



Enfermería Global

E-ISSN: 1695-6141

eglobal@um.es

Universidad de Murcia

España

Álvarez de la Cruz, Caridad

COMUNICACIÓN Y SEXUALIDAD

Enfermería Global, vol. 9, núm. 2, junio, 2010, pp. 1-10

Universidad de Murcia

Murcia, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=365834755018>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en [redalyc.org](http://redalyc.org)

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal  
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto



## REFLEXIONES - ENSAYOS

# COMUNICACIÓN Y SEXUALIDAD

COMMUNICATION AND SEXUALITY

\*Álvarez de la Cruz, Caridad

\*Lcda. en Enfermería. Master en Sexualidad. Profesora Auxiliar del Instituto de Ciencias Medicas y Preclínicas Victoria de Girón. Cuba.

Palabras clave: Comunicación, Sexualidad, Educación sexual  
.Keywords: Communication, Sexuality, Sexual education.

## RESUMEN

En el presente artículo nos referiremos a la comunicación en la sexualidad por ser un tema tan importante en todas las etapas de la vida del ser humano, ya que la sexualidad como manifestación de la personalidad es un fenómeno sumamente complejo y multifactorial, son tantas las formas en que se expresa, como diversos los seres humanos portadores de ella. Sin embargo, tradicionalmente se ha tendido a esquematizar a partir de fuertes estereotipos sociales y supeditar a poderosas fuerzas biológicas ocultas por lo que se impone la necesidad de comprender la esencia de la sexualidad y las vías fundamentales para su educación. El trabajo aborda algunos aspectos relacionados con la comunicación y la sexualidad en los jóvenes, los beneficios de una Educación Sexual Formal y Humanizada y las diferentes formas de comunicación empleadas en el campo de la sexualidad. Es por ello que nos trazamos los siguientes objetivos: brindar algunos aspectos relacionados con la comunicación y la sexualidad y reflexionar acerca de la importancia de la comunicación en la esfera de la Educación Sexual.

## ABSTRACT

In this article we are going to talk about the communication and sexuality. This topic is very important in all the stages of the life because the sexuality is a personality show and it's a very complex and many factors depended phenomenon. The sexuality is expressed in many ways but, traditionally it have trended to schematize from strong social stereotypes and subject to strong hidden biological forces, so it's necessary to understand the nature of the sexuality and the best ways to give sex education.

This article talk about topics related to the communication and young people sexuality, the benefits of a formal and humanized sex education and the different communication ways used in the sexuality field. Because that we set the following objects: to give some topics about communication and sexuality, and think about how important is the communication in the sex education.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad estamos asistiendo a una lucha donde la erotización del ambiente contrasta con el silencio de la comunidad en esta área. Esta influencia de una civilización hipererótica en una sociedad que no proporciona una educación sexual suficiente y adecuada, hace que los niños y adolescentes se sientan influenciados en sus valores y actitudes. La mayoría de las veces esta influencia es negativa ya que el aprendizaje no se realiza en un sentido humano y trascendente. Pareciera que, lejos de ello, la sociedad abandonara sus jóvenes.

En oportunidades como si se quisiera quedar bien sin comprometerse se simula dar educación sexual en algunas escuelas, lo que no suele pasar de la proyección de un video sobre biología. Otras veces se limita a charlas sobre los aspectos negativos de la sexualidad, lo que hace que se piense sobre ésta también en términos negativos.(1)

Los jóvenes se sienten bombardeados por mensajes eróticos mientras que están preocupados por los cambios a que se ven expuestos como consecuencia de su desarrollo. La aparición, en su edad, de una sexualidad que transita el camino hacia la adultez hace que fijen su atención sobre todo lo relacionado con el sexo. El silencio que habitualmente sienten en sus familias y la falta de una directriz educativa coherente les obliga a buscar información y consejos en los amigos que consideran más experimentados pero que desgraciadamente, no suelen ser buenos maestros ya que han pasado por la misma experiencia. De este modo, la fuente de información se convierte en un manual de consideraciones surgidas de la experiencia, pero una experiencia sin una guía adecuada(1).

