

## **SISTEMA DE ACTIVIDADES FÍSICO RECREATIVAS PARA CONTRIBUIR A LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LOS ADOLESCENTES DE 12-15 AÑOS DEL CONSEJO POPULAR CUBA LIBRE DEL MUNICIPIO PINAR DEL RÍO**

**M.Sc.** Deysi Milhet Cruz, **M.Sc.** Mirian Camejo Expósito, **Lic.** Alberto Roig Abreu

---

### **RESUMEN:**

En el municipio Pinar del Río el consejo popular Cuba Libre es uno de los que más casos de infecciones de transmisión sexual y VIH tiene. La población más vulnerable son los adolescentes de la circunscripción 8 en quienes no existe una educación sexual adecuada sumándosele la carencia de actividades que la promuevan a nivel comunitario; por tal razón se consideró necesario desarrollar esta investigación que se sustenta sobre bases psicológicas, sociológicas y de trabajo comunitario para propiciar un desarrollo sociocultural y educativo que promueva un progreso en la comunidad donde los adolescentes participen como agentes transformadores de cambio al modificar roles, actuaciones y conductas lográndose una mejoría en la educación sexual en los mismos que se irradie al resto de la comunidad, permitiendo una visión holística en aspectos relacionados con la sexualidad humana. Este trabajo es de utilidad para entrenadores, profesores de Educación Física así como personal que en el ámbito comunitario se disponga a participar en esta batalla por la vida de los adolescentes.

---

La educación sexual es la manera como se consolida nuestro estilo y forma de expresión, existen muchas formas de recibirla, de manera verbal (explicando) o de manera no verbal (mostrándonos el comportamiento). Así habrá personas que tengan una buena expresión sexual y en otras será deficiente en Dependencia de la información recibida en cada una de las etapas del desarrollo psicosocial.

La educación sexual debe tener una parte de información que se reciba a través de la palabra utilizando charlas, diálogos, conversaciones, etc. y otra que se enseñe sin palabras, o sea, que se aprende con las actitudes, los sentimientos y la forma como vemos que se maneja el tema de la sexualidad en nuestro ambiente familiar y social.

El sistema de comunicación mediante el cual los seres humanos expresamos nuestra función sexual, con un estilo propio de cada grupo humano y particularmente de cada persona, es lo que denominamos sexualidad.

Los diversos modelos y patrones socioculturales le dan una expresión típica a cada época, religión o grupo humano logrado así expresar de una manera peculiar lo sexual. Por eso, con los años y la circunstancias, las costumbre sexuales cambian, algunas desaparecen y otras nuevas surgen, según lo deciden las comunidades, pueblos, culturas y países. De lo anterior se deduce la necesidad de que la familia y la escuela coordinen y planteen objetivos comunes en cuanto a la educación sexual, pues hasta los propios diseños curriculares defienden la necesidad de la comunión en los patrones sexuales.

La educación sexual es el conjunto de cualidades y relaciones que deben distinguir y manifestarse en el proceso educativo de la sexualidad en particular y de la personalidad en general, al enfatizar en el fomento de relaciones positivas entre ambos sexos, en correspondencia con los principios morales de la sociedad basados en la igualdad, el respeto, la ayuda mutua, así como en el desarrollo en el individuo de actitudes, valores, convicciones y conocimientos, que le permitan comprender su sexualidad como parte y expresión de su personalidad

Dado el tema que nos ocupa es importante conocer que, de todo el municipio Pinar del Río, el consejo popular Cuba Libre es donde más casos de enfermedades de transmisión sexual se presentan, dentro de ellas el VIH, corroborado por los datos recogidos en el departamento de ITS-VIH, y son los siguientes: VIH -16 pacientes, blenorragia -20, herpes genital -3, condiloma -10, sífilis-7.

Dentro de esta comunidad la población más vulnerable son los adolescentes de 12 a 15 años.

En visitas a las áreas de salud se corroboró que hay un 60 % de adolescentes de 12 a 15 años, con embarazos precoz y con ETS.

Para precisar las peculiaridades que propician esta situación se aplicó una encuesta a estos adolescentes con el objetivo de saber cuánto conocen de esta temática, las regularidades manifestadas son las siguientes:

-Un 95 % no pudo conceptualizar la educación sexual desde todas sus aristas.

-Solo un 7 % es capaz de expresar conocimientos exactos sobre las ETS, vías de contagio, formas de protección.

-El 93 % prioriza lo relacionado con el vestir, sin importarles contraer una ETS.

Al analizar el programa de actividades de la comunidad se evidencia la carencia de actividades, poca orientación y divulgación, la comunidad no refuerza los patrones que da la escuela y no existe un lugar para el desarrollo de actividades dirigidas a este fin.

