

PROPUESTA DE PROGRAMA PARA LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD EN LA FACULTAD DE CULTURA FÍSICA DE VILLA CLARA

Ms. C. María del Carmen Valdés Gómez, Dra. María Eugenia González Hernández

RESUMEN

El propósito esencial de la política educacional de nuestro país es la formación multifacética de la personalidad y la sexualidad humana, tal como la concebimos, se inscribe armónicamente en el sistema general conformado por esta, de ahí que la educación sexual ocupa un lugar relevante en el proceso educativo.

A través de nuestro trabajo pudimos comprobar que existen insuficientes conocimientos en los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara sobre la sexualidad humana y en particular de su propia sexualidad, además consideramos que no se proyectan desde la dimensión psicológica y social de la sexualidad.

A partir de las reflexiones sobre currículo como parte de la actividad educativa, ofrecemos una propuesta curricular rigurosamente fundamentada y orientada al logro del aprendizaje con calidad de los alumnos y especialmente en torno a la sexualidad, la cual deberá contribuir a la formación más integral del egresado de Cultura Física.

INTRODUCCIÓN

La formación de la personalidad del hombre, en armonía con la sociedad en que vive, es una responsabilidad de los educadores. En nuestro país la educación tiene un carácter integrador encaminado a la preparación para la vida de las nuevas generaciones, para esto una de las metas que se ha trazado el Sistema Nacional de Educación es el perfeccionamiento de los contenidos curriculares.

Formar la personalidad del hombre adecuada a nuestra sociedad es uno de los problemas más complejos que debemos enfrentar. No es suficiente preparar a niños, niñas, adolescentes y jóvenes para el trabajo y la vida en colectivo, desarrollar al máximo sus capacidades intelectuales y físicas, así como los sentimientos estéticos, morales, formar un sólido sistema de convicciones, entre otros aspectos de suma importancia, se requiere también prepararlos para el amor y la sexualidad, enseñarlos a establecer relaciones responsables y enriquecedoras, a seleccionar la pareja de forma conveniente, a constituir una familia y a educar, como padres a sus hijos.

“En las relaciones sociales entre el hombre y la mujer repercutirá favorablemente una adecuada educación sexual, que comience en el hogar y que se refuerce científicamente en la escuela” (Tesis y Resoluciones I Congreso de PCC, 1976: 148).

Si tenemos en cuenta que el propósito esencial de la política educacional de nuestro país es la formación multifacético de la personalidad y que la sexualidad humana, tal como la concebimos, se inscribe armónicamente en el sistema general conformado por esta, es posible entonces comprender por qué la educación sexual tiene que ocupar un lugar relevante en el proceso educativo.

Si consideramos que una sexualidad responsable es aquella donde el individuo es capaz de tomar decisiones y asumir sus consecuencias, comprenderemos que la educación sexual es un elemento básico en la formación de la personalidad del hombre que vive y se desarrolla en el contexto de nuestra sociedad actual.

En la Educación Sexual convergen conocimientos de diferentes ciencias, pero se hace necesario desarrollar proyectos curriculares tendientes al desarrollo en esta esfera. Aunque la sexualidad no ocupa, ni debe ocupar, el primer lugar en la vida del hombre, si ocupa un importante papel. No solo en lo referente a lo reproductivo y a la conservación de la especie, sino como fuente de placer, de realización personal y con la felicidad, también puede ser fuente de tensiones, causante de enfermedades y de un gran sufrimiento, si no es bien orientada. No solo es un problema individual, sino que es además un problema de la pareja y de toda la sociedad.

Hoy el mundo se enfrenta a un nuevo desafío, la lucha por elevar la calidad de vida de la humanidad, se lucha por una población sana, física y mentalmente, este problema está estrechamente ligado con el crecimiento demográfico, la fecundidad, la salud reproductiva y sexual, la planificación familiar entre otros aspectos. Estos temas han sido abordados en diferentes eventos internacionales (78).

A través de nuestro trabajo pudimos comprobar que existen insuficientes conocimientos en los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara sobre la sexualidad humana y en particular de su propia sexualidad, además consideramos que no se proyectan desde la dimensión psicológica y social de la sexualidad.

Nuestra propuesta curricular representa no solamente una profundización y actualización de los contenidos y metodologías referentes al tema, sino que implica una actuación conciente del docente en función del cumplimiento de los objetivos de la enseñanza en nuestro contexto.

La educación sexual como componente de una educación integradora de la personalidad, se convierte en un elemento necesario a tener en cuenta en el desarrollo de los estudiantes de la Facultad de Cultura Física, no solamente como parte integrante de la joven generación en nuestra sociedad, sino por las características de su perfil profesional. A partir de las reflexiones sobre currículo como parte de la actividad educativa, ofrecemos una propuesta curricular rigurosamente fundamentada y orientada al logro del aprendizaje con calidad de los alumnos y especialmente en torno a la sexualidad, la cual deberá contribuir a la formación más integral del egresado de Cultura Física.

De acuerdo con lo analizado nos surge la siguiente situación problemática: En el Plan de estudios de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, no existe un programa que aborde los aspectos necesarios acerca de la sexualidad desde la dimensión psicosocial, en las diferentes etapas de la vida.

Problema científico:

¿Qué aspectos debe contemplar una propuesta curricular dirigida a la educación de la sexualidad, desde la perspectiva de los estudiantes?

Consideramos como objeto de estudio, la educación de la sexualidad de los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física de la Facultad Manuel Fajardo de Villa Clara. El campo de acción, se centra en el diseño curricular.

Objetivo General

Diseñar una propuesta curricular dirigida a la educación de la sexualidad, desde la perspectiva de los estudiantes, la cual puede formar parte de las asignaturas con carácter optativo dentro del plan de estudios correspondiente.