A pesar de esto, aún hay persona que piensa que la experiencia es el mejor camino para comprender todo lo referente a lo sexual. Pero como expresa Michael Schofield al presentar las estadísticas de una extensiva investigación sobre el comportamiento sexual adulto. Una de las conclusiones principales de este estudio es que “el conocimiento sexual es algo que la mayoría de las personas no han sido capaces de sacar de su experiencia.” La educación sexual de la calle suele falsear el conocimiento, y es por medio de esas ideas equivocadas que deben estructurar su propia sexualidad.(2)

Una autora se plantea esto en el Congreso de sexualidad cuando se dice “el repertorio de conocimientos sexuales de cualquier adolescente de nuestra civilización está hecho basado en mentiras, cuando en realidad los niños ven aquellas explicaciones que demandan de los adultos y solo logran atormentándose en secreto con tales problemas y construyen tentativas de solución en las cuales la verdad sospechada aparece mezclada con grotescos errores o se comunican unos a otros sigilosamente sus descubrimientos, en los cuales el sentimiento de culpabilidad del infantil investigador imprime a la vida sexual el sello de lo repugnante y prohibido. (1).

En todo lo anteriormente expuesto juega un papel importantísimo la comunicación en todas sus esferas y, entre ellas la sexual a la cual nos estamos refiriendo, que debe comenzar en el seno familiar con el nacimiento, hasta extenderse al medio social en el que el individuo se desenvuelve.

Podemos decir entonces que la comunicación para educar para el sexo debe ir cargada de un conocimiento científico, del cual carecen en sentido general los progenitores, los cuales en su gran mayoría continúan sordos a las demandas educacionales que sobre el sexo y la sexualidad les solicitan sus hijos. Este silencio parental se origina principalmente por los tabúes surgidos de la mala educación sexual que han tenido, los que condicionan represiones inconscientes difíciles de superar. Aún en los casos en que pueden brindar tal

educación, la vergüenza, la turbación y la ambigüedad con la que contestan a la mayoría de las preguntas que los hijos formulan, suelen causar más perjuicios que beneficios. Tenemos que darle la razón a lo planteado en el Congreso de sexualidad cuando se dice: "Frente a muchos educadores y pedagogos que han puesto todas sus esperanzas en los padres, y condenan toda intervención extra-familiar, creo que podemos afirmar que la familia seguirá ausente en la educación sexual de sus hijos". (1)

En lo personal estoy muy de acuerdo con lo planteado en el Congreso de sexualidad, de hecho esta realidad se expresa continuamente en nuestros estudiantes universitarios, que es el nivel educacional en el cual me desenvuelvo como profesora; esto nos obliga a trabajar en función de alternativas y estrategias que ante todo ayuden a estos jóvenes a alcanzar una educación sexual plena y sana, empleando diferentes métodos y técnicas que partan ante todo de la base de que el amor y el placer forman un todo en la dimensión sexual del individuo y que, lejos de separarlos, deberíamos tratar de que se manifestaran juntos, única manera de hacer de la sexualidad un elemento trascendente. Por esta razón debemos considerar la educación sexual como una educación para el amor, una educación para poder cumplir con nuestro destino de hombre y de mujer, y una educación para la genitalidad, que al integrar los dos conceptos anteriores definirían como tal a la sexualidad adulta en sus expresiones conductuales y psico-emocionales donde al amor y el acto sexual constituyen formas de comunicación de la pareja humana.

A modo de resumen podemos enumerar los beneficios de una Educación Sexual Formal y Humanizada, los cuales se proyectan en la comunidad al darle al individuo las posibilidades siguientes:

- 1- Tener un concepto científico y humanizado de la sexualidad, que le permita comprender que esta forma parte del ser- persona.
- 2-Hacerse cargo de ella, cuando el amor con el placer, para recrear en cada acto la felicidad, el goce y la vivencia del otro en todo lo que su vida tiene de peculiar y singular.
- 3-Asumir la sexualidad con libertad y responsabilidad dentro de un marco ético basado sobre los valores de la sociedad en que está inmerso.
- 4- Ser sexualmente libre y responsable para elegir el sentido de su sexualidad y cuidarla como un bien propio, que le pertenece por ser persona y que le acompañará durante toda su vida.
- 5-Asegurar que ese sentido y ese cuidado de su sexualidad concuerden con nuestra condición y nuestros valores humanos.
- 6- Tener salud mental, lo que le permitirá acreditar una salud sexual.

