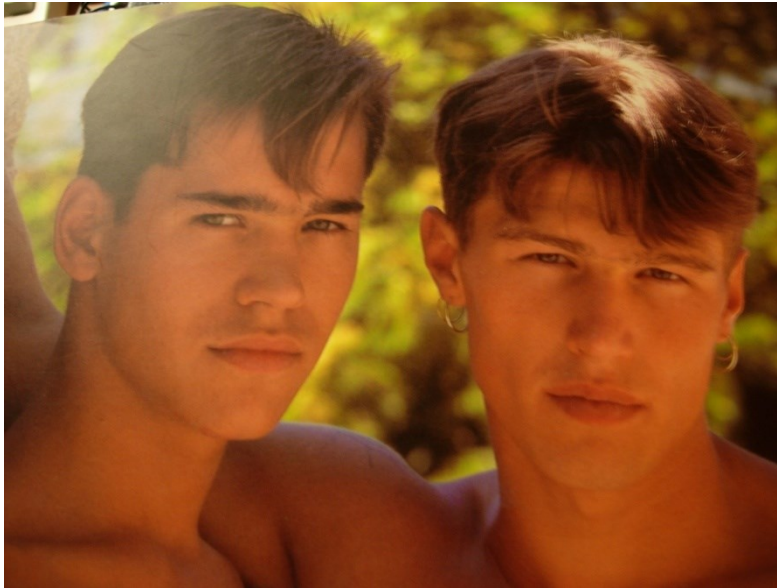
MODELO MULTIDIMENSIONAL DE KLEIN (1985)

VARIABLE	PASADO	PRESENTE	IDEAL
<ul style="list-style-type: none">• Atracción sexual• Conducta sexual• Preferencia emoc• Fantasías sexuales• Preferencia social• Autoidentificación• Estilo de vida	<ul style="list-style-type: none">• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Kinsey• Kinsey	<ul style="list-style-type: none">• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Kinsey• Kinsey	<ul style="list-style-type: none">• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Otro/mismo• Kinsey• Kinsey

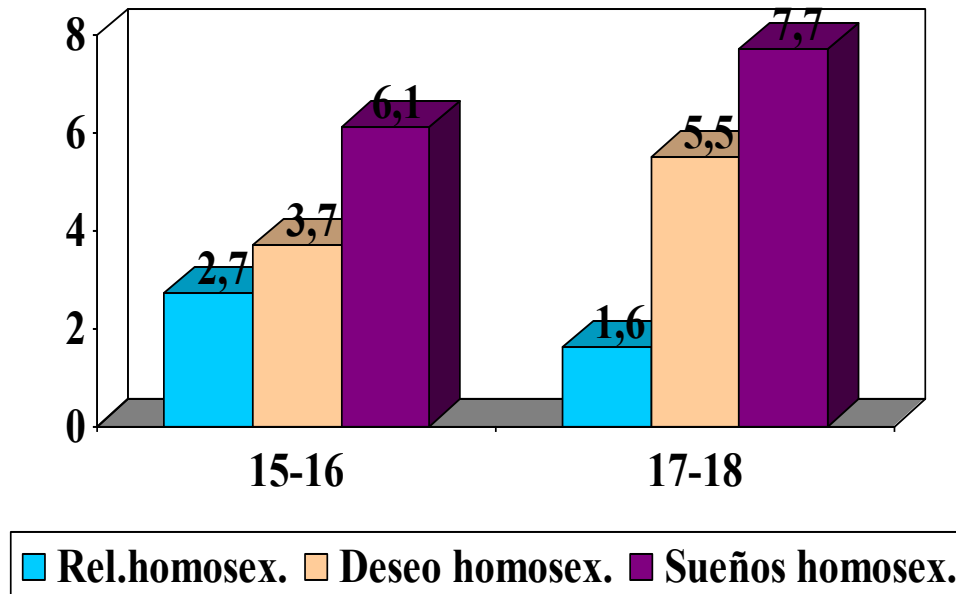
MÁS FRECUENTE DE LO QUE SE PIENSA (Ballester y Gil, 1995)