Objetivos específicos

- Analizar los aspectos más importantes de la sexualidad humana en las diferentes etapas de la vida.
- Caracterizar el Plan de estudios de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, en función del tratamiento de la sexualidad a través del currículo.
- Diagnosticar el nivel de conocimientos e intereses de los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara, a partir de la aplicación de diferentes instrumentos y técnicas de investigación científica.
- Proponer el diseño curricular de la asignatura optativa dentro del Plan de estudios de la Facultad de Cultura Física, desde la visión de las necesidades educativas de los estudiantes.
- Valorar la propuesta curricular desde el criterio de especialistas.

En el desarrollo de este trabajo tomamos una muestra intencional de 30 estudiantes del tercer año de la Carrera, los cuales ya han recibido varias asignaturas con perfil biológico, tales como Morfología, Fisiología, Bioquímica y Fundamentos Biológicos.

En el proceso de obtención de la información se aplicaron diferentes métodos investigativos, tales como:

Del nivel teórico:

- Análisis-síntesis, lo cual permitió analizar el plan de estudios de la carrera Licenciatura en Cultura Física, profundizando en las características de las asignaturas optativas.
- Inducción-deducción, que nos permitió estudiar diferentes fuentes de información, extrayendo las regularidades y tendencias sobre el tema de nuestra investigación.
- Histórico-lógico, permitió el análisis de la evolución de la investigación, partiendo de su objeto, antecedente y desarrollo. Además en la revisión de la literatura sobre el tema, determinando las tendencias actuales sobre el mismo.

Del nivel empírico:

- La entrevista y la encuesta, para determinar las necesidades educativas de los estudiantes, lo que fundamenta el problema de investigación, así como el conocimiento de la opinión sobre las vías para intervenir en la educación de la sexualidad en los mismos.
- El análisis documental, que ha permitido una amplia revisión de los documentos en función dentro del Plan de estudios de la carrera de Cultura Física.
- La observación, orientada y dirigida a las manifestaciones de las necesidades e intereses de los estudiantes sobre la educación de la sexualidad.

Método matemático:

- Análisis porcentual, para los resultados de la aplicación de los instrumentos, lo que permite una valoración cuantitativa y cualitativa de las respuestas.

Técnica utilizada

- Triangulación, para el procesamiento de datos contrastando los resultados de varios instrumentos.

La significación práctica de esta investigación, está en la propuesta curricular para una asignatura dentro del Plan de estudios de la carrera Cultura Física, la cual puede ser impartida como asignatura optativa y que contribuiría a una mejor preparación de los egresados en su labor profesional.

La novedad científica, está dada por la entrega del programa de la asignatura que se propone

IMPORTANCIA DE LA INFORMACIÓN SOBRE SEXUALIDAD EN LA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD.

El paso de la infancia a la edad adulta constituye el contenido fundamental de esta etapa. En ella se establece la diferenciación específica de todos los aspectos del desarrollo, es decir, físico, mental, moral y social.

La adolescencia constituye en la vida del ser humano un período muy importante, ya que en ella ocurren cambios cualitativamente significativos en la esfera psicológica y morfológica que intervienen en la conformación de los elementos fundamentales de la personalidad.

Este período está condicionado por la gran cantidad de cambios cualitativos que se producen, los que a veces asumen el carácter de transformación radical de las anteriores características, intereses y relaciones. Esto puede ocurrir en un plazo relativamente breve, suele ser inesperado y hace que el proceso de desarrollo tenga lugar a saltos y de un modo tempestuoso, pero hay algunos que se preocupan y se resignan como si se tratase de una enfermedad, el adolescente necesita de confianza e independencia, aunque su vida real sea de dependencia, formula a sus padres nuevas exigencias sociales, económicas y afectivas que muchas veces son razonables y aceptadas por los adultos.

Para Vigotsky la edad de la adolescencia se caracteriza por manifestaciones psicológicas debido a las cuales ha recibido el nombre de "difícil" y "crítica", "transitoria". Los adolescentes se vuelven caprichosos, ya no los conforman los valores, las tareas y las aspiraciones que constituían el sentido de su actividad en la niñez, su actitud ante estos valores es nihilista. Muchas formaciones psicológicas que eran vitalmente importantes para el escolar de menor edad desaparecen; el deseo de estudiar, de comportarse de forma disciplinada, etc. Realizan acciones "inexplicables", con frecuencia tienen un comportamiento inadecuado, a veces pierden momentáneamente el equilibrio psíquico por ser incapaces de encontrar su lugar en las nuevas condiciones. (Vigotsky, 2003).

En los adolescentes son significativas las necesidades de amor, de aceptación, de reconocimiento, como correlato a una auto imagen e incluso identidad genérica inestable, vacilante, en solidificación. Esto hace que en ocasiones la vida amorosa se convierta en un medio de reafirmación personal y sexual y que la inestabilidad emocional derivada de todo ello, los torne muy demandantes de aceptación social.

El adolescente transita por una nueva "situación social del desarrollo". Las demandas ya no son las mismas, se le exigirá mayor autonomía en el trabajo escolar, y en la familia mayor responsabilidad. Este período de cierta ambigüedad, de poca definición de lo que se espera en diferentes situaciones, puede estar asociado a dificultades psicológicas. Así mismo, el adolescente puede vivenciar como un conflicto el disfrutar de cierta independencia familiar y al mismo tiempo, sentir la necesidad de mantenerse "atado" en otras esferas.

Un avance importante relacionado con los problemas de la salud del adolescente, en particular, y de todos los seres humanos, ha sido el reconocimiento de que la conducta juega un papel principal en la salud, pues los comportamientos riesgosos son factores importantes que influyen en la adquisición de enfermedades e incapacidad que pueden llevar hasta la muerte. (Cruz, 2002). Una de las causas de tensiones de los y las adolescentes es el incremento del deseo sexual que se produce en esta etapa de la vida, junto a la intensificación de los prejuicios relacionados con el comportamiento sexual (Enciclopedia Española, s / f).

