



Trabajo de Fin de Máster

**Programa de orientación afectivo-sexual:
Orientación para alumnos**

Plan de acción tutorial

Máster Universitario en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y
Bachillerato

Autora: Belén Gómez López

Directora: María José Mayorgas

Madrid, junio de 202

Índice

1.	Introducción.....	4
2.	Centro educativo	5
2.1	Contexto.....	5
2.2	Carácter propio.....	6
2.3	Principios educativos	7
2.3.1	Concepción de la educación	7
2.3.2	Objetivos en la etapa de educación secundaria.....	8
2.3.3	Claves didácticas.....	9
2.3.4	Claves para la convivencia	9
3.	Normativa.....	10
4.	Plan de actuación específico	13
4.1	Marco teórico	13
4.1.1	Educación afectivo-sexual.....	13
4.1.2	Sexualidad y adolescencia.....	17
4.1.3	Factores de protección y de riesgo.....	18
4.1.4	Orientación sexual	21
4.1.5	Identidad de género.....	23
4.1.6	Conductas de riesgo	25
4.2	Objetivos del plan.....	27
4.2.1	Generales	27
4.2.2	Específicos.....	27
4.3	Equipo profesional.....	28
4.4	Metodología	28
4.5	Fases y proceso de evaluación.....	29
4.6	Actividades y recursos	31
5.	Reflexión personal:	38
	Normativa:.....	41
	Bibliografía:.....	42
	Anexos	45

Resumen

En el presente trabajo se realiza una revisión bibliográfica sobre el concepto de la educación afectivo-sexual. Además, se presenta un plan de acción tutorial en la etapa de educación secundaria en relación a dicho tema.

La adolescencia es un período fundamental para la aplicación de la educación afectivo-sexual; no obstante, en la actualidad, se presentan numerosos obstáculos que dificultan el abordaje de este tema en el entorno escolar, especialmente en instituciones educativas de orientación religiosa.

Por lo tanto, como futura orientadora, propongo un plan de acción tutorial en el que se aborde el tema con el objetivo de implementarlo entre los alumnos de la etapa de secundaria. En este programa se plantea la creación de una página web en la que los alumnos pueden encontrar diversos recursos y actividades con el propósito de orientar, sensibilizar e informar a las familias sobre este tema.

Palabras clave: Educación afectivo-sexual, adolescencia, centros educativos, sexualidad, familias.

Abstract:

In the present work a bibliographical review on the concept of affective-sexual education is carried out. In addition, a tutorial action plan is presented in the secondary education stage in relation to said topic.

Adolescence is a fundamental period for the application of affective-sexual education; However, currently, there are numerous obstacles that make it difficult to address this issue in the school environment, especially in religious-oriented educational institutions.

Therefore, as a future counselor, I propose a tutorial action plan in which the subject is addressed with the aim of implementing it among secondary school students. This program proposes the creation of a web page where students can find various resources and activities with the purpose of guiding, raising awareness and informing families on this topic

Key words: Affective-sexual education, adolescence, educational centers, sexuality, families.

1. Introducción

En el presente trabajo se propone un plan de acción tutorial en materia de educación afectivo-sexual, creado desde el departamento de orientación del centro para ser implementando junto con la colaboración de los tutores de la etapa académica de educación secundaria. Los principales objetivos del plan se relacionan con la promoción y formación en relación a la educación sexual, así como la prevención de conductas de riesgo y exclusión por motivo de orientación sexual e identidad de género. Para ello, el mismo se aplicará a todos los alumnos de la ESO mediante la colaboración de docentes y progenitores, y a través del material preparado por el departamento de orientación.

La educación sexual es un tema que no se contempla en muchos de los currículos de los centros educativos de España a pesar de que la sexualidad es un elemento inherente e intrínseco a los seres humanos. La educación afectivo-sexual es un tema que debería abordarse en todas las etapas académicas, sin embargo, en la etapa de educación secundaria resulta verdaderamente relevante, ya que durante la adolescencia, se experimenta el inicio de la pubertad y comienzan los primeros impulsos sexuales, así como la búsqueda de identidad personal. Por consiguiente, impartir conocimientos relacionados con la sexualidad saludable así como fomentar la comunicación activa y positiva en relación a la temática tanto con los iguales, como los docentes y progenitores es de vital importancia.

En el abordaje de la educación afectivo-sexual es importante tener en cuenta la multitud de factores que condicionan una correcta formación en este sentido, así, es clave trabajar con los alumnos multitud de aspectos, temas relacionados con la autoestima, el autoconcepto, habilidades sociales y asertividad, factores protectores y de riesgo, información acerca de diversidad sexual y de género, además de nociones en relación a conductas de riesgo y métodos preventivos. El propósito de este trabajo es ayudar a los jóvenes a aprender a conocerse a sí mismos, a aceptarse y a expresar sus emociones y sentimientos, con el fin de enriquecer y desarrollar su idiosincrasia personal.

Los adolescentes carecen, en la mayoría de casos, de fuentes fiables en dónde poder adquirir información en relación a la sexualidad, acudiendo al grupo de iguales, redes sociales u otros medios proporcionados por internet para obtener nociones en el ámbito

de dudosa veracidad. Las familias y los centros educativos son los entornos mediante los que los menores deberían adquirir conocimientos sobre educación sexual, puesto que es una parte más de su desarrollo personal y pueden instruirles en base a una comunicación clara y natural, un fomento de su autoestima y una concepción positiva y saludable de la sexualidad, dentro de un ambiente seguro.

La educación afectivo-sexual suele estar contemplada en el Proyecto Educativo del Centro o en el Plan de Convivencia del mismo y se desarrolla en base a las situaciones conflictivas, de acoso, LGTBI fobia o violencia de género, dónde se exponen medidas o protocolos de actuación en relación a dichas situaciones, sin embargo, no aparece el tema en relación a aspectos de formación o prevención.

A través de Plan de Acción Tutorial propuesto se pretende cubrir esta carencia implementando unas sesiones que promuevan la erradicación de estereotipos, la enseñanza en valores, la potenciación de la autoestima, la concienciación sobre diversidad y el conocimiento de factores asociados a situaciones de riesgo.

El Plan de Acción Tutorial propuesto está contemplado para la realización de un trabajo trimestral en el que se aborde el tema en relación a sesiones semanales impartidas por el tutor con la colaboración del departamento de orientación tanto en la realización de las sesiones como en la creación de los materiales. La implementación de un plan sobre educación afectivo-sexual puede resultar controvertido por las diferencias de valores y creencias, la sensibilidad y los tabúes culturales, la desinformación y el miedo o la falta de consenso sobre los contenidos y enfoques, sin embargo es una responsabilidad compartida entre los centros educativos y las familias.

2. Centro educativo

2.1 Contexto

El centro educativo escogido para la implementación del programa de intervención es el Colegio Esperanza, ubicado en el distrito de Usera, en la Comunidad Autónoma de Madrid. El centro es un colegio concertado y bilingüe y cuenta con tres niveles educativos infantil, primaria y secundaria. El colegio posee una sola línea por curso escolar, teniendo 3 unidades en educación infantil, 6 unidades en educación primaria y 4 en educación secundaria. Otros módulos con los que cuenta el centro son 1 unidad de

programa de compensación educativa, 2 unidades de integración educativa y 2 unidades correspondientes al programa de mejora de aprendizaje y rendimiento.

El centro está ubicado en el barrio Orcasur, en el distrito de Usera, donde predomina una población con un nivel socio económico bajo. El colegio posee vocación universal y convive en él un tipo de alumnado muy variado, tanto a nivel social como económico y cultural.

El colegio posee amplias instalaciones y diversas infraestructuras tanto para el uso de los alumnos como el de los profesores, el personal no docente y las familias, cubriendo todas las instancias indispensables para una enseñanza de calidad.

El centro aplica metodologías activas desde el enfoque de las inteligencias múltiples, la cultura del pensamiento, el aprendizaje cooperativo, deductivo y experiencial, el aprendizaje por proyectos basando la educación en la comprensión, ajustando los temas de los proyectos a sus intereses y proponiendo proyectos que favorezcan el trabajo interdisciplinar.

En relación con la educación afectivo-sexual y el programa de actuación que se pretende implementar, en el Plan de Convivencia del centro se contemplan objetivos a cumplir en relación al tema. El PC incluye un apartado en relación al acoso escolar, ciberacoso, violencia de género y LGTBIfobia en el que se hace referencia a los objetivos que deben cumplir los docentes en relación a la prevención y detección de las conductas, intervención en base a las mismas y el seguimiento necesario.

2.2 Carácter propio

La finalidad del colegio es explícitamente educativa, basando todo el interés y dedicación en el crecimiento y maduración de las personas a las que instruye en la búsqueda del desarrollo íntegro del alumnado con una percepción individual del valor que posee cada alumno.

El centro concibe la comunidad educativa como un lugar dónde la diversidad enriquezca y no sea causa de división, dónde los alumnos puedan encontrar ayuda y comprensión; un lugar donde cada miembro ponga sus capacidades junto a las de otros para conseguir objetivos comunes. Una comunidad que considere como elemento fundamental las características de los educandos y vea en ellos un estímulo para el

crecimiento. Un entorno cercano e interesado por la realidad circundante en lugar de aislado y encerrado, conociendo las situaciones, necesidades y problemas que inciden en la labor educativa.

Para terminar, los valores que resaltan en este centro educativo son la sencillez y cercanía, la libertad, la alegría, la justicia, la paz y no violencia, el sentido crítico y el trabajo cooperativo.

2.3 Principios educativos

En referencia a los principios educativos del centro y en relación con la etapa de secundaria, se atiende a cuatro puntos fundamentales:

2.3.1 Concepción de la educación

- a) Fomentar la igualdad y justicia en los alumnos mediante el diálogo y la escucha.
- b) Trabajar con los estudiantes la aceptación individual para que acepten a los demás con sus diferencias.
- c) Sensibilizar a los alumnos en sentirse parte activa de la sociedad y fomentar su responsabilidad social.
- d) Educar en la justicia y solidaridad con la finalidad de que adquieran actitudes coherentes en la lucha por un mundo más justo y fraterno.
- e) Favorecer la autonomía y responsabilidad de los alumnos en las actividades habituales y en las relaciones grupales.
- f) Potenciar estructuras flexibles y abiertas que favorezcan la participación de los alumnos dentro de la comunidad educativa.
- g) Potenciar el diálogo, la escucha activa y la capacidad de crítica, para potenciar su autoestima.
- h) Motivar a los alumnos mediante la metodología activa y creativa; despertar su curiosidad por saber, basando el aprendizaje en las aptitudes e intereses de los alumnos, dándoles la oportunidad de descubrir experiencias útiles para su vida.
- i) Formar a los estudiantes en su propia individualidad, independencia y libertad para aprender a convivir en sociedad.

- j) Fomentar actitudes tolerantes, evitando la discriminación ante religión, cultura o raza y ante diferencias socio-económicas o de aprendizaje.
- k) Potenciar la coeducación entre los alumnos, facilitando la igualdad de oportunidades mediante tareas que permitan su participación e integración.

2.3.2 Objetivos en la etapa de educación secundaria

- a) Aceptar las responsabilidades, comprender y desempeñar sus derechos en el cumplimiento hacia los otros, llevar a cabo la tolerancia, colaboración y fraternidad entre los alumnos; prepararse para el desempeño como ciudadano mediante la adquisición de juicios y actitudes comprometidas, así como comprender y cumplir las reglas de educación.
- b) Fomentar y fortalecer rutinas de aprendizaje, trabajo autónomo y autodisciplina como requisito para la realización independiente, responsable y eficiente de las labores de adquisición de conocimiento, y como método de progreso y desarrollo personal.
- c) Respetar las disparidades individuales en cuanto al género y validar la equidad de derechos y posibilidades. Rechazar la exclusión de personas debido a su género u cualquier condición personal o social. Negar los estigmas que fomenten la desigualdad entre hombres y mujeres, venciendo prejuicios a través de la valoración de la diversidad social, cultural o religiosa.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en las relaciones con sus iguales, rechazando la violencia, los prejuicios y los comportamientos sexistas.
- e) Desarrollar habilidades para el uso de las tecnologías y fuentes de la información mediante un sentido crítico con el objetivo de adquirir nuevos conocimientos.