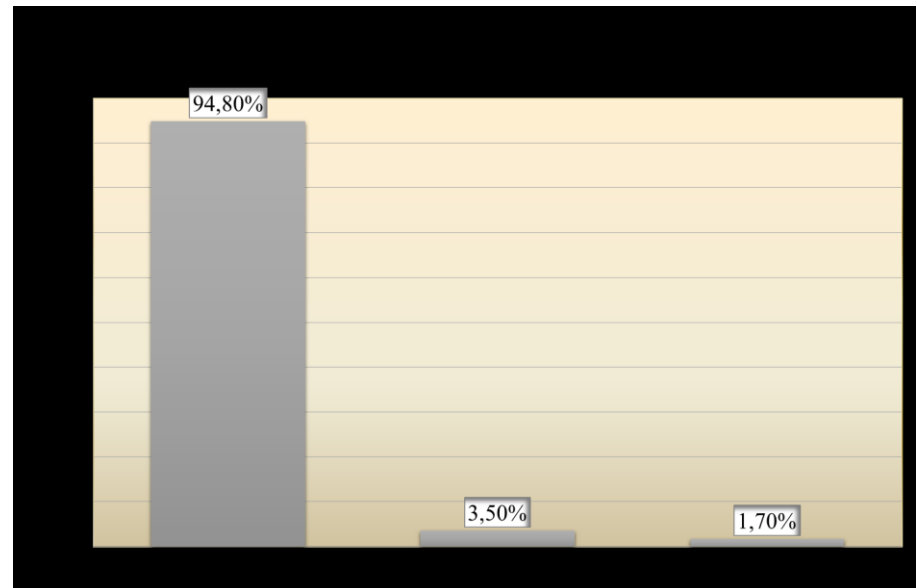
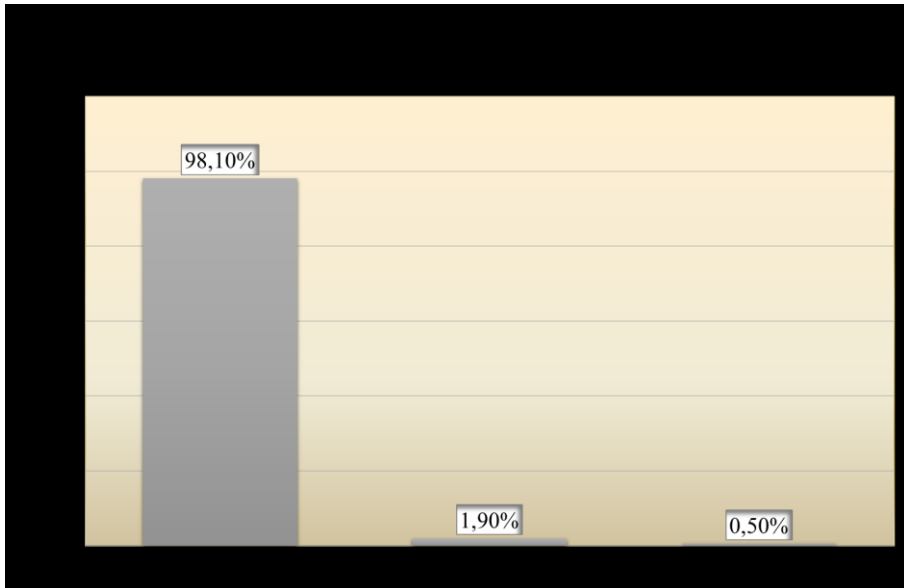
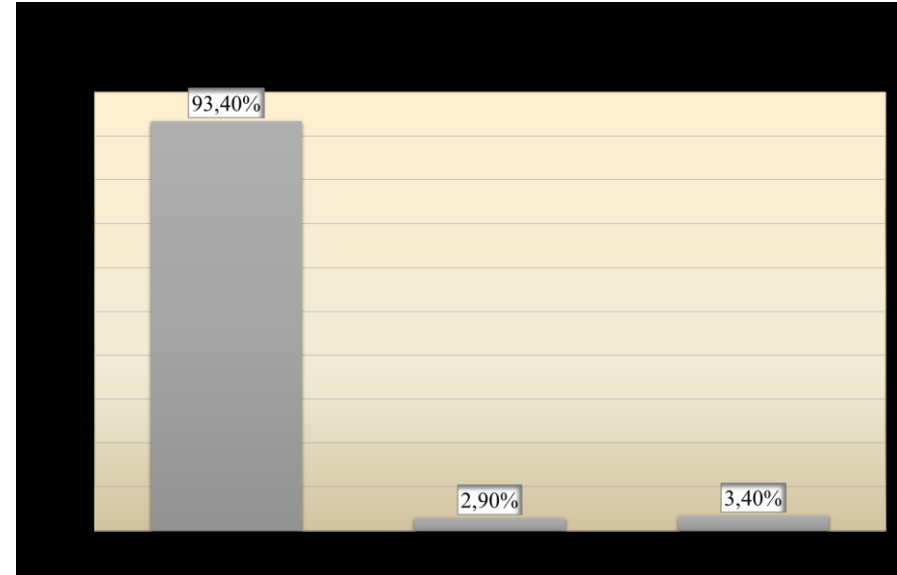
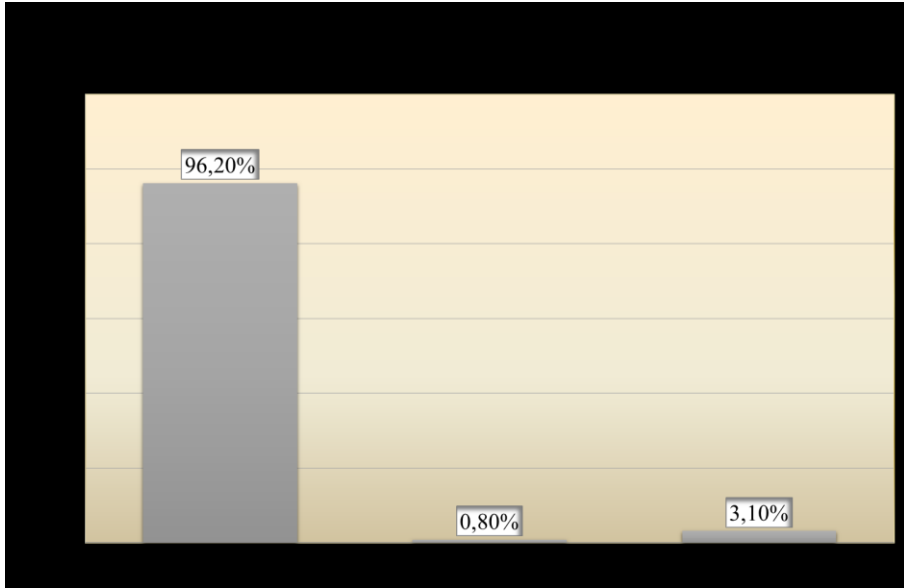
- ▶ Un 4,5% de un total de 1135 sujetos de la Comunidad Valenciana informó haber tenido alguna relación sexual con alguien de su mismo sexo (entre los 19-24 años, el 10% de chicos y 2,5% de chicas)
- ▶ Un 7,7% lo deseó en alguna ocasión (7,1% y 12,5%)
- ▶ Un 18% había tenido fantasías homosexuales (18% y 33%)
- ▶ Estudio de Masters y Johnson respecto a fantasías

