

**ADOLESCENCIA Y MANEJO  
DE LA SEXUALIDAD**

# ADOLESCENCIA Y MANEJO DE LA SEXUALIDAD

Licda. Rocío Chaves Viquez\*  
Pamela Umaña Barrientos\*\*

## Resumen

La experiencia que se presenta se realizó en la Clínica de Adolescentes del Hospital Nacional de Niños durante los meses de agosto a noviembre del 2000. Surge como necesidad de un grupo de adolescentes, que debido a sus situaciones familiares carecen de apoyo y desarrollan conductas riesgosas en el manejo de su sexualidad: tienen uno o más compañeros sentimentales, algunas poseen una vida sexual activa, no utilizan métodos anticonceptivos, ni asisten a control ginecológico. Lo anterior se deriva de la búsqueda de afecto (Fariña, 1990).

Se inició con la atención individual de las jóvenes y sus familias, por cuanto presentaban problemas de manejo de límites. Luego se acompañó del proceso grupal y seguimiento con las familias.

Se buscó apoyar a las jóvenes y a sus padres con el fin de mejorar las relaciones intrafamiliares y la comunicación, así como orientar a las adolescentes en el manejo de su sexualidad y fortalecimiento de su autoestima.

## Diferencias entre sexo, identidad de género y sexualidad.

Al plantear el manejo de la sexualidad es necesario tener claro conceptos como: sexo, identidad de género y sexualidad. Los mismos no deben confundirse ya que tienen connotaciones muy particulares. En este sentido se pasará a mencionar cada uno de ellos.

El sexo se refiere básicamente a la condición fisiológica, orgánica y anatómica que diferencian el hombre de la mujer (Monge, 1991). Son el conjunto de características y funciones de orden biológico que coloca a los seres humanos en un lugar de continuo que tiene como extremos individuos reproductivamente complementarios (Valerio, 1993).

Producto de un proceso gradual de diferenciación iniciado en el momento de la fecundación se desarrolla el establecimiento de determinado sexo en la persona generando como resultado atributos biológicos que caracterizan al hombre y a la mujer.

---

\* Licenciada en Trabajo Social, Clínica de Adolescentes, Hospital Nacional de Niños.

\*\* Estudiante de IV año, Escuela de Trabajo Social, Universidad de Costa Rica.

La identidad de género se entiende como el conjunto de pautas culturales con las que se asocian los comportamientos que deben tener tanto hombres como mujeres. Esto implica las creencias y valores en cada cultura de lo que es masculino o femenino, características individuales y la forma de relacionarse entre ellos. A lo biológico se le agregan pautas psicosociales de comportamiento que marcan la identidad de género (Monge, 1991).

La sexualidad no debe confundirse con la genitalidad que se refiere puramente a la satisfacción de una necesidad fisiológica humana (relaciones genitales o coitales). La misma estipula formas de pensar, actuar, sentir en relación al mundo que lo rodea. Comprende aspectos físicos en donde se incluye el desarrollo del cuerpo, cambios asociados con la pubertad y procesos fisiológicos como la menstruación y eyaculación.

En este sentido la sexualidad se define como una dimensión que contempla toda clase de actividades que conduzcan a la búsqueda de placer y todas las formas de relaciones interpersonales e intersubjetivas. Es así como la sexualidad permite al sujeto dar cuenta de sí mismo en relación con el otro, indispensable para constituirse en un ser sexual (Valerio, 1993).

La sexualidad humana se hace, conforma y sostiene gracias a la presencia de acciones concretas y específicas del conjunto social y familiar.

El logro de una determinada identi-

dad sexual dependerá de las vinculaciones afectivas que la persona haya desarrollado así como de sus características individuales, de las conductas sexuales aprendidas, imprimiéndole una particularidad a su forma de expresar su sexualidad.

Teniendo claro estos conceptos se establecerá la forma en que la sexualidad se presenta en la adolescencia a fin de comprender las actitudes asumidas por las adolescentes respecto a su sexualidad.