- f) Valorar las repercusiones de las actividades humanas como una parte importante en la calidad de vida de las personas, respetando de este modo la naturaleza y el entorno como un aspecto a cuidar.
- g) Fomentar la creatividad, la capacidad de análisis, la iniciativa propia, la aptitud para adquirir habilidades de aprendizaje, la toma de decisiones, la asunción de compromisos y la selección óptima de alternativas que promuevan el desarrollo completo a nivel individual y contribuyan a la evolución de la sociedad.
- h) Respetar y valorar la cultura e historia propia de los demás, así como el patrimonio artístico, cultural y religioso del entorno.

2.3.3 Claves didácticas

- a) Implementar variantes en las asignaturas con el objetivo de potenciar la motivación y favorecer el aprendizaje significativo, incorporando actividades manipulativas y gamificaciones que activen los recursos de los alumnos. Impulsar las habilidades de pensamiento de los alumnos para enseñar a pensar y tomar conciencia del pensamiento propio.
- b) Fomentar el protagonismo del alumno en su propio proceso de aprendizaje, siendo el docente un acompañante que guía, motiva y acompaña al estudiante.
- c) Disposición flexible de los espacios en dónde las aulas son zonas abiertas y existen entornos para el aprendizaje activo, la diversidad de estilos de aprendizaje, la creatividad e innovación, la personalización del aprendizaje y la flexibilidad pedagógica.
- d) Evaluación basada en el proceso, analizando y valorando el desarrollo y los pasos seguidos para la consecución del resultado en lugar de basarla en el resultado final, buscando reconocer la importancia de los procesos en la consecución del aprendizaje.

2.3.4 Claves para la convivencia

- a) Formar a los docentes en actividades encaminadas a la prevención, detección y resolución de problemas.
- b) Potenciar la adopción de las normas de conducta que permitan la convivencia de la comunidad educativa.
- c) Impulsar la participación activa de todos los miembros de la comunidad educativa en la identificación de problemas, toma de decisiones y búsqueda de soluciones.
- d) Consensuar las normas y valores compartidos en el centro con la comunidad educativa para que guíen el comportamiento y la convivencia en el centro.
- e) Formación y sensibilización de la comunidad educativa en temas de igualdad de género, diversidad y resolución de conflictos.

3. Normativa

En primer lugar, la implementación de un programa de actuación en educación afectivo-sexual parte del artículo 27 de la Constitución Española de 1978, basado en el derecho a la libertad de enseñanza, teniendo la educación por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana en el respeto a los principios de convivencia y a los derechos y libertades fundamentales. El artículo 10.1 del mismo texto expone la dignidad de las personas, sus derechos inviolables e inherentes y el libre desarrollo de la personalidad.

La Ley Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre para la Mejora de la Calidad Educativa determina que el sistema educativo en España se orientará hacia el logro total del desarrollo individual del alumnado, así como en la transferencia y aplicación de principios que promuevan la independencia personal, la responsabilidad, la participación cívica, la solidaridad, la aceptación, la equidad, el respeto y la justicia, que contribuyan a superar cualquier forma de exclusión y prevenir el acoso escolar.

Un componente básico de la educación sexual y afectiva son las relaciones saludables, en este sentido es relevante mencionar el artículo 7 de la Ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la violencia de género de 2004, en dónde se señala en relación a la formación de los docentes la necesidad de incluir la enseñanza de la igualdad de género en la capacitación inicial y continua de los profesores, como aspecto fundamental para que adquieran las competencias necesarias centradas en

educar en el respeto de los derechos y libertades esenciales, así como en la igualdad entre hombres y mujeres y en el ejercicio de la tolerancia y la libertad dentro de los principios democráticos y de convivencia. Además, se busca prevenir conflictos de forma pacífica en todos los aspectos de la vida personal, familiar y social, y fomentar actitudes dirigidas al ejercicio de los mismos derechos y responsabilidades por parte de mujeres y hombres, tanto en el ámbito público como en el privado, así como promover la corresponsabilidad entre ambos en el ámbito doméstico.

Otro de los componentes básicos a reseñar es la identidad de género, manifestada en la ley 3/2016 de 22 de julio, de Protección Integral contra la LGTBIfobia y la Discriminación por Razón de Orientación e Identidad Sexual en la Comunidad de Madrid que tiene como objetivo garantizar la igualdad de trato y la no discriminación por motivos de orientación e identidad sexual de los componentes de la comunidad educativa, protegiendo y promocionando los derechos de las personas LGTBI, así como la prevención y sanción de la LGTBIfobia y la discriminación en todos los ámbitos de la vida. Varias de estas disposiciones se encuentran asimismo plasmadas en la Ley 2/2016, del 29 de marzo, de Identidad y Manifestación de Género e Igualdad Social y no Exclusión de la Comunidad de Madrid.

La Ley 2/2016, de 29 de marzo, de Identidad y Expresión de Género e Igualdad Social y no discriminación de la Comunidad de Madrid, en su Título III, estipula un enfoque particular sobre la identidad de género en el entorno educativo, fundamentado en concebir dicho sistema como un lugar de comprensión y ausencia de discriminación, fomentando su función como factor de inclusión y formación ciudadana en los principios de respeto, tolerancia y ausencia de violencia. Esta legislación impulsa medidas encaminadas a garantizar el pleno respeto de la diversidad sexual y de género en el sistema educativo, así como la aceptación de las distintas expresiones de identidad de género, con el fin de superar los estereotipos y comportamientos sexistas.

En las directrices emitidas por las Viceconsejerías de Política Educativa y Ciencia, y Organización Educativa, sobre los Procedimientos de Intervención y Atención Educativa a la Identidad de Género en los establecimientos educativos no universitarios de la Comunidad de Madrid, se hace referencia a la prohibición establecida por la Unión Europea, según lo establecido en la Carta de Declaración de los Derechos Fundamentales, de cualquier forma de discriminación, incluyendo aquella basada en el

género o la orientación sexual. Varias resoluciones posteriores del Parlamento Europeo se centran en la lucha contra la intolerancia hacia la diversidad sexual y la discriminación basada en la orientación sexual y la identidad de género.

A esto se suma la Ley 3/2016, del 22 de julio, de Protección Integral contra la LGTBIfobia y la Discriminación por Razón de Orientación e Identidad Sexual en la Comunidad de Madrid que implementa acciones en el ámbito educativo haciendo hincapié en la importancia de establecer protocolos que posibiliten identificar, prevenir y remediar actos discriminatorios o de acoso dirigidos a menores LGTBI.

Poniendo énfasis en la legislación vigente, la Ley Orgánica 3/2020 Por la cual se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Instrucción (LOMLOE), se puede apreciar en el prólogo que se enfatiza la enseñanza de habilidades emocionales, sexuales, afectivas y en valores, en relación a la aptitud de comprender textos, la habilidad para comunicarse de forma oral y escrita, el manejo de los medios audiovisuales, el dominio de las destrezas digitales, el estímulo del espíritu empresarial, el fomento del pensamiento analítico y científico, la educación en el ámbito emocional y en los principios éticos, la promoción de la paz, la ausencia de violencia, y el estímulo de la creatividad se tratarán en todas las asignaturas.

En el mismo texto, se hace alusión a la equidad entre hombres y mujeres al incluirla como aspecto primordial de la educación y desarrollo. En el Artículo 19, apartado 2, que recopila los principios pedagógicos de la LOMLOE, se especifica que se abordarán la equidad de género, la enseñanza de la paz, la promoción del consumo responsable y el desarrollo sostenible, así como la educación en salud, incluyendo la educación afectivo-sexual. Además, se prestará especial atención a la formación emocional y en principios éticos, y se fomentará el aprendizaje con significado para potenciar las competencias interdisciplinarias que fomenten la autonomía y la capacidad de reflexión.

En la misma perspectiva y con respecto a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO), en el artículo 24 apartado 6 se establece: “incluida la afectivo-sexual, la educación emocional y en valores... se trabajarán en todas las materias”. En este apartado se alude a uno de los aspectos pedagógicos más destacados dentro de la LOMLOE, donde se plantea atender los elementos mencionados previamente, dentro de los cuales se engloba la instrucción relativa a la educación afectivo-sexual, de forma integrada. Esta medida representa un importante avance para instaurar en la sociedad

este tipo de conocimientos que demandan de algo más que una asignatura específica. De esta forma, se brindan mayores posibilidades de lograr un aprendizaje más significativo y perdurable en el transcurso del tiempo.

En el Plan de Mejora de la Convivencia y Clima social de los Centros Docentes de la Comunidad de Madrid, en relación a la convivencia y de acuerdo con los aspectos curriculares se expone, según la normativa actual, en términos curriculares, todos los docentes deben integrar en sus planificaciones elementos de carácter transversal para fomentar la promoción de la convivencia: Educación dirigida a asumir una vida responsable en una sociedad emancipada, fundamentada en el aprecio por la diversidad y los derechos fundamentales, sin ningún tipo de discriminación, especialmente por motivos de discapacidad, género, orientación sexual, raza, origen étnico, ideología, convicciones religiosas o cualquier otra circunstancia personal.

4. Plan de actuación específico

4.1 Marco teórico

4.1.1 Educación afectivo-sexual

En la aproximación a la educación afectivo-sexual a lo largo de la historia, se pueden apreciar diversas concepciones de la sexualidad. Este tema es frecuentemente considerado controvertido y complicado de implementar; no obstante, en la actualidad, este tipo de formación se reconoce como esencial y de interés primordial según la Organización Mundial de la Salud. A pesar del interés de la sociedad por implementar la formación en educación afectivo-sexual, hay una falta de claridad en cuanto a cómo abordar el tema en los estudiantes menores de edad.

La sexualidad es una faceta que perdura desde el momento de la concepción hasta la muerte. Por esta razón, se necesitan conocimientos claros y precisos que la fortalezcan y posibiliten su desarrollo integral a lo largo de las diferentes etapas de desarrollo humano. Uno de los sectores profesionales que en la actualidad tiene la tarea de abordar esta dimensión en los jóvenes es el colectivo orientador (Vargas et al., 2012).

La educación en general y, dentro de esta, la educación afectivo-sexual se basa en un principio de respeto a los derechos humanos, en un conocimiento científico-profesional, en una acogida con una actitud pro-positiva de la sexualidad y en un amparo mediante una ética relacional como elemento crucial para que una sociedad refuerce sus fundamentos democráticos, de paz, libertad, igualdad, tolerancia y solidaridad (Vargas et al., 2012).

El fomento de la salud sexual y afectiva supone un desafío de salud colectiva a escala global y cumple una función esencial en el bienestar y la salud de la población. El progreso y el acceso a una educación integral en materia de sexualidad y afectividad forman parte de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, encaminados a lograr mejoras globales para el año 2030 (Orte et al., 2022).

Las circunstancias de riesgo se incrementan durante la etapa de la adolescencia, debido a la influencia del grupo de iguales, los primeros encuentros sentimentales y sexuales, un incremento en la exposición a sustancias con capacidad adictiva y otras vivencias inherentes a esta etapa del crecimiento. La conformación de la identidad y del género se entrelaza con el período de mayor exploración y la influencia ejercida por los medios de comunicación y las plataformas digitales (Orte et al., 2022).

Carrera et al., (2007) definen la educación afectivo-sexual como un proceso progresivo que se inicia en las primeras etapas de la existencia y se extiende hasta el fallecimiento. Esta visión se basa en un enfoque biopsicosocial de la sexualidad, sin sobredimensionar ni excluir ninguno de estos tres elementos, lo cual favorecerá múltiples enfoques de acción y evaluación, además de generar un efecto transformativo en la comunidad y en las concepciones que se tienen acerca de la misma.