Si tomamos en consideración estos conceptos, nos daremos cuenta que tenemos mucho que trabajar en función de lograrlos, pues criticamos mucho y hacemos muy poco. Por esto es de gran importancia la formación y capacitación de educadores de la sexualidad que sean capaces llevar a todos los rincones del país mediante la comunicación, una educación para el conocimiento, las actitudes y los valores sexuales, que les permita comprender que la sexualidad es un elemento existencial, siempre que se la considere en su dimensión humana.

## **OBJETIVOS**

- Brindar algunos aspectos relacionados con la comunicación y la sexualidad.
- Reflexionar acerca de la importancia de la comunicación en la esfera de la Educación Sexual.

## DESARROLLO

El término comunicación proviene del latín, y significa común. Cuando una persona se comunica con sus semejantes trata de compartir informaciones, una idea, una actitud, sentimientos, etc. Lo esencial en la comunicación está dado en mantener al unísono “sintonizados “al que envía el mensaje y al que lo recibe. (3)

La comunicación además es un proceso complejo, de carácter material y espiritual, social e interpersonal que posibilita el intercambio de información, la interacción y la influencia mutua en el comportamiento humano, a partir de la capacidad simbólica del hombre.

La comunicación también es un proceso mediante el cual un individuo plantea estímulos para modificar las ideas, costumbres, actitudes y prácticas de otros. Es decir, toda comunicación lleva implícita una modificación. (3)

La comunicación desde el punto más estricto, puede considerarse como un intercambio de significados entre las personas. Es la comunicación la que hace posible la interacción en que se basan las relaciones de los hombres. (3)

Existen cinco factores que intervienen en el acto de comunicar: el discurso (señal), una fuente (persona que emite el mensaje), el destino (que es el sujeto que lo recibe), un transmisor (aparato electrónico que envía), y un receptor (aparato electrónico que recibe). Estos cinco componentes nos dan una dirección unidireccional. (4)

Resulta evidente que la comunicación humana no puede referirse solo a enviar información nueva unidireccional. De una manera más amplia, se definiría la comunicación humana como “...el sistema de actividades, que mantiene, regula y hace posible las relaciones humanas.” (3).

Esta definición según Martínez rompe el esquema unidireccional y propone una dimensión bidireccional, además define la comunicación humana, como “Un intercambio de conductas”. (4)

En un sentido más amplio, comunicación humana es todo el conjunto de procedimientos por medio de los cuales una mente afecta a la otra. Esto implica naturalmente, no solo el lenguaje oral y escrito, sino también la música, el teatro, las artes plásticas, de hecho, todas las conductas humanas (lenguaje Analógico). (4)

Alberto Orlandini en su Diccionario del amor (5), define varias formas de comunicación las cuales son muy empleadas en el campo de la sexualidad:

- Comunicación auditiva: La voz humana representa el vínculo de comunicación simbólica que llamamos lenguaje, y de comunicación no simbólica o emocional que denominamos paralenguaje. El paralenguaje se expresa a través de variaciones del volumen, timbre, velocidad, inflexión y ritmo de la voz, y transmite el efecto o la actitud emocional ante el otro. Salvo en los actores y algunos profesionales, el paralenguaje “desnuda” el estado de ánimo del que habla. Los seductores saben que el modo de decir es tanto o más importante que los contenidos del decir. Los locutores nocturnos de música romántica utilizan lo que ellos llaman “voz masturbatoria”, sugerente de secreto, complicidad, intimidad y picardía. Muchas mujeres, y a veces los hombres, se lamentan del “silencio sexual” de sus amantes, en la cama y fuera de ella. El silencio no es bueno para el

sexo ni para el amor, y parece saludable que las personas “desbloqueen “su expresividad, reprimida por una educación castradora. Los educadores sexuales alientan a la gente a que giman, gruñan, jadeen o griten si así lo desean, y aseguran que las alcobas no tienen por qué ser silenciosas.(5)

- La Comunicación táctil: La comunicación más importante e imprescindible del sexo resulta el tacto. Los gestos de amor se ofrecen con las manos, la boca, y el sexo, y se reciben en toda la piel, y en la mucosa de los orificios de la boca, el sexo y el ano.