### **Adolescencia y sexualidad**

La adolescencia ha sido considerada como una época de transición en donde se presentan una serie de cambios tanto físicos, psicológicos como sociales, los cuales se integran en la personalidad y permiten elaborar la propia identidad (Fallas, 1991).

Marca nuevos patrones de comportamiento que permiten enfrentarse a las tareas de adulto que posteriormente deberá desarrollar.

Es normal que el adolescente muestre un interés creciente en su sexualidad así como también preocupación por su imagen corporal y la relación con su grupo de pares. Al inicio el desarrollo psicosexual del joven está caracterizado por una etapa de aislamiento producida por cambios tanto físicos como emocionales. La segunda etapa es de orientación incierta hacia la sexualidad, en donde tiende sólo a relacionarse con las personas de su mismo sexo y tiene un papel muy importante el amigo íntimo. En la tercera etapa ocurre

una apertura hacia la heterosexualidad, caracterizada por relaciones amorosas efímeras e intensas y presencia de fantasías eróticas. Por último el joven logra la consolidación de su identidad sexual, lo que se manifiesta en relaciones con un objeto sexual y amoroso más estables y duraderas (Fariña, 1990).

Por lo anterior los jóvenes requieren de discusiones honestas y abiertas sobre estos temas para que logren un manejo adecuado de las situaciones que diariamente enfrentan, y desarrollen conductas responsables respecto a su sexualidad.

La expresión de la conducta sexual en la adolescencia estará determinada por una serie de aspectos que trascienden la dimensión reproductiva, la cual no puede separarse de su comportamiento total como ser humano, de su manera y posibilidad de vivir y de las influencias que tienen el ámbito social en su experiencia de vida (Monge, 1991).

Asimismo la familia ejerce una influencia decisiva en las conductas sexuales presentadas por los jóvenes. Ellos son producto de los múltiples cambios a los que se ven expuestos, sienten deseos de explorar situaciones nuevas como lo son las relaciones sexuales.

La sexualidad adolescente se convierte en una búsqueda del significado, una experiencia generadora de autonomía, de sentimiento de identidad y de autovaloración como persona atractiva (Valerio, 1993). Es aquí en donde el grupo familiar juega un rol fundamental en la conformación de actitudes, conocimientos y prácticas en la expresión de la sexualidad adolescente.

Los padres emitirán juicios, esti-

mularán en sus hijos determinadas conductas y limitarán otras, ejercerán autoridad, expresarán sentimientos y emociones que propiciarán conductas sexuales responsables o no.

El tipo de vínculos que se establecen a lo largo del período de la adolescencia con figuras importantes como lo son los amigos y amigas otorgan un carácter particular a la vivencia de la propia sexualidad de cada individuo.

Por lo tanto, abordar el tema de la sexualidad en los adolescentes es de suma importancia pues el entendimiento de la misma, contribuirá al desarrollo integral del joven.

Para la realización de esta experiencia grupal se plantearon los siguientes objetivos:

#### **General:**

- ☛ Capacitar en el manejo de la sexualidad a un grupo de adolescentes para fortalecer su identidad.

#### **Específicos:**

- ☛ Favorecer el desarrollo de actitudes positivas hacia la sexualidad.
- ☛ Prevenir situaciones de riesgo en las adolescentes.
- ☛ Fortalecer la autoestima en procura de mejorar la calidad de vida de las adolescentes.
- ☛ Ofrecer un espacio de interacción donde se consideren las necesidades de cariño de las jóvenes y los medios para lograrlos.
- ☛ Favorecer la toma de decisiones acertadas a través del conocimiento de las consecuencias del tener una vida sexual activa a corta edad.

- ☛ Favorecer las relaciones interpersonales, el encuentro con el otro sexo, propiciando condiciones de respeto e igualdad.

