

Centro Universitario Vladimir Ilich Lenin
Las Tunas.

TRABAJO INVESTIGATIVO

Propuesta de actividades encaminadas a la preparación de adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad y su repercusión psicológica.

AUTORA: LIC. ADILEC ALMAGUER CANTÓ.

CENTRO DE HIGIENE PROVINCIAL.

LAS TUNAS.

CUBA

COAUTORES: LIC. ELIO ALBERTO NÁPOLES RAMÍREZ.

E-MAIL: elionr@ult.edu.cu

CENTRO UNIVERSITARIO MUNICIPAL.

MAJIBACOA. LAS TUNAS.

CUBA

MSC. ALEXANDER DOWIS TARTERA

CENTRO UNIVERSITARIO MUNICIPAL.

MAJIBACOA. LAS TUNAS.

CUBA

RESUMEN

La presente investigación se realizó en la ESBU Vicente García, de las Tunas, en un período comprendido de Septiembre del 2008 a Abril del 2009, tomándose como muestra 15 estudiantes de 7mo grado. Esta investigación cualitativa, aborda un tema de gran relevancia, y de gran actualidad, referida a una de las áreas trascendentales de formación del ser humano, la educación de la sexualidad, y principalmente aquella dirigida a los cambios biológicos de la pubertad. Se utilizaron técnicas como: entrevistas y cuestionarios. Este trabajo a partir del análisis de las deficiencias en los conocimientos de los adolescentes sobre los cambios biológicos de la pubertad, propone un conjunto de actividades encaminadas a su preparación. Esta investigación, pudiéramos considerarla descriptiva, y se fundamenta en el Materialismo Dialéctico e Histórico como método científico general y tomando como referente el enfoque histórico cultural. La utilidad de la investigación consiste en brindar a los adolescentes todos los conocimientos necesarios sobre las transformaciones puberales y enseñarles cómo somos y cómo funcionamos, y que aprendan a aceptarse tal y como son, para no provocar daños en la esfera autovalorativa.

SUMARY

This investigation was in ESBU Vicente Garcia here in Las Tunas, in a period to include September 2008 and April 2009. Im take 15 students with seven grader. This investigation is very important with the young people because this topic have a good relation with the human peoples. Sexual education, principally to biologit change puberty. I gest some techniques like: questions and answers. I begin to work with this proyect, when I know the difficult of those techniques, and I know that the students have some problems in the knowloge of puberty. I gest some questions to guide a good preparation. Dialectic Materials bases this investigation is description. This investigation is very important to the young people because they receive Knowloge concernving puberty. Am sure that the students´ accept the puberty in a life.

INDICE

INTRODUCCION	1
<hr/>	
CAPITULO1: FUNDAMENTACION TEORICA.	6
1.1 Breve caracterización de la adolescencia.	6
1.1.1 Adolescencia, diferentes conceptualizaciones.	7
1.2 La educación de la sexualidad en los adolescentes.	12
1.2.1 Programas que se llevan a cabo para contribuir a una adecuada educación de la sexualidad en adolescentes.	16
1.2.2 Rol e identidad de género.	19
1.2.3 Influencia de la familia en la preparación de los adolescentes para los cambios de la pubertad.	21
1.3 Principales cambios biológicos o transformaciones puberales que ocurren en la adolescencia.	26
1.3.1 Repercusión psicológica de los cambios biológicos.	37
1.3.2 Influencia del grupo en esta etapa.	39
1.4 Teoría que sustenta la investigación.	40
CAPITULO 2: DISEÑO METODOLOGICO DE LA INVESTIGACION	43
2.1 Fundamentos de la metodología	43
2.2 Descripción de la muestra.	43
2.3 Procedimientos para acceder al campo.	44

2.4 Descripción de los métodos y técnicas.	44
CAPITULO 3: ANALISIS Y DISCUSION DE LOS RESULTADOS.	45
3.1 Análisis de los instrumentos aplicados.	47
3.2 Análisis integral de los resultados.	52
3.3 Propuesta de actividades encaminadas a la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos y su repercusión psicológica.	55
Conclusiones.	60
Recomendaciones	61
Bibliografía	61

Anexos.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia, es un período crucial del ciclo vital, en que los individuos toman una nueva dirección en su desarrollo, se alcanza la madurez sexual (pubertad). La pubertad llama la atención principalmente por el nuevo aspecto físico que se va adquiriendo, sin embargo, son tantos los cambios que tienen lugar en el cuerpo, se desarrollan nuevos sentimientos, estados de ánimo contradictorios, preocupaciones, surgen nuevas preguntas acerca de todo lo que está pasando. Cada muchacha y muchacho vive este proceso de manera diferente, personal.

La adolescencia es un continuo de la existencia del joven, en donde se realiza la transición entre el infante o niño de edad escolar y el adulto. Esta transición de cuerpo y mente, proviene no solamente de sí mismo, sino que se conjuga con su entorno, el cual es trascendental para que los grandes cambios fisiológicos que se produce en el individuo lo hagan llegar a la edad adulta, la adolescencia es un fenómeno biológico, cultural y social, por lo tanto sus límites no se asocian solamente a características físicas.

La adolescencia es un período de exploración, de reconocer el mundo exterior e interior y tener nuevas experiencias, muchas de estas implican correr riesgos, que no es bien percibido como tal, debido a la propia fase evolutiva en que se encuentran los adolescentes, por lo que se hace necesario prepararlos antes de que ocurran estos cambios o transformaciones, donde tanto la escuela como la familia juegan un papel fundamental en esta dirección y la responsabilidad de ayudarlos es permanente, esa ayuda consiste en explicarle de forma clara y sencilla todos los cambios y transformaciones que van a suceder.

Sobre la pubertad se han realizado numerosos estudios, a nivel internacional y nacional, referidos principalmente a la maduración sexual y al desarrollo físico. Entre los autores que han abordado estos temas encontramos a R. Gringer, Donavan, Van Der Werf (1965) Krogman (1970), Bayer y Baley, (1959) Meredith y Tanner, Klinenber (1969) Jonesy Baley (1950), Jones y Musen (1958). Se conocen estudios realizados en Estados Unidos y España.

En Cuba Laura G. Domínguez(2003), ha realizado numerosas conferencias acerca del papel de los cambios biológicos y su repercusión psicológica en la etapa de la adolescencia, realizadas en la Universidad de La Habana, de igual manera en la facultad de Psicología, la profesora Lourdes Fernández (2000), ha realizado investigaciones interesantes en la adolescencia , por otra parte en el MINED, el Doctor Pedro Luís Castro(2002), ha hecho aportes interesantes de esta etapa, a través de diferentes investigaciones que ha llevado a cabo, otros investigadores cubanos como Marianela de la Concepción Prendes(2007) y el Master Wilfredo Guibert Reyes(2007) han abordado esta temática, haciendo alusión a los cambios biológicos específicos de la pubertad.

