



Exploro mi sexualidad con PARESS  
Adolescentes de 12 a 15 años

# Cómo influye en tu sexualidad la cultura y los valores



¿Sabías que nuestras decisiones en relación con la sexualidad las tomamos con base en nuestros valores y creencias? Muchas veces no somos conscientes de eso, tomamos las decisiones y actuamos en automático sin ponernos a pensar todo lo que está detrás de nuestras acciones y del impacto, positivo o negativo, que podemos causar en las y los demás.

La cultura es todo aquello que influencia tus opiniones, valores y creencias, ¿te has puesto a pensar en cómo llegaste a la conclusión de juzgar como naturales o normales algunas conductas en sexualidad? Y ¿por qué otras las vemos como raras o diferentes? Te aseguro que mucho tiene que ver con la cultura en la que te tocó crecer y aprender a relacionarte.

En este módulo, además de reflexionar sobre estos dos puntos, podrás conocer sobre los derechos sexuales y reproductivos, los cuales son derechos humanos que han sido creados para protegerte y para cuidar de tu salud.

Empecemos este módulo. Estamos seguras, seguros de que te ayudará a conocerte cada vez más para que puedas sentirte listo o lista para tomar diferentes decisiones a lo largo de tu vida.

# Índice

1. Valores y sexualidad p. 5

---

2. Derechos humanos y sexualidad p. 10

---

3. Cultura, sociedad y sexualidad p. 16

# Cómo influye en tu sexualidad la cultura y los valores

Nuestros valores, creencias y actitudes están influenciados por nuestra familia, nuestros amigos, nuestra comunidad y nuestra cultura. La sexualidad conlleva valores y responsabilidades que nos permiten interactuar y vivir de una manera saludable.

¿Te has preguntado alguna vez cuáles son los valores y creencias de tu familia y tus amigos, amigas alrededor de la sexualidad? ¿Cuántos de esos valores y creencias los has aprendido por imitación? ¿De quién más has aprendido sobre sexualidad y cómo?

Durante este módulo haremos un recorrido para dar respuesta a estas y más preguntas que nos guiarán poco a poco para encontrar la respuesta a la pregunta más importante: ¿cuáles son tus propios valores en analogía con la sexualidad?

Te guiaremos para que puedas descubrir tus propios valores y que, además de reconocerlos y definirlos, tengas las herramientas y habilidades necesarias para defenderlos. Para esto último, aprenderemos sobre los derechos humanos y los derechos sexuales y reproductivos, los cuales nos proporcionarán esa fortaleza que necesitamos no sólo para defender nuestros derechos, valores y nuestra salud, sino también para defender la de las demás personas en nuestra comunidad.



# Valores y sexualidad

---

Los valores son guías para definir el correcto comportamiento de los individuos en la sociedad, son un conjunto de normas o cualidades que permiten a cada persona actuar, de acuerdo con lo que se considera correcto.

## ¿Qué son los valores humanos?

Los valores humanos son una serie de principios universales por los que se rigen la mayoría de las personas. Nos sirven de guía para saber cómo conducirnos para vivir armónicamente en comunidad y evolucionar juntos y juntas.

Estos valores no están determinados ni por la cultura ni por la religión, ni por el tiempo ni por ningún otro condicionante. Son innatos al ser humano, perdurables en el tiempo y trasladables a cualquier lugar del mundo.

Efectivamente, existen comportamientos y actitudes objetivamente positivas y otras negativas. Entre los valores humanos más importantes encontramos la ética, el respeto al prójimo, la tolerancia, la bondad, la paz, la solidaridad, el amor, la justicia, la responsabilidad, la equidad, la amistad, la libertad y la honestidad, entre otros. ¿Cuál más añadirías tú?

Además de estos valores universales, cada persona puede sumar otros valores subjetivos que tienen que ver con su personalidad, con la educación recibida, con la sociedad en la que vive, con su nivel cultural, con sus creencias, etcétera. El conjunto de todos nuestros valores (valores humanos universales y valores personales) nos construye como personas y son los responsables de nuestra manera de estar en el mundo. ¿Lo habías visto de este modo?

¿Cuáles son los valores que tú conoces? De esa lista de valores que vienen a tu mente, ¿con cuáles te identificas y sientes que son parte de tu vida?

## Te has preguntado, ¿cómo es que has formado estos valores?

La familia tiene un rol muy importante en la transmisión de los valores, porque es el primer espacio donde nos desarrollamos durante la infancia. Después, en la adolescencia y juventud, es donde alcanzas el sistema de valores que se convertirá en tu brújula personal; este sistema lo habrás aprendido también de tu comunidad, de tus amistades o de tu escuela.

Hay unos valores que se transmiten de forma explícita; es decir, que te los han dicho directamente; por ejemplo, tal vez te han enseñado el valor de la gratitud al decirte que des las gracias cuando alguien te ayuda en algo; este valor nos permite tener vinculaciones afectivas sanas y recíprocas. También hay otros valores que aprendes de manera implícita; es decir, que se han transmitido con el ejemplo o la

observación de lo que sucede; por ejemplo, tal vez hayas visto en parejas de tu familia que cuando alguno de los dos se siente mal, la otra persona escucha atentamente y brinda palabras de aliento, con esto puedes aprender sobre el valor de la empatía de manera indirecta.

Tal vez en esa creación propia de tu sistema de valores, descubrirás que algunos de ellos no son exactamente igual a los de tu familia o seres queridos; eso está bien y también conocerás personas que tienen esquemas de valores diferentes a los tuyos, lo cual también estará bien, siempre y cuando nuestros valores no vulneren los derechos humanos de otras personas, ni los tuyos.