### **Proceso Metodológico**

Se puede resumir en tres fases:

- ☛ El pre-diagnóstico realizado a las jóvenes mediante la atención individual que reciben para el mejoramiento de relaciones intrafamiliares. Se utilizaron como criterios de selección para la participación en el proyecto: adolescentes mayores de 12 años y menores de 18 años, con vida sexual activa o que estén pronto a iniciarla, reciban tratamiento en la Clínica y presenten dificultades familiares de relaciones interpersonales.
- ☛ Se conformó la planeación del proyecto mediante entrevistas y revisión de expedientes sociales, para determinar el tipo de temáticas a tratar. Incluyó la ejecución de sesiones socioeducativas, con un grupo cerrado de siete adolescentes.

### **Desarrollo de la Experiencia Grupal**

Fue desarrollado en diez sesiones socioeducativas una vez por semana con una duración aproximada de dos horas cada una. Los temas a tratar fueron: sexualidad humana y género, desarrollo de la sexualidad de las adolescentes, métodos anticonceptivos, embarazo adolescente, enfermedades de transmisión sexual, autoestima y relaciones sexuales.

Se utilizaron los enfoques sistémico, el humanista de Rogers, y el modelo de validación y crecimiento de Virginia Satir, siendo así que éstos permitirían cumplir con la finalidad del grupo.

Se implementaron distintas técnicas participativas de reflexión y análisis para propiciar la expresión de pensamientos y sentimientos y favorecer el mejoramiento de la autoestima de las jóvenes.

A continuación se presenta un cuadro con los principales objetivos, actividades, técnicas e indicadores utilizados en las distintas sesiones.

SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDAD	TÉCNICA	INDICADORES
<b>Nº 1</b> ¡Conociéndonos!	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer a las jóvenes que participan del proyecto de grupo.</li> <li>2. Identificar las principales expectativas que tienen con relación al grupo.</li> <li>3. Establecer las normas que guiarán el proceso.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presentación de las jóvenes</li> <li>2. Explicación de los objetivos.</li> <li>3. Realización de las normas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. "Conociéndonos", la cual pretende crear lazos de empatía grupal.</li> <li>2. "Caja de Sorpresas", se indagará las expectativas con relación al grupo.</li> <li>3. "Lluvias de Ideas", a través de la cual se definirán las reglas del grupo</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Puntualidad de las jóvenes.</li> <li>2. Participación de las adolescentes.</li> </ol>
<b>Nº 2</b> Un encuentro con mi sexualidad ¿Qué conozco?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluar los conocimientos de las jóvenes sobre su sexualidad.</li> <li>2. Favorecer el desarrollo de actitudes positivas hacia la sexualidad.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realización de discusiones y plenarios sobre la sexualidad (implicaciones sociales, psicológicas, diferencia entre sexo y género).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. "El Rompecabezas", pretende medir el grado de conocimiento de las jóvenes respecto a su sexualidad</li> <li>2. "El Pañuelo", con el fin de que se generen discusiones con relación al tema.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asimilación del significado de sexualidad y la diferencia entre sexo, género y sexualidad.</li> </ol>
<b>Nº 3</b> En realidad somos como nos dicen.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Favorecer el desarrollo de actitudes positivas hacia la sexualidad.</li> <li>2. Favorecer las relaciones interpersonales, propiciando condiciones de respeto e igualdad.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tratamiento del tema sexualidad y género, abordando los papeles sociales de masculinidad y feminidad</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. "Es cierto lo que dicen", con el fin de analizar frases estereotipadas de nuestra sociedad.</li> <li>2. Implementación de un video-foro.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Participación de las jóvenes.</li> <li>2. Comprensión del significado de género y sus consecuencias.</li> </ol>
<b>Nº 4</b> En realidad somos como nos pintan.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Favorecer las relaciones interpersonales, propiciando condiciones de respeto e igualdad.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Continuación del abordaje del tema de sexualidad y género a través de plenarios.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. "Nuestra Música", con el fin de analizar los mensajes de las canciones y desarrollar una actitud crítica.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Participación en la dramatización.</li> <li>2. Asimilación de la idea central de los mensajes.</li> </ol>