También sobre el tema de la pubertad se han realizado publicaciones, como por ejemplo el libro editado por Mariela Castro ¿Qué nos pasa en la pubertad? (2007) Y el programa televisivo pubertad, con idea original de la misma autora del libro. Ana María Cano (2003), Elsa Gutiérrez, Laura Domínguez (2003), Alicia González (1994) y el psicólogo Gustavo Torroella, han trabajado el tema en estudio y realizado numerosas publicaciones, se han realizado otros estudios sobre el inicio de la pubertad masculina, aunque no han sido concluyentes.

En provincias como Pinar del Río, La Habana, Villa Clara, Santiago de Cuba y Las Tunas, se han realizado investigaciones sobre la educación de la sexualidad de los niños y niñas en edad preescolar y escolar, en adolescentes y también a estudiantes universitarios, así como otras dirigidas a preparar a los educadores para la educación de la sexualidad y otras a preparar y orientar a la familia, pero ninguna de ellas a

estado específicamente dirigida a preparar a los adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad.

En la provincia las Tunas, a pesar de la importancia del tema, no se han realizado investigaciones que aborden la problemática sobre la preparación de los adolescentes para enfrentar los cambios biológicos de la pubertad. Los que se han llevado a cabo han sido referentes a la Educación de la Sexualidad, en el Instituto Superior Pedagógico “Pepito Tey” La Doctora Celia Díaz Cantillo (1999), Dairelis Vega Gallardo (2002), abordada en la enseñanza preescolar, y la Msc. Olga Martín Martínez (1999) del Centro Universitario del municipio Tunas, ha trabajado la sexualidad en la etapa de la juventud. Por lo tanto se hace necesario realizar investigaciones relacionadas con la temática en nuestra localidad.

PROBLEMA

Por lo que se plantea como interrogante: ¿Cómo preparar a los adolescentes para enfrentar los cambios biológicos durante la pubertad?

Para este trabajo se plantea como **OBJETIVO GENERAL:** Proponer un conjunto de actividades encaminadas a preparar a los adolescentes de la ESBU Vicente García de Las Tunas para enfrentar los cambios biológicos y su repercusión psicológica.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Diagnosticar la situación actual de la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos y su repercusión psicológica.

- Identificar las necesidades de aprendizaje de los adolescentes en relación a los cambios biológicos de la pubertad.

- Elaborar actividades encaminadas a la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos y su repercusión psicológica.

IDEA A DEFENDER: La elaboración de actividades dirigidas a la preparación de los y las adolescentes para enfrentar los cambios biológicos y su repercusión, sobre la base de un diagnóstico, contribuyendo a potenciar el dominio cognoscitivo de la temática de los mismos.

Para la realización de esta investigación nos apoyamos en el enfoque Histórico Cultural del desarrollo psíquico creado por L.S.Vigostky, ya que centra su interés en el desarrollo integral del hombre, determinado principalmente por la experiencia socio histórica y en su base filosófica el Materialismo Dialéctico e Histórico .Esta teoría nos sirve de base por su valor teórico metodológico.

En la metodológica de la investigación se asume la complementariedad metodológica, apoyándose en la triangulación, ya que facilita la fundamentación científica en el análisis de las dificultades que presentan los adolescentes al arribar a la pubertad. En la indagación se utiliza el paradigma interpretativo, que permite obtener conocimientos que posibilitan entender lo que sucede con el objeto de investigación.

En la investigación se asumen como métodos teóricos el análisis-síntesis, inducción-deducción, histórico-lógico, y como métodos empíricos las entrevistas y el cuestionario de preguntas.

La tesis está estructurada en tres capítulos:

Capítulo I: Fundamentación Teórica, aborda teóricamente todo lo relacionado con la adolescencia, la pubertad y la educación de la sexualidad de los y las adolescentes de la enseñanza media, así como los diferentes programas que se llevan a cabo en nuestro país para elevar el desarrollo cognoscitivo de las nuevas generaciones sobre la sexualidad, incluyendo todo lo relacionado con los cambios biológicos que ocurren en la adolescencia, y la influencia de la familia y la escuela como principales factores sociales encargados de su educación y preparación.

Capítulo 2: Diseño metodológico, en este capítulo se fundamenta la metodología utilizada en la investigación, se describe la muestra, los métodos de selección, descripción de los métodos y técnicas, así como el área y el tiempo en que se realizará el estudio.

Capítulo 3. Se realiza la propuesta de un conjunto de actividades encaminadas a preparar a los adolescentes para enfrentar de manera satisfactoria las transformaciones puberales. Aquí se muestra los resultados obtenidos en los métodos y técnicas aplicadas. Así mismo, el trabajo cuenta con Introducción, Conclusiones, Recomendaciones, Referencias Bibliográficas, Bibliografías y Anexos.

CAPITULO I: FUNDAMENTACION TEORICA

En este capítulo se realiza una breve caracterización de la adolescencia, principalmente aquellos relacionados con los cambios biológicos y su repercusión psicológica, los principales conceptos emitidos por diferentes autores sobre esta etapa. Se aborda el tema de la educación de la sexualidad en nuestro país, como los diferentes programas que se llevan a cabo para arribar a una sexualidad responsable y feliz.

1.1 Breve caracterización de la adolescencia.

La adolescencia, como nueva etapa de la personalidad, se distingue por la complejidad de su desarrollo psicológico, ocurrido bajo las nuevas condiciones de la situación social, esta etapa, como edad psicológica, se caracteriza, por que el adolescente alcanza un nuevo desarrollo de la intelectualidad, aparece el pensamiento conceptual teórico, de carácter hipotético deductivo, se desarrolla un nuevo nivel de autoconciencia, por la intensa formación de la identidad personal y el surgimiento de una autovaloración más estructurada, por la presencia de juicios morales, de ideales abstractos, de intereses profesionales, aún cuando la elección de la futura profesión no constituya un elemento esencial de la esfera motivacional.

Otro aspecto a considerar, es el establecimiento de las nuevas formas de relación con los adultos, a veces generadoras de conflictos y que agudizan la llamada "crisis de la adolescencia", así al respecto St. Hall y Freud consideraban la existencia de la crisis y de un complejo de particularidades específicas en los adolescentes como un fenómeno inevitable y universal, dado su condicionamiento biológico. (Tomado de Domínguez García, 2003: 222)

Es una crisis de carácter psicológico que expresa la contradicción existente entre las potencialidades psicológicas crecientes del adolescente, esta contradicción es provocada por la posición intermedia del adolescente, se plantean a su comportamiento exigencias elevadas, ya que debe mantener una disciplina consciente, realizar con

seguridad sus tareas, comportarse de manera reflexiva e independiente y por otra se le brindan pocas posibilidades de organizar por sí mismo su comportamiento, ya que no siempre se encuentra preparado para tener el grado de independencia al que aspira. Esta manifestación es la expresión de la inseguridad del adolescente, una forma de buscar apoyo y comunicación con quienes lo rodean.

Otra característica importante en esta etapa, lo constituye el desarrollo de la esfera afectivo motivacional, donde se sistematizan la identidad personal, la autovaloración, formación psicológica estrechamente vinculada a los cambios biológicos y a su repercusión psicológica, así como otros elementos, entre los que podemos mencionar los de sí mismo, auto concepto y la imagen del yo.