Los estudios realizados abordan resultados interesantes que si bien no desmienten la afirmación de que el SIDA puede afectar a cualquier persona, los sectores de la población con conductas de riesgo y por lo tanto los más afectados se corresponden con los segmentos menos favorecidos por su orientación sexual, niveles educacionales, vinculación laboral, hábitos tóxicos, condiciones habitacionales, conducta social, funcionalidad familiar y otros problemas sociales.

Algunos conceptos necesarios sobre sexualidad.

Encontrar una definición de sexualidad es una tarea difícil ya que la sexualidad hace referencia a un concepto multiforme, extenso, profundo y variadísimo de elementos que todos unidos forman el concepto de sexualidad como un todo.

La sexualidad es un universo complejo en el cual intervienen aspectos tanto biológicos, como psicológicos y sociales.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la Sexualidad como "una parte integral de la personalidad de cada individuo; hombre, mujer y niño/a. Es una necesidad básica y un aspecto del ser humano que no puede separarse de otros aspectos de la vida.

La sexualidad es un término dinámico, que engloba una serie de condiciones culturales, sociales, anatómicas, fisiológicas, emocionales, afectivas y de conducta, relacionadas con el sexo que caracterizan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su

desarrollo. La sexualidad es vivida y entendida de modos diversos en a lo largo y ancho de la geografía mundial atendiendo a las diferentes culturas, ideales, modelos de sociedad y de educación.

La sexualidad es parte orgánica del lenguaje mismo de la vida, del ser y devenir de los humanos como especie y de cada hombre y mujer. Ella es fuente permanente de placer erótico y espiritual, sobrepasa las fronteras del fenómeno reproductivo y el ámbito de lo privado, enriqueciéndose en los vínculos interpersonales.

Muchos otros autores podrían mencionarse, todos convergen en considerar a la sexualidad como una manifestación vital de la personalidad, parte orgánica del lenguaje mismo de la vida, potenciadora del florecimiento de una personalidad sana y autorrealizada, con un carácter personalizado, único e irrepetible que se refleja en la singularidad de cada persona concreta". (González, A y Castellanos, B. 1997; 2003).

Cuando se habla de sexualidad nos referimos no sólo a una dimensión importante de nuestra personalidad, sino a una realidad que somos. La sexualidad influencia nuestros pensamientos, sentimientos, acciones e interacciones y, por tanto, influye en nuestra salud física y mental.

Las formas de vivir este hecho son múltiples y variadas, cambian en relación con la edad y atienden a muy diversos fines, pero en todos ellos, los deseos, sentimientos y conductas sexuales ocupan un lugar central en la vida de las personas y de los grupos sociales.

La Sexualidad, como dimensión fundamental del hecho de ser un ser humano, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor, y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. Es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, En nuestra especie la sexualidad juega un papel principal dentro del comportamiento biológico y psicológico.

En la sexualidad es importante tener en cuenta las relaciones sociales. En la vida diaria, la sexualidad cumple un papel muy importante, ya que, desde el punto de vista emocional, afectivo y social, va mucho más allá de la finalidad reproductiva y compromete la vida de pareja, de familia, y los lazos afectivos interpersonales.

- Dimensión biológica de la sexualidad.

Sexo: Se refiere al conjunto de características biológicas que definen al espectro de humanos como hembras y machos. La dimensión biológica de la sexualidad en el ser

humano, provee del sustrato anatómico fisiológico sobre el que se desarrollarán los distintos matices de la sexualidad de la persona. .

El sexo biológico es el “conjunto de características anatómicas y fisiológicas que nos diferencian a los seres vivos en femenino y masculino para propiciar la reproducción. Si el sexo biológico coincide con el social y el psicológico, se puede decir que se logra una identidad sexual...” (Monroy de Velasco, 1985: 24).

- **Dimensión psicológica de la sexualidad.**

A continuación analizamos algunos conceptos en relación a la dimensión psicológica de la sexualidad. Los componentes psicológicos fundamentales de la sexualidad se han definido como: la identidad de género, el rol de género y la orientación sexo-erótica.

Género: Es la suma de valores, actitudes, papeles, prácticas o características culturales basadas en el sexo. Tal como ha existido de manera histórica, el género refleja y perpetúa las relaciones particulares de poder entre el hombre y la mujer.

La identidad de género es el sentido de la propia identidad, de saber quiénes somos, es la más poderosa fuerza que une al ser humano con el mundo de la realidad, tanto material como subjetiva.

“La identidad individual (González y Castellanos, 2003; p. 22) es la más íntima dimensión de cada ser, delimitada respecto a lo externo y las demás personas, e integra orgánicamente la pertenencia a un género masculino o femenino: saberse hombre o mujer, pensar y vivir como tal, de acuerdo con las pautas y expectativas culturales, variables en función de cada época y contexto social. La identidad de género, como parte del yo, “se rebela ante los demás en la conducta por medio del rol de género.

Rol de género:

Este se conforma según el individuo interpreta, construye y expresa ante sí mismo y los otros el grado en que él o ella vivencian su identidad, el hecho de ser femenino, masculino o ambivalente en atención a los modelos de conducta que para el hombre o la mujer dicta cada cultura” (González y Castellanos, 2003; p.24).

“Manera en que se interpretan, asumen y desempeñan los papeles masculinos femeninos que establece cada cultura”. (Castro, Pedro L; 2003; p.28)

“El aprendizaje de los roles de género se da a través de distintos agentes de socialización: familia, grupos, instituciones religiosas, educativas, incluso el estado, según las normativas que prescriba.

Orientación sexual: Es 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.

Esta se refiere a “la dirección preferente de los impulsos y deseos sexuales y de la vinculación amorosa hacia una persona del otro sexo, del propio sexo o ambos, indistintamente”, (González y Castellanos, 2003; p. 25), interpretamos que es el sentimiento de atracción sexual y emocional persistente hacia varones o mujeres. Aparece en forma espontánea durante la niñez y se hace evidente durante la adolescencia inicial. No es una decisión conciente. Es el sentirse atraído o excitado por un hombre o una mujer, lo que es provocado por los cambios hormonales puberales. La mayor parte de los seres humanos sienten esta atracción por el sexo opuesto, pero en algunos casos ocurre hacia el mismo sexo, o hacia ambos sexos.