Las variantes de las señales táctiles son: soplar, apoyar sobre, apretar, enlazar, abrazar, sostener, sacudir, empujar, guiar, acariciar, frotar, pellizcar, arañar, rascar, palmejar, besar, lamer, morder, y mordisquear. La estimulación táctil adquiere más connotaciones con el auxilio de las llamadas ayudas sexuales.

Las conocidas experiencias de Harlow y de Spitz demostraron que la carencia de estimulación táctil era capaz de enfermar tanto al mono como al hombre. En muchas culturas el niño es educado en la prohibición de tocar y de ser tocado. Los adultos con esa crianza no se permiten acariciar ni ser acariciados (en el varón el miedo a ser tocado se relaciona con la homosexualidad). Para decirlo de forma algo simplificada, la terapia sexual consiste en enseñar a dar y recibir caricias. Es frecuente que la ausencia de caricias, o la insuficiencia en calidad y cantidad, sea el origen de muchas insatisfacciones, o aún de enfermedades sexuales.( 6 )

- Comunicación Visual: Las señales de amor provienen de la cara, las manos y el cuerpo: Expresiones de la cara: el rostro es uno de los aparatos más flexibles y versátiles de nuestra anatomía. Algunos estiman que es capaz de expresar hasta doscientos cincuenta mil tipos de expresiones. El 75% de las señales no verbales se transmiten mediante la mirada. Cada gesto significativo se denomina Kinema. Las señales del rostro se expresan mediante los movimientos de las cejas, los párpados, los ojos, la nariz, la boca, la mejilla y la barbilla. Los gestos del cuello añaden más significados a la cara. La sonrisa es el signo más universal de interés, de aceptación y de invitación al galanteo. Observe que en los diálogos de las películas de amor, el foco de la cámara se centra en las expresiones del rostro de los personajes. Expresiones de las manos: El lenguaje de las manos puede expresar: saludo, llamado, solicitud, coquetería, erotismo, ternura y rechazo. Expresiones del cuerpo: Los gestos del cuerpo sirven para la seducción, el galanteo y para expresar la medida del placer. La danza representa una de las comunicaciones eróticas más impactantes y sofisticadas.(5)

## COMUNICACIÓN SEXUAL

Describe el autor cinco axiomas de la comunicación humana.

- 1) Es imposible no comunicarse, pues aún el silencio y la inmovilidad están llenos de significado.
- 2) Toda comunicación tiene dos aspectos: de contenido y racional (cuando yo digo que me declaré a Juana, estoy dando información y he establecido un tipo de vínculo con ella).

3) La naturaleza de la relación depende de la puntuación de la secuencia de frases entre comunicantes (no es lo mismo decir que Juan diga que fuma porque Juana protesta, a que Juana diga que ella protesta porque Juan fuma).

4) Las personas se comunican por procesos digitales (verbales) y analógicos (no verbales). El mensaje digital es más abstracto, versátil, complejo e inequívoco. Por otra parte las señales analógicas (la voz, la mimica, el gesto y la postura) suelen ser menos precisas y más ambiguas (es trabajo de hombre traducir continuamente los mensajes analógicos a palabras).

5) Los intercambios comunicacionales, según se basan en la igualdad o la diferencia, pueden ser simétricos o complementarios. La relación entre los iguales es simétrica: los dos son fuertes, los dos son maduros y los dos se aman. Pero en los sujetos diferentes, una conducta puede favorecer la otra de modo complementario: él paternal y ella anoñada, ella sádica y él masoquista, el dominante y ella sumisa, o él proveedor y ella consumidora.