Esta creación propia se desarrollará con las experiencias y vivencias que tendrás durante tu vida adulta, en donde desarrollarás más habilidades para tener otros valores en tu vida, como mencionan Zeledón y Buxarrais, citados por Berríos (2013): “el ser humano es perfectible a lo largo de la existencia”; ¡qué bonita frase! ¿No crees?

¿Recuerdas que te mencionamos que los valores son brújulas para la toma de decisiones? Bueno, esto es porque las acciones que hacemos son determinadas por los valores; es decir, lo que haces o dejas de hacer es guiado por aquello que consideras importante o que te hace sentido de acuerdo a tus valores.

Por ejemplo, imagina que caminas por la calle y te topas con una cartera tirada, al abrirla puedes ver que tiene una identificación y la dirección es muy cerca de donde estás; los valores son la brújula para lo que harás después; si el valor de la honestidad y justicia son importantes para ti, decidirás buscar la dirección para entregarle al dueño su cartera. Entonces, es así como, sin ser conscientes, nuestros valores son responsables de nuestras decisiones; es importante que sepas que las personas que tratan de comportarse de acuerdo con sus valores se sienten bien consigo; en cambio, quienes no lo hacen así pueden sentirse incómodas o culpables en algún momento o de manera prolongada.

### **Los valores y la sexualidad**

¿Qué valores hay en el ejercicio de la sexualidad? El amor propio es el primero, la paciencia, la fortaleza para los momentos de conflicto, el respeto y la aceptación a las personas, el respeto a los acuerdos que hacemos con las y los demás, la responsabilidad que va de la mano del amor propio y el autocuidado, la solidaridad, la igualdad y la libertad, entre otros.

¿Te has preguntado si es posible vivir la libertad dentro de una relación de pareja? Existen muchos estereotipos que vienen de la familia y de la sociedad que refuerzan la idea de que, cuando estamos en pareja, podemos “ser dueños o dueñas” de la otra persona, se manifiesta con creencias como creer que nos tendría que decir en todo momento en dónde está, prohibirle que se junte con algunas amistades, incluso revisar algunas cosas personales como celulares o libretas. La realidad es que eso está lejos de lo que es amor, esto es violencia en el noviazgo y aunque hay diferentes maneras de definirle, hay que tener presente que incluye un amplio



rango de conductas, desde las amenazas y el empleo de tácticas de control, poder o dominación hasta las agresiones verbales, físicas y sexuales (Rubio-Garay, 2015).

Una relación saludable es aquella donde te sientes en libertad de poder ser tú misma, tú mismo, y donde tomas tu parte de responsabilidad para cuidar de ti y de tu pareja.

Ahora, imagina que descubres que una amiga tuya, a la que quieres mucho, la ha golpeado su pareja, ¿qué haces? Si eres de las personas que creen que los problemas de pareja “se arreglan sólo entre ellos” y las demás personas no pueden involucrarse, tal vez tu actitud sea la de “voltear la mirada a otro lado” e ignorarlo; pero si, al contrario, crees que todas las personas merecemos respeto y los conflictos se pueden solucionar por medio del diálogo, entonces harás algo para ayudarla; por ejemplo, puedes buscar ayuda entre las personas adultas de confianza, para que no la lastimen más. Esto es un ejemplo de cómo podrán existir momentos en donde te encuentres en situaciones donde tengas que cuestionar los valores que has aprendido y tendrás que definir tus acciones acordes a tus creencias y valores.

Otra cosa muy importante es que nuestras decisiones tienen un impacto en las y los demás; por ejemplo, imagina que sales con una persona que te gusta mucho y tienes muchas ganas de besarle; platican y, por alguna razón, de repente pierde la consciencia y se desmaya. Los valores como el respeto, la lealtad y la solidaridad te llevarán a tomar la decisión de buscar una solución a lo que pasa y pedir ayuda para ver por su seguridad y bienestar; no te llevarán a tocarle o besarle, porque en ese momento no puede darte su consentimiento. Ahora imagina el impacto que esta decisión tendrá en esa persona, cuando esa persona vuelva a tomar consciencia. Si actuaste conforme a los valores que mencionamos sabrá que puede confiar en ti y a tu lado puede sentirse con seguridad. Pero imagina el caso contrario, donde al estar inconsciente se abuse de la situación, es muy probable que tenga miedo, pierda la confianza que te tenía y la confianza en sí misma, sí mismo. ¿Podrías imaginarte cómo te sentirías en su lugar? Hacerlo pone en juego otro valor que se llama empatía e implica entender cómo se sentiría la otra persona, con las acciones que tomemos y nos puede ayudar a tomar decisiones más acertadas.

### **Reconocer tus valores, creencias y actitudes ante la sexualidad**

Los valores van cambiando en las generaciones. Es probable que te hayas topado con frases de tu mamá, papá, tíos o abuelas como “en mis tiempos los jóvenes eran diferentes”, “ya no hay valores” o algo parecido. La realidad es que cada generación se construye con características particulares de la sociedad en la que se desarrolla, y todas las generaciones están cargadas de muchos valores y creencias. ¿Cuáles serían las características y valores que tu podrías reconocer y definir que son importantes para las y los jóvenes de tu edad, en relación a la sexualidad?

Imagina que tienes muchos deseos de iniciar a tener relaciones sexuales con una pareja, pero te sientes con indecisión y no sabes qué hacer, así que decides platicarlo



con algunas personas de tu confianza; tus amistades a lo mejor te pueden decir que lo hagas, y tu familia tal vez podría tener una posición clara en contra de esto, pero ¿qué es lo que realmente tu deseas hacer? Aquí lo importante es que puedas hacerte varias preguntas de acuerdo a tus propios planes de vida, que busques la información necesaria; es fundamental actuar bajo tus creencias, tu proyecto de vida y, por supuesto, bajo tus valores. ¿Qué decides? Otra cuestión importante de esta situación es que puedas hablarlo con tu pareja y te sientas escuchada o escuchado de cómo te sientes, para que nadie se sienta presionado a hacer algo que no quiere.