Erotismo: Es la capacidad humana de experimentar las respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo sexual, excitación sexual y orgasmo, y que por lo general se identifican con placer sexual.

Comportamientos sexuales responsables: Se expresan en los planos personal, interpersonal y comunitario. La persona que practica un comportamiento sexual responsable se caracteriza por vivir la sexualidad con autonomía, madurez, honestidad, respeto, consentimiento, protección, búsqueda de placer y bienestar. No pretende causar daño y se abstiene de la explotación, acoso, manipulación y discriminación.

- El Conocimiento de la Sexualidad como necesidad en la formación del egresado de Cultura Física.

Los individuos nacemos sexuados desde el punto de vista biológico, pero existe un proceso que ocurre en el desarrollo ontogenético de la personalidad, bajo la acción de la educación que nos prepara para enfrentar, sobre las bases de equidad y con independencia de nuestro sexo cualquier tarea de nuestra sociedad, este proceso nos forma además como seres sexuados psicológica y socialmente. La sexualidad es potenciadora del florecimiento de una personalidad sana y autorrealizada, y contribuye a la calidad de vida de las personas de ambos sexos, de la familia y de la sociedad. La sexualidad tiene un conjunto de expresiones biológicas espontáneas, premisas del desarrollo, pero ellas por sí solas no determinan las importantes transformaciones sicosexuales del ser humano en cada etapa, ya que estas tienen su fundamento esencial en los procesos de aprendizaje que impulsan el crecimiento, el desarrollo y la maduración de la sexualidad.

En ocasiones se encuentran graduados de Cultura Física que solo han laborado en su vida profesional con deportistas varones o deportistas hembras o con estudiantes de uno de estos dos sexos, ya sea por casualidad o por propia elección y es por ello que la

experiencia que poseen con los mismos son derivadas tan solo del convivir diariamente con conductas típicas de adolescentes o jóvenes masculinos o femeninos, sin que la propia vida le haya permitido establecer las diferencias tan marcadas que sin embargo existen entre ambos sexos. Si a estos graduados, se les sitúa más adelante ante la tarea de trabajar con un equipo de diferente sexo al cual estaban acostumbrados, al inicio les resultaría muy difícil adaptarse a sus características, demorarían mucho tiempo en adoptar una forma de trato acorde con las exigencias del género y lo que es más importante, desconocerían las causas del por qué sus deportistas se comportan de determinada forma ante las incidencias cotidianas.

Apoyándonos en diferentes revisiones bibliográficas, podemos plantear que la mayoría de los graduados de Cultura Física no poseen los conocimientos imprescindibles sobre este campo que le permitan diferenciar en qué esferas psicológicas los hombres son mejores, peores o sencillamente diferentes que las mujeres, ya que durante su formación como Licenciados, nunca recibieron estos contenidos y por ende, tampoco asimilaron las tareas que se requieren llevar a cabo o las formas de actuación que le corresponde al maestro o entrenador ante dichas diferencias.

La necesidad de tener en cuenta que los hombres y las mujeres presentan diferencias esenciales en su comportamiento en el entrenamiento, la competición y en general en las distintas esferas de la Cultura Física, no es algo novedoso, pero la base científica que explica dichas diferencias sí lo es y aunque la psicología de género es conocida desde hace décadas, no aparecen con la frecuencia que merece la temática, artículos vinculados a este fenómeno en la actividad deportiva.

En la bibliografía consultada se consignan multitud de diferencias físicas, funcionales y psicológicas entre el hombre y la mujer, solo comentaremos aquellos aspectos psicológicos y funcionales que poseen alguna connotación dentro del proceso de formación del deportista atendiendo a tres esferas básicas: la cognitiva, la comunicativa y la afectiva-sexual.

Esfera cognitiva:

Los hombres y las mujeres son diferentes en:

- La sensibilidad de los receptores auditivos, táctiles, olfativos y gustativos.
- La percepción de distancia central y periférica.
- La discriminación de los colores.
- La percepción de la dirección, velocidad y ángulo de objetos en movimiento.
- La coordinación óculo - manual y óculo - pedial.

- La capacidad de observación.
- La capacidad de procesar la información.
- Las cualidades de la atención.
- La tolerancia al dolor.

Esfera comunicativa:

Los hombres y las mujeres se diferencian además en:

- El lenguaje corporal.
- La fluidez y claridad del lenguaje.
- El volumen de palabras a comunicar.
- La forma e intención de los mensajes.

Esfera afectiva:

Se encuentran diferencias marcadas entre el hombre y la mujer en la esfera afectiva, sobre todo en:

- Las reacciones afectivas y la conducta ante los estados de tensión.
- Sus manifestaciones sexuales y el objetivo a alcanzar con el mismo.

Las funciones sexuales se encuentran localizadas en el hipotálamo. Este tiene aproximadamente el tamaño de una cereza, pesa unos cuatro gramos y medio y suele ser mayor en los hombres que en las mujeres. En esta área, las hormonas, sobre todo la testosterona, estimulan el deseo sexual. Si consideramos que los hombres presentan una cantidad de testosterona de entre 10 y 20 veces mayor que las mujeres y que su hipotálamo es de un tamaño superior, entenderemos porque el deseo sexual masculino es tan poderoso. Los varones jóvenes poseen mayor apetito sexual que las muchachas en la misma edad.

Una mujer puede tener mucho mayor apetito sexual que su pareja, pero es la minoría. Una investigación en el Instituto Kinsey demostró que el 37% de los hombres piensan en el sexo cada 30 minutos, mientras que solo el 11 % de las mujeres presentan esta situación.