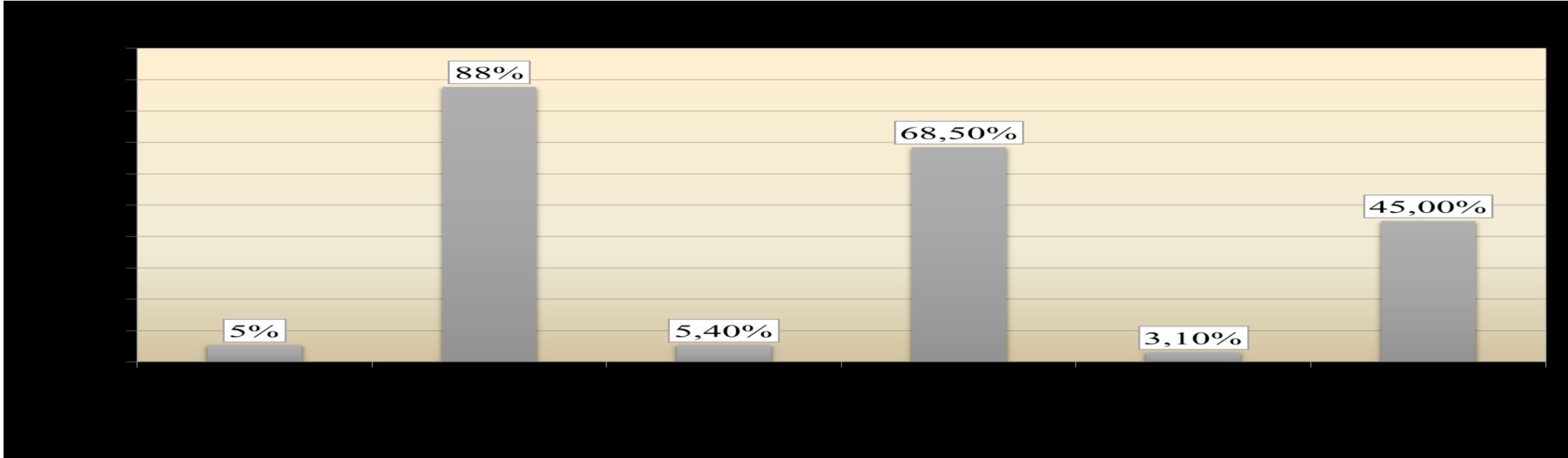
HOMOSEXUALIDAD



Prevalencia de comportamientos, deseos y sueños homosexuales (%)