1.1.1 Adolescencia, diferentes conceptualizaciones.

Según la etimología de la palabra adolescencia, proviene del vocablo griego "adolescere", que significa "crecer" y no "carencia" como erróneamente se le identifica en ocasiones, aunque esto no significa que se reconozca como una fase indudablemente difícil, de gran vulnerabilidad, que requiere atención especial.

La adolescencia, en particular ha sido definida tradicionalmente como período de tránsito entre la niñez y la adultez. (Domínguez .2003, 9). No son pocas las personas que confunden pubertad con adolescencia. Realmente la pubertad —palabra que proviene del latín pubertas— que significa edad fértil, es la etapa caracterizada por un conjunto muy amplio de transformaciones anátomo fisiológicas que culminan con la madurez biológica y reproductiva.

Comúnmente es el fenómeno biológico que da inicio a la adolescencia, este período ha sido llamado pubertad, que comienza a una edad determinada a los diez u once años, debido a cambios hormonales, y puede variar mucho en edad y en duración en cada individuo, pues está relacionada no solamente con la maduración de la psiquis del individuo, sino que depende de factores psico-sociales más amplios y complejos, originados principalmente en el seno familiar.

En el II seminario colombiano “Sexualidad en la adolescencia”, realizado en 1993, se planteó que la adolescencia es una faceta más de auto descubrimiento, de clarificación de la identidad y, lógicamente, de construcción y maduración.

La adolescencia ha sido llamado período de pubertad, término castellano que aparece en el siglo XVIII, proveniente de la palabra latín *pubertas*, y que se refiere a la edad en que aparece el vello viril o púbico. Con esta denominación se enfatiza lo que distingue a la adolescencia como etapa del ciclo vital, en lo referido a la presencia de un conjunto de cambios biológicos que preparan al sujeto para la procreación.

La adolescencia como etapa del desarrollo de la personalidad ha sido estudiada por diferentes autores, desde finales del siglo XIX, desde sus concepciones aporta un conjunto de conocimientos acerca de ella que aún en nuestros días conservan gran parte de su valor. Algunas de ellas enfatizan en el papel de los factores biológicos, en la determinación de las principales regularidades de este período, otras dan importancia a las condiciones sociales y otros destacan el papel de lo psicológico como principal determinante.

I.S. Kon referido por L. Domínguez (2007,29) señala tres enfoques en la que están contenidas las principales tendencias en la caracterización de esta etapa, el biogenético, socio genético y el psicogenético. El enfoque biogenético está representado por Stanley, Freud, Haensch entre otros, estos consideran que la maduración de los procesos biológicos es la base de los restantes procesos.

Los representantes del enfoque socio genético caracterizan esta etapa en función de las regularidades que adopta el proceso de socialización, vinculados a las tareas que plantea la sociedad en cada momento del desarrollo.

El enfoque psicogenético, se sitúa en el centro de atención de las funciones y procesos psíquicos sin restar importancia a lo biológico y a lo social, sus principales representantes son Eric Erikson y J. Piaget.

La autora de esta tesis asume lo planteado por Laura Domínguez, donde refiere de que a pesar de la diversidad de enfoques que han abordado desde diferentes perspectivas el estudio de la adolescencia con las características que se desarrollan en esta etapa, hasta el presente no existe una teoría que logre una caracterización completa de la misma, pero sí debemos decir que la adolescencia se caracteriza por nuevas formas de relación con los adultos, a veces generadoras de conflictos y que agudizan la llamada crisis de la adolescencia, la aceptación dentro del grupo de iguales que se convierte en motivo de gran significación para el bienestar emocional del adolescente.

Numerosos estudiosos de estas edades proponen determinados límites etéreos. L. I. Bozhovich, enmarca el periodo de la adolescencia a la que denomina Edad escolar media entre 11-12 años a los 13- 14, Kon la enmarca de 11-12 a 14-15 años, H. L .Bee y S. K. Mitchell establece como límite de la adolescencia el período comprendido entre los 12 y 18 años.

Según L. S. Vigostky, la adolescencia se enmarca entre los 14 y 18 años (Domínguez 2003,10). Petrosvky refiere que la adolescencia comienza aproximadamente entre los 11-12 años y los 14-15 años a la cual denomina, período de transición, difícil y crítico, donde se registra la complejidad e importancia de los procesos del desarrollo que se operan a esta edad, vinculados al paso de una época de vida a otra. (1987. 19)

Sin embargo Elsa Gutiérrez (2002,38), especialista cubana en adolescencia plantea acertadamente, que dicha etapa es normal en el ciclo de vida del hombre, durante la cual la mayoría no presenta trastornos psicológicos ni problemas sociales.

La adolescencia es la etapa de la vida que separa la niñez de la adultez, La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha establecido que se consideran

adolescentes aquellas personas que tienen entre 10 y 19 años. Lo más importante es que durante esta etapa van a suceder cambios biológicos o transformaciones puberales. (Domínguez. L. 2003,63)

Sin embargo, hay quienes plantean que se extiende hasta los 23 ó 24 años, edad en que las muchachas y los muchachos terminan sus estudios universitarios y se insertan en la vida laboral.

Existe consenso en cuanto a que la primera parte de este período del desarrollo de la personalidad, abarca hasta alrededor de los 15 años y recibe el nombre de adolescencia temprana y la siguiente, el de adolescencia tardía o juventud. Ambos períodos están íntimamente ínter conexiónados, forman un sistema inseparable aunque, para su estudio, se divida en esos dos momentos.

La adolescencia es una etapa transitoria principalmente en el sentido biológico, ya que esta es la edad de la maduración sexual, paralelamente a la cual otros sistemas biológicos del organismo logran fundamentalmente la madurez. (Kon.I.S. 1991,18)

La adolescencia se considera como la continuación de la socialización primaria, todos los adolescentes a esta edad son escolares, su principal actividad sigue siendo el estudio, el estatus social del adolescente se diferencia poco del infantil, psicológicamente esta edad es extremadamente contradictoria. La misma se caracteriza por desproporciones máximas en el nivel y en los ritmos del desarrollo, condicionados en gran medida por lo biológico.

La principal formación psicológica nueva de la edad, el sentimiento de adultez, representa principalmente un nuevo nivel de aspiración que anticipa la futura posición,

no alcanzada aún realmente por los adolescentes. De aquí los conflictos de la edad y su interpretación en su autoconciencia.

Los adolescentes mientras aprenden a conducir y manejar sus diferentes posiciones, es muy posible que se enfrenten a choques, confrontaciones, cambios de comportamiento y, sumado a esto, las pocas oportunidades que en ocasiones les ofrecen no sólo la familia, sino también, la sociedad. Por esta razón, suelen ser, muchas veces, censurados y sancionados socialmente, calificados de improductivos, dependientes y desadaptados al medio. (Ravelo. A y González. A. 2003)

Su nueva situación social, el conjunto de transformaciones internas y externas a los que están sometidos, suelen enfrentarlos a múltiples retos, desafíos también a obstáculos y escollos generados, muchas veces, por los propios mayores, dificultades que deben vencer para arribar a una adultez responsable y feliz.