Como lo vimos en este ejemplo, a veces puedes escuchar las opiniones de otras personas. Tú decidirás si te aproximas a alguien de tu confianza, como una adulta o adulto, o tal vez una buena amiga o amigo que notas que sus opiniones pueden estar fundadas en la razón y escucharlos. Pero un punto muy importante es que la decisión es totalmente tuya y debe incluir necesariamente el consentimiento. Las opiniones las puedes tomar de donde quieras, pero no es para que te “digan que hacer”, sino para que te ayuden a poner en la balanza los pros, los contras y, con base en tus valores tomar decisiones libres y conscientes.

El derecho a tomar decisiones y expresar cómo nos sentimos, lo tenemos por igual los hombres y las mujeres; hay que reconocer que a veces la cultura en la que nos desarrollamos nos hace creer que los comportamientos son “dados por naturaleza”, cuando en realidad son aprendidos.

Es importante que sepamos reconocer nuestros propios valores y nos sintamos con el derecho de poder defenderlos, si es necesario. Defender tus valores y creencias no significa que debas pelearte con las personas que piensan diferente; significa que, si alguien quiere imponerte sus valores, tú puedes pedirle que te respete y tener la oportunidad de poder explicar por qué tú piensas diferente; sólo recuerda que nuestros valores, actitudes y creencias siempre deben estar enmarcadas en los derechos humanos y en el respeto a la diversidad humana.

A veces podrías encontrarte en algún conflicto por pensar diferente con las y los adultos que te cuidan; si esto sucede, te invitamos a que primero puedas tratar de ponerte en el lugar de él o ella, es común que esperen que pienses de igual manera que ellas, ellos, y que pienses diferente puede causarles mucho miedo. También es importante comprender que hablar de sexualidad puede causar miedo en las y los adultos, y sus miedos están fundados en datos reales, por ejemplo:

- En la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID), del total de mujeres de 15 a 19 años, el 15.8 % han estado embarazadas alguna vez, y para las mujeres de 20 a 24 años este porcentaje es del 49.9.
- En 2014, de las mujeres que han tenido relaciones sexuales, 65.7% declararon que no utilizaron algún método en la primera relación.
- De acuerdo con la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), México ocupa el primer lugar en el tema, entre los países de la OCDE, con una tasa de fecundidad de los 77 nacimientos por cada mil adolescentes de 15 a 19 años.



¿Conocías estos datos? ¿Te ayuda a comprender la posible preocupación de las y los adultos?

Con respecto a la manera de manejar el conflicto, es importante que evites responder con furia o ira, por supuesto que es válido enojarte, pero la manera en la que respondes es tú decisión. Es necesario tener calma y, como mencionamos, buscar el diálogo en un momento diferente al del conflicto; cuando estén más tranquilos, tranquilas, puedes hablar de lo que pasó, de cómo te sentiste, sin culpabilizar, recriminar, ni ofender. Si no funciona a la primera, retírate y vuelve a buscar el espacio para hablar; cuando se logre, habla de cómo te sentiste y de que tratas de comprender sus puntos de vista; sin embargo, buscas tu propio lugar en el mundo y que, por supuesto, tienes en mente todo lo que te han enseñado en el momento de tomar tus propias decisiones.

Como pudiste darte cuenta, la sexualidad y el ejercicio de ella depende o se determina por algunos valores; el no poner en marcha los valores o hacer caso omiso de ellos, puede llevar a conductas o situaciones de riesgo, con las cuales después nos sentimos mal.

**Para terminar este subtema, te queremos invitar a contestar las siguientes preguntas: ¿Cuáles son tus valores en relación con tu sexualidad? ¿qué valores influyen en el cuidado de tu salud sexual y reproductiva? ¿cómo aprendiste estos valores? ¿tus acciones coinciden con los valores que para ti son importantes? Anota tus reflexiones en el siguiente recuadro:**

# Derechos humanos y sexualidad

---

Según las Naciones Unidas, los derechos humanos son aquellos que tenemos básicamente por existir como seres humanos, los cuales son universales e inherentes a todas y todos nosotros; es decir, que los tenemos todas las personas, sin importar nuestra nacionalidad, género, origen étnico, color, religión, idioma o cualquier otra condición; algunos son el derecho a la alimentación, a la educación, al trabajo, a la salud y la libertad.

Además de ser universales, también son inalienables; es decir, que no se pueden quitar, no se pueden transmitir, ceder ni vender. Es decir, tu derecho a la educación es tuyo y nadie te lo puede quitar por ningún motivo. Hay ocasiones en las que se suprime alguno, pero esto sólo sucede cuando hay un procedimiento legal adecuado; por ejemplo, las personas tenemos el derecho a la libertad, pero si cometemos un delito y se hicieron las investigaciones correspondientes para acusarnos, se puede suprimir por el tiempo de la sentencia.

En 1948, en una Asamblea General de las Naciones Unidas, se realizó la Declaración Universal de Derechos Humanos y su artículo primero dice: "todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros"; es decir, que nos tenemos que tratar con cordialidad y respeto entre las personas. Tú, ¿te has preguntado si eres fraternal con las demás personas que te rodean?

La Organización de las Naciones Unidas declara que los derechos humanos son el ideal común por el que todos los pueblos y todas las naciones deben esforzarse, para que las personas tengan el acceso a estos derechos y libertades. En México los tiene contemplados en el Artículo 1º de la Constitución Política, donde nos dice: "En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece".