Autores como Castellanos y González (2003) definen la educación afectivo-sexual desde un enfoque alternativo como un proceso activo que fortalece a las personas para el encuentro voluntario, completo y consciente con otros seres sexuados y con su propia sexualidad, en concordancia con sus necesidades y las del entorno, asegurando el protagonismo y la habilidad de establecer los límites personales en materia de sexualidad, al mismo tiempo que se respeta la de las personas con las que interactúa.

Prieto (2018) subraya la importancia de una educación afectivo-sexual integral en relación a los conceptos, enfoques y competencias. Destaca la relevancia de la

educación afectivo-sexual como una parte integral de la educación primordial, que trasciende de la mera adquisición de conocimientos al brindar competencias y destrezas para la vida. Su objetivo principal es comprender que la sexualidad es un componente esencial en la vida de las personas, en todas sus etapas y diversidad, y que contribuye al desarrollo de su identidad y, por ende, a su desarrollo social. Por lo tanto, se trata más de desarrollar habilidades que de transmitir contenidos, de manera interdisciplinaria y progresiva, para que las personas actúen de forma responsable en relación consigo mismas y con los demás.

En la misma línea, y en lo que respecta a la educación de la sexualidad, la UNESCO (2014) señala que:

- La sexualidad constituye un elemento fundamental de la existencia humana, con facetas corporales, mentales, emocionales, espirituales, relacionales, económicas, políticas y culturales. El hecho de tener una dimensión sexual es un aspecto relevante en la vida de las personas, ya que no solo brinda placer y bienestar, sino que también representa una forma de manifestar amor y afecto, o incluso, si se desea, de iniciar una unidad familiar.
- Se encuentra estrechamente vinculado al desarrollo de la identidad de cada persona, por lo que no es posible entender la sexualidad sin tener en cuenta el género y la diversidad como elementos esenciales de la sexualidad.
- Las normas que rigen el comportamiento sexual presentan grandes diferencias tanto entre distintas culturas como dentro de cada una de ellas. Algunos comportamientos son considerados aceptables y deseables, mientras que otros son vistos como inaceptables.
- La transmisión de valores culturales de una generación a otra constituye una pieza fundamental en el proceso de socialización, pues incluye igualmente los principios relacionados con el género y la sexualidad.
- La formación en sexualidad pone énfasis en la adquisición y/o fortalecimiento de principios tales como reciprocidad, equidad, responsabilidad y respeto, los cuales son fundamentales para establecer y mantener relaciones sociales y sexuales basadas en el consenso, la salud y la seguridad.

La educación afectivo-sexual debe ser tratada tanto en el contexto familiar como en el entorno educativo o académico, persiguiendo el propósito de promover el desarrollo de la persona en los aspectos corporales, cognitivos, afectivos, éticos, mentales y relacionales.

La familia como actor principal de socialización, debe participar activamente y ser co-protagonista en la educación completa de sus hijos e hijas. Su implicación es significativa no solo en términos de otorgar consentimiento, dado que los contenidos relacionados con la formación afectivo-sexual están contemplados en la legislación española actual, sino principalmente por la necesidad de unificar en la misma orientación el trabajo formativo que debe llevarse a cabo necesariamente con sus hijos e hijas (Carrera et al., 2007).

Galabert (2020) realiza una distinción en relación a los agentes de la educación afectivo-sexual, dividiéndolos en formales e informales y describiéndolos del siguiente modo:

- Agentes informales: Formado por la familia, los grupos de iguales y los medios de comunicación como las redes sociales e internet, siendo éstos últimos los más utilizados por los jóvenes para buscar información sobre sexualidad. Estos espacios albergan grandes cantidades de información, de los cuales muchos no son fiables.
- Agentes formales: Compuesto por profesionales de diversos ámbitos, siendo la figura del docente la que más competencia tiene en el ámbito, especialmente aquellos de Educación Secundaria Obligatoria. El ámbito escolar supone un espacio en el cual promocionar la educación sexual.

Por consiguiente, es fundamental destacar que la figura del orientador es crucial para fomentar la realización de actividades, talleres y sesiones en los centros de secundaria, con el objetivo de prevenir comportamientos de riesgo y promover el crecimiento de los estudiantes (Real Decreto 327/2010).

Cuando nos referimos a la educación afectivo-sexual, resulta imprescindible tratar los múltiples temas que impactan en la sexualidad, tales como la adolescencia y las transformaciones corporales, los factores de riesgo y de

protección, la orientación sexual, la identidad de género, las conductas de riesgo y los métodos de prevención y precaución.

4.1.2 Sexualidad y adolescencia

La etapa de la adolescencia se ha descrito como una fase de transición entre la niñez y la edad adulta. El concepto de "transición" hace referencia a un período de cambio, crecimiento e inestabilidad que sirve como puente entre dos puntos relativamente estables en la vida de una persona, pero que son diferentes entre sí. Durante la adolescencia, se produce la transición desde la inmadurez física, psicológica, social y sexual de la infancia hacia la madurez en estas mismas dimensiones del desarrollo en la vida adulta. Esta etapa de transición se origina a partir de las modificaciones hormonales inherentes a la pubertad, las cuales interactúan con distintos elementos individuales, familiares y sociales para facilitar el éxito o fracaso en las tareas de desarrollo propias de esta edad (Vargas y Barrera, 2002).

De acuerdo a las definiciones facilitadas por la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el período comprendido entre los 10 y los 19 años. En esta etapa de la vida se inician cambios biológicos que se evidencian en los jóvenes a través de la aparición de los caracteres sexuales secundarios que genera en los adolescentes nuevas formas de pensar, de sentir y de comportarse en relación a sí mismos y a los demás (Bardi et al., 2005).

El impulso sexual se dirige hacia la búsqueda de un encuentro con otra persona. Hay una notable preocupación sobre los cambios físicos, el disfrute, la aceptación de la propia apariencia y las relaciones con los demás, lo que genera ansiedad por la necesidad de ajustarse a esta nueva imagen y corporalidad (Bardi et al., 2005).

En la actualidad se ha hecho evidente un adelanto en el comienzo de la exploración de la sexualidad, lo cual constituye un fenómeno de análisis complejo debido a su naturaleza multicausal. Los jóvenes se encuentran expuestos a numerosos estímulos de naturaleza erótica que les resulta desafiante controlar, ya que están experimentando un aumento en su deseo sexual junto con múltiples transformaciones cognitivas y emocionales (Bardi et al., 2005).

En esta etapa, los jóvenes no se encuentran psicológicamente preparados para enfrentar una sexualidad madura, por lo tanto, la educación emerge como un componente fundamental para asistir al adolescente en la integración equilibrada de su sexualidad en el proceso de desarrollo de su individualidad. (Bardi et al., 2005).

La consolidación de la identidad de género se alcanza al finalizar la etapa juvenil. Esto implica la integración de los deseos sexuales en la totalidad de la personalidad, en armonía con diversos aspectos del crecimiento del individuo. En este sentido, se espera que sea capaz de unir y establecer vínculos entre distintos elementos, como su sexualidad, normas, principios, ética y objetivos de vida. (Bardi et al., 2005).

Para abordar la educación afectivo-sexual en adolescentes, resulta fundamental analizar elementos que influyen en la sexualidad, tales como el cuerpo y las transformaciones experimentadas durante la etapa adolescente, de manera que se perciban como procesos naturales y aceptados. En este sentido, es primordial que los docentes y progenitores estén preparados para abordar este tema y explicar la normalidad y naturalidad de la pubertad ya que, en muchas ocasiones, los adolescentes experimentan inseguridad frente a los cambios que experimentan.

En la actualidad, los adolescentes acceden a una gran cantidad de conocimiento relacionado con el sexo y las relaciones sexuales a través de la televisión y, especialmente, de Internet. Por consiguiente, cuando alcanzan la pubertad, ya cuentan con ciertas nociones acerca de este tema, aunque no siempre son precisas o correctas. Por tanto, constituye una labor fundamental para los docentes y progenitores abordar la pubertad y la sexualidad, ya que no toda la información que obtienen los adolescentes es fiable, con el objetivo de anticipar y dialogar acerca de cuestiones sexuales a través de una comunicación afectiva y efectiva, así como abordar temas relacionados con sus emociones, dudas, inquietudes y su autoestima (Agreda, 2008).

4.1.3 Factores de protección y de riesgo

Los factores de riesgo aluden a cualquier condición o atributo que incrementa la posibilidad de desarrollar una patología o experimentar un evento adverso para la salud. Los factores pueden ser de índole biológica, como la edad o el género, o estar relacionados con el modo de vida, como el consumo de tabaco, una alimentación

deficiente o la falta de ejercicio físico. También pueden incluir factores ambientales, sociales o genéticos.

En el contexto de la conducta sexual de los jóvenes, existen numerosos factores de riesgo que pueden dar lugar a problemas sociales y de salud. Dentro de este ámbito, una conducta sexual de riesgo se refiere a la exposición del adolescente a situaciones que pueden causar daños a su bienestar o al de otras personas, especialmente en relación con la transmisión de enfermedades de transmisión sexual (Alcedo, 2013).

Dentro de estos factores de riesgo se encuentran el inicio de las relaciones sexuales coitales a los 15 años o antes, la infidelidad y la multiplicidad de parejas, la baja autoeficacia en el uso del preservativo, la actitud negativa hacia el preservativo, el bajo nivel socioeconómico, la menor adaptación escolar y el consumo de alcohol u otras drogas (Alcedo, 2013).

Los factores protectores se refieren a las características, condiciones o recursos de las personas que sirven de barrera frente a riesgos o adversidades, contribuyendo a disminuir la probabilidad de que una persona experimente consecuencias perjudiciales para su salud o bienestar. Los factores pueden ser de naturaleza individual, familiar, social o ambiental e influir en la capacidad de una persona para hacer frente a situaciones estresantes o de riesgo. Estos elementos engloban características personales positivas, como habilidades de afrontamiento, autoestima, resiliencia, autoeficacia, apoyo social y familiar, disponibilidad de recursos y oportunidades educativas, así como de desarrollo.

Las conductas sexuales de prevención son todas aquellas cualidades individuales, circunstancias ambientales o la percepción asociada a ellas, que se originan a partir del conocimiento y las acciones relacionadas de manera directa o indirecta con aspectos sexuales, con la finalidad de evitar la exposición a enfermedades de transmisión sexual, disminuyendo así la vulnerabilidad y la probabilidad de contraer una enfermedad (Alcedo, 2013).

Los factores de protección en las conductas sexuales se componen de variables de índole individual, familiar, psicológica y social, como la fortaleza sexual, los métodos de afrontamiento, la autovaloración, el respaldo social y la comunicación en el entorno familiar (Alcedo, 2013).

La resiliencia sexual se refiere al proceso en el cual el joven emplea sus recursos defensivos disponibles para contrarrestar los elementos de peligro en el ámbito sexual. Esto se manifiesta a través de conductas como la fidelidad, el uso adecuado del preservativo, la búsqueda de orientación sobre enfermedades de transmisión sexual y la realización de pruebas de detección ante comportamientos arriesgados. La resiliencia fomenta la adopción de prácticas sexuales seguras mediante factores de protección a nivel personal, familiar y social, contrarrestando los riesgos sexuales y los asociados a esta etapa del desarrollo. Asimismo, se sostiene que el peligro no está vinculado a la enfermedad, sino a las transformaciones físicas, psicológicas y sociales características de la etapa juvenil, las cuales generan inseguridad (Alcedo, 2013).

