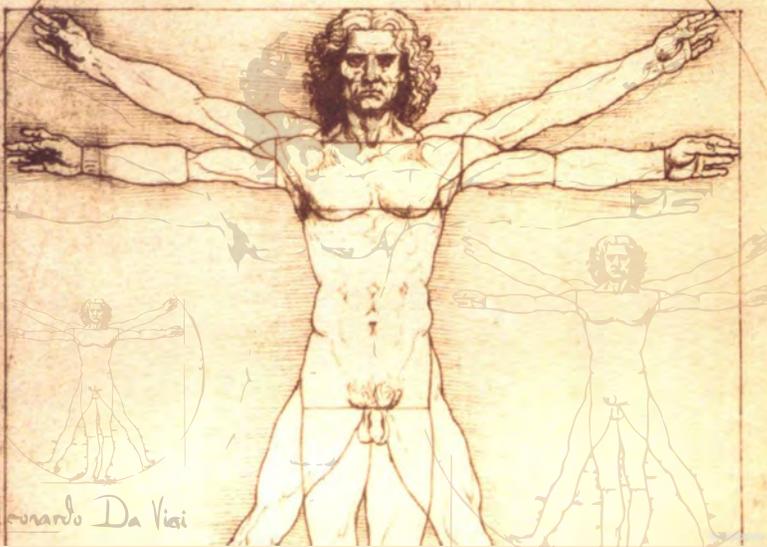




UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
DEL ESTADO DE HIDALGO



Programa Institucional
Actividades de Educación
para una **Vida Saludable**



Unidad 2.

SEXUALIDAD RESPONSABLE

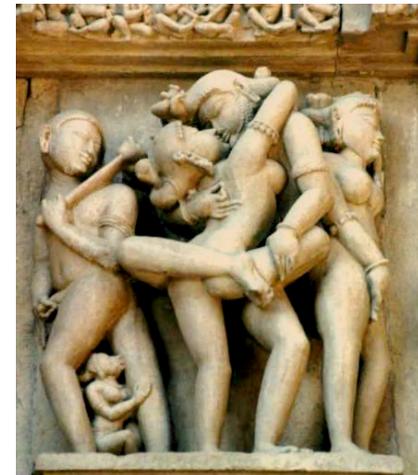
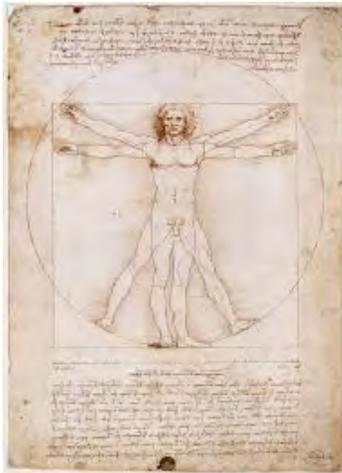
Lic. Suhail Velázquez Cortés

<http://www.uaeh.edu.mx/virtual>

¿Qué es la sexualidad humana?

“Hablar de sexualidad humana es hablar de la esencia misma del ser humano” Maurice Merleau Ponty, 1975. Filósofo.

La sexualidad ha venido evolucionando de la mano de la historia del ser humano, porque es un término dinámico.





Sexualidad Humana

Es una dimensión fundamental del ser humano porque es necesaria para identificar al ser humano como tal, ya que está íntimamente relacionada con la afectividad, la capacidad de amar y la aptitud para relacionarse con los demás.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), **la sexualidad humana** se define como:

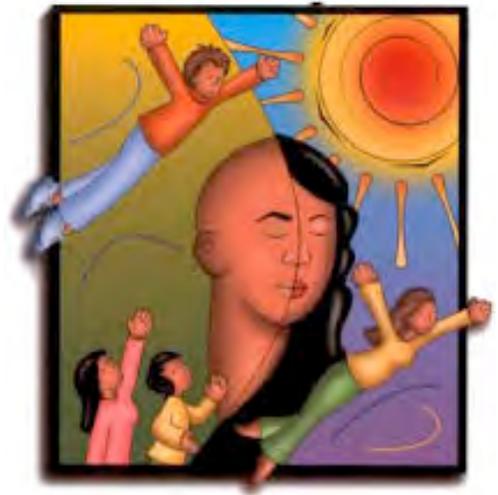
“Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”.





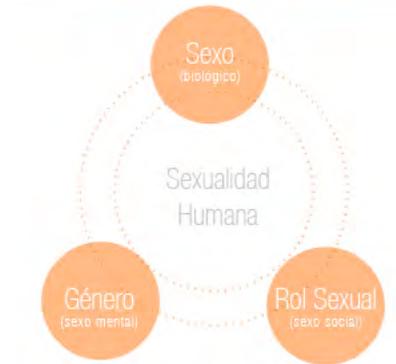
Cuando se habla de sexualidad hay que adentrarse en las relaciones interpersonales, en los sentimientos más íntimos de unos y otras y ver sus efectos en el desarrollo y autodesarrollo del ser humano. Es una realidad de por si valiosa por el hecho de pertenecer a la intimidad de lo humano, pero que influye en la calidad de vida de ambos géneros, de la familia. (Ministerio de Cultura, s/a)

“La sexualidad está vinculada orgánicamente a la personalidad, es vida, placer, descubrimiento”, está ligada, además, como dijo el sexólogo brasileño Malcolm Montgomery, “...al renacimiento, al desarrollo personal, a lo interaccional, a lo lúdico, a lo comunicacional, a lo nuevo, a la magia, a la belleza y a la naturaleza, al amor y a la salud”.