La comunicación alcanzará niveles más profundos y cauces más fluidos cuando esté sustentada en la autenticidad, condición necesaria en la que el individuo transita de un simple reactor a un verdadero actor del diálogo. Las palabras de orden deben ser “sé tú mismo” y “conócete” como base primera de la sabiduría humana y el progreso social.

En otro sentido la facilitación sirve de complemento al logro de este propósito; consiste en transmitir lo que se entendió hablando de sentimiento presente en la comunicación.(5)

Podemos decir que facilitar es escuchar activamente con empatía, autenticidad y aceptación.

Las respuestas facilitadoras ayudan al que tiene el problema, a entenderse, a conocer sus sentimientos, sus necesidades. Promueven la autoexploración y la responsabilidad, evitan la dependencia.

Las respuestas facilitadoras contienen mensajes como: tú tienes el problema. Yo te acepto. Yo te escucho. Yo quiero comprender lo que te pasa. Se facilita cuando ayudamos a resolver el problema no sacándole información porque esto constituye una barrera.

Las respuestas facilitadoras pueden ser diferentes, lo importante es que con nuestras palabras seamos capaces, de transmitir la realidad de la otra persona.

La clave para captar el sentimiento del mensaje, suele estar en la parte no verbal de la comunicación, es decir: en el tono de la voz, postura del cuerpo, además el tipo de palabras, ritmo al hablar, movimientos del cuerpo, etc.

Una excelente facilitación conlleva tres actitudes por parte del maestro-orientador.

Comprensión empática: Poder ver el mundo del otro desde sus “zapatos”.

- Autenticidad: Comunica lo que honestamente se siente, entiende y comprende el que escucha en una comunicación abierta y directa.
- Aceptación del otro y de su realidad: Viéndolo como alguien diferente a uno. Separado y, con el derecho de ser distinto de hacer su vida.(7)

Las categorías de la comunicación son el diálogo, la palabra, la escucha, el silencio, las voces y la gesticulación.

El diálogo es un intercambio de palabras entre dos protagonistas. La escucha es la disposición del oyente a descifrar o acoger lo dicho. El silencio es el espacio que da cabida a la voz del otro. La gesticulación es la expresión mediante la postura o la acción. En el sexo y en el amor todo es comunicación. Cada amante emite y recibe señales visuales, auditivas, táctiles y olfativas. Se dice que el hombre se enamora “por lo que ve” y la mujer es seducida “por lo que oye” (las palabras de amor.)

La comunicación es una categoría esencial para el estudio de las principales situaciones en las que se implica el hombre. La actividad de la personalidad ocurre de forma general por medio de un sistema de relaciones sociales. Es, precisamente, en el marco de la realización de sus principales actividades y sus relaciones interpersonales más significativas que la personalidad se desarrolla; el estudio del proceso de comunicación tiene importancia no solo para comprender el comportamiento de los grupos sociales, sino también de la personalidad individual. (8)

El mecanismo fundamental para la formación de la psicología social de las personas es el contacto con los demás, el trato, la comunicación, la cual no es solo una necesidad, sino también uno de los aspectos más importantes de cualquier actividad entre las personas. (8)

La comunicación juega un papel esencial en el desarrollo del individuo y por medio de ella se realiza el perfeccionamiento psíquico del hombre, su enriquecimiento espiritual, así como la formación de su personalidad; con su ayuda tiene lugar la organización de la interacción adecuada entre las personas en el curso de la actividad conjunta, la transmisión de la experiencia, los hábitos laborales, etc. (5)

No tenemos más recursos para llegar a comprendernos que la comunicación, y si no somos hábiles para manejarla, las cosas se nos escaparán de las manos. Comunicarse bien significa ser capaz de transmitir un mensaje, de tal forma que el receptor capte exactamente lo que nosotros deseamos que capte. Para ello debemos tener en cuenta tanto los aspectos verbales (los producidos por la voz), como los no verbales (los producidos por nuestros gestos, nuestra mirada, el tono empleado, etc.) Cuando la comunicación es correcta, raramente puede malinterpretar un mensaje, y en general suele ser más constructivo plantearse qué es lo que falla en la forma de decir las cosas, que insistir en que el otro no quiere entendernos. (9)