Es por ello que es necesario, cuando la ocasión así lo permita, conversar más con los varones sobre el peligro que entraña mantener relaciones sexuales desprotegidas y en lugares que atenten contra la higiene, por la secuela lamentable que ello conduce.

Cuando la deportista se encuentra en estado de tensión por lo general disminuirá su apetito sexual. El deportista, por el contrario, busca la relación sexual como una forma de evadirse de las tensiones.

Existen aplastantes evidencias a favor de los beneficios del sexo en la salud. Relaciones sexuales de 3 veces por semana quema 35,000 kilojulios, equivalentes a correr 130 Km al año. El sexo aumenta también los niveles de testosterona, responsables de fortificar los huesos, los músculos, así como de proveer al cuerpo con colesterol bueno. El sexólogo Beverley Whipple afirma que las endorfinas, los analgésicos del organismo, se liberan durante las relaciones sexuales y de ahí su efecto calmante de dolores de cabeza, de cervical y de artritis.

Todo lo comentado en este punto y otros aspectos en los que se puede profundizar, apunta hacia las diferencias notorias en el percibir, sentir y actuar de las mujeres y hombres. Tanto para los entrenadores(as) que laboran con equipos femeninos como aquellos que diariamente desempeñan sus funciones con equipos masculinos, y en general cualquier egresado de la Cultura Física requieren apropiarse de estos conocimientos, reflexionar sobre los mismos y sobre sus consecuencias en la práctica, pues de esta forma podrán adoptar una conducta más acorde con las características y necesidades de uno u otro sexo, así como organizar las tareas de manera mucho más productiva. El sistema de la preparación psicológica del deportista, por tanto, deberá tener en cuenta dichas similitudes, ya que si el hombre y la mujer son tan diferentes, las tareas de intervención a aplicarse durante todo el macrociclo, incluyendo la etapa competitiva, tendrá necesariamente reflejar esta realidad, no solo en cuanto a los tipos de tareas y su frecuencia semanal, sino también en la manera de orientarlas, todo lo cual favorecerá, en última instancia, el logro de mejores rendimientos deportivos.

Como podemos comprender la sexualidad es un componente básico para alcanzar el equilibrio psíquico de las personas y por supuesto no están exentos de esto los estudiantes y egresados de la Licenciatura en Cultura Física.

Los estudiantes y futuros egresados de la Cultura Física forman parte importante de nuestra sociedad. De acuerdo con su perfil profesional ellos estarán capacitados para poner en práctica en el ejercicio de la profesión, habilidades pedagógicas, físicas, deportivas y recreativas en las esferas de la Educación Física, deportes, Cultura física terapéutica y profiláctica, así como la recreación física.

Además es evidente que en el desempeño de sus funciones estos egresados establecen relaciones sociales con características muy especiales con aquellas personas objeto de su trabajo, ya que son, en el ámbito social agentes educativos que deben conocer lo más profundamente posible el cuerpo humano, sus manifestaciones, cambios a partir de la

actividad física y en general a través de su labor profesional propician un mejoramiento de la salud individual y colectiva.

Consideramos que como parte de la formación integral de los egresados en Cultura Física constituye una necesidad el conocimiento de los aspectos fundamentales de la sexualidad analizadas en el contexto de nuestra sociedad.

Resultados de la aplicación de las técnicas de investigación. Contenidos explorados. (Ver Anexo 3)

Se aplicaron una encuesta a los estudiantes, así como una entrevista grupal, lo que a través de la valoración de los resultados, nos permiten arribar a las siguientes conclusiones parciales:

Los estudiantes:

- ❖ Reciben poca información sobre la sexualidad, a través de la vía curricular.
- ❖ Los conocimientos que poseen sobre la sexualidad están basados teóricamente en los aspectos más divulgados por los diferentes medios de comunicación.
- ❖ Plantean conocer las medidas de protección contra las ITS/VIH/SIDA, al menos en los aspectos fundamentales de las asignaturas que han recibido en la carrera solamente reconocen el aporte teórico de las disciplinas Morfología-Biomecánica y Ciencias Biológicas, en cuanto a los contenidos que guardan relación con el sexo y la sexualidad, pero con un enfoque biológico.
- ❖ En general en su formación profesional no existen asignaturas que den un enfoque biosicosocial a la sexualidad.
- ❖ Desean profundizar en los contenidos sobre sexualidad y prefieren para ello las asignaturas optativas y las actividades informales.
- ❖ Los contenidos más deficitarios y/o necesarios para la educación de la sexualidad y por tanto para la formación integral de los futuros egresados de Cultura Física son los siguientes:

- ✓ Enfoque socio psicológico de la sexualidad.
- ✓ Sexo. Rol de género. Identidad de género. Orientación sexual.
- ✓ Características de la sexualidad en las diferentes etapas de la vida.
- ✓ Sexualidad femenina.
- ✓ Sexualidad masculina.
- ✓ Sexualidad y salud. ITS/VIH/SIDA.
- ✓ Disfunciones sexuales.
- ✓ Conducta sexual responsable.

- ✓ Importancia de la sexualidad en su formación profesional.

Resultado de la valoración por el criterio de especialistas.

La propuesta curricular del Programa para la educación de la Sexualidad en los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física, fue sometido al criterio de especialistas, para lo cual la autora seleccionó un grupo de profesionales con más de 10 años de experiencia en su actividad y que tienen categoría científica de Master o Doctores en Ciencias. Como resultado pudimos constatar que la totalidad de los especialistas consultados valoran de muy adecuado el Programa propuesto. La justificación de sus criterios se basan en sentido general en considerar la pertinencia del tema, la importancia que tiene para el graduado de la Cultura Física teniendo en cuenta las características de su actividad en la población, el rol que tiene como promotor de salud en la prevención y por la necesidad de elevar la cultura de los propios estudiantes en el ámbito de la educación sexual. Además se reconoce que la formación de este egresado es incompleta en cuanto al desarrollo de una personalidad integral, sin el conocimiento de la sexualidad y su importancia en la labor educativa. Se dan las máximas valoraciones a cada uno de los aspectos señalados ya que consideran que dicho Programa reúne las características que demanda la educación en nuestra sociedad actual y que se atiene a los principios de científicidad de sus contenidos. Reconocen que este Programa podrá contribuir a solucionar las carencias del actual Plan de estudios D en el sentido de la educación de la sexualidad.