Atendiendo a todo lo anterior nos planteamos cómo contribuir a la educación sexual, en los adolescentes de 12-15 años, de la circunscripción # 8 del consejo popular "Cuba Libre" del municipio Pinar del Río para proponer un sistema de actividades físico recreativas que nos permita ir reduciendo esta situación.

En el desarrollo de este proceso asumimos que la comunidad tiene una población de 96 adolescentes de los que se tomó como muestra a 57 muchachos, de ellos 34 hembras, para un 59.6%, y 24 varones para un 40.3 %.

Los métodos utilizados son teóricos, empíricos y de intervención comunitaria.

Definidos estos elementos recordamos que hace casi ochenta años Ellis (1933), pionero y pilar fundamental de la investigación sexual, abría con este párrafo el compendio de su obra:

"El sexo y sus cuestiones eran celosamente regulados y controlados por las normas morales de una sociedad oficialmente puritana. Desde la antigüedad la sexualidad fue vista desde diferentes prismas."

A su vez Lenin señaló: "En la vida sexual se manifiesta, no sólo lo que al hombre ha dado la naturaleza, sino también lo que —elevado o ruin— le ha reportado la cultura" (Zetkin, C ,1977).

Mónica Krausse también ha señalado que "según la moral sexual en nuestra sociedad la sexualidad constituye fuente de felicidad y placer para la pareja humana" (Krausse. M, 1988); o sea, que en esta moral sexual se amplía el espectro respecto a las funciones de la sexualidad, al no verla solo como vía de perpetuar la especie mediante la reproducción, sino, también como fuente de afecto, comunicación y placer.

En la tesis de doctorado de Niurka Castillo (2005) se plantea que Beatriz Castellanos (Cuba, 1997) y la OPS/OMS (2000), han conformado sus definiciones al respecto en las que con independencia de sus posiciones teóricas, todos coinciden en comprender la sexualidad como un hecho de vida y parte inseparable de la personalidad.

Según estudios realizados, está demostrado que la mayoría de los niños no recibe ninguna información sobre materia sexual por parte de los padres. Actualmente la educación sexual en las escuelas se realiza mediante clases, lectura de textos, dramatizaciones comentadas y materiales audiovisuales

.Si bien existe una relación entre el concepto sexo y sexualidad, es necesario establecer sus diferencias. El sexo se define como una entidad biológica en la cual se manifiestan un conjunto de características semánticas, genitales y extragenitales que diferencian entre sí a los géneros.

En nuestra opinión, la educación sexual, como otros aspectos tan diversos no debe ser para el sistema nacional de educación, objeto de una sola asignatura; sino que todas deben estar implicadas para realizar un amplio trabajo sobre este tema. Con una sola clase o conferencia no se puede realizar este trabajo, sería una utopía, por lo tanto debe formar parte de los programas de la Revolución, de la salud, y la comunidad.

González. A y B. Castellanos (2003) definen la educación sexual desde un enfoque alternativo y participativo como "el proceso activo que potencia al individuo para el encuentro libre, pleno y responsable con el otro sexo y con la propia sexualidad, en correspondencia con sus necesidades y la del contexto, garantizando el protagonismo y la capacidad de elegir los límites personales de la sexualidad, así como el respeto a la de las personas con que se relaciona". Conceptualización que se asume en esta tesis al considerarla como la más abarcadora de las cualidades y relaciones que deben distinguir y manifestarse en el proceso educativo de la sexualidad en particular y de la personalidad en general, al enfatizar en el fomento de relaciones positivas entre ambos sexos, en correspondencia con los principios morales de la sociedad basados en la igualdad, el respeto, la ayuda mutua, así como en el desarrollo en el individuo de actitudes, valores, convicciones y conocimientos que le permitan comprender su sexualidad como parte y expresión de su personalidad.

En el Programa Director de Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación cubano aparece una serie de contenidos que hemos tenido en cuenta en nuestra investigación para la elaboración de encuestas a los adolescentes y demás instrumentos aplicados a nuestra población.

Con la década de los 80 surgen dos realidades desagradables que afectan a la sexualidad; por un lado la muy grave pandemia del SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida), un problema que afecta a toda la sociedad, y por otro, emerge la realidad de que la edad de acceso a la relación sexual, se ha desplazado hacia la adolescencia.

Son estas realidades las que imponen socialmente el planteamiento de campañas preventivas y programas educativos que faciliten el acceso de adolescentes y jóvenes a servicios de información, asesoramiento y orientación en materia de salud sexual.

Esto nos lleva a otro punto: la educación sexual no solo puede y debe hacerse en la escuela, sino también desde el ámbito de las actividades de tiempo libre y la animación sociocultural donde tiene grandes posibilidades para suplir o completar la que de hecho se hace o debería hacerse en la escuela. (Rosa, A. 1994).

