

Jueves 18 de noviembre

6° de Primaria Ciencias Naturales

Conductas sexuales responsables

Aprendizaje esperado: Argumenta en favor de la detección oportuna de cáncer de mama y las conductas sexuales responsables que inciden en su salud: prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual (ITS), como el virus de inmunodeficiencia humana (VIH).

Énfasis: Argumentar a favor de conductas sexuales responsables: abstinencia, retraso de la edad de inicio de la actividad sexual, uso del condón y reducción del número de parejas sexuales.

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás a argumenta en favor de la detección oportuna de cáncer de mama y las conductas sexuales responsables que inciden en la salud.

Para explorar más sobre el tema, puedes consultar el libro de texto de Ciencias Naturales de 6°, se explica el tema a partir de la página 36:

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P6CNA.htm#page/36>

¿Qué hacemos?

Antes de iniciar, ¿qué te parece si hacemos un repaso de lo que vimos la sesión anterior?

Conversamos sobre la importancia de que las mujeres, desde la adolescencia, conozcan las medidas de prevención y detección oportuna del cáncer de mama. Para hacerlo es importante contar con información científica confiable que ayude a reaccionar eficazmente ante cualquier señal. Esta información es también útil para los hombres.

Precisamente mencionamos que es una enfermedad que también afecta a los hombres, aunque en menor medida, y que es útil que estén informados no sólo por eso, sino también por las mujeres que los rodean.

Hoy estudiaremos un tema que es igual de relevante para mujeres y hombres: las conductas sexuales responsables.

En quinto grado estudiaron las funciones de los aparatos reproductores y el proceso de reproducción humana. Como recordarán, el aumento en la producción de hormonas sexuales, femeninas y masculinas, marca el inicio de comportamientos, actividades o conductas sexuales que, si no se practican con responsabilidad, pueden generar enfermedades y otros problemas personales y sociales.

Te invitamos, por la relevancia del tema, a tomar nota de lo que consideres más relevante.

Vamos a leer parte de la información que se encuentra en las páginas 36 y 37 del libro de texto de Ciencias Naturales. Y en la página 37 hay una historieta. Léela y contesta unas preguntas.

Es muy importante estar informados para tener las herramientas que nos permitan tomar las mejores decisiones. Para que la información sea realmente una herramienta necesitamos distinguir entre aquella que se basa en información científica y la que surge de ideas o creencias erróneas.

Sobre la sexualidad, existen mitos muy difundidos que es importante desmentir, para no sustentarnos en ellos al tomar decisiones. Por eso es fundamental estar atentos y buscar si las afirmaciones de la gente se sustentan en fuentes confiables.

Actividad 1

Para desmontar algunos de esos mitos, te invitamos a que realices la siguiente actividad:

Divide tu cuaderno en dos secciones: (mito / realidad). Observa las tarjetas con afirmaciones sobre la sexualidad para que las ubiques en la sección correspondiente.

<p>Las mujeres nunca quedan embarazadas en su primera relación sexual</p>	<p>MITO</p> <p>Este es uno de los mitos más difundidos y dañinos que carece de sustento científico; de hecho, si la mujer está ovulando—que es el periodo más fértil—durante la relación sexual, puede embarazarse sin importar que se trate de su primera relación sexual</p>
<p>Si usas métodos anticonceptivos también te proteges de infecciones de transmisión sexual</p>	<p>MITO</p> <p>Hay métodos de barrera como el preservativo masculino o femenino que sí protege contra algunas infecciones como el VIH. Sin embargo, anticonceptivos hormonales como las pastillas, inyecciones, parche o anillo vaginal no protegen contra enfermedades de transmisión sexual como el VPH. Por eso, siempre es bueno usar preservativo masculino o femenino.</p>
<p>El lavado vaginal después de la relación sexual es un método eficaz para evitar el embarazo</p>	<p>MITO</p> <p>Lavarse los genitales después de haber tenido relaciones sexuales, así como tomar infusiones o tés, no evita ni disminuye las probabilidades de embarazo. Los métodos efectivos para la anticoncepción han sido desarrollados, probados y aprobados científicamente para este fin, y es importante que la pareja los conozca y decida cuál o cuáles emplear antes de la relación sexual.</p>
<p>Las eyaculaciones o emisiones nocturnas son normales en los hombres</p>	<p>REALIDAD</p> <p>Desde el inicio de la adolescencia es natural que los hombres tengan eyaculaciones espontáneas mientras duermen, como consecuencia de la maduración sexual-biológica que están experimentando; es el símil del inicio de la menstruación en las mujeres, e indica que ya son capaces de reproducirse.</p> <p>Hay que aclarar que ser capaz de procrear no se limita sólo a lo biológico, sino que requiere madurez psicológica, emocional y productiva para afrontar los retos y responsabilidades implicados en la maternidad y paternidad.</p>
<p>La falta de himen es la prueba de que una mujer ha tenido relaciones sexuales previamente</p>	<p>MITO</p> <p>La palabra himen significa “membrana” y proviene del dios de la mitología griega Himeneo o Himen, dios del matrimonio. En medicina se le describe como membrana redonda que cubre total o parcialmente el orificio vaginal”. Culturalmente</p>