Los estilos de afrontamiento han sido identificados como aspectos psicológicos asociados a los comportamientos sexuales. Por lo tanto, si el adolescente presenta deficiencias en su capacidad de afrontamiento, esto podría obstaculizar su habilidad para enfrentar situaciones de riesgo. La experiencia previa del individuo con el peligro o las situaciones estresantes tiene un efecto directo en los recursos disponibles que utiliza como medidas protectoras, alterando la respuesta de la persona de manera más adaptativa de lo esperado (Alcedo, 2013).

El apoyo social como respaldo que los jóvenes perciben en relación a su pareja, familia y amigos, constituye un factor de protección, ya que está vinculado a los recursos que el adolescente posee para afrontar diversas adversidades, contando con el respaldo de las personas significativas en su entorno en quienes puede confiar, y que a su vez establecen límites y le enseñan cómo evitar problemas (Alcedo, 2013).

La autoestima entendida como el nivel en que el adolescente se percibe de forma positiva o negativa, puede desempeñar un papel crucial. En este sentido, la autoestima puede representar para el adolescente una apreciación positiva de su propia valía, lo cual le facilitará afrontar situaciones de riesgo sexual. Esta valoración incluye un sentimiento de competencia y aprecio personal, que implica confianza, determinación y respeto hacia uno mismo, así como la defensa de sus propios intereses y necesidades (Alcedo, 2013).

La interacción entre padres e hijos como elemento de vital importancia tiene un impacto en las actitudes y conductas de los adolescentes. Algunos padres consideran que entablar diálogos con sus hijos acerca de la sexualidad implica darles luz verde para

la actividad sexual. No obstante, la manera en que se establezca la comunicación entre progenitores y descendientes acerca de asuntos relacionados con la sexualidad es un factor determinante para fomentar conductas sexuales seguras (Alcedo, 2013).

4.1.4 Orientación sexual

Reconocer la propia preferencia sexual representa una faceta fundamental en el desarrollo de la sexualidad y surge a raíz de la interacción con la sexualidad, el afecto y la identidad de género. Las distintas preferencias sexuales han sido reconocidas como derechos fundamentales con el fin de proteger la libertad de todas las personas para elegir su orientación sexual (OMS, 2000).

La Asociación Americana de Psicología (APA, 2017), establece que la preferencia sexual se describe como un vínculo emocional, romántico, sexual o afectivo prolongado hacia otras personas, lo cual se distingue de la conducta sexual, ya que se relaciona con los sentimientos y la autopercepción. Además, señala que las personas pueden optar por expresar o no su orientación sexual en sus acciones.

La inclinación sexual es autónoma y no está vinculada a la identidad ni a la manifestación de género o al sexo biológico. Tal como se ha mencionado anteriormente, la orientación sexual se describe como la habilidad de experimentar atracción emocional, afectiva y sexual hacia individuos de género opuesto, del mismo género o de múltiples géneros (Grassi, 2017).

Grassi (2017) plantea en relación a la orientación sexual que esta se encuentra en un rango que se extiende desde la heterosexualidad exclusiva hasta la homosexualidad exclusiva, abarcando también diversas manifestaciones de bisexualidad. Ésta se configura en etapas tempranas y como resultado de una interacción compleja entre elementos biológicos, cognitivos y del entorno, por lo que se entiende que no es una elección personal, ni puede cambiarse por voluntad propia o con terapia.

Las descripciones previamente señaladas, se ajustan a la proporcionada por la Asociación Mundial de Sexología, ya que define la orientación sexual como: “la organización específica del erotismo y/o el vínculo emocional de un individuo en relación al género de la pareja involucrada en la actividad sexual”. La orientación sexual

puede manifestarse mediante conductas, pensamientos, fantasías o deseos sexuales, o a través de una combinación de estos aspectos (AMS, 2000).

La inclinación sexual es significativa en la existencia de cada ser humano, ya que define la sexualidad de cada individuo y su atracción hacia otras personas. El proceso de reconocimiento de la orientación sexual se experimenta a lo largo de la vida e implica una serie de fases que van desde su descubrimiento hasta su establecimiento definitivo. Esto se logra cuando la persona adquiere empoderamiento al ejercer dominio sobre su existencia, alcanzando autoestima, confianza en sí misma y capacidad para tomar decisiones, implementar cambios y resolver obstáculos (Zambrano et al., 2017).

En la actualidad, en los centros educativos, existe muy poca visibilidad hacia los colectivos minoritarios lo cual conlleva a menudo a la presencia de actitudes discriminatorias. Muchas son las personas que no se sienten capaces de expresar abiertamente su identidad por miedo a recibir actitudes discriminatorias que van desde el aislamiento hasta situaciones de violencia. Estas conductas pueden ocasionar trastornos tanto físicos como psicológicos (Agudo, 2019).

El hecho de que muchos adolescentes no muestren su identidad implica que no establezcan vínculos sentimentales, no se sientan orgullosos de sí mismos y no encuentren grupos de apoyo, entre otros (Zambrano et al., 2017).

Finalmente, es fundamental hacer referencia a los términos descritos por Asociación Americana de Psicología (2008) en referencia a la orientación sexual:

- Heterosexual: individuo cuya atracción se orienta hacia una persona del género binario opuesto al propio (masculino/femenino).
- Homosexual: persona cuya atracción se dirige hacia individuos del mismo género binario propio.
- Bisexual: individuo cuya atracción se dirige tanto hacia personas del mismo género binario propio como del género binario opuesto.
- Asexual: se refiere a la falta de atracción hacia cualquier género, ya sea binario o no binario.
- Pansexual: hace referencia a la atracción de una persona hacia individuos de cualquier género, tanto binario como no binario.

4.1.5 Identidad de género

En primer lugar, es fundamental realizar una distinción entre los conceptos sexo y género, ya que ambos son dos variables que sirven para clasificar a los seres humanos en función de unos determinados criterios. La variable de sexo se origina en el fenómeno biofisiológico del dimorfismo sexual y el término género ha llegado a reemplazar parcial o totalmente al anterior con el propósito de categorizar así las diferencias de contenido sociocultural y psicológico que las personas manifiestan más allá de la realidad biológica (Zaro, 1999).

Esta dualidad de enfoques pone de manifiesto un aspecto que no quedaba suficientemente contemplado en el contenido semántico del sexo, y es la realidad sociocultural en la que tiene lugar, siendo este el espacio que se ha pretendido cubrir con el término género. Con este último término se engloban todos aquellos elementos del sexo que surgen a partir de las normas culturales sobre lo que es considerado apropiado, tanto psicológica como socialmente, para hombres y mujeres respectivamente, fortaleciendo así las categorías masculina y femenina y el sistema de roles de género (Zaro, 1999).

La identidad de género se origina como resultado de un minucioso proceso que se desenvuelve durante la socialización y dentro de los límites impuestos. No obstante, se refiere a la subjetividad personal, ya que implica haberse identificado en diversos grados con dichos elementos. De esta manera, la identidad de género refleja cómo la categorización sexual/de género impacta en nuestra percepción de nosotros mismos: el hecho de nacer como hombre o mujer adquiere un significado tanto a nivel individual como colectivo, más allá de la distinción física inherente al sexo (Zaro, 1999).

El contexto sociocultural parece desempeñar un papel fundamental en el proceso de formación de la identidad de género, siendo responsable de transmitir, por medio de distintos agentes de socialización (como la familia, la educación y los medios de comunicación), los conocimientos vinculados a los roles de género y los elementos asociados a la masculinidad y la feminidad (Zaro, 1999).

Segun Zaro (1999) la adquisición y desarrollo de la identidad de género es un proceso que se estructura a lo largo de las siguientes etapas:

- Asignación de sexo: Se lleva a cabo al momento de asignar un sexo al nacer o durante el desarrollo fetal.
- Discriminación de género: Transmisión por parte de la sociedad de los conceptos e información relacionados con el género al nuevo individuo.
- Identificación de género: Reconocimiento de la propia identidad de género, que se logra alrededor de los 5 o 6 años al comprender que el sexo/género es constante a lo largo del tiempo y las situaciones, y no depende de aspectos externos como la vestimenta.
- Flexibilidad de género: A partir de los 7 a 11 años, se comienza a entender que los roles de masculinidad y feminidad son aprendidos y que las características con las que se identifican los niños y niñas no son normas de comportamiento inamovibles (actitudes, preferencias, rasgos de personalidad...).

Todo esto está estrechamente relacionado con la transexualidad, según la definición de Arribas (2009), la describe como la situación en la cual una persona con una apariencia somática sexualmente diferenciada de forma aparentemente normal, tiene la convicción de que él o ella en realidad pertenece al sexo opuesto. Por lo tanto, una persona es considerada transexual simplemente porque su identidad de género no concuerda con su anatomía corporal, y vive de acuerdo con su género en el ámbito social.

Expertos aseguran que lo más recomendable es iniciar el procedimiento de transición de género a partir de los 16 años, ya que esto puede asegurar un desarrollo adecuado de la dignidad y el bienestar en general. En la actualidad, se da prioridad a la promoción de la norma de la heterosexualidad como la única aceptada, y cualquier otra forma de identidad distinta conlleva en muchos casos a la exclusión, discriminación y rechazo tanto verbal, físico como social (Agudo, 2019).

Es esencial tener en cuenta que hay personas que no se identifican con su género asignado, que experimentan incertidumbre y miedo al expresarlo. Por lo tanto, resulta vital abandonar los estereotipos y los prejuicios, normalizar y respaldar a las personas que forman parte de la comunidad LGTB, además de sensibilizar a otros jóvenes para prevenir situaciones de discriminación y acoso basadas en la orientación sexual e identidad de género.

En conclusión, en el campo de la educación sexual, es fundamental poseer comprensión respecto a los múltiples vocablos que engloban el concepto de identidad de género, según lo establecido por la Asociación Americana de Psicología (2011):

- Personas transexuales: Individuos transgénero que realizan cambios hormonales o quirúrgicos en su cuerpo para alinearlos con su identidad de género.
- Personas transgénero: Aquellos cuya identidad de género difiere de su sexo asignado al nacer, sin tener en cuenta su orientación sexual.
- Personas cisgénero: Las personas cuya identidad de género se alinea con el sexo asignado al nacer, sin importar su orientación sexual.
- Personas de género no binario: Individuos cuya identidad de género no se adscribe ni se identifica con ningún género binario, ya sea masculino o femenino.

4.1.6 Conductas de riesgo

Las conductas de riesgo relacionadas con la sexualidad pueden dar lugar a consecuencias relacionadas con embarazos no deseados o enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Se denomina comportamiento sexual de riesgo a la participación del individuo en situaciones que pueden resultar perjudiciales para su salud o para la salud de otras personas, particularmente en términos de contagio de enfermedades de transmisión sexual o la ocurrencia de un embarazo no deseado (García-Vega et al., 2012).

La edad de inicio de las relaciones sexuales completas se sitúa aproximadamente entre los 14,15 y 16,17 años. Este inicio más precoz implica una mayor susceptibilidad a peligros debido a la falta de conocimiento suficiente y habilidades para manejarlos de manera responsable. Aunque suele ser más común que los chicos inicien las prácticas sexuales antes, no se aprecian diferencias significativas en el porcentaje de hombres y mujeres que reportan haber tenido relaciones completas antes de los 16 años, con una cifra del 34,6% dentro de este grupo de población (Polanco, 2014).

La mayoría de las personas inician su vida sexual durante la fase de la juventud. No obstante, los jóvenes utilizan con poca frecuencia métodos anticonceptivos y preservativos. Cada año, cerca del 11% de los nacimientos a nivel global (equivalente a

unos 16 millones) son de chicas cuyas edades oscilan entre los 15 y los 19 años. Además, se registran más de 2,5 millones de abortos entre adolescentes. El aumento de este tipo de embarazos parece estar vinculado con el incremento de conductas sexuales arriesgadas: un inicio más temprano de la actividad sexual, una mayor cantidad de parejas sexuales y la falta de uso de preservativos u otros métodos anticonceptivos (Polanco, 2014).