Propuesta curricular para la educación de la sexualidad en los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física. (Ver Anexo 4).

Se realizó la propuesta curricular de un Programa para la educación de la sexualidad en los estudiantes de la Carrera de Cultura Física, teniendo en cuenta los resultados de la investigación, así como los aspectos necesarios sobre la teoría y el diseño curricular. Se propone la impartición de este Programa como parte del currículo optativo de la Carrera.

CONCLUSIONES GENERALES.

1.- En la sexualidad intervienen aspectos tanto biológicos, como psicológicos y sociales. Es una necesidad básica en el ser humano ligada a otros aspectos de la vida.

A través de la educación sexual el individuo se prepara para la vida. El profesor en una institución docente es el principal agente de cambio, que debe movilizar e involucrar a los restantes agentes educativos para una participación protagónica de todos en la educación de la sexualidad. Particularmente los egresados de la Cultura Física que ejercen su labor en las diferentes esferas que se declaran en su perfil profesional

necesitan en su formación de la educación para la sexualidad que les permita un desarrollo y crecimiento personal más adecuado y a su vez los prepare para ser mejores profesionales.

Por consiguiente consideramos el conocimiento de la sexualidad humana en todas las etapas de la vida, como una necesidad en la formación de los egresados de la Licenciatura en Cultura Física, para su futura labor profesional.

2.- A través del estudio analítico que realizamos sobre el Plan de estudios D de la Carrera Licenciatura en Cultura Física pudimos comprobar que se plantea un perfil amplio para la formación de estos egresados, existiendo currículo base, currículo propio y currículo optativo. Se presentan en estos, diversas asignaturas con perfil biológico donde se pudiera abordar la sexualidad, pero solo se hace referencia a algunos aspectos de sexo biológico. Por otra parte la asignatura Psicología no refiere entre sus objetivos y contenidos aspectos de la sexualidad, por lo que en la formación de los egresados de la Cultura Física se hace evidente la carencia del estudio de la sexualidad con un enfoque biosicosocial.

3.- El nivel de información sobre la sexualidad que poseen los estudiantes de la Carrera Cultura Física es insuficiente, es evidente que los conocimientos que poseen sobre dicha temática están basados en la información que obtienen por vías no curriculares. Se aprecia que los estudiantes sienten y manifiestan su interés de ampliar estos por diferentes vías, entre las que señalan las asignaturas optativas.

4.- A partir del estudio realizado y basándonos en los resultados obtenidos se realiza la propuesta curricular de un Programa para la educación de la sexualidad en los estudiantes de la Carrera Licenciatura en Cultura Física, en función de las necesidades educativas de los estudiantes en relación con la sexualidad, dirigida a una formación más integral de su personalidad. En las indicaciones metodológicas se sugieren técnicas participativas que pueden contribuir a un aprendizaje participativo y reflexivo a tono con la importancia del tema abordado. Se propone la impartición de este Programa formando parte del currículo optativo de la Carrera.

5.- Como resultado de la valoración de los especialistas sobre el Programa propuesto, podemos concluir que en este sentido se considera el mismo como muy adecuado, teniendo en cuenta la importancia de la educación de la sexualidad para los estudiantes de la Carrera. Además consideran muy necesario que se aborde por la vía curricular esta temática.

RECOMENDACIONES.

- ❖ Generalizar los resultados de esta investigación al Instituto Superior de Cultura Física y/o a sus Facultades en otras Provincias.
- ❖ Continuar el desarrollo de investigaciones con perfil psicopedagógico, encaminadas a resolver algunas carencias en los currículos para la formación de los Licenciados en Cultura Física.
- ❖ Recomendar que el Programa propuesto se desarrolle en el currículo optativo/electivo de la carrera, con las características correspondientes,

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, F. Manual para Promotores del Ministerio de Salud Pública, La Habana, 2004.
- Amador, m (1995) El adolescente cubano: aproximación al estudio de su personalidad. La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- Alber, O. Conviviendo con el VIH. Centro Nacional de Prevención ITS/VIH/SIDA.
- Álvarez de Zayas, C. M. (1989) Fundamentos teóricos de la dirección del proceso docente educativo en la Educación Superior Cubana. La Habana: Pueblo y Educación.
- -----(1996) Aproximaciones metodológicas al diseño curricular. Hacia una propuesta integral. Revista Tecnología y Comunicación educativa. №21.Marzo,México,1993.pp19-39Pdf.
- Bruckner, H. ¿Piensas ya en al amor? Gente Nueva, La Habana, 1981.
- Castro, M., Ana Maria Cano, A. M. y Rebollar, M. (1995). Crecer en la adolescencia. Programa. Ciudad de la Habana. Centro Nacional De Educación Sexual (CENESEX). .
- Colectivo de autores (1997) Hacia una sexualidad responsable y feliz: para la familia. La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores: (2003) Psicología del niño y del adolescente. Mimiv Océano Grupo Edit. S.A. Barcelona (España).
- .Colectivo de Autores. Hacia una Sexualidad Responsable y Feliz.
- Documento Teórico Metodológico. Pueblo y Educación, La Habana, 1988
- Domínguez, L (2003) Psicología del desarrollo: Adolescencia y juventud. Selección de lecturas. La Habana: Edit. Félix Varela.
- Fernández, L. (2002). Personalidad y relaciones de pareja. La Habana. Editorial Félix Varela.