Más adelante, en la lectura encontrarás algunos de estos tratados internacionales de los que te hablamos; por ahora, queremos que sepas que el artículo 2 de la Declaración Universal de Derechos Humanos, nos vuelve a recordar que los derechos son para todas y todos sin distinción alguna: "Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción



alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición". Por esto, nosotras y nosotros, como ciudadanos, ciudadanas, debemos exigir, respetar y cuidar los derechos humanos de todas las personas.

### **Derechos sexuales y reproductivos (DSyR)**

Así como lo ves en este subtítulo, los derechos sexuales y reproductivos protegen muchas expresiones sexuales. Según la Declaración de los Derechos Sexuales, estos son derechos humanos universales basados en la libertad inherente, dignidad e igualdad para todos los seres humanos. Como la salud es un derecho humano fundamental, la salud sexual debe de ser un derecho humano básico (IPPF, 2010).

¿Sabías que, en México, desde el 2001 existe una Cartilla de Derechos Sexuales y Reproductivas, específica de las y los adolescentes y jóvenes? ¿Cuáles te imaginas que son estos derechos? El derecho a la educación integral de la sexualidad es uno de ellos, el cual además se encuentra protegido por nuestra Constitución, en el Artículo 3º menciona que: "Toda persona tiene derecho a la educación [...] impartirá y garantizará la educación inicial, preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. [...] Los planes y programas de estudio tendrán perspectiva de género y una orientación integral, por lo que se incluirá [...] la promoción de estilos de vida saludables, la educación sexual y reproductiva".

Tal vez te preguntes sobre qué otros derechos sexuales y reproductivos (DSyR) existen o tal vez estés confundida, confundido porque quieres saber por qué existen.

¿Sabías que según datos del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), una de cada tres mujeres del mundo ha sufrido violencia, abusos sexuales o ambas cosas?

Otro problema es que, debido a las restricciones del acceso al aborto seguro en muchos países, cada año 47,000 mujeres, adolescentes y adultas, embarazadas mueren por complicaciones derivadas de abortos en condiciones de riesgo (OMS, 2014). Es decir, cada año mueren 47,000 mujeres que no tenían por qué morir, si sus procedimientos hubieran estado protegidos por la ley y la salud pública. Esta situación se puede arreglar si el derecho a decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva fuera uno garantizado. Nuestra constitución en el artículo 4º dice: "La mujer y el hombre son iguales ante la ley [...] Toda persona tiene derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y el espacimientto de sus hijos. [...] Toda persona tiene derecho a la protección de la salud".

Para que sepas cuáles son todos esos derechos que están en la Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y jóvenes, te los ponemos en una lista aquí:

1. Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad.
2. Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual.

3. Derecho a manifestar públicamente mis afectos.
4. Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y sexualmente.
5. Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal.
6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.
7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva.
8. Derecho a la igualdad.
9. Derecho a vivir libre de discriminación.
10. Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
11. Derecho a la educación integral en sexualidad.
12. Derechos a los servicios de salud sexual y reproductiva.
13. Derecho a la identidad sexual.
14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

### **Leyes, normas y tratados que me ayudan a garantizar los DSyR**

Acuérdate que la información es poder; entonces, si un día tú o una persona querida y cercana a ti, se encuentran en una situación que les pone en vulnerabilidad, puedes apoyarte de esta información para buscar que se te garantice tu salud y bienestar.

### **Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos**

Aparte de los artículos que mencionamos en este subtema, también están el 1º, 3º, 4º, 8º, 9º, 16º, 17º, 21º, 24º.

### **Leyes federales en México**

Ley General de Salud (LGS)

Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA)

Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación (LFFED)

Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV)

Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres (LGIMH)

Ley General de Educación

### **NOM/ Normas oficiales mexicanas (regulaciones técnicas de diferentes dependencias gubernamentales)**

NOM-005- SSA2-1993 De los Servicios de Planificación Familiar.

NOM-046- SSA2-2005 Violencia familiar, sexual y contra las mujeres. Criterios para la prevención y atención.



NOM-047-SSA2-2015, Para la atención a la salud del Grupo Etario de 10 a 19 años de edad.

NOM-010-SSA2-1993 Para la prevención y control de la infección por virus de la inmunodeficiencia humana.

NOM-007-SSA2-2016 Para la atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y de la persona recién nacida.

### **Instrumentos internacionales que México y otros países de Latinoamérica han aceptado (firmado).**

Convención de Belem do Pará. Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer.

Convención de los Derechos del Niño.

Declaración Americana de los Derechos y Deberes del Hombre (DADDH).

Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales Declaración Universal de los Derechos Humanos.

Te invitamos a revisarlos: <<http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lge.htm>>.

¿Sabías que todos los años, 16 millones de adolescentes mujeres se convierten en mamás, debido principalmente a relaciones sexuales sin protección, otros por relaciones forzadas y embarazos no deseados? (PAHO, 2014). Algunas sin estar convencidas, se convirtieron en madres. En esta situación hay muchos DSyR que no se cumplen; observa el listado anterior que te compartimos y contesta, ¿cuáles son los derechos que consideras que no se cumplen en este caso?

Si te fuiste a ver uno por uno, verás que, en relación al embarazo adolescente son muchos derechos que se ven vulnerados; cuando los DSyR no son garantizados, entonces, se compromete nuestra salud sexual y salud reproductiva.

"La salud sexual es un estado de bienestar físico, emocional, mental y social en relación con la sexualidad; no es simplemente la ausencia de enfermedad, disfunción o enfermedad. La salud sexual requiere un enfoque respetuoso y positivo de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de coerción, discriminación y violencia" (WAS, 2002, 2006).