Conceptos básicos sobre sexualidad humana

La sexualidad humana engloba una serie de condiciones culturales, sociales, anatómicas, fisiológicas, emocionales, afectivas y de conducta, relacionadas con el sexo, género, identidades, orientaciones, que caracterizan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo. (Zamora).



Sexo	Se refiere al conjunto de características biológicas que definen el espectro de humanos como hembras y machos.
Sexualidad	Es una capacidad que conforma a cada ser humano y que permite sentir, vibrar y comunicarnos a través del propio cuerpo. Es algo que forma parte de lo que somos desde el mismo momento en el que nacemos y que permanece en nuestras vidas hasta que morimos.
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 hombres y mujeres.
Identidad de género	Define el grado en que cada persona se identifica como masculino o femenina o alguna combinación de ambos. Es el marco de referencia interno, construido a través del tiempo, que permite a los individuos organizar un Autoconcepto y a comportarse socialmente en relación a la percepción de su propio sexo y género.

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.
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 que general se identifican con placer sexual.
Vínculo afectivo	Es la capacidad humana de establecer lazos con otros seres humanos que se construyen y mantienen mediante las emociones.
Actividad sexual	Es una experiencia conductual de la sexualidad personal donde el componente erótico de la sexualidad es el más evidente.
Salud sexual	Es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad.

Dimensiones de la sexualidad humana

Biológica

La procreación el deseo humano y la respuesta sexual influenciados por la Anatomía Sexual. Sistema Genético (XX-XY), Fecundación, embarazo y parto.

Psicológica

Percibir la belleza, ideas sobre lo que está bien o mal en cuanto al sexo, personalidad, convicciones, temperamento, decisiones en nuestras relaciones sexuales. La identidad y orientación sexual.

Social

Papel fundamental de la familia, amigos, educación recibida. Las distintas sociedades poseen modelos distintos de entender y vivir la sexualidad.

Ética Legal

Los códigos de ética, lo legal y lo no legal, el aprendizaje de valores, lo que es bueno y lo que es malo.



Comportamientos sexuales responsables.

Se expresa en los planos personales, interpersonales y comunitarios. 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.



Como unidad personal sexuada, la vivencia humana de la sexualidad también ha de conducirse por las facultades superiores que dignifican al ser humano; es decir aunque contamos con un sustrato biológico natural, no son sólo los instintos quienes nos guían, sino una libertad inteligente que es capaz de elegir el bien, y actuar por amor.



Conclusión



La sexualidad es una parte integral de la personalidad de todo ser humano. Su desarrollo pleno depende de la satisfacción de las necesidades humanas básicas como el deseo de contacto, intimidad, expresión emocional, placer, ternura y amor.

La sexualidad se construye a través de la interacción entre el individuo y las estructuras sociales. El desarrollo pleno de la sexualidad es esencial para el bienestar individual, interpersonal y social.

Se reconoce el ejercicio de la **sexualidad humana** como medio de disfrute, goce, amor y afecto característico de la especie humana. Es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales.

Referencias

Cerviño, M., Hernández, G., Moruno, T., Varilla, M., Moral, M., Lorenzo, A. y Blaya, R. (2009). La sexualidad humana. En: *Coeducación: dos sexos en un solo mundo*. [Curso online]. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Gobierno de España. Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado (INTEF). Recuperado de: http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/112/cd/m4/la_sexualidad_humana.html

Sigcha, B. (Junio 4, 2011). *Sexualidad Humana*. [Presentación online]. Recuperado de: <http://es.slideshare.net/JulioSigchaBaez/sexualidad-humana-presentacion>

Saeteros, R. (Noviembre, 30 2011). *Conceptos de sexualidad y términos relacionados*. [Presentación online]. Recuperado de: <http://es.slideshare.net/RosySaeterosHernandez/conceptos-de-sexualidad-y-trminos-relacionados>

Zamora, B. (Marzo, 18 2011). *Conceptos básicos sobre sexualidad humana*. [Presentación online]. Recuperado de: http://es.slideshare.net/janis_nerbet/conceptos-bsicos-sobre-sexualidad-humana-7302988

Benetti, S. (2011). Sexualidad y Educación sexual. Página oficial del *Centro de Formación Integral*©. Recuperado de: http://www.formacion-integral.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&catid=7%3Asexualidad-y-educacion-sexual&id=19%3Aoms-que-es-la-sexualidad&Itemid=3

Lectura



Colaborador: Lic. Suhail Velázquez Cortés

Nombre de la asignatura: Programa Institucional Actividades de
Educación para una vida Saludable

Programa educativo: Licenciatura en Mercadotecnia

Presentación

A decorative graphic on the right side of the header banner, featuring three overlapping white squares on a dark red background, which is itself layered over a blue background.

Colaborador: Lic. Suhail Velázquez Cortés

Nombre de la asignatura: Programa Institucional Actividades de
Educación para una vida Saludable

Programa educativo: Licenciatura en Mercadotecnia