De manera simplificada, se le suele designar como el tránsito de la infancia a la adultez, lo cual, sin dejar de ser absolutamente real no contempla toda la complejidad y magnitud de los cambios y las problemáticas por las que deben pasar los chicos y las chicas a lo largo de estas edades. (González. A. 2003)

La adolescencia, es la etapa de la vida de transformaciones más rápidas, profundas y radicales en todas las esferas (psicológica, biológica y social), solo comparable con la infancia temprana, donde, desde el nacimiento hasta los 36 a 40 meses, el infante se convierte de un ser totalmente desvalido, en un niño capaz de realizar por si solo, aunque naturalmente con la ayuda y apoyo del adulto, la mayoría de sus funciones vitales.

La OMS la define como el período de la vida en el cual se adquiere capacidad reproductiva, cambian los rasgos psicológicos de la niñez y se consolida la

independencia socio-económica. Sin embargo la condición de juventud no es uniforme y varía de acuerdo al grupo social que se considere. (Ravelo. A. 2008)

La autora de esta tesis coincide con el criterio planteado por la Dra. Laura Domínguez, donde refiere, que la adolescencia no es un proceso que ocurre de manera automática, ni determinada por la maduración del organismo, sino que tiene ante todo una determinación histórica social, es necesario enfatizar que este período de la adolescencia constituye ante todo edades psicológicas.

Adolescencia o Pubertad.

La adolescencia comienza esencialmente con la pubertad. La pubertad se refiere al proceso de cambios físicos en el cual el cuerpo de un niño se convierte en adulto, capaz de la reproducción sexual. El crecimiento se acelera en la primera mitad de la pubertad, y alcanza su desarrollo al final.

Las diferencias corporales entre niños y niñas antes de la pubertad son casi únicamente sus genitales. Durante la pubertad se notan diferencias más grandes en cuanto a tamaño, forma, composición y desarrollo funcional en muchas estructuras y sistemas del cuerpo. Las más obvias son las características sexuales secundarias. En sentido estricto, el término «pubertad» se refiere a los cambios corporales en la maduración sexual más que a los cambios psicosociales y culturales que esto conlleva.

La adolescencia es el período de transición psicológica y social entre la niñez y la vida adulta, abarca gran parte del período de la pubertad, pero sus límites están menos definidos, y se refiere más a las características psicosociales y culturales mencionadas anteriormente, la pubertad comienza con los cambios biológicos o transformaciones puberales.

1.2. La educación de la sexualidad en los adolescentes.

La educación de la sexualidad durante la adolescencia se convierte en uno de los contenidos de prioridad de la etapa a ser atendidos debidamente por los dos sistemas que más influyen en su formación: la familia y la escuela; corresponde a la familia el papel protagónico y a la escuela la función de orientar a padres y madres para el ejercicio de sus roles familiares durante esta etapa del ciclo de vida familiar.

La educación de la sexualidad de la joven generación y en particular de la adolescencia, comienza con la sensibilización de los propios educadores y padres, en la interiorización de la necesidad de prepararlos con efectividad para enfrentar cada vez de manera más independiente esta trascendental área de su vida.

Esta preparación ha de empezar mucho antes a las primeras eyaculaciones o las primeras menstruaciones. ¡Hay que empezar desde el principio! , por tanto, lo sensato es que padres y madres o personas adultas se sienten absolutamente capaces de preparar a sus hijos para este proceso. Pero, por las mismas, han de ser capaces de pedir ayuda a otras personas o profesionales.

La educación tradicional, está centrada principalmente en el maestro y la enseñanza de las materias escolares, desatendiendo la personalidad de los adolescentes, las nuevas tendencias educacionales humanistas se caracterizan por centrarse en la persona del educando, en sus características, necesidades y problemas y tratar de ayudarlos en la realización de las tareas propias de su edad para su desarrollo integral, por lo que se hace necesario ayudar a los adolescentes a conocerse así mismos como primera tarea de la edad. (Torroella. G. 2008)

En este sentido, la principal ayuda que pueden y deben dar a los adolescentes los adultos que le rodean (padres, maestros, amigos), es asumir hacia ellos actitudes de simpatía, aceptación, aprobación, apoyo, estimación y respeto, lo que constituye la

condición básica para la formación de un concepto y valoración de sí mismo, sano, positivo y favorecedor de su desarrollo personal.

También deben ayudarlo a desarrollar su conciencia crítica y reflexiva para inducirlos a explorarse a sí mismos, auto observarse y a conocer sus intereses, aptitudes, sus fortalezas y deficiencias para aprovechar aquellas, superar estas y desarrollar sus potencialidades. En una frase: para que sepan quiénes son.

También resulta indispensable tener en cuenta, que los conocimientos acerca de la sexualidad humana se ofrezcan de acuerdo con las características propias de cada edad, con científicidad y sistematicidad, lo que presupone que las distintas agencias educativas (familia, escuela, comunidad, la sociedad en general) influyen con la suficiente y necesaria preparación y responsabilidad consciente al respecto, como dijera A. Makarenko, “la educación de la sexualidad como la educación en general del individuo recaba la participación de la sociedad en su conjunto” (Makarenko.A, 1977, 88).

Debemos enfatizar que esta preparación no es un rol que le corresponda solamente a la familia, sino a todos los agentes de socialización del ser humano, por lo que concordamos con autores que estudian el tema, donde refieren que cada agente socializador debe asumir la responsabilidad que le corresponde.

La preparación para los cambios biológicos es tarea de la familia, pero también de la escuela, que desempeña la función rectora dentro del proceso, siendo necesario que realice todos los esfuerzos con vista a garantizar el cumplimiento efectivo de la educación que le corresponde. Pero tampoco podemos olvidar que este proceso solo tendrá éxito en la medida en que intervengan de forma armónica y mancomunada todos los factores sociales. (Castellano. B. 1995. 194).

De esta manera todo lo que se haga para que así sea, redundará en beneficio de niños y niñas, sería bueno facilitar los puentes para que unos y otros, unas y otras puedan

hablar entre sí familias y profesionales, para saber qué abordan, cómo lo hacen, con qué dificultades se encuentran y, lo que es más importante, para ofrecerse mutuamente colaboración.

Es evidente que la familia no puede ser ajena a esta preparación, en realidad no debe ser ajena a ninguna de los aspectos relacionados con la educación. La tarea es proponer y facilitar que en las aulas se trabaje en este sentido, por supuesto, informándose y colaborando con la misma.

Esta meta conlleva a la sensibilización de los propios educadores y educadoras en la interiorización de la necesidad de preparar a los adolescentes con efectividad para que puedan enfrentar de manera cada vez más independiente esa trascendental área de su vida.