Entre los factores que predicen la falta de uso del preservativo, se encuentran las concepciones erróneas sobre la sensibilidad en las relaciones, el desconocimiento por parte de los jóvenes, haber tenido pocas relaciones o relaciones no planificadas, así como tener una pareja estable y sentirse menos vulnerable (García-Vega et al., 2012).

Autores como Sotomayor et al., (2014) refieren que las conductas de riesgo con mayor prevalencia en la población adolescente se relacionan con el inicio temprano de la vida sexual, las múltiples parejas y el uso del preservativo, sin considerar el contexto psicológico y social en el cual se desarrollan, como el contexto familiar, fuente primaria de socialización que ejerce una fuerte influencia en el comportamiento sexual de los adolescentes.

En la misma línea, Lavielle-Sotomayor et al., (2014) desglosa las variables relacionadas con prácticas sexuales de riesgo en adolescentes:

- La educación sexual recibida insuficiente que conlleva a una escasa información sobre anticoncepción y sexualidad. La información recibida suele ser superficial y se basa principalmente en conversaciones con el grupo de iguales, así como en lo que leen a través internet y redes sociales.
- Factores biológicos, como el adelanto de la menarquía.
- Factores individuales como cociente intelectual, rendimiento académico, capacidad cognitiva y conductual. Las creencias erróneas tiene un papel importante acerca de "que la primera vez que «lo» hace una chica hay menos riesgo de embarazo, e incluso no hay posibilidad de él. O que la marcha atrás es un método preventivo eficaz".
- Variables sociales, culturales y familiares.
- Consumo de bebidas alcohólicas y sustancias psicoactivas, ya que acentúan las conductas permisivas.

Por todo ello, es fundamental resaltar la importancia de mantener relaciones afectivo-sexuales saludables. Es esencial que tanto los estudiantes como los docentes y los progenitores sean capaces de reconocer qué relaciones son saludables y cuáles no lo son. Los centros educativos son lugares idóneos para identificar posibles relaciones tóxicas, de abuso o de violencia sexual por lo que es básica la formación de la comunidad educativa en este sentido.

4.2 Objetivos del plan

4.2.1 Generales

- Promover e incentivar la importancia de la educación sexual en el ámbito educativo.
- Aplicar un plan de acción tutorial de educación afectivo-sexual orientado a alumnos.
- Prevenir conductas de riesgo vinculadas al ámbito de la sexualidad.
- Evitar conductas de exclusión relacionadas con la identidad de género o la orientación sexual.
- Sensibilizar a los docentes y progenitores en educación afectivo-sexual.

4.2.2 Específicos

Alumnos

- Promover una comprensión saludable de la sexualidad.
- Fomentar la prevención y el cuidado de la salud sexual.
- Desarrollar habilidades de comunicación.
- Prevenir la violencia de género y el acoso sexual.
- Promover el autoconocimiento y el desarrollo personal.
- Abordar la diversidad sexual y de género.

Docentes

- Formar al profesorado en materia de educación afectivo-sexual.
- Colaborar con las familias en la sensibilización sobre educación sexual.
- Prevenir y abordar situaciones de acoso y discriminación.
- Contribuir al desarrollo integral de los estudiantes.

Progenitores

- Brindar información actualizada en educación afectivo-sexual.
- Normalizar y sensibilizar acerca de la diversidad de identidades de género y orientaciones sexuales.
- Promover la interacción entre padres e hijos para establecer vínculos emocionales de apoyo.
- Proporcionar conocimiento para reconocer las conductas de peligro.

4.3 Equipo profesional

El equipo del departamento de orientación es quién se encargará de llevar a cabo el plan de acción tutorial dirigido a todos los alumnos de educación secundaria, junto con la colaboración del tutor del curso académico para la aplicación práctica. Del mismo modo, y puesto que el programa incluye información y formación para padres y docentes, tanto los tutores como la orientadora darán acceso e informarán a los miembros correspondientes de la comunidad educativa en relación a la plataforma creada y el contenido de la misma.

El departamento de orientación del centro en la etapa de secundaria cuenta con una única orientadora, por lo que no se descarta de cara a futuras formaciones o ampliaciones del programa establecer conexiones y contar con más profesionales para llevar a cabo la formación. Contando en este caso con profesionales como la policía que imparte charlas en todos los centros educativos de la Comunidad de Madrid sobre violencia de género, acoso, bullying, redes sociales y sexting.

4.4 Metodología

La metodología en la que se basará el plan de acción tutorial a la hora de realizar las sesiones parte de un modelo tanto participativo como integral, es decir, se promoverá por un lado, la participación activa de los alumnos a través de las dinámicas, debates y actividades encomendadas y por otro lado, se adoptará un enfoque integral que aborde tanto los aspectos físicos como los emocionales, sociales e incluso éticos de la educación afectivo-sexual, así como se facilitará la oportunidad para explorar y reflexionar sobre aquellos aspectos que despierten el interés de los alumnos.

Siguiendo la misma línea, en este programa de intervención se priorizará una metodología dinámica y participativa por parte del alumno, destacando el uso de la gamificación, ya que la aplicación de técnicas de gamificación estimula tanto la concentración como el interés de los adolescentes hacia el aprendizaje. Muchos de los alumnos de la etapa de educación secundaria no muestran interés en enfoques pedagógicos convencionales, por lo tanto, es necesario mejorar y captar su atención con el fin de aumentar su motivación en el proceso de aprendizaje.

Por esta razón, se impartirá el plan de acción a través de una página web, creada por el departamento de orientación, en la que se recogerá tanto el contenido a tratar en las diferentes sesiones como gamificaciones para la realización de dinámicas y evaluación de conocimientos. Dicha página contendrá el grueso del contenido para los alumnos y un apartado para docentes y otro para progenitores en donde encontrarán información específica para su rol (Anexo).

Dado que este plan de acción se llevará a cabo mediante una plataforma web resultará fundamental contar con un equipo informático. En caso de que alguna familia no disponga de esta herramienta, el centro educativo proporciona a los alumnos de secundaria un ordenador, de manera que sus familias puedan utilizarlo.

4.5 Fases y proceso de evaluación

En primer lugar, la orientadora presentará el plan de acción tutorial a los tutores con la finalidad de formarlos en la materia. Posteriormente la orientadora junto con los tutores presentará a los padres la página web así como el plan. A continuación, cada tutor presentará la página a los alumnos para hacerles un resumen de los temas que tratarán en función del curso en el que se encuentren.

Todos los alumnos realizarán un formulario con el propósito de evaluar el punto de partida y reforzar los contenidos con miras a lograr una formación efectiva, una vez finalizado el plan de acción y tras pasar por todas las secciones, los alumnos realizarán el mismo formulario con la finalidad de valorar el impacto del plan de manera pre-post, dicho formulario se encuentra en la página web y aparece desglosado posteriormente (Anexo 11).

Seguidamente, se presentará en cada clase la página web a los alumnos con el objetivo de que puedan ir familiarizándose con su contenido, elementos abordados, actividades, materiales y recursos incorporados en la plataforma.

Dentro del plan de acción tutorial hay un total de 8 sesiones para el trabajo con los alumnos, dividiendo las mismas en 2 por clase en función del momento vital y del desarrollo en el que se encuentran los estudiantes. Además de una sección para padres acerca del abordaje de la comunicación afectivo-sexual con los hijos y otra para profesores sobre aquellos aspectos en los que hay que hacer hincapié en las aulas en relación a la sexualidad.

Los temas abordados en el Blog son:

- Vocabulario
- Autoestima
- La educación sexual
- Habilidades sociales y asertividad
- Diversidad sexual y de género
- Métodos anticonceptivos
- Enfermedades e infecciones de transmisión sexual
- Violencia sexual y de género
- Pautas para docentes sobre educación sexual
- Pautas para familias sobre comunicación afectivo-sexual

Durante la fase de actuación, se llevarán a cabo las acciones propuestas en el Blog diseñado por el departamento de orientación. Es importante destacar que se contemplan actividades a modo de gamificación para cada uno de los temas propuestos.

Puesto que el programa se dirige a la totalidad de alumnos de la ESO, y ya que durante esta etapa del ciclo vital los alumnos se encuentran experimentando un proceso biológico y personal de cambio, en el que comienzan a moldear su personalidad e identidad y con el fin de tomar medidas preventivas, el programa se implementa durante las tutorías del primer trimestre del curso. Sin embargo, no se establece una cronología específica, permitiendo libertad a los tutores en relación a cuándo abordar el contenido a lo largo de ese período.

Para concluir, en la fase final se lleva a cabo una valoración que resulta fundamental para evaluar la eficacia del programa de actuación. Dicha evaluación se dirige tanto a los padres como a los hijos, a través de una actividad interactiva en Kahoot, con el objetivo de verificar lo aprendido que podrán encontrar en el apartado de "¿Qué hemos aprendido?". Además, se realizará de nuevo el formulario inicial, mencionado anteriormente, con la finalidad de compararlo con los resultados obtenidos en el primero. Para ello, y puesto que el programa implica la aplicación de sesiones a lo largo de la etapa de secundaria, el segundo cuestionario se hará a los alumnos en 4º de la ESO a medida que vayan avanzando en la materia.

En la misma línea, resulta igualmente crucial obtener retroalimentación sobre el recurso del Blog desarrollado por el departamento de orientación. Con el fin de que las familias, los docentes y los alumnos, puedan opinar acerca del plan de acción, tendrán la posibilidad de entrar al Blog y dirigirse a la página "Dejanos tu opinión", donde encontrarán un formulario para completar y un espacio para compartir opiniones y sugerencias de mejora (Anexo 12).

4.6 Actividades y recursos

Tanto los talleres como las dinámicas están disponibles en el apartado "Aprendamos un poco" y divididas por curso.

Actividad 1 (Anexo 1)
Curso: 1º de la ESO
Nombre: Vocabulario
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Adquirir conocimiento acerca del léxico relacionado con los órganos reproductores masculinos y femeninos, tanto los internos como los externos. - Establecer distinciones entre el vocabulario coloquial y el vocabulario técnico en relación a los términos relacionados con las partes sexuales del cuerpo. - Crear conciencia acerca de la utilización de un lenguaje sexista, ofensivo o soez.
Desarrollo
En el apartado de la página web correspondiente a 1º de la ESO y en la sección

“vocabulario” se encuentra un PDF con términos y sus definiciones para que los alumnos los lean. En este mismo documento hay un enlace a un Genially en dónde los alumnos encontrarán un Trivial interactivo para valorar los conocimientos adquiridos durante la actividad.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Trivial interactivo de Genially
- Ordenador

Actividad 2 (Anexo 2)

Curso: 1º de la ESO

Nombre: Autoestima

Objetivos:

- Identificar las características, capacidades y habilidades de cada persona.
- Potenciar la autoestima
- Fomentar la aceptación

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a 1º de la ESO y en la sección “autoestima” se encuentra un Padlet en dónde se aborda el tema mediante la definición de aspectos como: ¿Qué es autoestima?; ¿Qué es aceptación personal?; ¿Qué significa aceptar nuestro cuerpo?; ¿Qué relación tiene con los logros y las metas?; así como una puesta en marcha mediante un ejercicio en el que los alumnos deben rellenar: “Qué son”; “Qué quieren ser” y un apartado en dónde un compañero del aula describe a otro con el siguiente enunciado “Mi compañero tiene, es..me transmite”.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Padlet sobre autoestima
- Ordenador

Actividad 3 (Anexo 3)

Curso: 2º de la ESO

Nombre: Educación sexual

Objetivos:

- Promover el conocimiento adecuado y preciso sobre los aspectos básicos de la sexualidad humana.
- Brindar información sobre los cambios físicos y emocionales que ocurren durante la adolescencia
- Concienciar sobre la importancia de establecer límites y respetar los límites de los demás en las relaciones afectivas y sexuales.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a 2º de la ESO y en la sección “Educación sexual” se encuentra una sección en la que se define brevemente los términos “salud sexual” y “salud reproductiva” para posteriormente acceder a una infografía titulada “Guía rápida de educación sexual” en donde se aborda rápidamente los cambios, las curiosidades que surjan y la importancia de la comunicación. Además, dentro de la infografía se puede acceder a un vídeo que menciona pinceladas básicas del tema y un Kahoot sobre mitos en relación a la misma temática.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Infografía de Genially
- Mitos de Kahoot
- Ordenador

Actividad 4 (Anexo 4)

Curso: 2º de la ESO

Nombre: Habilidades sociales y asertividad

Objetivos:

- Desarrollar la capacidad de comunicación efectiva y asertiva, tanto verbal como no verbal.
- Fomentar la empatía y la comprensión hacia los demás, promoviendo la tolerancia y el respeto.