.La práctica del deporte ayuda a los adolescentes a auto educarse, pues las características de la adolescencia, periodo extraordinariamente complejo del individuo, hace del mismo un ser con grandes capacidades y profundas preocupaciones éticas, cuyas principales divisas se relacionan con su afán de comprender el mundo y de conocerse a sí mismo.

Por ello se considera que si estas actividades deportivas y recreativas son bien planificadas y dirigidas a la educación sexual de estos adolescentes desde la comunidad, conocerán más de este aspecto, la selección de la pareja será más adecuada, la relación que establezcan más responsable y por tanto florecerá el amor más sano. El trabajo comunitario no es solo trabajo para la comunidad, ni en la comunidad, ni siquiera con la comunidad, es un proceso de transformación desde la comunidad: soñado, planificado, conducido, ejecutado y evaluado por la propia comunidad. (APP, taller de intercambio de experiencias)

El término comunidad ha sido abordado por diferentes autores los cuales relacionamos a continuación, Augusto Comte (1942), Robert Mclewer (1944), F. Violich (1971), Salvador Giner (1995), Reinaldo Arteaga (2000) y otros.

María Teresa Caballero Rivacoba (1995) define comunidad como: "El agrupamiento de personas concebido como unidad social cuyos miembros participan de algún rasgo común (intereses, objetivos, funciones con sentido de pertenencia, situado en determinada área geográfica en la cual la pluralidad de personas interactúa intensamente entre sí e influye de forma activa o pasiva en la transformación material y espiritual de su entorno.

"Este sistema es portador de las tradiciones, costumbres y hábitos, que permiten la identidad propia, que se expresa en la identificación de interés y sentido de pertenencia que diferencia al grupo que integra dicho espacio de los restantes."

Atendiendo a estos conceptos y como resultado de los instrumentos aplicados comprobamos que la circunscripción 8, perteneciente al consejo popular Cuba Libre de Pinar del Río, es una comunidad que cuenta con una infraestructura moderada, cuidada y de buena presencia, con red de acueducto y electrificación con servicio irregular.

Desarrollan un amplio conjunto de relaciones interpersonales. Existen muy buenas relaciones interpersonales entre los vecinos; estos integran las diferentes organizaciones de masas CDR, FMC y PCC de la zona participando activamente en sus reuniones con el objetivo de resolver los problemas de la comunidad. Sostiene su identidad e integración sobre la base de necesidades, intereses, sentido de pertenencia, tradiciones culturales y memoria histórica: defendiendo y exigiendo sus intereses por su localidad, su tranquilidad, su limpieza, es una comunidad en la que la población más adulta ha participado activamente en las tareas de la revolución desde sus inicios y son capaces de involucrar a los nuevos vecinos en esta individualidad que los caracteriza, haciendo gala del sentido de pertenencia.

### **Fundamentación del sistema de actividades físico recreativas para la educación sexual.**

La esencia de este sistema radica en las actividades físico recreativas que se han elaborado para modificar la educación sexual de los adolescentes del consejo popular

Cuba Libre a partir del estudio de esta comunidad. Su aplicación modificará roles, actuaciones y conductas en esta edades.

Este sistema de actividades físico recreativas forma un todo pero a su vez existe subordinación de todas las actividades que van a estar interrelacionadas y mutuamente condicionadas cuyo comportamiento global persigue un objetivo: proponer un sistema de actividades físico recreativas para contribuir a la Educación Sexual en los adolescentes de 12-15 años.

Este sistema de actividades físico recreativas puede clasificarse dentro de los reales, sociales y abiertos.

**Relación con los principios:** La interacción entre las dimensiones identificativas, cognoscitivas y de expresión (Centralización) que se corresponden con diferentes actividades que se presentan interconectadas y en orden creciente de complejidad atendiendo a una jerarquización de las mismas posibilitando en su totalidad como principios la cualidad nueva es decir el mejoramiento de la educación sexual y mantener su integración, la complejidad como propiedad inherente del sistema y que funcione como un todo integro.

### **Propuesta del sistema de actividades físico-recreativas**

Conociendo que en esta edad la actividad rectora es la relación con sus coetáneos, las actividades se proponen trabajarlas en determinados momentos atendiendo al significado de los colores que destacaran los diferentes momentos por los que transita la investigación y al tipo de actividad que se desarrolle. Es por ello que concebimos esta propuesta de la manera que a continuación describimos:

La primera de las actividades es la acampada verde que se inscribe dentro de la dimensión identificativas y en la que se realizan juegos, desfiles de modas y para bailar que permiten medir hasta que nivel es el desconocimiento de los adolescentes en esta materia de la educación sexual teniendo como antecedentes los diagnósticos realizados al inicio de la investigación. Esto será reforzado con las actividades que le siguen y que se incluyen en la dimensión cognoscitiva donde se fundamentan, explican y argumentan los aspectos conceptuales que rigen el proceso de Educación Sexual. Estas actividades

incluye video debate, vamos a andar y por último mi personalidad histórica y su visión del amor.