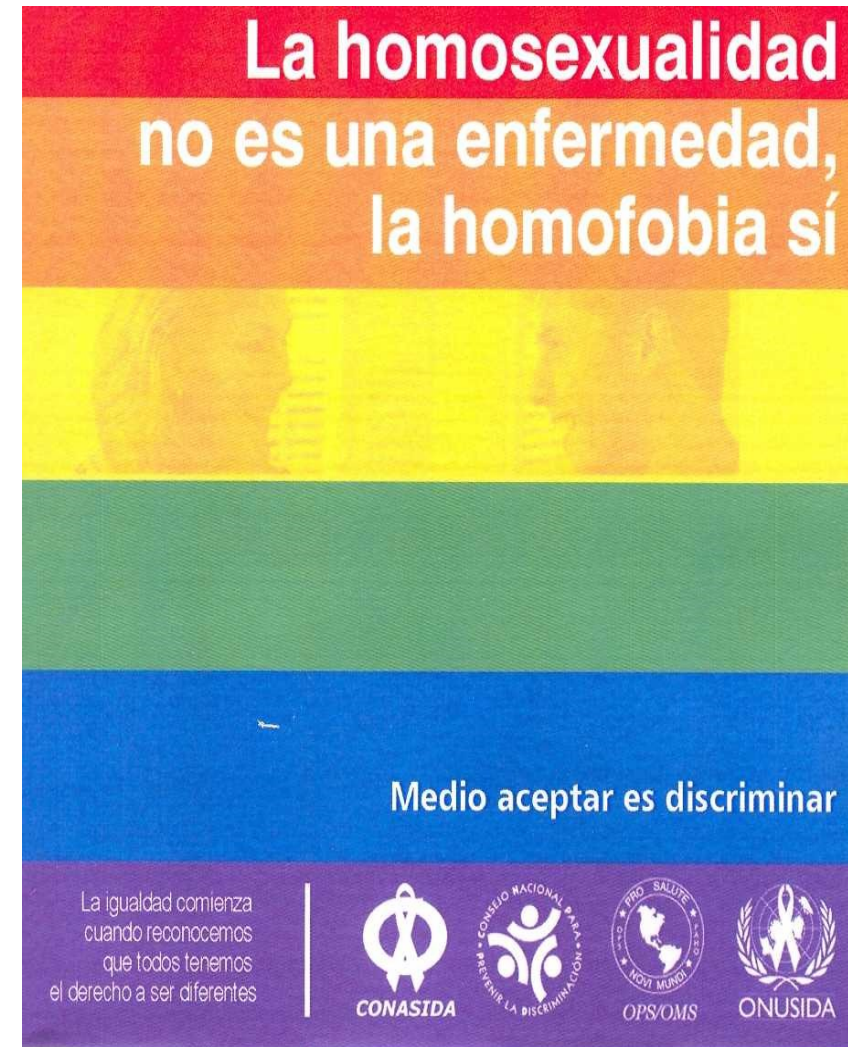






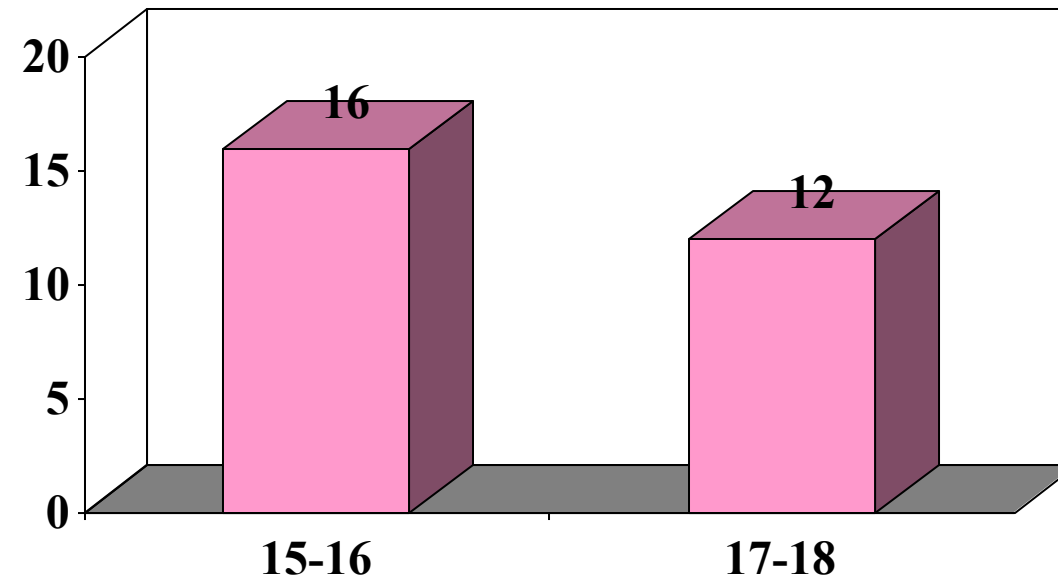
HOMOFOBIA

- ▶ ¿Cuál es la razón de que tantas personas, especialmente los hombres, sientan temor y rechazo hacia la homosexualidad?
- ▶ La hipótesis de Elisabeth Badinter en “La identidad masculina”