- Fernández, R.L. ¿Roles de género?¿Feminidad vs. Masculinidad ? (Facultad de Psicología Universidad de la Habana.
- Fernández R.,L. (2003) Pensando en la Personalidad. Compiladora: Lourdes Fernández Ríos. Editorial Félix Varela. La Habana, Cuba.
- Fernández R., L. (2003) Relaciones amorosas en adolescentes y jóvenes. En: Psicología del Desarrollo: Adolescencia y Juventud. Selección de Lecturas. Compiladora: Laura Domínguez García. Editorial Félix Varela. La Habana, Cuba.
- González, A. y Castellanos, B. (2003). Sexualidad y géneros. Alternativas para su educación ante los retos del siglo xxi. Habana. Editorial Científico-Técnica. .
- Krapp, E.; León, I.; Mesa, M.; Suárez, M. C. (2003), La Representación Social de la salud humana. Rev. Cubana de Psicología, V. 20, No. 2.
- León, L., /Peñate, M. :(2004) Programa de promoción de salud sexual para la prevención de ITS y el VIH SIDA en estudiantes extranjeros de la UCLV. Trabajo de Diploma. Dpto. de Psicología UCLV, Santa Clara..
- Majmutov,M.I. (1986) La enseñanza problémica. La Habana: Pueblo y Educación.
- Muñoz, R.: (1999) Aprender a ser, hacer, sentir y pensar. La Habana. Material impreso.
- Peláez, J. (2003). Adolescencia y juventud. Editorial Científico-Técnica.
- Rico, A (2003) La zona de desarrollo próximo. Procedimientos y tareas de aprendizaje. Ciudad de La Habana, Edit. Pueblo y Educación.
- Rodríguez, J, /Hernández, A.: (2002) Mi psicólogo soy yo. La Habana: Edit. Científico – técnica.
- Ruiz, Ariel (1999).Metodología de la Investigación educativa.Edit Grifo Chapecó.Bra.
- Ruiz Aguilera, Ariel. Teoría y Práctica curricular.Edit Grifo Chapeco.Bra.
- Tejeda L: (2001) Ser y Vivir. Ciudad de La Habana. Edit. Pueblo y Educación.
- Vigotsky, L. S. (2003), Obras completas, Tomo III. Barcelona, Paidós. .

BÚSQUEDA EN INTERNET

- Acercándonos a una definición de sexualidad. (s.f.). Extraído el 20 de Enero de 2009 de http://www.alcoholinformate.org.mx/portal_jovenes/home.cfm?
- El sexo como juez. (s.f.). Extraído el 20 de Enero de 2009 de http://www.mpmr.org/varios/sexo_como_juez.htm

- Sexualidad del adolescente. (s.f.). Extraído el 20 de Enero de 2009 de <http://www.almudi.org/App/Asp/Noticias/noticias.asp?n=806>

ANEXOS

ANEXO 1

ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES

I. Sobre la preparación curricular obtenida.

SI

No

-A través de las asignaturas que recibo, me preparo para una mejor conducta sexual.

-Me interesa profundizar en lo relacionado con la sexualidad en las diferentes edades

-La educación sexual que he recibido a través de mi vida de estudiante me resulta suficiente.

-Una correcta preparación con respecto a la sexualidad humana puede influir positivamente en mi actividad profesional.

II.-Sobre las vías de información.

1) Subraya aquellas a través de las cuales **recibes** información sobre la sexualidad.

Televisión, cine, dialogo familiar, intercambio con compañeros y amigos, clases de diferentes asignaturas, charlas y debates, médico de consultorio, otros.

2).- Subraya las que **desearías utilizar:**

.Asignaturas en los primeros años, encuentros de conocimientos, actividades informales, asignaturas optativas, plataformas interactivas digitales, conversatorios con especialistas, otros.

III,- Sobre la educación sexual que reciben.

Buena

Regular

Mala

- La orientación que has recibido con respecto a tu sexualidad es
- La información que te brindan tus profesores sobre esta temática es
- La información que aparece en los medios de comunicación es
- La actitud de tus padres con respecto a tu sexualidad es.
- La educación de la sexualidad destinada a los niños es

ANEXO 2

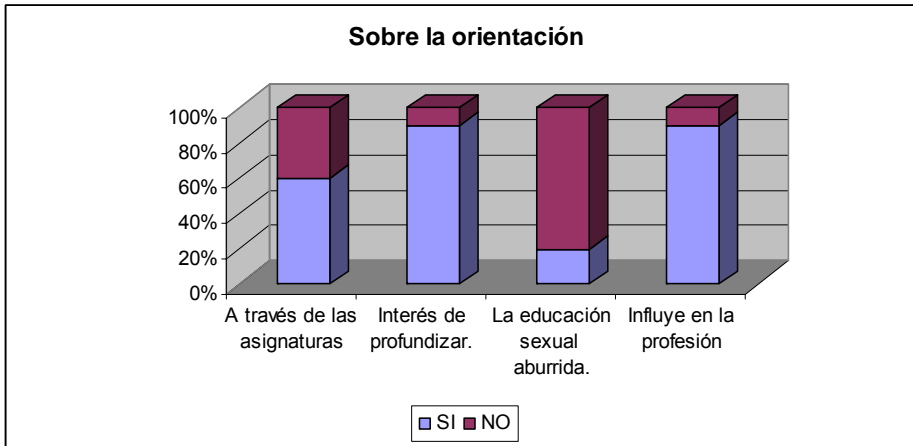
GUÍA PARA LA ENTREVISTA GRUPAL.