- Mejorar las habilidades de escucha activa y la capacidad de expresar opiniones y sentimientos de manera adecuada.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a 2º de la ESO y en la sección “Habilidades sociales y asertividad” se encuentra una sección en la que se hace un breve resumen sobre qué son estas habilidades, además de encontrar un PDF acerca de cómo trabajarlas y su importancia. En la parte final de la sección los alumnos encontrarán una infografía en donde se describen los siguientes conceptos claves: comunicación no verbal, comunicación verbal, escucha activa, empatía y autoconciencia emocional. Dentro de la misma, se encuentra enlazado un vídeo sobre la comunicación asertiva, así como la descripción de la tarea a realizar, siendo en este caso un role-playing para trabajar la comunicación asertiva en una situación complicada.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Infografía de Genially
- Ordenador

Actividad 5 (Anexo 5)

Curso: 3º de la ESO

Nombre: Diversidad sexual y de género

Objetivos:

- Promover el conocimiento y la comprensión de la diversidad sexual y de género.
- Fomentar la empatía y el respeto hacia las personas con identidades y orientaciones sexuales diversas.
- Desafiar estereotipos de género y roles tradicionales, promoviendo la igualdad de género.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a 3º de la ESO y en la sección “Diversidad de sexual y de género” se encuentra una sección en la que se hace un breve resumen sobre qué es la diversidad sexual y la identidad de género apoyado en

un vídeo explicativo, además de encontrar un mural digital en dónde se propone a los alumnos una actividad como punto de partida. En la misma, deben responder a las siguientes preguntas “Qué significa para mí orientación sexual”; “¿Cómo defino el concepto de identidad de género”; “Escribe tres palabras con las que describirías la diversidad sexual”. Posteriormente y mediante el mural digital se responde a las siguientes cuestiones: “¿Qué es orientación sexual”; “¿Existen varios tipos?”; “¿Qué es la identidad de género?” y “Conceptos sobre identidad de género”.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Infografía de Padelt
- Ordenador

Actividad 6 (Anexo 6)

Curso: 3º de la ESO

Nombre: Métodos anticonceptivos

Objetivos:

- Informar sobre los diferentes métodos anticonceptivos disponibles.
- Promover la toma de decisiones informadas.
- Fomentar una actitud positiva hacia la salud sexual y reproductiva.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a 3º de la ESO y en la sección “Métodos anticonceptivos” se accede a un Padlet en el que se hace una breve presentación de los diferentes métodos anticonceptivos, encontrando en el mural los siguientes apartados: Diafragma anticonceptivo, preservativo, dispositivos intrauterinos y métodos hormonales. Posteriormente, y dentro del mismo mural se puede acceder a un trivial en dónde se evalúan los conocimientos adquiridos en relación al tema tratado.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Infografía de Padelt
- Trivial de Genially
- Ordenador

Actividad 7 (Anexo 7)
Curso: 4º de la ESO
Nombre: Enfermedades e infecciones de transmisión sexual
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Informar sobre las enfermedades de transmisión sexual. - Promover la conciencia y la prevención. - Fomentar la responsabilidad personal y la toma de decisiones informadas. - Concienciar sobre la importancia de las pruebas y el acceso a servicios de salud sexual.
Desarrollo
<p>En el apartado de la página web correspondiente a 4º de la ESO, en la sección “Enfermedades e infecciones de transmisión sexual” se encuentra una infografía de Padlet en relación al tema. Previamente se plantea a los alumnos una ronda de preguntas para conocer el nivel de conocimiento acerca de las mismas, algunas de las preguntas que figuran son: "¿Qué significa la sigla ETS?"; "Menciona tres enfermedades de transmisión sexual"; "¿Cuáles son los métodos más efectivos para prevenir las ETS?". Tras la resolución y explicación de las preguntas los alumnos podrán leer en la infografía las diferentes enfermedades y sus características básicas.</p>
Recursos
<ul style="list-style-type: none"> - Página web de educación sexual - Infografía de Padelt - Ordenador

Actividad 8 (Anexo 8)
Curso: 4º de la ESO
Nombre: Violencia sexual y de género
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar sobre la violencia sexual y de género. - Promover la igualdad de género y el respeto mutuo. - Identificar y comprender las diferentes formas de violencia sexual y de género.

- Fomentar la prevención y la intervención temprana.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a 4º de la ESO, en la sección “Violencia sexual y de género” se accede a una sección en donde los alumnos podrán encontrar dos presentaciones de Genially, una de ellas aborda el tema “violencia sexual” y la otra “violencia de género”, dentro de la cual los alumnos podrán encontrar dos dinámicas. La primera denominada “Frasas machistas”, esta actividad consiste en presentar frases machistas para que los alumnos las identifiquen y expliquen por qué son machistas. La segunda, denominada “Empatía” esta actividad plantea diferentes situaciones de violencia de género y pide a los alumnos que se pongan en el lugar de las víctimas. Posteriormente, los alumnos podrán realizar una valoración de los talleres mediante una rúbrica.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Presentación de Genially
- Rúbrica
- Ordenador

Actividad 9 (Anexo 9)

Población: Docentes

Nombre: Pautas para docentes sobre educación sexual de la Comunidad de Madrid

Objetivos:

- Familiarizar a los docentes con las pautas y directrices establecidas por la Comunidad de Madrid en relación con la educación sexual.
- Dotar a los docentes de herramientas y recursos para impartir educación sexual de manera efectiva.
- Promover una comprensión adecuada de la sexualidad y los aspectos relacionados.
- Fomentar un enfoque inclusivo y respetuoso de la educación sexual.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a “Docentes” se desglosa un

resumen con las principales pautas y objetivos a seguir por ellos en relación a la educación sexual en los centros educativos dentro de su rol de docente.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Ordenador

Actividad 10 (Anexo 10)

Población: Familias

Nombre: Pautas para las familias sobre comunicación

Objetivos:

- Promover la importancia de la comunicación abierta y efectiva sobre educación sexual entre padres e hijos.
- Proporcionar información actualizada sobre educación sexual.
- Dotar a los padres de herramientas y estrategias para abordar temas de educación sexual.
- Fomentar la confianza y la seguridad en la comunicación.

Desarrollo

En el apartado de la página web correspondiente a “Familias” se desglosa un resumen con las principales pautas y objetivos a seguir en relación a la comunicación entre padres e hijos en el abordaje de la educación sexual desde el entorno familiar.

Recursos

- Página web de educación sexual
- Ordenador

5. Reflexión personal:

La elaboración de este trabajo ha sido muy gratificante para mí, me ha dado la oportunidad de poder ahondar en un tema de mi interés, así como de poder apreciar la escasa atención que los centros educativos, especialmente los privados ó concertados, muestran al momento de enseñar y abordar el tema de educación afectivo-sexual.

A pesar de que numerosos centros educativos obstaculizan la implementación de actividades vinculadas a la educación afectivo-sexual, es fundamental resaltar la relevancia de la realización de talleres o dinámicas que aborden este tema durante la etapa de secundaria, ya que a lo largo del curso y en los currículos existentes no se brinda ningún enfoque sobre esta cuestión.

Esta iniciativa de intervención busca tratar la educación emocional y sexual durante el período de la adolescencia, el cual es una etapa fundamental para la implementación de este contenido. No obstante, desde mi punto de vista, considero que debería ser enseñada y desarrollada en todos los niveles educativos. Como futura orientadora, he centrado mi enfoque en orientar y sensibilizar a los alumnos acerca de este tema, así como informar y formar a los docentes y familias en esta área con la finalidad de realizar una inmersión y aprendizaje colectivo.

En ocasiones, la comunicación entre las familias y sus hijos adolescentes se torna complicada al abordar este tema, ya sea debido a que se considera tabú o por sentir vergüenza al hablar de ello. Por esta razón, además de brindar información, he planteado diversas orientaciones que considero que contribuirán a fortalecer los vínculos afectivos entre las familias y promover un ambiente de confianza para tratar este asunto.

La información y actividades dirigidas a los alumnos son la pieza central del plan de acción tutorial, ya que considero que en ocasiones los adolescentes no tienen fuentes de información fiables en las que poder abordar sus dudas en relación a la materia, lo que les lleva a caer en fuentes de información de dudosa veracidad y por consiguiente a obtener concepciones erróneas o imprecisas acerca de la sexualidad.

En mi opinión, es fundamental resaltar que existen numerosos desafíos que surgen cuando no se aborda la educación afectivo-sexual en las escuelas. Por ejemplo, en el caso de los estudiantes con diversidad de género, quienes a menudo se encuentran en situaciones de vulnerabilidad, pueden surgir problemas de rechazo social y acoso, lo que conlleva prejuicios psicológicos graves. Por consiguiente, resulta indispensable abordar estas circunstancias desde la institución educativa, proporcionando conocimientos y capacitación a toda la comunidad escolar, fomentando así el aprendizaje y la adopción de valores fundamentados en el respeto a las divergencias y en la tolerancia hacia la diversidad sexual y de género.

Por último, este programa puede ser aprovechado tanto por la totalidad de los estudiantes de educación secundaria como por los docentes y las familias que requieran una orientación para abordar este tema, a través del Blog podrán acceder a toda la información incluida en el plan de acción con la finalidad de que logren un aprendizaje significativo, enriqueciendo su comprensión previa sobre el tema y modificando sus perspectivas.

Normativa:

Constitución Española. Boletín Oficial del Estado (BOE) núm. 311. Art. 10. 29 de diciembre de 1978 (España).

Constitución Española. Boletín Oficial del Estado (BOE) núm. 311. Art. 27. 29 de diciembre de 1978 (España).

Ley Orgánica 1/2004. De Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. 28 de diciembre de 2004. Boletín Oficial del Estado, núm. 313.

Ley Orgánica 2/2006. De educación. 3 de mayo de 2006. Boletín Oficial del Estado núm. 106.

Ley Orgánica 3/2020. Por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. 29 de diciembre de 2020. Boletín Oficial del Estado, núm. 340.

Ley 2/2016. De Identidad y Expresión de Género e Igualdad Social y no Discriminación de la Comunidad de Madrid. 29 de marzo de 2016. Boletín Oficial del Estado, núm. 169

Ley 3/2016. De Protección Integral contra LGTBIfobia y la Discriminación por Razón de Orientación e Identidad Sexual en la Comunidad de Madrid. 22 de julio de 2016. Boletín Oficial del Estado, núm. 285.

Ley Orgánica 8/2013. De Mejora de la Calidad Educativa. 9 de diciembre de 2013. Boletín Oficial del Estado, núm. 295.

Plan de Mejora de la Convivencia y Clima social de los Centros Docentes de la Comunidad de Madrid (2022).

Viceconsejerías de Política Educativa y Ciencia y Organización Educativa (2022). Protocolos de Intervención y Atención Educativa a la Identidad de Género.

Bibliografía:

Agreda, E. A. C. (2008). Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes. *Educere*, 12(40), 79-87.

Agudo Garrido, M. (2019). Identidad de género, orientación y educación sexual en adolescentes.

Alcedo, J. M. G. (2013). Comportamiento sexual de protección en adolescentes: un enfoque desde la psicología positiva. *Mayéutica Revista Científica de Humanidades y Artes*, 1, 20-39.