A lo largo de los siglos, y aun hoy, con todas las transformaciones que trae consigo la revolución sexual, históricamente nuestra sexualidad ha sido formada en la cultura del no, la prohibición, la represión, el miedo, el silencio, los sermones moralizantes y la incomunicación. (González. A. 2008)

En los adolescentes, a pesar de las muestras evidentes de su marcada sexualización por naturaleza y por la estimulación que al respecto ejercen sus iguales y los propios adultos, ha recibido históricamente todo tipo de sanciones, castigos, represiones, dirigidas a evitar la degeneración física y mental producida por sus inquietudes sexuales, o peor aun por las prácticas eróticas solitarias o de pareja inherentes a los cambios propios del desarrollo de su personalidad y su esfera psico sexual.

La adolescencia es esencialmente una "prueba" por la que pasa el joven y su familia, ya que él entra en ese período de la vida donde se hace inminente el encuentro con el otro sexo , esta etapa constituye una fase indudablemente difícil, de gran vulnerabilidad, que requiere atención especial.

Pero que, de ninguna manera, se debe considerar, por sí misma, como una etapa de crisis, rebeldía y rompimiento social; por el contrario, la propia historia del género humano demuestra que no han sido pocos los logros y triunfos, los aportes que ellos y ellas han brindado al crecimiento de la sociedad a lo largo de los siglos.

Dr. Pedro García Valdés se refirió a la necesidad de preparar adecuadamente con énfasis en el papel que juegan la familia y la escuela, cuando dijo:

“... que en el hogar como en la escuela es necesario reconocer que es donde se plantean los problemas sexuales en los niños y son los padres, los maestros los que no deben continuar dándoles la espalda a esos problemas, porque son ellos los que deben orientarlos y dirigirlos, porque los niños son el soporte sólido de la juventud y la simiente hermosa del progreso y el bienestar de los pueblos...” (Citado por Shilling, Ay V, Martín-Viaña, 1990,36-37).

1.2.1 Programas que se llevan a cabo para contribuir a una adecuada preparación en la adolescencia.

En Cuba se llevan a cabo diferentes programas para contribuir al pleno desarrollo de las nuevas generaciones, dentro de las que encontramos, crecer para la vida, salud para la vida, crecer en la adolescencia y por una sexualidad responsable y feliz.

En la década del 90 comienzan estos programas de educación, dirigidos a disminuir los índices de aborto y embarazos, también se crea el proyecto de educación sexual para una sexualidad responsable y feliz, estos programas de educación tienen gran importancia, pues resulta evidente su repercusión social.

Estos programas se ponen en práctica a nivel nacional, tanto en el Ministerio de Educación como en el Ministerio de la Salud. Estas instituciones surgen con el fin de organizar y dirigir coordinada y científicamente el proceso de educación de la sexualidad, el Ministerio de Educación (MINED), que por su parte comienza a actuar con objetivos específicos de trabajo en esta dirección.

Después de la celebración del Primer Congreso de Educación y Cultura en 1971, que señaló la necesidad del trabajo de la educación de la sexualidad; del Segundo Congreso de la Federación de Mujeres Cubanas (FMC) en 1974 y del Primer Congreso del Partido en 1975, que lo convierte en política del Partido y del Estado al plantear en sus Tesis y Resoluciones “Sobre el pleno ejercicio de igualdad de la mujer” que “... parte de esta educación, que ha de impartirse en el hogar y la escuela... debe ser una educación de la sexualidad adecuada a cada etapa de la vida del niño”(1975;601).

Y señala también: “las limitaciones de padres y maestros para dar contestación o abordar muchos temas de elemental contenido pedagógico y psicológico para la adecuada educación de niños y jóvenes, sobre todo lo relativo a temas sexuales...”.

Además plantea: “... que para dar respuesta a estos problemas es necesario el desarrollo de un plan que debe abarcar todos los aspectos tendentes a lograr una educación integral a lo largo de todas las edades, preparando a maestros y padres, otras instituciones como el Ministerio de Salud Pública (MINSAP), FMC, Ministerio de Cultura y el Instituto Cubano de Radio y Televisión (ICRT), están involucrados en la educación de la sexualidad de las nuevas generaciones.

En consideración a todo lo expuesto anteriormente el Programa Nacional de Educación para la Sexualidad se propone los siguientes objetivos para esta etapa de la vida:

- 1.** Desarrollar una actitud crítica, reflexiva y creativa hacia los conceptos, valores y modelos relativos a la vida sexual de pareja y reproductiva, que permitan asumirla de forma enriquecedora y superar los mitos, estereotipos y prejuicios tradicionalmente ligados a estas esferas.
- 2.** Propiciar la construcción individual y colectiva de patrones, normas y estrategias de comportamiento que permitan regular de forma auténtica y responsable la vida sexual, atendiendo a las necesidades propias y del contexto social.

3. Contribuir al desarrollo gradual de las incipientes relaciones eróticas y espirituales de pareja de manera efectiva, a fin de potenciar y consolidar el sentimiento de masculinidad o feminidad y de crear las bases para una sólida y responsable constitución de la futura familia.
4. Promover una nueva imagen corporal gratificante en la que el autoerotismo y la masturbación se conciban como una vía inocua de satisfacción sexual que se enriquecerá al asociarse a las relaciones de pareja.
5. Estimular, a través del conjunto de actividades con el grupo de coetáneos en la escuela y la comunidad, el ejercicio de modos de relaciones entre los sexos basados en la equidad, el respeto y la colaboración.
6. Propiciar la delimitación y comprensión de los límites entre la vida sexual y reproductiva, a fin de prepararlos para el disfrute pleno de la primera, evitando los riesgos y consecuencias del embarazo, la maternidad y la paternidad precoces.
7. Promover el conocimiento, la auto aceptación profunda y auténtica de la propia sexualidad, reforzando así la autoestima y el desarrollo de la personalidad.

La autora de esta tesis considera que a pesar de la existencia de diferentes programas para la educación en niños y jóvenes, aún continúan existiendo deficiencias en los conocimientos, desde el punto de vista de la poca preparación de padres y maestros para abordar estos temas, además de la existencia de prejuicios arraigados, que no permiten hablar con claridad sobre los cambios biológicos que ocurren con la llegada de la adolescencia.

Por eso se hace necesario educar a los adolescentes no solo para la vida en pareja, para las relaciones interpersonales, sino también para enfrentar los cambios biológicos, lo que favorece el desarrollo de la personalidad, y es necesario influir de modo más

intenso en la preparación de las nuevas generaciones, para enfrentar todos los cambios y adquisiciones en la etapa de la adolescencia.

1.2.2 Rol e identidad de género.

La cultura como creación humana, juega un papel determinante en el proceso de aprendizaje de actitudes y valores, gustos y aversiones, metas y propósitos, pautas culturales que conformarán la personalidad, además la cultura determina los valores que hemos de tomar de nuestro entorno para conducirnos de forma socialmente aceptada. La socialización es esencial en la conformación de la identidad genérica.

La socialización, como proceso dinámico y cambiante no puede analizarse de manera descontextualizada porque ella depende de un proceso histórico, de una cultura, un lugar y un tiempo determinado, donde las variables de género y clase no pueden ser desestimadas.