¿Viste cómo hace énfasis en el bienestar? Es muy importante que entendamos que la salud sexual no es solamente "no estar enfermos", es sentirnos bien, con seguridad, con protección y saber que hay un sistema de salud que puede atenderme si necesito una consulta, una consejería, un método anticonceptivo y otros servicios de salud sexual y reproductiva. La OMS (2017) lo menciona: "Los derechos incluyen el derecho de acceso a un sistema de protección de la salud que ofrezca a todas las personas las mismas oportunidades de disfrutar del grado máximo de salud que se pueda alcanzar".

Cuando esto no existe, nos vemos en vulnerabilidad, que significa que estamos expuestas y expuestos ante los problemas de la salud sexual y reproductiva.

Además, hay grupos de población en situación de mayor vulnerabilidad, lo que significa que el acceso a los servicios de salud es todavía más difícil regularmente por prejuicios y estereotipos que llevan a la discriminación, o por condiciones de pobreza o falta de servicios médicos adecuados, entre otras causas.

¿Sabes cuáles son los grupos en situación de vulnerabilidad? Aquí un pequeño listado:

- Personas en situación de pobreza.
- Mujeres.
- Niñas, niños y adolescentes.
- La comunidad lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual.
- Personas con discapacidad.

Si eres adolescente, por tu edad entras en uno de estos grupos en situación de vulnerabilidad. ¿Te identificas en otro de estos grupos? Puedes ser adolescente o joven, y también tener alguna discapacidad y estar en situación de pobreza. A esta combinación de múltiples discriminaciones se le llama interseccionalidad, que es una contribución conceptual del feminismo que funciona como herramienta de análisis, que nos permite entender situaciones de opresión que llevan a la violación de los derechos humanos. Es decir, se entiende que las personas creamos nuestra identidad de manera múltiple, como si lo hiciéramos en capas, de manera que cada persona se construye diferente, además, si las personas nos encontramos en uno o varios de los grupos en situación de vulnerabilidad que mencionamos, podemos experimentar múltiples opresiones que nos ponen en más riesgo de que nuestros derechos no sean respetados.

Es importante que sepas que hay muchos grupos comprometidos para la protección de estos derechos y que las personas que pertenecen a grupos en situación de vulnerabilidad estén protegidas; tú puedes sumarte a estos, para que juntos y juntas como sociedad tengamos un mundo más justo, porque todas las personas merecemos tener garantizados nuestra salud y nuestros derechos.



**Para finalizar este tema, te invitamos a reflexionar y a investigar: en la comunidad o municipio en donde vives, ¿existen organizaciones que ayuden a garantizar tus derechos sexuales y reproductivos? ¿Sabes a quién acudir si necesitas información sobre educación de la sexualidad? ¿Crees que hacen falta más personas o espacios donde puedas encontrar esa información? Escribe tus reflexiones en el recuadro:**

# Cultura, sociedad y sexualidad

---

En nuestro entorno existen muchas fuentes de información que nos ayudan a aprender sobre nosotras y nosotros, sobre nuestros sentimientos y nuestros cuerpos, así que las fuentes serán todos aquellos documentos o espacios que nos den datos útiles para satisfacer la necesidad de información o conocimientos que tenemos en el momento o que necesitamos para aprender algo.

En una investigación realizada en Perú, por Llique (2017), encontró que las y los adolescentes expresaban curiosidades sobre la sexualidad, pero que se les hacía difícil poder ir algún centro de salud y preguntar sus dudas; también mencionaron que consideran difícil entablar una conversación con sus padres, madres o tutores. Algunos adolescentes creen que tal vez los padres los castigarán por hacer esas preguntas y por esta razón la fuente de información la mayoría de las veces son las y los amigos, en otros casos el internet y si no se puede ninguna; los y las adolescentes pueden llegar a tener encuentros sexuales sin ninguna información y sin saber qué hacer, qué esperar a tener la información necesaria para saber cómo cuidarse.

Es importante reconocer las fuentes confiables de información, porque nos permitirán comprendernos a nosotros y nosotras, nuestras emociones y nuestros cuerpos. Por ejemplo, este material que lees es una fuente confiable de información, porque está realizado por gente que es experta en estos temas; pero además de esto, para ti ¿quiénes representan personas con las que puedes hablar más abiertamente sobre sexualidad? ¿Consideras que estas personas te han dado la información útil y adecuada?, ¿De qué otras maneras has conseguido información sobre la sexualidad?

## **Normas sociales y culturales en torno a la sexualidad**

¿Recuerdas que en el primer subtema de este módulo hablábamos de los valores y las creencias? Bueno, los valores y las creencias que existen en la sociedad, en la familia y en los diferentes grupos a los que pertenecemos, también nos pueden ayudar a comprendernos un poco más. Pero también tenemos que poner atención a cuáles son esos mensajes que recibimos, porque en ocasiones pueden ser confusos y debemos preguntarnos si son esas normas sociales algo en lo que también creemos o que podemos cuestionar y crear nuestros propios criterios.

Las normas sociales y culturales son el conjunto de reglas que siguen las personas de una comunidad para convivir mejor con las demás personas y tener una relación más armoniosa como sociedad. Se establecen mediante tradiciones y costumbres que se adquieren de forma natural con la socialización; es decir, que las aprendemos mientras crecemos, de manera natural, como la forma en la que entendemos cómo funciona el mundo.



En la sexualidad existen ciertas normas sociales, culturales y/o religiosas que afectan nuestra manera de entender el mundo y de cómo nos relacionamos. Por ejemplo, ¿te has preguntado si los hombres y las mujeres somos iguales o diferentes? ¿En qué podríamos ser iguales y en qué podríamos ser diferentes?

Tal vez algunas de las cosas que pueden venir a ti al pensar en esto, pueden ser cosas biológicas; es decir, cosas del cuerpo, como la capacidad de embarazarse, menstruar y demás.