Arribas, F. J. R. (2009). Aspectos sociológicos de la transexualidad. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 21(1).

Asociación Mundial de Sexología [AMS] (2000). *Orientación sexual e Identidad de Género*.

Asociación Americana de Psicología [APA] (2008). *Respuestas a sus preguntas: para una mejor comprensión sobre la orientación sexual y la homosexualidad*.

Asociación Americana de Psicología [APA] (2011). *Respuestas a sus preguntas sobre las personas trans, la identidad de género y la expresión de género*.

Asociación Americana de Psicología [APA] (2017). *Orientación sexual e Identidad de Género*.

Bardi, A., Leyton, C., Martínez, V., & González, E. (2005). Identidad Sexual: proceso de definición en la adolescencia. *Reflexiones pedagógicas*, 26, 43-51.

Carrera Fernández, M. V., Lameiras Fernández, M., & Rodríguez Castro, Y. (2007). Intervención y evaluación de un programa de educación afectivo-sexual en la escuela para padres y madres de adolescentes. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 3(2), 191-202.

Castellanos, B. y González, A. (2003). Sexualidad y género: Alternativas para su educación ante los retos del siglo XXI. La Habana: Científico Técnica.

Galabert Mures, N. (2020). *Universitat de Illes Balears*. Obtenido de Programas de educación afectivo-sexual en España: una revisión sistemática: https://repositori.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/155384/Gelabert_Mures_Noemi.pdf?sequence=1&isAllowed=y

García-Vega, E., Robledo, E. M., García, P. F., & Izquierdo, M. C. (2012). Sexualidad, anticoncepción y conducta sexual de riesgo en adolescentes. *International journal of psychological research*, 5(1), 79-87.

Grassi, M. P. (2017). Evolución del concepto de género: Identidad de género y la orientación sexual. *DEPARTAMENTO DE ESTUDIOS, EXTENSIÓN Y PUBLICACIONES BCN*, 1-7.

Lavielle-Sotomayor, P., Jiménez-Valdez, F., Vázquez-Rodríguez, A., del Carmen Aguirre-García, M., Castillo-Trejo, M., & Vega-Mendoza, S. (2014). Impacto de la familia en las conductas sexuales de riesgo de los adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 52(1), 38-43.

Organización Mundial de la Salud (2000).

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [Unesco] (2014). Educación integral de la sexualidad: Conceptos, enfoques y competencias.

Orte, C., Sarrablo, R., & Nevot-Caldentey, L. (2022). Revisión sistemática sobre programas e intervenciones de educación afectivo-sexual para adolescentes. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación (REICE)*, 2022, vol. 20, num. 3, p. 145-164.

Prieto, A. D. (2018). La educación sexual en las leyes educativas españolas. *Educación (nos)*, (82), 5-8.

Polanco, M. D. G. (2014). Las conductas sexuales de riesgo de los adolescentes españoles. *RqR Enfermería Comunitaria*, 2(2), 38-61.

Vargas, M. A. F., Aguilar, C. A., & Jiménez, A. G. (2012). Educación sexual: Orientadores y orientadoras desde el modelo biográfico y profesional. *Revista Electrónica Educare*, 16, 53-71.

Vargas, E., & Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: una revisión. *Revista colombiana de psicología*, (11), 115-134.

Zambrano, C., Ceballos, A. K., & Rosero, D. E. O. (2017). Reconocimiento de la orientación sexual homosexual. *Psicoespacios: Revista virtual de la Institución Universitaria de Envigado*, 11(19), 67-83.

Zaro, M. J. (1999). La identidad de género. *Revista de psicoterapia*, 10(40), 5-22.

Página web Educación afectivo-sexual

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual>



Aprendamos un poco

¿Qué hemos aprendido?

Q Search...

Acerca de nosotros

Deja tu opinión

¿A quién va dirigido?

Pincha en la imagen del grupo que te corresponda para descubrir más información.



Anexo 1

Vocabulario

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/about-4>

Clítoris	Estructura anatómica que forma parte de la vulva, ubicada dentro de los labios mayores
Flujo vaginal	Glándula ubicada en el pecho de las mujeres y en menos medida en el de los hombres
Himen	Delgada membrana de tejido ubicada en la entrada de la vagina
Labios mayores	Órganos reproductivos femeninos ubicados a ambos lados del útero
Labios menores	Órgano tubular y elástico que se encuentra en la pelvis y conecta el útero con los genitales externos
Ovarios	Órgano sexual femenino sensible que se encuentra en la parte externa de la vulva, en la parte superior de la abertura vaginal
Mamas	Conjunto de órganos sexuales externos de las mujeres
Trompas de falopio	Estructura anatómica que forma parte de la vulva, ubicada en la parte externa de la misma
Útero	Órgano muscular en forma de pera que forma parte del sistema reproductor femenino
Vagina	Secreción normal y natural que proviene de la vagina de una mujer
Vulva	Estructuras tubulares que se encuentran en el sistema reproductor femenino



VOCABULARIO

Anexo 2

Autoestima

<https://padlet.com/belengomezlopez98/me-quiero-bkcnr2z279hmjnvu>

¿Qué es autoestima?



La autoestima es la valoración y percepción que una persona tiene de sí misma. Se trata de la forma en que nos vemos, nos aceptamos y nos sentimos acerca de nuestras habilidades, logros y características personales.

¿Y la aceptación personal?



La aceptación personal implica reconocer, valorar y amar quiénes somos como individuos únicos. Conlleva aceptar nuestras cualidades, habilidades, emociones y aspectos físicos sin juzgarnos.

¿Qué significa aceptar nuestro cuerpo?



La aceptación corporal se refiere a tener una actitud positiva y respetuosa hacia nuestro cuerpo, reconociendo y valorando su diversidad y singularidad. Implica aceptar y apreciar nuestra apariencia física, sin compararnos con los estándares de belleza.

¿Qué relación tiene con los logros y metas?



La forma en la que nos vemos también está relacionada con nuestros logros, nuestros éxitos, aprendizajes, avances y desarrollo, así como con las metas que cada día nos proponemos, aquellas que perseguimos en todos los ámbitos de nuestra vida.

Puesta en marcha



PDF
taller autoestima

Tengo/Soy	Quiero tener/Quiero ser

Anexo 3

Educación sexual

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/qu%C3%A9-es-la-salud-sexual>



¿Qué es salud reproductiva?

La salud reproductiva es un estado de bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos. Incluye la capacidad de tener una vida sexual satisfactoria, segura y responsable, la capacidad de concebir y llevar a término un embarazo saludable, y la capacidad de prevenir y tratar enfermedades relacionadas con la reproducción. La salud reproductiva también implica la libertad de discriminación, violencia y coerción en asuntos sexuales y reproductivos. Es fundamental para la calidad de vida y el bienestar de hombres y mujeres.



GUÍA RÁPIDA DE Educación sexual

3 ASPECTOS RELEVANTES

- Cambios
- Exploración
- Comunicación abierta

RECOMENDACIONES

Aprendamos un poco más

MITOS

Anexo 4

Habilidades sociales y asertividad

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/habilidades-sociales-y-asertividad>

Aprendamos un poco

¿Qué hemos aprendido?

Acerca de nosotros

Deja tu opinión

Habilidades sociales y asertividad



ELEMENTOS DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Comunicación Verbal



Escucha Activa



Autoconciencia emocional



Comunicación No Verbal



Empatía



Anexo 5

Diversidad sexual y de género

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/diversidad-sexual-y-de-g%C3%A9nero>

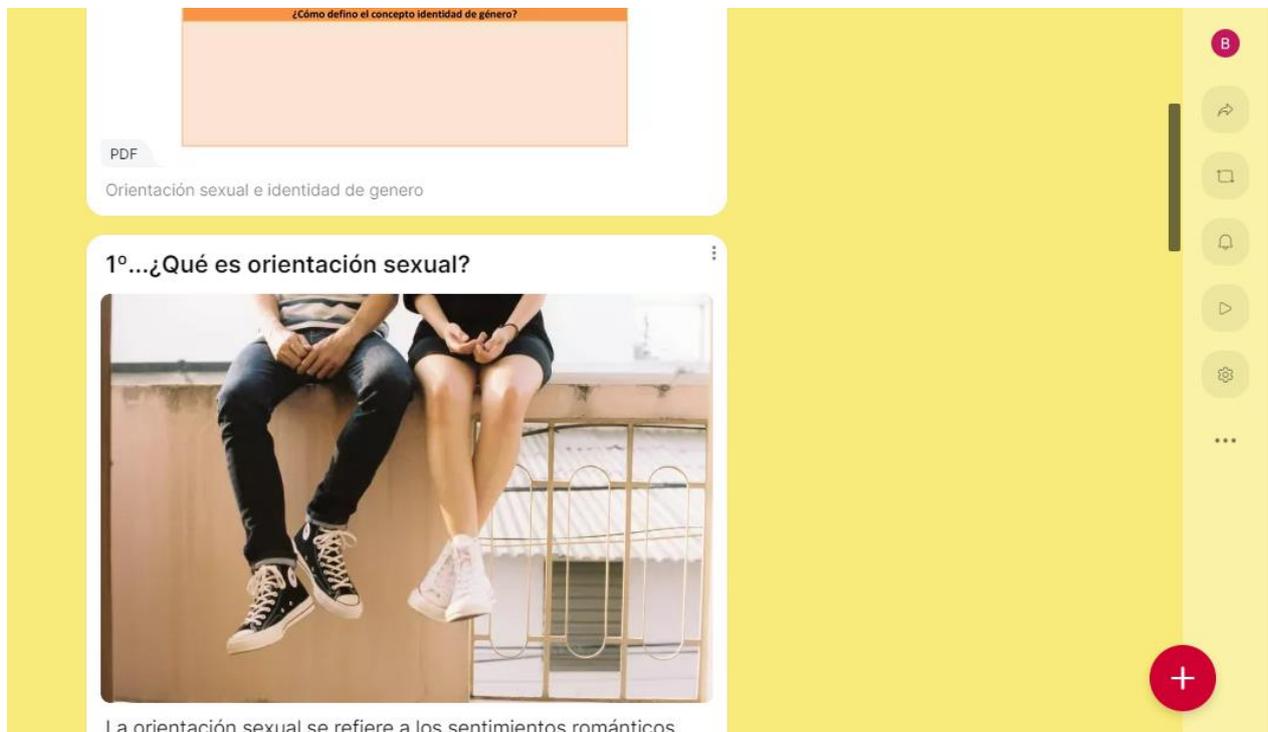
Aprendamos un poco

¿Qué hemos aprendido?

Search...