<p><b>Nº 5</b> ¿Qué me pasa estoy cambiando?</p>	<p>1. Ofrecer un espacio de interacción en donde se entiendan las necesidades de afecto de las jóvenes y los medios para lograrlo. 2. Fortalecer la autoestima para mejorar su calidad de vida.</p>	<p>1. Realización de un intercambio de experiencias donde se aborde el tema de desarrollo y sexualidad de los adolescentes (Adolescencia, identidad sexual, cambios, importancia de intimidad, relaciones con los padres).</p>	<p>1. "El Tesoro", pretende generar un espacio de interacción para aclarar dudas y temores. 2. "La Carta", tratar el tema de relaciones con sus padres.</p>	<p>1. Comprensión cambios ocurridos en la adolescencia 2. Diálogo con sus padres.</p>
<p><b>Nº 6</b> ¿Qué me pasa estoy cambiando?</p>	<p>1. Favorecer el desarrollo de actitudes positivas hacia la sexualidad.</p>	<p>1. Abordaje del tema de sexualidad y adolescencia.</p>	<p>1. "El Collage", pretende analizar las diferencias entre sexualidad y sexo. 2. "Nuestras Inquietudes", para generar una discusión acerca de las implicaciones de la adolescencia.</p>	<p>1. Comprensión del significado de la adolescencia. 2. Participación de todas las jóvenes en las técnicas. 3. Preguntas por parte de las jóvenes.</p>
<p><b>Nº 7</b> ¿Quién soy?</p>	<p>1. Fortalecer la autoestima de las jóvenes en procura de mejorar su calidad de vida.</p>	<p>1. Tratamiento del tema de autoestima y sexualidad, incluye mejoramiento de la autoimagen, afirmación de la personalidad e identidad.</p>	<p>1. "El Espejo", evaluar la imagen de las jóvenes de si mismas. 2. Realización de plenario para crear mecanismos que favorezcan autoestima 3. "El Mural", reconoce habilidades y destrezas de las adolescentes.</p>	<p>1. Participación de las jóvenes 2. Aceptación de sus habilidades y defectos. 3. Puntualidad en la asistencia.</p>

<p><b>N° 8 Y 9</b> Cuidado con tus Decisiones.</p>	<p>1. Favorecer la toma de decisiones acertadas a través del conocimiento de las consecuencias del tener una vida sexual activa a corta edad. 2. Favorecer el desarrollo de actitudes positivas hacia la sexualidad.</p>	<p>1. Abordaje del tema de adolescencia y relaciones sexuales, papel de los medios de comunicación, responsabilidad ante la reproducción, a través de discusiones.</p>	<p>1. "Mentiras y Verdades", la cual generará una discusión crítica de mecanismos sociales de manipulación ejercidos sobre los jóvenes 2. "El Súper Gato", pretende que los jóvenes asuman actitudes de responsabilidad en el manejo de sus impulsos sexuales. 3. Video-foro sobre sexualidad.</p>	<p>1. Asimilación de las consecuencias de una vida sexual irresponsable.</p>
<p><b>N° 10</b> Sé Responsable</p>	<p>1. Fortalecer la toma de decisiones acertadas a través del conocimiento de las consecuencias del tener una vida sexual a corta edad. 2. Prevenir situaciones de riesgo en las adolescentes.</p>	<p>1. Tratamiento del tema de métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual y embarazo adolescente.</p>	<p>1. "Sopa de Letras", pretende que las adolescentes asocien la unión sexual como una forma de expresión y afecto. 2. "El Laberinto", identifica el conocimiento de las jóvenes con relación a métodos anticonceptivos y embarazo. 3. Realización de un plenario.</p>	<p>1. Número de asistentes al grupo. 2. Interés de las jóvenes por comprender el manejo correcto de métodos anticonceptivos.</p>

La experiencia de grupo permitió obtener conocimientos importantes en relación a la visión de mundo y pensamientos desarrollados por las participantes, respecto al tema de la sexualidad humana y la forma como vivirla. Se logró conocer las realidades de estas jóvenes, repercutiendo en la atención que brinda la Clínica de Adolescentes a la población.