- 1.- ¿Tienen la misma significación los términos sexo, sexualidad y educación sexual?
- 2.- ¿Existen diferencias entre la forma de sexualidad en la especie humana en comparación con el resto de los animales? ¿Por qué?
- 3.-¿ Qué es para ti la sexualidad?
- 4.- ¿Consideras que has recibido una educación dirigida al conocimiento a tu sexualidad?
- 5.- ¿Consideras que la educación sexual constituye una necesidad social y educativa?
¿Por qué?
- 6.- ¿En tu formación general en la carrera, existe alguna asignatura que te hable sobre la sexualidad humana?
- 7.- ¿Conoces cómo se manifiesta la sexualidad humana en las diferentes etapas, como la infancia, adolescencia y adulto mayor?
- 8.-¿Existe relación entre la salud humana y la sexualidad? Sí tu respuesta es positiva si, ejemplifica.
9. ¿Conoces algunas disfunciones sexuales en el hombre y la mujer? Menciónalas.
- 10.- ¿Cuáles son, según su criterio, las diferentes formas de orientación sexual que se pueden presentar.
- 11.- Refiera las medidas profilácticas que UD orientaría como profesional, a sus alumnos, para evitar el contagio con las ITS (infecciones de transmisión sexual).

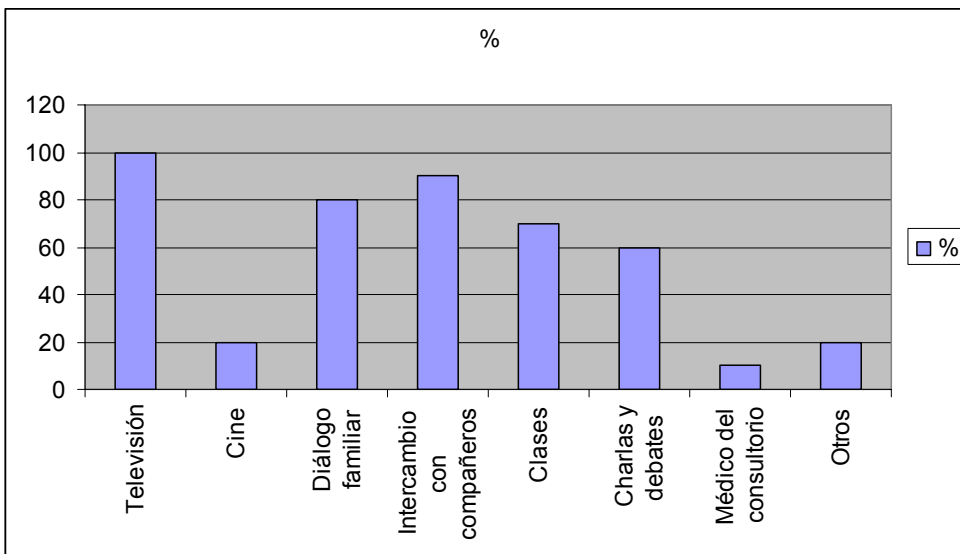
ANEXO 3.

Resultados de la Encuesta

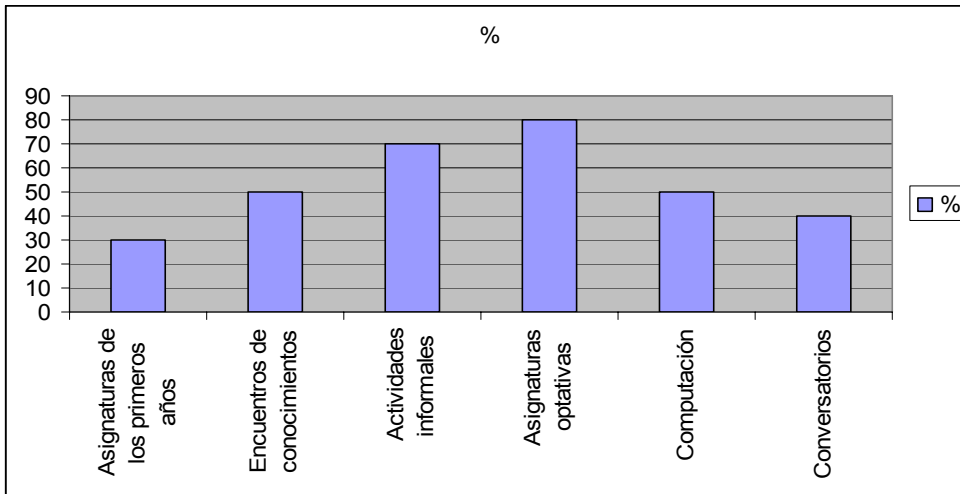
Pregunta 1. Sobre la orientación



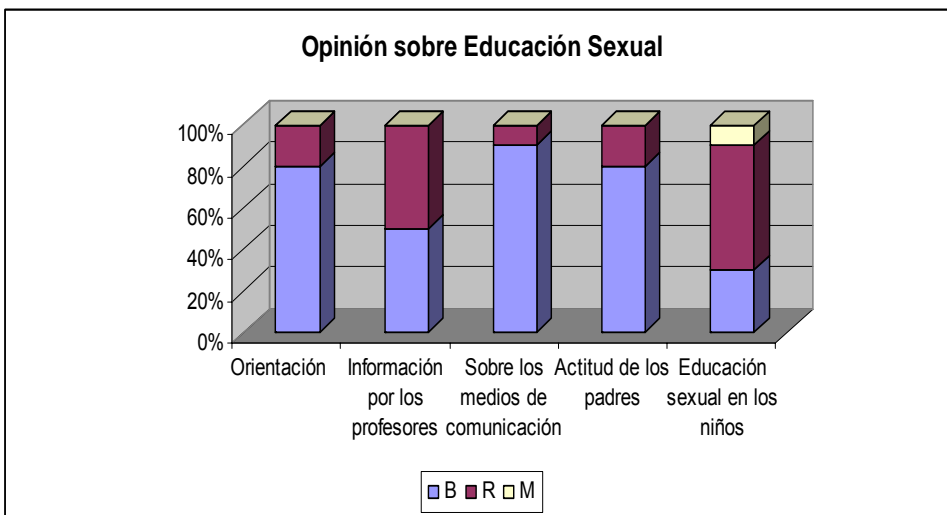
Pregunta 2. Sobre las vías utilizadas



Pregunta 4. Sobre las vías propuestas



Pregunta 5. Sobre la Educación sexual



Pregunta 6. Sobre Salud y Sexualidad