HOMOFOBIA

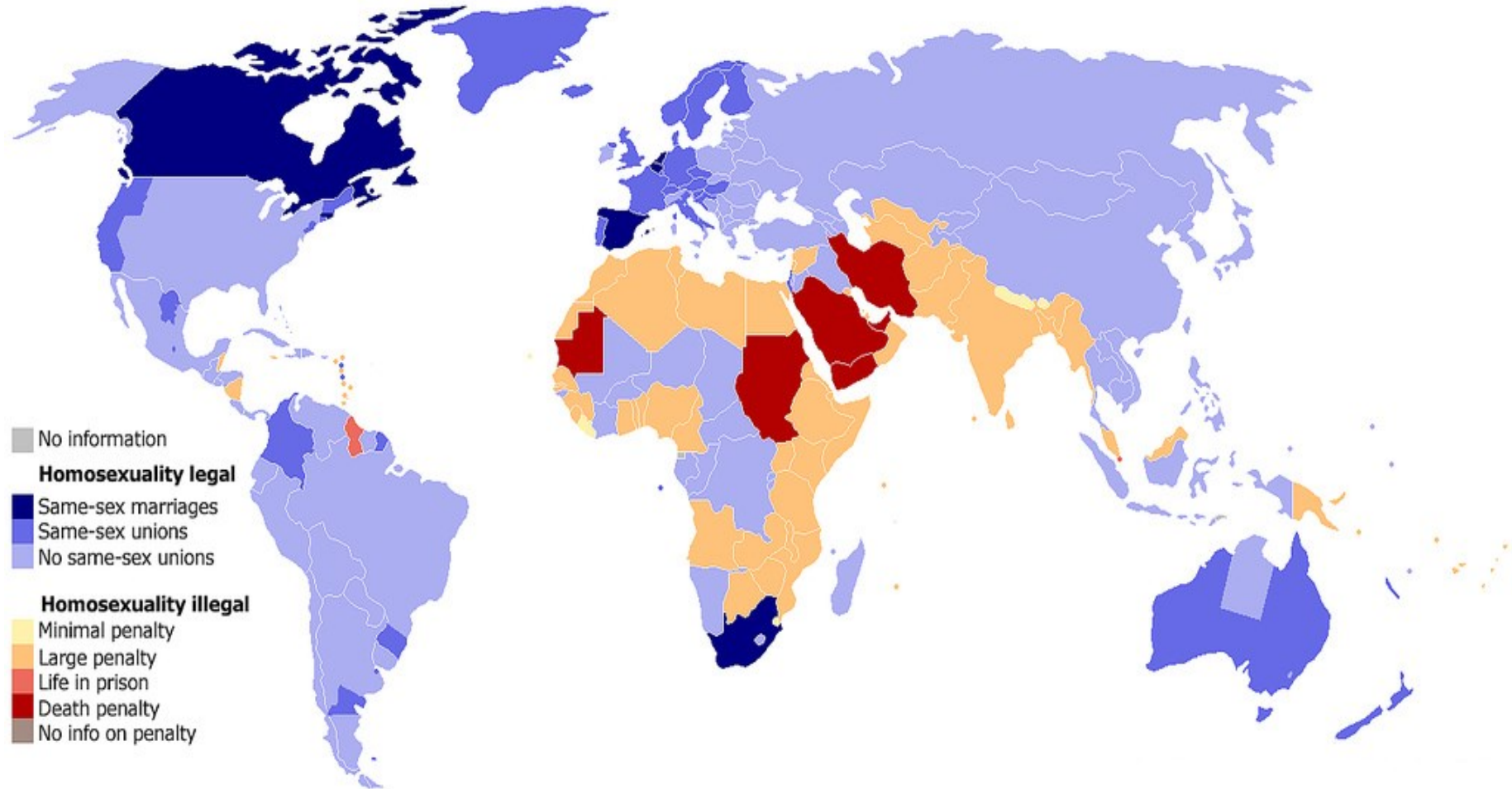
"La homosexualidad es una enfermedad" (%)



Las diferentes variantes del Bullying homofóbico (López, 2010)

	Hombres %	Mujeres %
“Poner verde”	85	69
Ridiculizar públicamente	75	54
Golpear/Dar patadas	68	31
Crear rumores	57	67
Bromear	58	56
Asustar / Intimidar	54	44
Robo de sus pertenencias	47	31
Aislamiento Social	24	41
Abuso sexual	13	5