Acerca de nosotros

Deja tu opinión



Anexo 6

Métodos anticonceptivos

<https://padlet.com/belengomezlopez98/m-todos-anticonceptivos-9uxii0mqgguhfi4j>



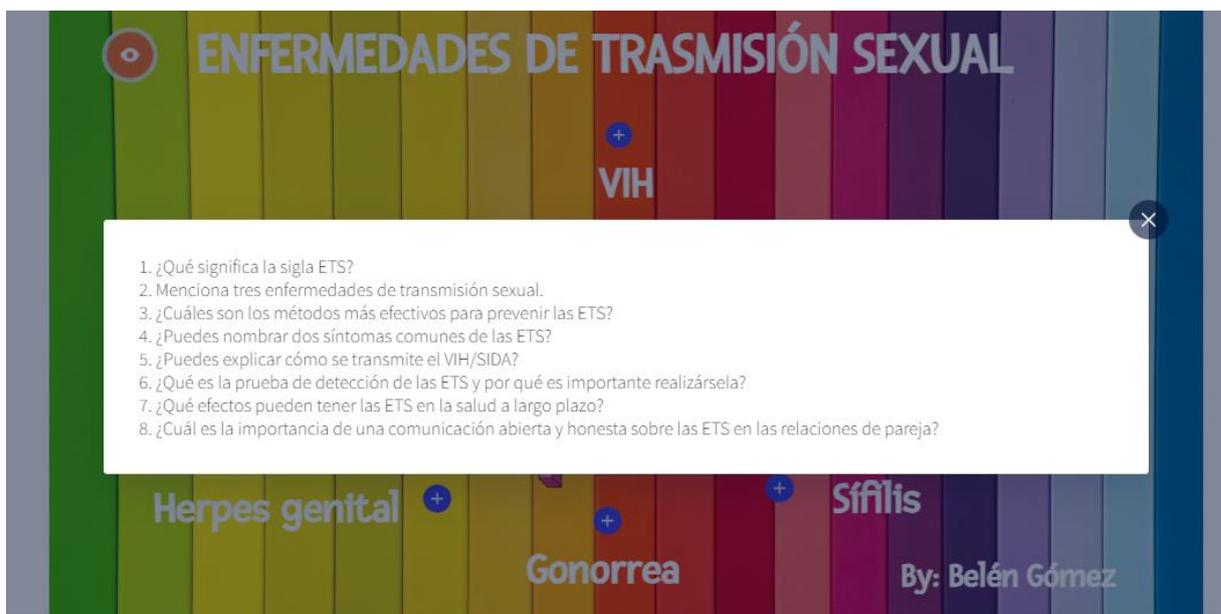
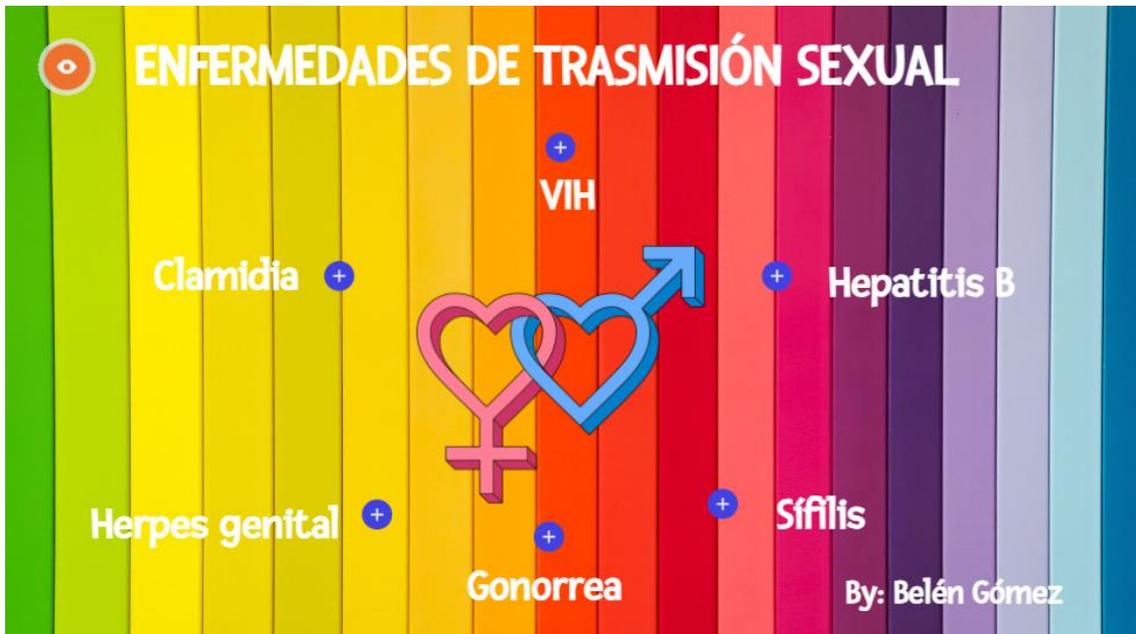
¿Qué método anticonceptivo utiliza la temperatura?



Anexo 7

Enfermedades e infecciones de transmisión sexual

<https://view.genial.ly/63f655c4529fd90012eb23bf/interactive-content-enfermedades-de-transmision-sexual>



Anexo 8

Violencia sexual y de género

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/violencia-sexual-y-de-g%C3%A9nero>

Aprendamos un poco

¿Qué hemos aprendido?

Q Search...

Acerca de nosotros

Deja tu opinión

Violencia de género



RUBRICA DE TALLER DE VIOLENCIA DE GENERO

Nombre del maestro/a: **B Gómez**

Nombre del estudiante: _____

CATEGORY	FRECUENTEMENTE	EN OCASIONES	EN POCAS OCASIONES	NUNCA
¿El taller abordó los diferentes tipos de violencia de género?				
¿El taller abordó los factores culturales y sociales que contribuyen a la violencia de género?				

Anexo 9

Pautas para docentes sobre educación sexual de la Comunidad de Madrid

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/aprendamos-un-poco>

Pautas para docentes sobre educación sexual de la Comunidad de Madrid

Las pautas para la educación sexual en la etapa educativa de secundaria obligatoria en la Comunidad de Madrid tiene como objetivo brindar información y herramientas a los jóvenes para que puedan tomar decisiones informadas y responsables sobre su vida sexual y afectiva.

Estas pautas incluyen:

- Información sobre anatomía, fisiología y salud sexual y reproductiva, incluyendo métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual.
- Fomentar el respeto y la tolerancia hacia la diversidad sexual y de género, promoviendo la no discriminación.
- Fomentar la comunicación y las habilidades sociales para la negociación de relaciones saludables.



Anexo 10

Pautas para las familias sobre comunicación

<https://belengomezlopez985.wixsite.com/educacionsexual/aprendamos-un-poco>

Pautas para las familias

A continuación se describen pautas básicas sobre cómo hablar con sus hijos/as sobre la sexualidad de manera efectiva y positiva.

- Es crucial iniciar la conversación sobre la sexualidad desde una edad temprana. Dialogue con sus hijos/as de forma clara y adecuada a su etapa de desarrollo. Utilice términos básicos para explicar las partes del cuerpo y las funciones fisiológicas.
- Establezca un entorno seguro y respetuoso: Converse con sus hijos/as en un espacio privado y garantice que se sientan a gusto al plantear preguntas y expresar sus inquietudes.
- Eduque sobre el consentimiento: Instruya a sus hijos/as acerca del consentimiento y la relevancia de respetar los límites de los demás. Explíqueles que nadie debe manipular su cuerpo sin su autorización y que tampoco deben tocar el cuerpo de alguien más sin su consentimiento.
- Fomente la confianza en sí mismos: Estimule a sus hijos/as a desarrollar una aceptación hacia su propio cuerpo y promueva una percepción



Anexo 11

Formulario PRE-POST para alumnos

Preguntas Respuestas Configuración



Sección 1 de 7

Formulario educación sexual

El siguiente formulario tiene como objetivo recopilar información sobre tus conocimientos y percepciones acerca de la educación sexual. Por favor, responde las preguntas de manera sincera y completa. ¡Muchas gracias!

Preguntas Respuestas Configuración

Sección 2 de 7

EDUCACIÓN SEXUAL

¿Te sientes cómodo/a hablando sobre los órganos sexuales y su función en el cuerpo humano? *

¿Qué significa para ti tener una buena autoestima? *

¿Cuánto conocimiento tienes sobre educación sexual? *

¿Cuáles son las principales fuentes de información que utilizas? *

¿Qué significa para ti tener una buena autoestima? *

¿Cuánto conocimiento tienes sobre educación sexual? *

¿Cuáles son las principales fuentes de información que utilizas? *

¿Consideras importante aprender habilidades sociales y asertividad en el contexto de las relaciones afectivas y sexuales? *

Respecto a la pregunta anterior. *
¿Por qué?

Sección 3 de 7

DIVERSIDAD SEXUAL Y DE GÉNERO



Descripción (opcional)

¿Qué entendimiento tienes acerca de la diversidad sexual y de género? *

	1	2	3	4	5	
Poco	<input type="radio"/>	Mucho				

¿Crees que es importante respetar y valorar la diversidad en este aspecto? *

- Sí
- No
- Tal vez

¿Has presenciado o experimentado situaciones de discriminación o prejuicio debido a la diversidad sexual y de género en tu entorno escolar? *

- Sí
- No

Sección 4 de 7

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



Descripción (opcional)

¿Estás familiarizado/a con los diferentes métodos anticonceptivos disponibles? *

- Sí
- No

Si su respuesta fue Sí.
¿Podrías mencionar algún ejemplo?

Texto de respuesta corta

ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL



Descripción (opcional)

¿Qué sabes sobre las enfermedades de transmisión sexual? *

Texto de respuesta larga

¿Crees que es importante educarse sobre ellas y tomar precauciones? *

- Sí
- No
- Tal vez

VIOLENCIA SEXUAL Y DE GÉNERO



Descripción (opcional)

¿Qué entiendes por violencia sexual y de género? *

Texto de respuesta larga

¿Crees que es importante respetar y valorar la diversidad en este aspecto? *

- Sí
- No
- Tal vez

Tal vez

¿Has recibido información sobre los recursos y apoyos disponibles en caso de ser víctima o testigo de violencia sexual o de género? *

Sí

No

Sección 7 de 7

CONCLUSIÓN



Descripción (opcional)

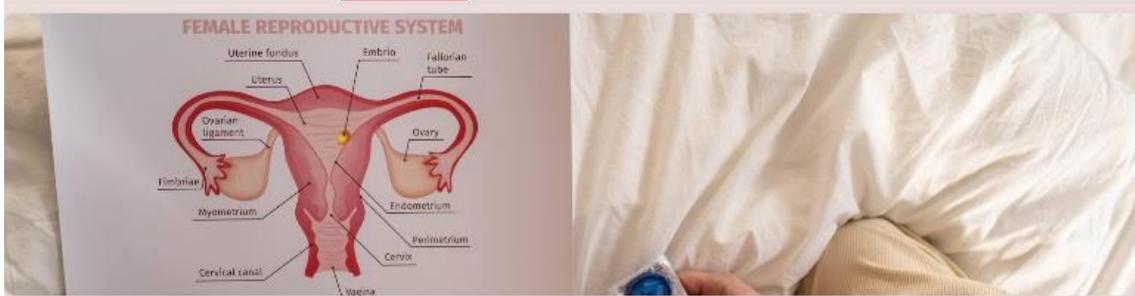
¿Qué temas o aspectos te gustaría que se abordaran con mayor profundidad en un programa de educación sexual?

Texto de respuesta larga

Anexo 12

Formulario de satisfacción de página web

Preguntas Respuestas **1** Configuración



Formulario de satisfacción

Le agradecemos por haber visitado nuestra página web.
Su opinión es importante para nosotros, por lo que le pedimos que rellene este formulario de satisfacción para que podamos mejorar nuestro contenido.
¡Muchas gracias!

Preguntas Respuestas **1** Configuración

¿Cómo calificarías tu experiencia en general en nuestra página web?

	1	2	3	4	5	
Muy mala	<input type="radio"/>	Muy buena				

¿Qué tan fácil fue navegar por nuestra página web?

- Muy fácil
- Fácil
- Normal
- Difícil
- Muy difícil

¿Encontraste lo que estabas buscando en nuestra página web?

Sí

No

¿Cuánto tiempo tomó encontrar la información que estabas buscando en nuestra página web?

Poco tiempo 1 2 3 4 5 Mucho tiempo

¿Te pareció útil la información que encontraste en nuestra página web?

Nada útil 1 2 3 4 5 Muy útil

¿Cómo calificarías la velocidad de carga de nuestra página web?

Muy mala 1 2 3 4 5 Muy buena

¿Hubo algún problema técnico al utilizar nuestra página web?

Texto de respuesta larga

¿Recomendarías nuestra página web a otras personas?

Sí

No

¿Hay algo que podríamos hacer para mejorar tu experiencia en nuestra página web?

Texto de respuesta larga

¿Tienes algún otro comentario o sugerencia sobre nuestra página web?

Texto de respuesta larga