Estas acciones a su vez sientan la base para una tercera dimensión la de expresión acompañada por las siguientes actividades: La acampada, Ven a mi taller a completar mí poema, Yo expongo mí pintura, Obra de teatro sobre la educación sexual por los adolescentes, Fiesta de disfraces y la acampada final. En esta dimensión el adolescente debe ser capaz de manifestar todo lo aprendido durante este tiempo de investigación y por tanto lograr el objetivo propuesto con la misma.

**Ejemplo: Acampada verde.** Es la que da comienzo al tratamiento de la temática con el objetivo de observar el comportamiento de los adolescentes de manera abierta y espontánea en un medio poco habitual para ellos pero a su vez que propicia exteriorizar sus sentimientos. Los adolescentes traen como antecedentes en cuanto a conocimientos en esta temática la que trata la escuela, los medios de difusión como la radio y la televisión pero consideramos que la comunidad puede hacer su aporte en esta batalla por una mejora en la calidad de vida. El verde significa lo que aún no está maduro.

Entonces estamos en presencia de nuestra problemática, la situación actual con respecto a la educación sexual en el consejo popular Cuba Libre que cuenta con todas las condiciones favorables para el incremento de las ITS: un total de 410 homosexuales de 529 que tiene registrado el policlínico Raúl Sánchez de los 4 consejos populares, jóvenes que llevan una vida desordenada, sobre todo nocturna, no estudian, no trabajan. Cuenta con 16 pacientes con VIH de 26 con los que cerró el 2008 la provincia Pinar del Río, además de 20 con blenorragia, 7 con sífilis, 10 con condiloma y 3 con herpes genital. No están maduros los adolescentes por las características propias de la edad más las influencias que ejerce el medio en que viven, es una temática en la que deben madurar y es nuestro objetivo contribuir a ello.

Lugar: Se va desarrollar en el patio de la escuela comunitaria “Enrique Echevarria” del consejo popular.

Organización: Se comenzará con la realización de juegos.

Juegos participativos: -

**Título:** Pasa el balón, El túnel, Busca tú pareja ideal:

La actividad que le sigue es:

- **Desfile de moda** donde prime el color blanco que significa desde el punto de vista del autor, fin u objeto al que se dirigen nuestras acciones que se corresponde con este grupo etáreo. Con el objetivo de observar la manifestación de la sexualidad en este grupo a través de la moda y de esta forma atraer a los mismos hacia estas actividades sociabilizadoras e instructivas.

Organización: Al concluir la pasarela se realiza un debate sobre los siguientes aspectos: ¿Cómo se observa la sexualidad a través de la moda? ¿Hay diferencias en el sexo y la moda? ¿Puedes, a través del modo de vestir, definir la educación sexual de una determinada persona? Relación entre sexo, sexualidad y modas. Explique el significado de su atuendo desde el punto de vista de la sexualidad. Sobre este, serán seleccionados varios premios como el que más conocimiento mostró, el más original.

- **Para bailar:**

Objetivo: Observar la manifestación de la sexualidad a través de los bailes.

Organización: A medida que se pasa de una ronda a otra se van decantando las mejores parejas y se realizan preguntas como: ¿Consideran los bailes exponentes de sexualidad? ¿Demuestran su sexualidad las parejas a través del baile? ¿Los bailes eróticos estimulan a las relaciones sexuales? ¿Es el baile lugar adecuado para encontrar una pareja con la que ir después a la cama?

### **Conclusiones.**

1- Los fundamentos teóricos que sirven de base a la investigación definen al ser humano como elemento distintivo de su sexo y sexualidad significando la importancia del contexto para su expresión. Los resultados de estas investigaciones han sido llevados al contexto comunitario a través de la actividad física y recreativa proporcionando un sistema de actividades lúdicas y educativas; herramientas que en manos de los profesores de las Escuelas Comunitarias, contribuirán al desarrollo de valores

2- En el contexto actual de la comunidad se aprecia un alto índice de ocurrencia de enfermedades de transmisión sexual, determinado por falsos conceptos y desconocimiento de los preceptos de la educación sexual, apoyado por los testimonios de padres vecinos, médico de la familia y dirigentes comunitarios los cuales alegan que la educación sexual en el ámbito comunitario es deficiente.

3- Las actividades lúdicas y educativas conforman un sistema caracterizado por estar interrelacionadas y mutuamente condicionadas por tres dimensiones: identificación, cognoscitivo y de expresión, propiciando el paso hacia una forma superior y que contribuirán a la educación sexual en la comunidad.