	<p>tiene implicaciones en algunas sociedades donde se cree que cuando una mujer durante el coito el himen se rompe y genera sangrado y dolor. Esto no está comprobado. El himen es muy elástico, puede cubrir la vagina total o parcialmente o no estar presente. El que una mujer no lo tenga o esté perforado no implica que haya tenido relaciones sexuales.</p>
<p>El embarazo adolescente afecta la posibilidad de que mejoren sus condiciones educativa, económica y social</p>	<p>REALIDAD</p> <p>Está comprobado que un embarazo durante la adolescencia afecta la posibilidad de que la mujer y el hombre desarrollen sus potencialidades en el ámbito educativo, social y económico. Un embarazo en esta etapa implica la interrupción de un proceso de crecimiento, desarrollo y de la posibilidad de lograr metas y proyectos en la vida.</p>
<p>Embarazarse sirve para mejorar la relación de pareja</p>	<p>MITO</p> <p>Muchas adolescentes creen que si se embarazan su novio será más cariñoso, atento y que, en consecuencia, estarán juntos para siempre; pero la crianza de un hijo requiere tiempo, enfuerzo y energía por parte de ambos. Si tienes un bebé, considera que también le dedicarás tiempo; si estudias, será más complicado poder continuar; y si tus condiciones económicas son desfavorables, quizá deban trabajar los dos y estarán menos tiempo juntos.</p> <p>Si deseas que la relación con tu novio esté bien, fomenta la comunicación, pueden hablar sobre las necesidades de cada uno a diferentes niveles y llegar a acuerdos, aun cuando impliquen la ruptura de la relación.</p>

Necesitamos ser muy conscientes y cautelosos, y reconocer que, si nos guiamos por mitos, creencias o ideas erróneas, corremos el riesgo de adoptar conductas irresponsables.

Por eso, vamos a conocer algunas conductas responsables en el ejercicio de la sexualidad:

- **Abstinencia.** Consiste simplemente en decidir: **no tener relaciones sexuales.**
- **Retraso de la edad de inicio de la actividad sexual.** Tener relaciones a una edad temprana puede implicar riesgos en la salud física, mental y emocional

por: dudas, falta de información e inmadurez. Es importante saber que no hay prisa, y que el mejor momento es cuando tenemos la madurez, la confianza y la información adecuada.

- **Educación sexual.** Antes se pensaba que entre menos se supiera sobre sexualidad era mejor para retrasar el inicio de la vida sexual. Sin embargo, ahora sabemos con bases científicas que la educación sexual es una gran herramienta para estar bien informado, tener menos miedos y dudas sobre tu salud y, así, iniciar la vida sexual de manera segura a una edad adecuada .
- **Uso del condón masculino o femenino.** Si se ha decidido tener relaciones sexuales, lo mejor es protegerse. El condón femenino o masculino protege no sólo del riesgo de embarazos no deseados sino también de contraer algunas infecciones de transmisión sexual. Por eso es muy importante conocer cómo usarlo correctamente; de lo contrario pierde su efectividad.
- **Reducción del número de parejas sexuales.** Como ya vimos, es falso que tener muchas parejas te haga mejor o peor persona; sin embargo, entre más parejas sexuales tengas, aumentarán las probabilidades de contraer infecciones de transmisión sexual por virus, como el de inmunodeficiencia humana (VIH) o el del papiloma humano.

¿Por qué los puntos anteriores se consideran conductas sexuales responsables?

Bueno, porque asumes una responsabilidad al cuidar tu salud y la de tu pareja; además, previenes o evitas otros problemas que no sólo te pueden afectar a ti y a tu pareja, sino a tu familia y a la sociedad.

Principalmente a los embarazos no deseados y las infecciones de transmisión sexual, pero de eso hablaremos en la siguiente clase.

El Reto de Hoy:

Reflexionar y en tu cuaderno responder las siguientes preguntas con el apoyo de un familiar adulto:

- ¿Qué dificultades pueden enfrentar los adolescentes (hombres y mujeres) ante un embarazo no deseado?
- ¿Qué dificultades pueden enfrentar las familias de los adolescentes ante un embarazo no deseado?
- ¿Cuáles crees que pueden ser las mejores actitudes y decisiones que se deben tomar para prevenir o evitar un embarazo no deseado?

Si en tu casa hay libros relacionados con el tema, consúltalos. Así podrás saber más. No te preocupes si no cuentas con estos materiales. En cualquier caso, platica con tu familia sobre lo que aprendiste, seguro les parecerá interesante.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas

<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/primaria.html>