PERMANECE LA DISCRIMINACIÓN



Engaños del amor romántico:	
Príncipes y princesas.	Sólo los jóvenes, bellos e inocentes son llamados al verdadero amor.
La media naranja.	El amor real es aquel entre el hombre y la mujer auténticos.
Reyes y reinas.	El amor se demuestra con sobreprotección, manutención y servicio.
El aire que respiro.	La compañía se entiende como una necesidad imperiosa e insoslayable.
Esclavos del deseo.	La razón debe ceder ante la exigencia emocional o sexual.
Los celos.	No son la sal y pimienta del amor. Sólo manifiestan afán de dominación.
Abnegación y sacrificio.	Primero es el amado/a. Las propias necesidades deben postergarse.
Dolor y sufrimiento.	Son prueba de entrega y lealtad si se sobrellevan por amor.
El eterno perdón.	Incluso las peores faltas y agresiones se justifican y disculpan por amor.
Y comieron perdices...	Toda tristeza o problema se resuelve y olvida cuando llega el amor.

B. Los mitos del amor

C. Sexualidad sin reproducción: Anticoncepción

EFICACIA (N.º de embarazos por 100 mujeres-año)	
1 sin maniobra o procedimientos contraceptivos	50-80%
2 irrigaciones post-coitales	28-35%
3 coitus interruptus	16-22%
4 ogino (método del calendario)	7-38%
5 método del moco cervical	7-25%
6 método de la temperatura	1-7%
7 diafragma	8-30%
8 preservativo	5-14%
9 espermicidas locales	1-25%
10 diafragma+ espermicidas	4-7%
11 D.I.U. (dispositivo intrauterino)	1-3%
12 inyectable mensual	0,5-8%
13 inyectable trimestral	0,5-8%
14 continuado (pildora)	2-8%
15 secuencial (pildora)	0,5-8%
16 combinado (pildora)	0-1%
17 vasectomía y ligadura de trompas	0%

* Dr. H. Rozenbaum -Regulation des naissances-Encyclopédie medico-chirurgicale-
 * Vassey M. et al.-Efficacy of different contraceptive methods- LANCET 1: 841-842 (1967)

• La eficacia de cualquier método depende de su uso correcto y continuado. • La eficacia de algunos métodos aumenta al combinarse (p.e., diafragma + espermicida). • La eficacia aumenta cuanto la pareja utiliza el método que mejor se adapta a sus preferencias.
 • El uso de cualquier método contraceptivo es más eficaz que no recurrir a ninguno.

PLANIFICAR ES DECIDIR CON TRANQUILIDAD

D. Las conductas sexuales de riesgo

RIESGO PARA LA TRANSMISIÓN DEL VIH ASOCIADO A LAS PRÁCTICAS SEXUALES

* RIESGO ALTO:

Sexo anal receptivo sin protección.

Sexo vaginal receptivo sin protección.

* RIESGO DOCUMENTADO:

Sexo oral receptivo sin protección.

Sexo anal insertivo sin protección.

Sexo vaginal insertivo sin protección.

Sexo oral insertivo sin protección.

RIESGO ASOCIADO A LAS PRÁCTICAS SEXUALES

* RIESGO BAJO:

Cualquiera de las anteriores con protección.

Cunnilingus, sobre todo, con protección.

* SEXO SEGURO:

Besos húmedos.

Sexo protegido con pareja seronegativa.

Monogamia mutua.

Masturbación mutua, masturbación o
masaje.

MODOS DE EVITAR LA TRANSMISIÓN SEXUAL

- Usar preservativos para el coito anal, vaginal y sexo oral.
 1. Preservativos de calidad
 2. En todas y cada una de las relaciones
 3. Colocarlos cubriendo todo el pene
 4. Cuidado con rasgarlos
 5. Evitar los lubricantes grasos
 6. Retirarlos sin derramar el semen
 7. Usarlos sólo una vez



DIFICULTADES EN LA PREVENCIÓN SEXUAL



- inmediatez del refuerzo sexual
- disponibilidad de preservativos
- resistencia o coerción de pareja
- prejuicios contra sexo seguro
- asociación de prácticas de riesgo a amor y confianza

3. SEXUALIDAD Y CULTURA

A. SEXUALIDAD Y NUEVAS TECNOLOGÍAS

- INTERNET ALTERA NUESTROS PATRONES DE COMUNICACIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES
- EL SEXO ES EL TEMA MÁS BUSCADO EN INTERNET (Freeman-Longo y Blanchard, 1998)
- GRAN PARTE DE LA INVESTIGACIÓN SOBRE ADICCIÓN AL SEXO SE DIRIGE A ADICCIÓN AL CIBERSEXO

UNA INDUSTRIA FLORECIENTE

- 1999:
 - 9 millones de personas entraban a internet diariamente
 - El tema más buscado es el sexo
 - En Abril de 1998, 9,6 millones de usuarios entraron en los 10 sitios sexuales más populares
- Cooper y cols (2003):
 - 20-33% de usuarios participan en algún tipo de actividad sexual online
 - Más de 70.000 sitios sexuales (cada día 200 nuevos)