El proceso de educación se inicia desde el nacimiento y transcurre durante toda la vida del individuo y no se da de manera homogénea ni uniforme. La familia prepara de manera distinta a hembras y varones, tanto los valores y normas que se transmiten mediante este proceso marcan espacios y roles diferentes para unos y otros.

Estas formas diferenciadas se corresponden, generan y sirven de apoyo a las diferencias que se consideran importantes para ambos géneros. Desde el propio nacimiento preparamos de forma diferentes a hembras y varones.

En el seno familiar aprendemos el significado de lo femenino y lo masculino y los atributos identitarios de cada uno, percibimos e internalizamos las diferencias. Desde

los primeros años, se fomentan mundos separados para niños y niñas, creando visiones, expectativas y modelos, no solo diferentes, sino opuesto para cada género.

Las diferencias sexuales en la sociedad occidental no constituyen solo diferencias biológicas, sino que a través del proceso de socialización se modelan dos cosmovisiones, dos grandes formas de vivenciar y percibir el mundo. A estas dos formas de conocer y percibir el mundo Fina Sanz las ha llamado subcultura femenina y subcultura masculina y esciende los valores y espacios de cada uno. (2005, 75).

Así es la estructura patriarcal imperante en nuestras sociedades, la subcultura masculina es la dominante y su ideología rige la cotidianeidad del mundo público y del privado, porque es en ese ámbito donde existen y se desenvuelven los sujetos.

Estas subculturas no son el resultado de diferencias culturales, sino de un proceso educativo distinto para hembras y varones que están a su vez atravesados por relaciones de clases, niveles socioeconómicos, razas, etnias y que matizan los rasgos comunes de la pertenencia cultural.

De esta forma, se enseñan valores femeninos y masculinos que obligan a comportarse de manera diferente y a desempeñar también roles opuestos y nunca complementarios entre sí.

Para el mundo del varón es importante ser fuertes, agresivos, no manifestar emociones como la ternura, no llorar, no mostrar inseguridad, tienen que saberlo todo y resolver sus problemas por sí solos, mientras que en la educación de las mujeres se invierten los roles y valores.

La preparación diferente marca con pautas bien delineadas la construcción de la identidad genérica de hombres y mujeres, enraizándose profundamente en la auto imagen que conformaran y que rigen la conducta toda sin permitir por la inflexibilidad de estos cánones, la adopción de otros valores que entren en contradicción con el ideal de

masculinidad o de feminidad, porque esta desviación de lo socialmente aceptado puede generar rechazo o alguna forma de castigo.

El sexismo, como práctica que enfatiza permanentemente los estereotipos diferenciadores de los géneros basados en una cultura marcadamente machista, es el rasgo distintivo de la preparación diferente, cuya efectividad es indiscutible porque la interiorización de los valores es fundamentalmente consciente, emocional y sensitiva.

Este proceso ininterrumpido de asimilación de patrones escindidos genéricamente en todos los ámbitos de la vida y donde las instituciones más influyentes, dígame familia, escuela y medios de comunicación refuerzan estos mensajes, complementándose unos a otros, generan enormes conflictos en la identidad personal cuando de modo racional se transgreden estas normas, pautas culturalmente que se aprehenden con inusitada fuerza desde la infancia. El sexismo es fundamentalmente un tipo de discriminación invisible.

1.2.3 Influencia de la familia en la preparación de los adolescentes para los cambios de la pubertad.

A través de la historia de la humanidad han sido los valores de la moral religiosa los que han regido la conducta sexual de los hombres. Sus fuertes prejuicios, mitos y tabúes ejercen un efecto tiranizante sobre hombres y mujeres al no concebir todas las funciones de la sexualidad, enmarcándola en la reproductiva; cuestión que ha comenzado a modificarse con desniveles entre las diferentes religiones y sectas. Es esta moral la que permanece subyacente en la educación de la sexualidad que realiza la familia.

La educación de la sexualidad basada en una moral humanista, que armonice las demandas sociales con las legítimas necesidades individuales, aporta al enriquecimiento humano. Esta postura ha sido defendida desde el Enfoque humanista crítico y la educación de la sexualidad alternativa y participativa, que en la actualidad

sustenta la posición de la Pedagogía de la Sexualidad en Cuba, encabezada por autores y autoras como: Dra. Beatriz Castellano Simons (2003), Alicia González (1994) y Xiomara Ruiz Gamio (2007), el Dr. Pedro Luís Castro Alegret (2004), los psicoterapeutas sexuales y los especialistas del Centro Nacional de Educación de la Sexualidad.

La educación de la sexualidad basada en los principios aprobados por la Federación Latinoamericana de Sociedades de Sexología (FLASES) en Varadero de 1997, sustenta el desarrollo de la esfera psicosexual de la personalidad basada en los valores de dignidad, la responsabilidad ciudadana, la honestidad, la modestia, entre otros. Como los valores morales constituyen un sistema resulta, difícil extraer alguno de la influencia que hacia ellos puede ejercer una adecuada educación de la sexualidad.

Lo que más conflictúa las relaciones padre – hija/a y madre – hijo/o, es el temor a la afectación moral en la formación del hijo/a, por el desarrollo de la función placentera de la sexualidad durante la adolescencia. Aquí se mezclan ignorancia, prejuicios, temores, que después se refractan en la comunicación y en el clima psicológico familiar. Que sea la educación de la sexualidad sustentada en valores es una condición básica para el trabajo con la familia.

Por las propias características de la adolescencia resulta conveniente trabajar el tema de los valores mediante la formación de su esfera psicosexual, teniendo en cuenta el carácter íntegro de la personalidad La familia es decisiva en la formación de la sexualidad desde el momento mismo del nacimiento del hijo o la hija... (Castro. L. P. 2004. 12).

Es por eso que la familia constituye el primer y más importante grupo donde se fragua el desarrollo de la personalidad, de hecho se convierte en el grupo primario más significativo para el ser humano, en su seno se satisfacen necesidades íntimas mediante diversas actividades socialmente condicionadas y estableciendo estrechos vínculos de comunicación entre cada uno de sus miembros.

La familia juega un importante papel en el proceso educativo de sus hijos e hijas, lo cual se hace evidente en la preparación de los adolescentes, ya que está permeada de prejuicios. “muchas familias se guían por tabúes y estereotipos. Estos se reflejan en la vida cotidiana del hogar y por tanto se reproducen en los hijos, los padres ejercen “su poder” para que así sea”. Castro, P. L. (2003)

Desde pequeño, el niño tiene curiosidad por su físico, si se comienza a explicarle paso a paso los cambios que ocurren en su cuerpo, cuando llegue el momento de entrar en detalles será menos incómodo.

Dar información sobre los cambios de la pubertad desde que son pequeños es clave si queremos ayudarles a tomar decisiones saludables durante toda su vida, también se puede aprovechar para hablarle de sus sentimientos, ya que en el niño se están desarrollando aspectos emocionales y sociales, tratemos de dejar atrás las ideas anticuadas, que nos impiden comunicarnos honestamente sobre el amor, las relaciones, las transformaciones de nuestro cuerpo y de la sexualidad en general.