El argumento basado en las funciones biológicas es la base de lo que han llamado un “orden natural”, que coloca a las mujeres con la responsabilidad de la casa y el cuidado de las niñas y los niños, como del hogar y sus labores. En cambio, a los hombres se establece como su responsabilidad la de proveer, la de sostener económicamente el hogar y salir a la calle para buscar el sustento. A esta división la han justificado al decir que es el “orden natural” de la vida. La realidad es que no es así; la biología no trae consigo “roles naturales” de cómo deberíamos comportarnos o de lo que podemos o no hacer; todo eso se aprende al depender del lugar en el que vivimos; es decir, es una construcción social que nos habla del momento histórico y de la cultura en la que estamos creciendo.

Te lo pongo con un ejemplo, ¿sabías que las mujeres no podían usar pantalones hasta hace apenas unos 100 años? Porque se consideraba una “prenda de hombres”. Mientras hemos avanzado en la historia y en la información, nos damos cuenta que eso no es así y que unos pantalones no tienen género, simplemente son pantalones para vestirnos.

Por cierto, ¿sabías que en la actualidad en otros países como Escocia, Irlanda e Indonesia los hombres usan faldas? Incluso tal vez conozcas a los muxes de Oaxaca, que usan vestidos tradicionales. Esto es así y está bien visto en estos lugares, y tal vez en otras partes del mundo sea diferente, porque “las normas culturales” dicen que las faldas deberían de ser para las mujeres. ¿Te das cuenta cómo las normas culturales son diferentes en varias partes? Entonces, la cultura es eso intangible que nos dicta comportamientos y que, conforme pasa el tiempo o si nos movemos de país, pueden cambiar.

En la sociedad actual hay una serie de presupuestos o de creencias sobre cómo viven las sexualidades de manera distinta las mujeres y los hombres. Esto nos lleva a relaciones asimétricas, en donde hay desigualdad, pues la educación que hemos recibido es diferenciada. Por ejemplo, a veces se piensa que las mujeres no pueden hablar de sexualidad o mostrar interés en comunicar lo que desean, y que tendrían que ser los hombres quienes “deberían” proponer el encuentro erótico-sexual, cómo hacerlo, cuándo, dónde, etcétera (Quintana, Sánchez y Vásquez, citados en Salguero, Soriano y Ayala, 2016). Esto es sostenido y alimentado por los estereotipos de género.

Vamos a pensar en otra situación. Imagina que Karina y Fernando son novios. Después de un tiempo deciden tener relaciones sexuales por primera vez. Están nerviosos, pero



están informados acerca de los métodos que pueden utilizar para evitar embarazos e Infecciones de Transmisión Sexual (ITS). Karina le dice a Fernando que él se encargue de comprar los condones, que ella le da el dinero, porque le da vergüenza comprarlos, piensa que van a juzgarla, pues que le pueden decir: “¿qué hace una mujer comprando condones?”. Fernando no acepta el dinero, porque cree que a él le corresponde pagar las cosas en la relación. Al momento de tener relaciones ella le dice a él que es su responsabilidad saber ponerse el condón, ya que él es el que tiene pene. ¿Puedes ver todas las situaciones que son alimentadas por los estereotipos, las creencias y los valores basados en las normas culturales, que a veces no nos cuestionamos?

En este ejemplo, lo ideal sería que Karina pueda sentirse con la misma confianza que Fernando para comprar los condones; también sería mejor que ella también sepa cómo es que se ponen los condones, porque es la salud sexual y reproductiva de ambos; al mismo tiempo, lo ideal sería que Fernando no crea que debe “tener que cumplir” con la carga de tener que ser él quien siempre tenga que pagar todo, porque eso también es responsabilidad de los dos. ¿Ves porque es tan importante cuestionarnos esas normas culturales? Porque muchas veces nos encontraremos ante una realidad que muchas veces no tiene sentido, y podríamos vivir una sexualidad más segura y placentera, sin tantos límites y vivir nuestras relaciones afectivas de una manera más justa y colaborativa.

En los resultados de un estudio que realizaron Cruz *et al.* (2020), en Chiapas, encontraron que, a pesar de que cada vez se reconoce más a las mujeres con la necesidad y las ganas de terminar sus estudios y una carrera profesional para tener mejores oportunidades en sus planes de vida, no ha quitado que las labores del hogar y del cuidado de las niñas y los niños recaigan casi completamente en ellas y que se crea que los hombres son los que deben proveer económicamente a las familias. Esto significa que entonces las mujeres se preparan para asumir la responsabilidad de la casa y el cuidado, además de aportar económicamente en el hogar; pero los hombres no se preparan para cuidar mejor a sus hijas e hijos. ¿Crees que eso sea justo? Todo esto se origina por la idea errónea de que “naturalmente” tenemos predestinado qué actividades podemos o debemos hacer y cuáles no, o cómo podemos comportarnos y ser. La realidad es que todas y todos tenemos el potencial de aprender cualquier trabajo, responsabilidad y habilidad.

Los cambios culturales se dan en las sociedades conforme existe cada vez más información actualizada, objetiva, científica y ética sobre educación integral de la sexualidad que se da en las escuelas, centros comunitarios y en las redes sociales. Cada vez hay más padres, madres, tutoras y tutores que les interesa romper el silencio y hablar de estos temas en su familia; esto poco a poco genera los cambios que necesitamos en las normas sociales y culturales.