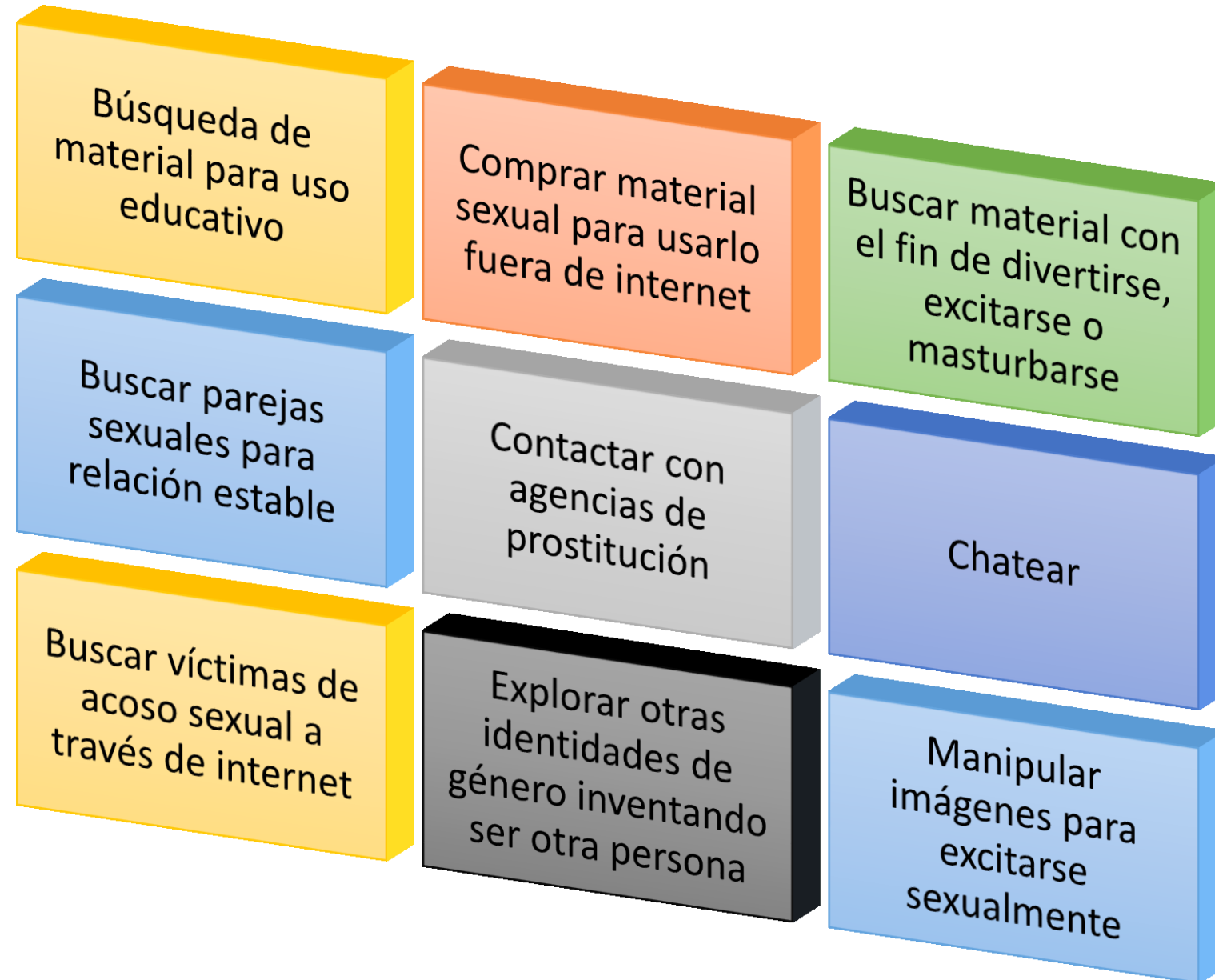
UNA INDUSTRIA FLORECIENTE

- La mitad de dinero que se gasta en Internet está dirigido al ámbito de la sexualidad
 - Versiones online de revistas pornográficas muy extendidas, pornografía de contenido más duro, sexo-bizarro, grupos de discusión sobre parafilias, bibliotecas de imágenes eróticas, vídeos, strip-shows en vivo, sitios con webcams voyeurs
 - En 2001, la industria pornográfica online ya alcanzaba entre 400 millones y 1 billón de dólares