Como principales logros obtenidos durante el proceso se pueden anotar:

- La asimilación de conceptos novedosos, que les fortaleció a asumir conductas responsables en el manejo de su sexualidad.
- Se aprendieron términos nuevos, aclararon inquietudes y se instruyeron en temas poco explorados como las enfermedades de transmisión sexual o el uso de métodos anticonceptivos.
- La desmitificación de creencias en relación al tema de la sexualidad. Las adolescentes tenían información distorsionada respecto a este tema y conforme se desarrollaron las sesiones lograron modificar sus pensamientos.
- El abordaje del tema del género resultó una experiencia muy enriquecedora para las jóvenes, ya que lograron comprender su verdadero significado, lo que les permitirá construir relaciones más equitativas en los diferentes ámbitos en que se desenvuelven. Asimismo el tratamiento del tema propició un proceso de empoderamiento de su situación.
- El desarrollar en las sesiones el tema de autoestima facilitó que

las jóvenes contarán con un espacio de reflexión sobre la concepción negativa que tienen de sí mismas y la forma como redimensionar algunos de estos pensamientos. El grupo permitió a las adolescentes realizar un proceso de catarsis de muchas creencias y prácticas que les están causando daño.

- A lo largo del proceso grupal las jóvenes lograron reflexionar en torno a muchos de sus comportamientos, a los significados de éstos, las causas y consecuencias de los mismos. Algunas adolescentes se dieron cuenta que sus conductas pueden resultar nocivas para su salud física y emocional.
- Las técnicas utilizadas durante las sesiones, contribuyeron con el desarrollo de la experiencia. Esto permitió abordar de forma entretenida las distintas temáticas. Asimismo facilitó la comprensión de ciertos temas tales como métodos anticonceptivos, género, significado de sexualidad, entre otros.
- El grupo se convirtió en un escenario en donde las participantes lograron satisfacer muchas de las necesidades negadas en sus hogares como el afecto, la información y la comunicación. Estas adolescentes asumieron el proceso como un espacio en donde se sintieron valoradas y escuchadas y fue por esto que lograron incorporarlo en sus vidas. Las adolescentes encontraron en el grupo la oportunidad de ser escuchadas y comprendidas como seres sexuales. Esto

no sucede en sus hogares pues sus padres no tienen tiempo o consideran la sexualidad un tema tabú.

- Durante el proceso se desarrolló un ambiente de empatía y confianza, donde las jóvenes exteriorizaron sus vivencias, lo que permitió orientarlas en las conductas que estaban desarrollando con sus parejas.

### Conclusión

- A nivel social la educación sexual se ha caracterizado por un abordaje hacia la protección de enfermedades de transmisión sexual, genitalidad y la imagen de hombre y mujer con diferencias significativas en cuanto a derechos y deberes en este campo. Se hace necesario una educación sexual a nivel no sólo de los adolescentes, sino también de sus padres, encargados y educadores que permita visualizar ésta con todas las dimensiones anotadas anteriormente y que señalan la equidad en los géneros, la responsabilidad de asumir una vida sexual activa y el manejo adecuado de sentimientos.

### Referencias Bibliográficas

Fallas, Hania. (1991). "Desarrollo psicosocial del adolescente". En segunda Antología Adolescencia y Salud. Caja Costarricense de Seguro Social. Programa Atención Integral del Adolescente. San José, Costa Rica.

Fariña de Luna, N.(1990). "Sexualidad, cultura y adolescencia". En Sexualidad Humana. Uruguay: O.P.S.

Fariña de Luna, N. (1990). "El desarrollo psicosexual del adolescente. En sexualidad humana Uruguay. OPS.

Monge N, Ana Luisa (1991). El papel de las figuras parentales en la atención de la salud, el desarrollo y la sexualidad en la adolescencia. Tesis para optar el grado de licenciatura en psicología. Universidad de Costa Rica.

Picado M, Enid (1992). Programa de capacitación para adolescentes sobre sexualidad humana, Urbanización Lorina Rodríguez San Felipe - Alajuelita Tesis para optar el de licenciatura en enfermería. Universidad de Costa Rica.

Valerio Ch. Efraín (1993). Algunos aspectos de educación de la sexualidad. Shaal Editores: Editores. 1 ed. San José, C. R.