Al respecto Vilma Espín planteó “No se debe evadir la pregunta, ni se debe contestar jamás una mentira por dos razones: una porque no se debe decir mentiras a un niño, lo estás confundiendo en lo que está preguntando y otra por que va a perder la confianza en los padres”. (1985,75).

La educación es un proceso de toda la vida, de adquirir información y de formar actitudes, creencias y valores acerca de la identidad, las relaciones y la intimidad.

La educación sobre la sexualidad abarca el desarrollo sexual, la salud reproductiva, las relaciones interpersonales, el afecto, la intimidad, la imagen corporal y las funciones de género. La educación sobre la sexualidad aborda las dimensiones biológicas, socioculturales, psicológicas y espirituales del (1) dominio cognoscitivo, (2) del dominio afectivo, y (3) del dominio conductual, incluyendo las aptitudes para comunicar eficazmente y tomar decisiones responsables.(Kenney, A.M.,1992).

A menudo la familia y la escuela no proporcionan información clara y específica sobre estos cambios y sus consecuencias. La familia es un medio óptimo para el desarrollo y la educación de los adolescentes, es el medio familiar el que favorece la discusión, el intercambio de puntos de vista entre padres e hijos y la adopción de opiniones propias por parte de ellos.

Además de esta combinación de apoyo afectivo, comunicación y favorecimiento de la autonomía, existen en el medio familiar características favorables para el desarrollo y adaptación de los adolescentes. Hay que tener en cuenta que la adolescencia es un período de exploración en que los púberes necesitan tener diversas experiencias, aunque estas conllevan a ciertos riesgos, resultan necesarias.

Por lo que resulta importante mantener abiertos los canales de comunicación entre padres e hijos y que los padres se muestren atentos ante las preocupaciones de sus hijos, además de brindar apoyo e información. La familia como agente socializador, tiene la primordial tarea de preparar a sus hijos en todas las esferas de la vida, brindándole la información necesaria y transmitiendo su experiencia histórica cultural de las que son portadores, aun conociendo todos los prejuicios que existen en nuestra sociedad, que aunque se hayan ido flexibilizando aún persisten.

Es necesario preparar a nuestros hijos/as desde edades tempranas para que puedan tener un desarrollo pleno y se conviertan en personas sanas, fuertes y felices, y brindar el manantial de conocimientos del que estos puedan beber hasta saciar su sed. “No es suficiente preparar a nuestros hijos e hijas para el trabajo, y la vida en colectivo, desarrollar al máximo sus capacidades físicas e intelectuales, así como los sentimientos estéticos y morales, formar un sólido sistema de convicciones, entre otros aspectos de suma importancia. Se requiere también prepararlos para la sexualidad”. (Simonns.C.B:1995).

Por lo que se hace urgente brindar a nuestros hijos una adecuada preparación para enfrentar todos los cambios que trae consigo la adolescencia y principalmente aquellos relacionados con los cambios o transformaciones de la pubertad.

La comprensión de la necesidad e importancia de preparar a los/as adolescentes, viene dada desde la concepción filosófica que se asuma, en este caso, la filosofía materialista dialéctico histórica respecto al propio proceso educativo en su sentido más amplio (proceso de formación de la personalidad) concebir esta como un fenómeno eminentemente social que le posibilita al ser humano apropiarse de toda la experiencia cultural anterior, al mismo tiempo que lo prepara para vivir y desarrollarse acorde al progreso social de su tiempo.

Al respecto nuestro Héroe Nacional José Martí dijo:

“Educar es depositar en cada hombre toda la obra humana que le ha antecedido, es hacer de cada hombre resumen del mundo viviente hasta el día en que vive, es ponerlo al nivel de su tiempo para que flote sobre él y no dejarlo debajo de su tiempo, con lo que no podrá salir a flote, es preparar al hombre para la vida”. (Martí. J, 1981; 231).

Desde esta posición en el seno de la familia el ser humano tiene la primera y la más perdurable determinación social de su personalidad. Las actividades que el niño desarrolla de sus padres, está encaminada a satisfacer sus necesidades y todos los momentos son regulados y dirigidos por los adultos. En esta actividad y en la comunicación conjunta el padre suministra la experiencia histórica acumulada de la cual se apropia el hijo. (Núñez de Villavicencio, 1987: 54)

La responsabilidad que a la familia le corresponde dentro del sistema de influencias que existen en la sociedad, exigen de ella un conjunto cada vez mayor acerca de cómo debe orientar y atender a sus hijos durante el transcurso de sus vidas para que se desarrollen óptima y plenamente. La educación comienza en la cuna y del mundo que lo rodea, el niño absorbe lo bueno y lo malo, precisamente porque el hombre es un ser social.

Para lograr el establecimiento de una adecuada preparación para los cambios biológicos de los (as) adolescentes, depende en gran medida de la unidad de acción de la escuela y la familia y el papel fundamental lo deben desempeñar los maestros.

Existen diversas vías a través de las cuales la escuela puede lograr la comunicación con los padres y la influencia orientadora sobre ellos, considerando que todas ellas ofrecen grandes potencialidades para el trabajo coordinado escuela familia.

- Reuniones de padres.
- Entrevistas con los padres.
- Consultas de padres.
- Relación hogar- escuela.

La correspondencia hogar – escuela constituye una vía que aunque por lo general solo ha sido utilizada con el fin de informar a los padres acerca de los resultados y problemas docentes de los adolescentes, debe ser utilizada para preparar e informar a los padres sobre la sexualidad, incluyendo todo aquello relacionado con la pubertad y los cambios que aquí se producen.

Es necesario intervenir activamente en el aumento de los conocimientos psicológicos y pedagógicos de la familia, preparándola para una educación general.

Lo esencial desde este punto de vista, consiste en garantizar la sistematicidad de los intercambios con los padres, empleando las distintas vías, solo en tal circunstancia resulta factible alcanzar los resultados anhelados.

1.3 Principales cambios biológicos o transformaciones puberales que ocurren en la adolescencia.

“El tiempo se identifica con cambios importantes en el cuerpo, junto con progresos en la psicología y la carrera académica de una persona. En el inicio de la adolescencia, los

niños terminan la escuela primaria y se incorporan generalmente la educación secundaria o enseñanza media". (Dr. Caro. Valle.J)

El adolescente se convierte físicamente, en unos pocos años, en particular en los más tempranos de esta etapa (cuando aún es psicológicamente muy inmaduro), en un adulto en apariencia, capaz de engendrar hijos y de disfrutar de la vida erótica en solitario y en pareja. De tales cambios y de su nueva situación social se derivan las primeras y trascendentales adquisiciones psico sexuales.

La pubertad llama la atención principalmente por el nuevo aspecto físico que se va adquiriendo, sin embargo, son tantos los cambios que tienen lugar en el cuerpo, se desarrollan nuevos sentimientos y estados de ánimo contradictorios.

