



[Portada](#)

[Galerías de Fotos*](#)

[Mi país*](#)

[Mapa del sitio*](#)

[5 Héroe*s*](#)

[Contáctanos*](#)

[Amigos*](#)

Sexualidad y salud



[¿Quiénes somos?](#)



[Vida Estudiantil](#)
[Sexualidad y Salud](#)

[Deporte](#)
[Así Somos](#)

[Arte](#)

[Efemérides culturales cubanas](#)

[Ciencia y Tecnología](#)

[Tiempo Libre](#)

[Tus buenos hábitos](#)

[¡A la mesa!](#)
[Humor](#)

[Moda](#)

[Tus canciones](#)
[Por el mundo](#)

[Rollo Joven](#)



[Los Cinco](#)



Preparación para las relaciones sexuales

¿Simplemente condón?

Por Maylín Pérez
Fotos: Archivo

Ilustración condón.



La adolescencia constituye una etapa en la cual crece el interés por las relaciones sexuales. Experimentamos curiosidad en torno a nuestro cuerpo, nos fijamos en los demás no solo como simples amigos, nos preocupan cuestiones relacionadas con los genitales, con el placer, etcétera.

Todas estas inquietudes aparecen y en numerosas ocasiones no se resuelven en el ámbito de la educación familiar, ya sea porque la comunicación no es adecuada o porque esencialmente, en el caso de los varones, se sobreentiende que todo se lo saben, precisamente por la falsa creencia de que "al varón no hay que explicarle mucho, ellos aprenden en el camino".

El trasfondo de esta falsa creencia es el hecho de que este tema continúa siendo tabú; aún existen recelos por parte de los padres para hablar abiertamente de sexualidad con los hijos.

Teniendo en cuenta lo anterior, a las muchachas es preferible comenzar a adentrarlas en el mundo de la limpieza y el lavado de ropa, "porque una mujer tiene que saber hacerlo todo en una casa" (de acuerdo con lo que históricamente ha estado preestablecido socialmente para las féminas). Cuando se toma este camino antes que educarlas en torno a su sexualidad, se contribuye al deterioro de la salud sexual de las adolescentes.

En ocasiones, cuando llegamos a esa etapa de la vida, sobre todo a los muchachos comienzan a acompañarles frases como: "Ahora sí, a cuidarse. Todo el tiempo debes usar condón para protegerte de cualquier enfermedad". Para las muchachas, los argumentos del uso del condón se relacionan más con la posibilidad de evitar los embarazos.

Estos son, en síntesis, los mensajes que generalmente recibimos de nuestros familiares, vecinos y profesores; también en buena medida de los medios de comunicación. Pero la pregunta es: ¿Usar condón, simplemente? ¿Ninguna otra información?

En esta etapa de nuestras vidas es vital adquirir información sobre disímiles cuestiones, más aun si sentimos que se acerca nuestra primera relación sexual. Interrogantes como ¿En qué momento será?, ¿Con quién?, ¿Qué sentiré?, ¿Cómo se hace? ¿Me gustará?, nos dan vueltas en la cabeza sin encontrar respuesta, pues muchas veces nadie nos asesora en ese sentido.

Se convierte en un camino que debemos transitar prácticamente sin acompañamiento, y sobre todo, la información que nos brindan al respecto, se relaciona con el uso del condón. Nos lo presentan junto a una gran lista de advertencias sobre las consecuencias negativas de no usarlo.

La relación sexual parece ser un abismo a nuestros pies, y el condón nuestra única salvación.

Comenzamos a escuchar acerca de ese dispositivo casi siempre sin que nadie nos haya comentado la trascendencia que tiene nuestra primera vez, lo necesario de que sea con la persona que elegimos por determinadas cualidades, y no porque otros nos presionen a



Edición de papel

[Números en PDF](#)



[Editora Abril](#)

[Pionero](#)

[Zunzún](#)

[Juventud Técnica](#)

[Alma Máter](#)

[Caimán Barbudo](#)

hacerlo.

Nuestra educación sexual muchas veces no tiene en cuenta la importancia de los afectos para llegar a ese momento, y entonces corremos el riesgo de que se transforme en una experiencia desagradable, que nos proporcione una idea equivocada del [amor](#), la relación de pareja y de cuánto valemos.

Uno de los elementos imprescindibles para que lo anterior no ocurra se relaciona con la sinceridad que tengamos con nosotros mismos; es decir, ¿se trata de amor, sentimientos hacia una persona; o puro deseo de curiosidad independientemente de con quién lo hagamos?

Las hormonas pueden jugar una mala pasada en la adolescencia. El sentido del deseo es nuevo en esta etapa y puede tornarse difícil manejarlo.

Si se le añade la presión por parte de la pareja o del grupo de amigos, la inseguridad, la búsqueda de independencia, la necesidad de parecer más adulto, todo esto puede llevar a que nos precipitemos. Es por ello que se hace necesaria una pregunta: ¿por qué deseas tener relaciones sexuales?

Vivir la [primera experiencia sexual](#) de manera exitosa requiere madurez y responsabilidad, y sobre todo, estar completamente seguro de que es el momento ideal y que tu pareja sea la persona indicada.

Estas y otras temáticas deben ser abordadas como parte de la educación familiar. Nuestros padres y madres, aunque desean ayudarnos, siguen sin establecer una comunicación adecuada con nosotros en cuestiones relativas a las relaciones sexuales. Se sienten incompetentes para esa tarea, principalmente debido a los prejuicios que a lo largo de la vida también los han acompañado.

Nos encontramos ante el periodo en el que iniciamos nuestra vida sexual y cambiamos de pareja con relativa frecuencia. Si dejan de brindarnos información y servicios apropiados y oportunos, ¿cómo garantizar que recibamos educación sobre salud sexual para lograr que nuestras prácticas en ese sentido constituyan fuente de satisfacción y bienestar?

Es natural que converses con tus amigas y amigos sobre estos temas; que intercambies información, descubrimientos y hasta suposiciones. Pero ten en cuenta que ellos probablemente estén en tu misma situación, llenos de dudas y teorías que tal vez sean erróneas.

Es indispensable recurrir a alguien con experiencia, para obtener el conocimiento que deseamos.

No le estamos restando importancia al condón como elemento fundamental en esta edad. Tampoco negamos la necesidad de protegernos, incluso durante esa primera relación sexual, ya que ciertamente este aditamento puede evitar de embarazos no deseados, infecciones de Transmisión Sexual y el [VIH-sida](#).

La propuesta va en el sentido de que el condón no debe convertirse en el único tema de conversación cuando de relaciones sexuales se trata. Nuestras dudas, inquietudes y curiosidades giran también alrededor de otros aspectos de la sexualidad en los cuales debemos estar preparados, y no solo entender la necesidad de usar el preservativo.


Con esto estaríamos contribuyendo a alcanzar más información acerca de la sexualidad, que tanto necesitamos en esta etapa, y por tanto a una vida sexual más plena, responsable y saludable, ¿no crees?

[Cómo usar el preservativo](#)

Artículos relacionados

[Condón versus compromiso](#)

[Hagamos un trato](#)



Somos Jóvenes Digital
Directora: Marietta Manso Martín, Editora: Alicia Centelles,
Diseño Web y Programación: Carlos Javier Solís, Webmaster: Letty Fernández Chirino,
Casa Editora Abril, 2012