



Hola a todos/as,

Lo prometido es deuda, así que aquí va la primera revista de “sexo sin duda”.

Seguramente el formato irá variando y mejorando a medida que nos vayan construyendo la página web de “sexo sin duda” y a medida que sepamos si esto es algo que os interesa o por el contrario pasáis.

Por los e-mails que nos habéis enviado, la idea en principio fue bastante bien aceptada. Incluso nos habéis enviado alguna propuesta de tema, que tenemos apuntada, no os preocupéis que no caerá en saco roto.

Inicialmente os llegará a todos/as a través del e-mail; en un futuro tenemos pensado que sea mediante suscripción, a través de una lista de correo... bueno, no sé, también podéis darnos ideas. Pretendemos que esto sea algo útil para la gente joven, así que cualquier cosa que os interese podéis proponerla e intentaremos llevarla a cabo, ¿vale?

Otra idea es la del foro, pero poco a poco. ok?

Bueno, nos pareció importante dedicar esta primera revista a algo un poco teórico y aburrido pero que está en la base de todo lo que vayamos a hablar en otros números y que os aclarará algunos conceptos que podéis ver en revistas, libros...

Es el paradigma del que partimos las personas que de alguna manera trabajamos en este campo. Algunos reconoceréis muchas frases del texto que tantas veces os repito.

Espero que os resulte interesante y ya sabéis... pretendo que esto sea algo vuestro así que sería genial que las propuestas de temas saliesen de vosotros.

Un beso, nos vemos!!!



SEXO SIN DUDA



SEXO
sin duda

PUNTO DE
iNFORMACIÓN
SEXUAL

De lunes a viernes:

De 10:00 h. a 14:00 h.
Centro de Planificación Familiar de la Era
C/ José Maldonado s/n. - OVIEDO
T.: 985 253 415

De 16:30 h. a 20:30 h.
Mujeres Jóvenes de Asturias
C/ General Elorza, 68 - 6º B - OVIEDO
T.: 985 237 704

sexosinduda@mujoas.org



INSTITUTO ASTURIANO DE LA JUVENTUD



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS



SERVICIO DE SALUD
DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS





“SEXO SIN DUDA”

Salud sexual es la integración de los elementos corporales, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual, por medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor.

Definición de "Salud Sexual" de la OMS (Organización Mundial de la Salud), Ginebra, febrero de 1974.

HECHO SEXUAL HUMANO

Hablar de educación sexual es fundamentalmente hablar del hecho sexual humano, es hablar de chicas y chicos, de hombres y mujeres que son sexuados, que se viven como sexuados y que se expresan y se relacionan como tales. Por eso, el objetivo de la educación sexual no es otro que el de contribuir a que esos chicos y chicas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar su erótica de modo que se sientan felices. Desde este planteamiento, la educación sexual contribuye a evitar los embarazos no deseados, la transmisión de enfermedades y otros acontecimientos desafortunados, pero el objetivo final de la educación sexual es que los chicos y chicas se sientan a gusto y se acepten.

El hecho sexual humano es múltiple y variado, por ello hay que hablar de *sexualidades* en plural, de la sexualidad de personas de edades, culturas, capacidades y realidades diferentes. Plantear la educación sexual desde el marco del hecho sexual humano requiere tener en cuenta sus tres realidades: la sexuación, la sexualidad y la erótica.



La **sexuación**: es el proceso de la construcción de las categorías biológicas de mujer y hombre desde la fecundación hasta la muerte. En este proceso se va concatenando una serie de niveles y estructuras que progresivamente van sexuando al individuo. Todos estos elementos estructurales y estructurantes del sexo llevan a uno de los dos resultados: hombre y mujer. Por supuesto, cada uno de los dos estará lleno de matices, pues estamos hablando de muchos factores que intervienen en el proceso, como los factores cromosómicos, hormonales, gonadales...

La **sexualidad**. La sexualidad es la manera que cada persona tiene de vivir “el hecho de ser sexuado”. Es una categoría subjetiva y no hace referencia exclusivamente a planteamientos anatómicos y fisiológicos. La referencia más clara de la sexualidad son las vivencias, la manera propia de verse, sentirse y vivirse como ser sexuado y la orientación del deseo homosexual o heterosexual.

Durante mucho tiempo la sexualidad se ha considerado sinónimo de sexo, o se utilizaba un término u otro indiferentemente. Esto era así porque la sexualidad ha estado reducida a la genitalidad, a las relaciones sexuales con penetración, a la procreación y al estado adulto. La sexualidad, sin embargo, es un concepto muchísimo más amplio, y más rico que se manifiesta a múltiples niveles:

Se manifiesta biológicamente. En las hormonas, en los genes, en el cerebro, en cada órgano de nuestro cuerpo, en su forma, en la manera de funcionar. Es decir en cada célula de nuestro cuerpo se manifiesta la sexualidad, y no sólo en los genitales.

Se manifiesta psicosocialmente. Desde el momento del nacimiento nos están atribuyendo unos colores específicos, unos juguetes diferentes, unos sentimientos, conductas, pensamientos diferentes si somos chicos o chicas. Estas asignaciones no se basan en diferencias biológicas, sino en costumbres que cada cultura regula de forma distinta.

Se manifiesta a lo largo de toda nuestra vida. Niñas y niños, adolescentes, jóvenes, personas adultas y ancianas tienen intereses y conductas sexuales, lo que cambia es la forma de expresarlas. En el estado adulto nunca se ha negado la sexualidad, sin embargo sí se ha negado en la infancia y en la vejez. No es difícil de comprender: si reducimos la sexualidad a la procreación y a las relaciones sexuales con penetración es normal que se niegue la sexualidad en la niñez y en la

etapa de la vejez, ya que a estas edades no se tienen capacidades reproductoras y en muchos casos no pueden llevarse a cabo prácticas de penetración.

Pero los fines de la sexualidad son muy variados. Se manifiesta por distintos fines. Desde el punto de vista biológico el fin primordial de la sexualidad es la reproducción de la especie, pero en la especie humana existen otros fines: la obtención de placer, una forma de comunicación, de sentir el cuerpo propio, de expresar sentimientos, de manifestar amor y ternura, de compartir la intimidad...

La **erótica** es la forma concreta de expresar lo anterior, que varía según la persona. Para el desarrollo de la erótica entran en juego muchos factores: valores, creencias, sentimientos y la forma de pensar y de entender las relaciones sexuales y las relaciones de pareja. De todo esto, así como de otras influencias, acabará surgiendo un tipo de erótica propia.

El objetivo de la educación sexual es que cada cual sea feliz con su forma de expresar la sexualidad. Las formas de expresión tiene dos vías y las dos han de ser objeto de atención: una son los deseos y otra los gestos. También son expresiones de la erótica las caricias, el abrazarse, el coger de la mano, los mordisquitos en el cuello... del mismo modo que lo son el coito vaginal o el resto de penetraciones. Además, también están las fantasías, que por supuesto forman parte de la erótica.

Entonces, según este modelo, lo que trataremos es que, a partir de la vivencia de las propias sexualidades y de la expresión de la propia erótica, y a partir de las peculiaridades personales, los chicos y chicas puedan sentirse a gusto y por lo tanto y desde este enfoque positivo evitar situaciones que no desean como embarazos, enfermedades o prácticas violentas.



SEXO SIN DUDA



sexosinduda@mujoas.org