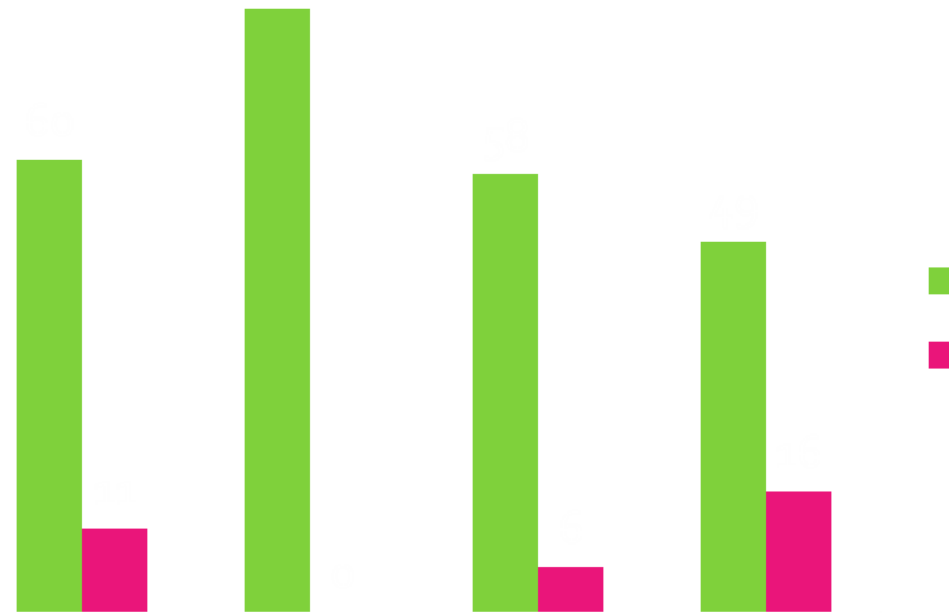
Niños conectados a internet

- Nuestros niños y adolescentes viven en un mundo en el que les llegan multitud de mensajes sexuales
- Internet multiplica esas posibilidades
- Internet es un arma de doble filo
- La responsabilidad nuestra es garantizar el uso saludable de internet por parte de nuestros hijos y alumnos.

¿QUÉ SE BUSCA EN LOS SITIOS SEXUALES?



Me he masturbado mientras estaba conectado a Internet



LOS EFECTOS DE LA PORNOGRAFÍA BUSCADA VOLUNTARIAMENTE

- Häggstrom et al, 2005 (Suecia): los chicos de 18 años que más a consumían, se excitaban y fantaseaban más con ella, habían tenido más relaciones con un amigo, sexo anal y sexo en grupo
- Tanto chicos como chicas decían inspirarse y tener nuevas ideas gracias a la pornografía, pero mientras los chicos tienen actitudes más favorables hacia ella, muchas chicas decían que podía producir distorsiones sobre la sexualidad y demandas.
- Un 58% consumían pornografía blanda , un 31%, pornografía dura y un 3% violenta

LA EXPOSICIÓN A MATERIAL NO DESEADO

- Mitchell et al, 2003 (EEUU) (10 a 17 años): 25% se habían expuesto en el último año a imágenes no deseadas
- La mayoría de imágenes eran personas desnudas, pero el 32% mostraba relaciones y el 7% violencia
- Un 24% se sintió muy o extremadamente impactado..
- Un 21% muy o extremadamente avergonzado
- Un 17% salió inmediatamente de internet
- Un 6% no podía dejar de pensar en lo visto (supone un millón de niños en EEUU)
- Sólo el 57% se lo contó a alguien (el 39% a los padres)

B. ¿Qué es la Sexualidad?: la influencia del espacio y el tiempo

En el pasado

Genitales

¿Dónde?

Procreación

¿Para qué?

Hombre-Mujer

¿Con quién?

Adultos

¿Edad?

Visión reducida

En la actualidad

Todo nuestro cuerpo

Distintos fines

No solo Hombre-Mujer

A lo largo de la vida

Amplia y diversa

PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA SALUD SEXUAL

- La sexualidad como valle que gustas de explorar o como montaña que hay que escalar.
- El objetivo nunca se mide en términos de frecuencia y de cantidad, sino de satisfacción y disfrute.
- El amante perfecto es el que más disfruta y hace disfrutar dentro de los condicionantes que le pueda marcar la vida



UNA RESPONSABILIDAD INELUDIBLE

- Los mensajes que reciben los niños y jóvenes sobre sexualidad son ambiguos y desconcertantes: se les deja solos ante el desarrollo de una sexualidad saludable
- Los programas que fomentan la abstinencia pueden tener efectos devastadores
- Los padres siguen hablando muy poco sobre sexualidad con los hijos. Evidencias de los efectos negativos.
- No es necesario que los padres sean expertos, pero si no facilitan la información, los menores la buscarán de otras fuentes
- El Estado debe garantizar una adecuada educación sexual desde edades tempranas