Para concluir este módulo queremos preguntarte: ¿cuáles son las normas sociales y culturales que identificas que han afectado tu comportamiento sexual? Puede ser en un sentido positivo (respetar los derechos humanos, las decisiones de las mujeres),



como en uno negativo (ejercer violencia como un medio para conseguir lo que se quiere). Cuando hayas terminado esa pregunta, contesta: ¿cuáles de esas normas no tienen sentido para ti y te gustaría que fueran diferentes? Apunta en el recuadro tus conclusiones y qué podrías hacer para que las cosas sean diferentes.

# Referencias

---

- Álvarez, M. R. y Osornio F. M. (2018). "Experiencias de vida sobre el embarazo en mujeres adolescente atendidas en el servicio de gineco-obstetricia del hospital 'Dr. Nicolás San Juan'. Una visión desde el género", en Baca, T. N., *Juventudes, género y salud sexual reproductiva*. Ciudad de México, México: Gedisa.
- Asociación para los Derechos de la Mujer y el Desarrollo (2004). *Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica*.
- Berríos-Valenzuela, Llarena y Buxarras-Estrada, María Rosa (2013). "Educación en valores: análisis sobre las expectativas y los valores de los adolescentes", en *Educación y Educadores*, núm. 16(2), pp. 244-264. Disponible en <<https://www.redalyc.org/pdf/834/83428615003.pdf>>.
- Careaga Pérez, G. (Coord) (2019). *Sexualidad, religión y democracia en américa latina*. México: Fundación Arcoíris por el Respeto a la Diversidad Sexual, A.C. Disponible en <<http://www.fundacionarcoiris.org.mx/wp-content/uploads/2019/06/Sexualidad-Religio%CC%81n-y-Democracia.pdf>>.
- Comisión Nacional de Derechos Humanos (2015). *Derechos y deberes de los usuarios de los servicios de salud*. México: Programa Especial de VIH/Sida y DDHH.
- Comisión Nacional de Derechos Humanos (2016). *Cartilla de los Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes*. México: CNDH. Disponible en <<https://www.gob.mx/issste/articulos/cartilla-de-derechos-sexuales-de-adolescentes-y-jovenes?idiom=es>>.
- Consejo para prevenir y eliminar la discriminación en la Ciudad de México (2016). *Glosario de términos sobre igualdad y no discriminación*. Ciudad de México: COPRED.
- Corrales Pérez, Alejandra, Quijano León, Nayely K. Y Góngora Coronado, Elías Alfonso (2017). "EMPATÍA, COMUNICACIÓN ASERTIVA Y SEGUIMIENTO DE NORMAS. UN PROGRAMA PARA DESARROLLAR HABILIDADES PARA LA VIDA", en *Enseñanza e Investigación en Psicología*, núm. 22(1), pp. 58-65. Disponible en <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=292/29251161005>>.
- Cruz, O., Esteban, H., García, G., Ocaña, J. y Pérez, C. (2020). "Las perspectivas de las y los adolescentes sobre la práctica sexual en comunidades de Chiapas, México", en *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, Vol. 9 (17), pp. 79-102. Disponible en <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7351374>>.
- Delgado, G. (2017). *Construir caminos para la igualdad: educar sin Violencias*. México: IISUE-UNAM. Disponible en <<http://www.iisue.unam.mx/publicaciones/libros/construir-caminos-para-la-igualdad-educar-sin-violencias>>.
- Díaz, C. A. (2018). *Laicidad y educación sexual*. México: Universidad Nacional Autónoma de México. DOF (2019). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. México: Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión.
- Espinosa, B. C. y Gómez M. L. (2019). *Encuesta de jóvenes en México 2019*. México: Fundación SM, A.C. Disponible en <<https://www.fundacion-sm.org.mx/noticias/fundacion-sm-presenta-encuesta-de-jovenes-en-mexico-2019-%E2%80%9Cen-medio-de-un-contexto>>.
- Federación Internacional de Planificación de la Familia (2010). *Derechos Sexuales: una declaración de IPPF. Guía de bolsillo*. Disponible en <[https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf\\_sexual\\_rights\\_declaration\\_pocket\\_guide\\_spanish.pdf](https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_sexual_rights_declaration_pocket_guide_spanish.pdf)>



- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2013). *Adultos aliados a las y los adolescentes*. Santiago de Chile: UNICEF.
- Gaeta González, Laura y Galvanovskis Kasparane, Agris (2009). "ASERTIVIDAD: UN ANÁLISIS TEÓRICO-EMPÍRICO", en *Enseñanza e Investigación en Psicología*, núm. 14(2), pp. 403-425. Disponible en <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=292/29211992013>>.
- Gómez, M. M. (2018). "Embarazo adolescente en México: riesgos, retos y expectativas", en Baca, T. N., *JUVENTUDES, género y salud sexual reproductiva*. Ciudad de México: Gedisa.
- Hurtado de Mendoza Zabalgoitia, Olvera Méndez (2013). "Conocimientos y actitudes sobre sexualidad en jóvenes universitarios", en *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, núm. 16(1), pp. 258-268. Disponible en <<http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/viewFile/36537/33080>>.
- Lescaille Riverí, Bismarys, Odelín Veranes, Dayamí, González, Maritza, Alfonso Aguilera, Katia y Arencibia Álvarez, Alina (2009). "Valoración de la sexualidad en la adolescencia a partir de los estereotipos sexuales", en *MEDISAN*, núm. 13(2). Disponible en <<http://scielo.sld.cu/pdf/san/v13n2/san20209.pdf>>.
- Llique Izquierdo, M. (2017). *Fuentes de información y actitud sobre sexualidad responsable en los adolescentes de la institución educativa 5122 Jose Andres Razari Estevez*. Tesis de pregrado. Lima, Perú: Universidad César Vallejo. Disponible en <<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/11976>>.
- López Sánchez (2017). "Ética de las relaciones sexuales y amorosas", en *Revista de Investigación en Psicología*, núm. 20(1), pp. 177-194. Disponible en <[https://www.researchgate.net/publication/319299140\\_Etica\\_de\\_las\\_relaciones\\_sexuales\\_y\\_amorosas](https://www.researchgate.net/publication/319299140_Etica_de_las_relaciones_sexuales_y_amorosas)>.
- López, E. S., Maier, E. (2014). *15 años de políticas de igualdad: los alcances, los dilemas y los retos*. México. El colegio de la Frontera Norte, El Colegio de México, FLACSO México.
- Martínez Lozano, Consuelo Patricia (2005). "El esquema cultural de género y sexualidad en la vida cotidiana. Una reflexión teórica", en *Culturales*, núm. 1(2), pp. 30-62. Disponible en <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=694/69410202>>.
- Organización Mundial de la Salud (2014). *Del concepto a la medición: la aplicación práctica de la definición de aborto peligroso utilizada en la OMS*, *Boletín de la OMS*. Disponible en <<https://www.who.int/bulletin/volumes/92/3/14-136333/es/>>.
- Pérez Fernández, Fonseca Hernández (2011). "Libertad y responsabilidad en la vida sexual de los jóvenes universitarios", en *Revista Digital Universitaria*, núm. 12(11), pp. 1-19. Disponible en <<http://www.revista.unam.mx/vol.12/num11/art109/index.html>>.
- Pérez, Cid Ar y Carrasco (2004). "Conocimientos, actitudes y comportamiento sexual en un grupo de adolescentes chilenos", en *Perinatología y reproducción humana*, núm. 18(4), pp. 225-230. Disponible en <[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0187-53372004000400004&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-53372004000400004&lng=es&tlng=es)>.
- Preinfalk, F. (2018). "Salud sexual y reproductiva de la población estudiantil universitaria en Costa Rica", en Baca, T. N., *Juventudes, género y salud sexual reproductiva*. Ciudad de México: Gedisa.
- Rivera, F.D., Proaño, L. E. (2017). "La Influencia de los Pares y la Familia en el Inicio de la Actividad Sexual en Adolescentes", en *Revista Acadêmica São Paulo*, núm. 1(19), pp. 39-53.
- Ronzón, H. Z., López B. A., (2018). "La construcción de lo femenino a partir del performance masculino entre mujeres de un equipo universitario de fútbol", en Baca, T. N., *Juventudes, género y salud sexual reproductiva*. Ciudad de México: Gedisa.

- Rubio-Garay, Carrasco, Amor y López-González (2015). "Factores asociados a la violencia en el noviazgo entre adolescentes: una revisión crítica", en *Anuario de Psicología Jurídica*, núm. 25, pp. 47–56. Disponible en <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1133074015000082>>.
- Salguero Velázquez, M. A., Soriano Chavero, M. y Ayala Jiménez, C. (2016). "Estereotipos de género: sexualidad y anticoncepción en jóvenes universitarios de clase media", en *Investigaciones Feministas*, núm. 7(1), pp. 335-352. Disponible en <[https://doi.org/10.5209/rev\\_INFE.2016.v7.n1.51724](https://doi.org/10.5209/rev_INFE.2016.v7.n1.51724)>.
- Santa, G. L., (2010). *Taller de comunicación humana*. México: CCH-Azcapotzalco, UNAM. SIECUS (1995). *Guía para una Educación Sexual Integral para la Juventud Hispana/Latina*. Disponible en <[http://www.pasa.cl/wp-content/uploads/2011/08/Guia\\_para\\_una\\_Ed.\\_Sexual\\_Integral\\_para\\_la\\_Juventud\\_Hispanolatina\\_Grup.pdf](http://www.pasa.cl/wp-content/uploads/2011/08/Guia_para_una_Ed._Sexual_Integral_para_la_Juventud_Hispanolatina_Grup.pdf)>.
- Symington, A. (2004). *Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica. Derechos de las mujeres y cambio económico*. Disponible en <[https://www.awid.org/sites/default/files/atoms/files/nterseccionalidad\\_-\\_una\\_herramienta\\_para\\_la\\_justicia\\_de\\_genero\\_y\\_la\\_justicia\\_economica.pdf](https://www.awid.org/sites/default/files/atoms/files/nterseccionalidad_-_una_herramienta_para_la_justicia_de_genero_y_la_justicia_economica.pdf)>.
- Vázquez, D. P. (2012). *Guías para el debate. ¿Qué es la perspectiva de juventud?* México: Espolea A.C.
- Zepeda-Hernández, Sergio, y Abascal-Mena, Rocío, y López-Ornelas, Erick (2015). "Emociones: Factor de Cambio de Aprendizaje", en *Ra Ximhai*, núm. 11 (4), pp. 189-199. Disponible en <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461/46142596013>>.



Cualquier contenido de los cursos de esta plataforma puede ser reproducido sin permiso de los autores o editores, siempre y cuando se dé crédito a la publicación, se distribuya gratuitamente y no se altere o edite el texto al punto que se distorsionen las ideas o contenidos de la misma.

La reproducción parcial o total del contenido está expresamente permitida para fines educativos que beneficien a la población en general para la preservación de su salud sexual y su bienestar.

La divulgación en medios impresos, electrónicos y entre dispositivos, es de ayuda para compartir la información que crees más relevante para la salud de tus seres queridos, familiares, amigas, amigos y parejas sexuales; sobre todo en lo concerniente a temas difíciles de hablar. No dejes pasar el tiempo.

La opinión de los autores compilados no refleja forzosamente la visión del Fondo de Población de las Naciones Unidas, RB o Fundación México Vivo A.C.

Estos materiales son un ejercicio de pluralidad, diversidad, honestidad literaria y colaboración por una causa de vida para México. Compártelos.