Discutir, criticar, atacar... es inevitable en una relación de pareja, pero si existe voluntad de mantener una relación positiva y se mantiene un elevado grado de comunicación no sólo con palabras, sino también mediante gestos y actitudes cariñosas, habremos avanzado mucho por la difícil senda de la convivencia. (9)

Si bien una preocupación del maestro debe ser la de desarrollar su propia competencia comunicativa y ser capaz de lograr un nivel óptimo en las relaciones interpersonales con sus alumnos, no es menos importante la tarea de trabajar por el desarrollo de las posibilidades comunicativas de aquellos a quienes está educando, como parte esencial de su labor docente.

La necesidad de comunicación con sus semejantes, que aparece tan tempranamente en el ser humano y lo caracteriza como tal, hace que el niño, desde su incorporación al grupo familiar, vaya desarrollando sus potencialidades expresivas y comunicativas en general (de expresar y de recibir e interpretar mensajes. (10)

La estimulación que puede propiciar la familia en este sentido es muy importante para el desarrollo de la personalidad. Dentro de ella se van consolidando patrones de comunicación interpersonal a partir del propio estilo de relaciones que exista dentro de la dinámica familiar, que se van trasladando a otros contextos en que posteriormente se incorpora el niño. Cómo es tratado este niño, cómo se comunican los estudios entre sí, cómo participa cada cual, qué valores se estimulan, qué cualidades y comportamientos se repreban y muchos otros aspectos propios de la vida familiar tiene gran valor en la formación de estos primeros patrones. (10)

Educación y comunicación son procesos inseparables. El concebir el proceso docente como proceso interactivo y comunicativo permite trabajar sobre las posibilidades comunicativas de los alumnos. La utilización de técnicas participativas y de trabajo grupal hace que el aprendizaje no se asocie a un ambiente tedioso, aburrido, sino estimulante y creativo, donde cada cual asume responsabilidades y construye su conocimiento. (10)

Educación sexual, de forma amplia, es toda estructuración sobre el proceso y las consecuencias de la actividad sexual, generalmente dada en niños y adolescentes. Hoy la educación sexual hace referencia a los temas incorporados al currículo sobre este tipo de enseñanza en las escuelas primarias y secundarias, en general como parte de una materia o asignatura dada. (11)

Históricamente, la tarea de instruir a los adolescentes sobre el sexo ha sido responsabilidad de los padres. Sin embargo, la comunicación paterno / filial en materia sexual puede estar matizada por las inhibiciones de los padres o por las diferentes tensiones entre ambas generaciones. Según estudios realizados, está demostrado que una gran mayoría de niños no reciben ninguna información sobre materia sexual por parte de los padres. (11)

A finales del siglo XIX los esfuerzos realizados por los educadores y los trabajadores sociales para complementar la instrucción dada por los padres, provocó que esta se denominara de forma solapada y eufemística “higiene social,” información biológica y médica sobre la reproducción sexual y las enfermedades venéreas. Al concluir la II Guerra Mundial, sin embargo, la mayor flexibilidad de las normas sociales respecto a la actividad sexual, así como la numerosa información ofrecida a los niños a través de los medios de comunicación, generó la creación de programas de educación sexual más sofisticados y explícitos, a pesar de las opiniones contrarias de la mayoría.

La variedad de temas investigados y discutidos como parte de este tipo de educación comprende: el proceso físico de la reproducción humana, la función de los órganos sexuales del hombre y la mujer, el origen, el contagio y efectos de las ETS (enfermedades de transmisión sexual), los roles y la estructura de la familia, la ética de las relaciones sexuales, las causas y consecuencias emocionales y psicológicas del sexo (como la sexualidad prematura) el matrimonio y la paternidad.

Aunque muchos padres aprueban la enseñanza de esta materia en las escuelas, en la práctica siempre ha habido opiniones en contra, ya que algunos de ellos rechazan la educación sexual por razones religiosas o morales. (11)

La educación sexual forma parte orgánica e inalienable de la preparación del ser humano para la vida, del proceso permanente de aprender a ser, mediante el cual cada individuo tiene que aprender a ser sexuado, a construir de forma personalizada su masculinidad y feminidad a codiciarse creadoramente de valores, actitudes, conocimientos, habilidades y

destrezas, así como de recursos personológicos eficientes, con vistas a vivir su sexualidad de modo autodeterminado y enriquecedor. (1)

En el proceso de preparación para la vida sexual, las personas hacen suyos aquellos aprendizajes básicos que las arman para el encuentro con el otro sexo y con la propia sexualidad, satisfaciendo sus necesidades en esta esfera y se forman en el conocimiento, ejercicio y defensa de sus derechos sexuales:

- El derecho de una sexualidad plena y responsable.
- El derecho de la equidad de género.
- El derecho a una familia
- El derecho a la salud sexual.
- El derecho a la planificación familiar.

Para lograr que cada sujeto crezca, se realice y autodetermine con relación a su sexualidad, la educación debe contemplar que esta esfera, como manifestación vital de la personalidad, constituye un fenómeno de gran riqueza, plasticidad, complejidad y variabilidad, cuyos caminos son diversos según las individualidades, y ajenos destinos fatalmente preestablecidos. (1)

Por tanto, si educamos personalidades, tenemos que hacerlo de forma personalizada, respetando la individual, confiando en las potencialidades de cada ser humano utilizando como vía esencial una adecuada comunicación, avalada por un conocimiento científico capaz de preparar al individuo para una vida más sana y de mejor calidad.

Todo lo anteriormente expuesto me hace reflexionar sobre la necesidad imperiosa que tenemos los docentes de los diferentes niveles de enseñanza, de ser capacitados en este terreno tan importante como es la sexualidad, para de esta manera llevarle a nuestros estudiantes los conocimientos necesarios y suficientes acerca de esta temática que aun en la actualidad está limitada por los estereotipos y tabúes impuestos por la sociedad. Luchemos entonces por una libertad sexualidad.

## CONCLUSIONES

- Considero que la comunicación es la base para el desarrollo de una sexualidad sana y responsable.
- La comunicación en todas sus manifestaciones, es la herramienta fundamental para lograr una adecuada educación sexual a cualquier nivel.

## BIBLIOGRAFÍA

- 1-VII Congreso Latinoamericano de Sexología y Educación Sexual. I Congreso Cubano de Educación Sexual, Orientación y Terapia Sexual. Memorias, p30. Ed. Científico-Técnico, La Habana.1996.
- 2-Schogield M. El comportamiento sexual de los jóvenes. Edit. F Barcelona 1972.
- 3-Rigol R. Y. Cols: Medicina General Integral. Tomo 1. Ed. Ciencias Médicas, Ciudad de la Habana, 1985.
- 4- Martínez C: Salud familiar p. 170. RD. Científico- Técnica, La Habana, 2001.

- 5- Orlandini A: Diccionario del Amor, p. 51-53. Ed. Oriente, Santiago de Cuba.1996.
- 6- Harlow y de Spitz: Desarrollo afectivo y educación: Revista 1996.
- 7-Rogers C: Teoría Humanística. (1975) [www.sld.cu/libros/distancia/cap4.html](http://www.sld.cu/libros/distancia/cap4.html).
- 8-Barcaz E: "Sexualidad y Comunicación ". Revista Cubana de Sexología y Sociedad". 2: 31-32, 1995.
- 9-Enciclopedia de la sexualidad, p 229, Ed Planeta, SA, Barcelona España, 2000.
- 10- Bevan J: El sexo y la salud, p 229, Ed. Planeta, S.A; Barcelona España, 1990.
- 11-Sorín M: Siglo XX Crisis en el amor, p 24, Ed. Ciencias Sociales, La Habana. 1987.

ISSN 1695-6141

© COPYRIGHT Servicio de Publicaciones - Universidad de Murcia