Algunos púberes llevan con entusiasmo, orgullo y satisfacción las nuevas características de su cuerpo, otros adolescentes con inconformidad, vergüenza y confusión. El crecimiento físico no ocurre de manera simultánea, es muy frecuente que se adquieran ciertas desproporciones entre las extremidades y el resto del cuerpo, hasta que se van armonizando poco a poco, por los que sus movimientos tienden a ser más bruscos antes de recuperar su normalidad.

Dados los cambios trascendentales que tienen lugar en la adolescencia en todas las direcciones del desarrollo, esta etapa constituye un período sensitivo desde el punto de vista de consolidación de la identificación genérica y la orientación sexual.

Desde que el niño nace, comienza a familiarizarse a través del ejemplo que le ofrecen los padres y adultos, con el modelo de relación heterosexual, el cual no es interiorizado como una adquisición propia hasta que surgen las nuevas formaciones vinculadas a la situación social del desarrollo de los adolescentes.

Los cambios físicos y psico sociales que aquí ocurren, y la nueva posición social alcanzada, originan el sentido de madurez, la necesidad de ser independientes del adulto, imitando muchas de las conductas.

Las transformaciones puberales o cambios biológicos que se producen esencialmente en la adolescencia, son nuevas potencialidades del desarrollo físico que tienen una importante repercusión psicológica, donde los púberes observan y son conscientes de que su cuerpo se transforma y adquiere capacidades adultas en dos sentidos fundamentales: como vía de procreación y, lo que es lo más importante para él, como vía de disfrute sexual y de atracción física y erótica (Ravelo. A. 2008)

De esta forma, el cuerpo adquiere una nueva significación para el adolescente que estructura y desarrolla una imagen corporal diferente, llena de vivencias, conflictos y satisfacciones, las que actuarán directamente en el desarrollo de su autoestima al enriquecerlas o lesionarlas según el caso.

Esta transformación corporal unida a su desarrollo psíquico general da origen a lo que se denomina el "sentimiento de adultez", o la necesidad de ser y comportarse como los mayores, de reproducir sus conductas y manifestaciones, en general, y sexuales, en particular, lo que trae aparejado el desarrollo de intereses referidos a todas las cuestiones de la vida sexual, de pareja, familiar y reproductiva.

En el trasfondo de estos procesos, la actividad gonadal desencadena deseos e impulsos sexuales (la libido), más o menos vehementes en la muchacha y el muchacho que son estimulados por sus propias fantasías eróticas y las de sus coetáneos quienes en estas edades constituyen la motivación social esencial de su vida.

Ocurre con mucha frecuencia que, rápidamente, ellas y ellos comprenden que la casi totalidad de las zonas de su cuerpo y en especial los genitales responden a estímulos erógenos somáticos o psicógenos y entran en una fase de "experimentación sexual" caracterizada por el deseo intenso de disfrutar de la más amplia variedad de vivencias eróticas y espirituales, lo que desencadena una búsqueda activa de experiencias eróticas que motivan al ejercicio de su sexualidad.

A muchos padres y madres les llama la atención ver que las hijas o hijos púberes, prefieren las amistades con aquellos iguales de su propio sexo. Sobre esta situación explica Alicia González Fernández que los muchachos y las muchachas, ávidos de independencia y autodeterminación, de tomar las riendas de su vida sexual y general, de asumir posturas y actitudes independientes de los adultos, con frecuencia, por su poca madurez, se ven imposibilitados de alcanzar estos fines por sí solos, por lo que recurren al apoyo y seguridad del grupo de sus pares, compuesto por adolescentes de su mismo sexo, con los que se sienten más cómodos. Sin embargo, los adolescentes del otro sexo, por lo general, son el objeto de su atracción pero aún carecen de las habilidades y las vías efectivas de interacción y convivencia que facilite una buena comunicación entre ellos. (Domínguez. L. 2003)

En estas etapas primarias, en que las y los adolescentes experimentan física y psicológicamente la necesidad de experiencias sexuales y no están aptos aún para el inicio de los juegos intersexuales, solo pueden encontrar su satisfacción a través del autoerotismo y la masturbación.

Las investigaciones que se han realizado a nivel mundial demuestran que, aproximadamente, uno de cada tres adolescentes, más frecuentes entre los varones

practican durante años y especialmente en las edades más tempranas de esta etapa, la masturbación y otros juegos con diversas zonas erógenas de su cuerpo. Tales manipulaciones no solo son inocuas sino beneficiosas por diversos motivos.

Una de las razones por las que produce bienestar se debe a que en las etapas incipientes de la pubertad, en que los impulsos sexuales suelen ser muy vehementes, ya que no están preparados o no pueden aún acceder a los juegos sexuales de pareja, encuentran en estas prácticas solitarias una vía de descarga de tensiones físicas y psicológicas acumuladas, que les permiten alcanzar la necesaria catarsis y relajación indispensables para su concentración en la gran diversidad de actividades escolares, sociales y de otros órdenes.

El autoerotismo es una fase inicial, fundamental, a través de la cual el ser humano aprende a conocer más profundamente las capacidades erógenas de su cuerpo, ejercita y desarrolla la función del orgasmo y se prepara para el próximo paso de esta fase experimental, los vínculos de pareja.

Todos los individuos, durante el período de la adolescencia, presentan un mayor o menor grado de crisis de desarrollo. Desde el punto de vista práctico, el perfil psicológico es transitorio y cambiante durante la adolescencia y emocionalmente inestable.

El desarrollo de su personalidad dependerá en gran medida de la personalidad que se haya estructurado en las etapas preescolar y escolar y de las condiciones sociales, familiares y ambientales que se les ofrezcan. Los cambios y transformaciones que

cubre el individuo en esta etapa son considerablemente acusados tanto en la esfera psíquica como en la orgánica.

Las transformaciones puberales abarcan un conjunto de cambios entre los que se destacan los cambios antropométricos, fisiológicos, endocrinos y la maduración sexual.

Cambios antropométricos.

Los cambios antropométricos comienzan aproximadamente entre los 10 y 13 años, se produce un crecimiento en todas las dimensiones corporales que es conocido como el segundo estirón, este impulso en general comienza y termina antes en las hembras, pero nunca alcanza la misma proporción en los varones.

Se producen cambios en la estructura corporal y el peso, ya que ambas direcciones aumentan, las extremidades crecen y se hacen pronunciadas respecto al tronco, la mandíbula se torna más gruesa y saliente, sobre todo en los varones, la masa corporal relativa a los huesos y músculos también aumenta en mayor medida en los varones, lo que puede justificar de alguna forma su mayor fortaleza física, mientras que en las hembras aumenta en mayor proporción la masa corporal total, relativa a la masa subcutánea, produciéndose una acumulación de esta en las piernas, antebrazos y glúteos.

Cambios fisiológicos.

Los cambios fisiológicos producen deficiencias en el sistema circulatorio, por el rápido crecimiento del corazón, en comparación con el de los vasos sanguíneos, lo que trae como consecuencia la aparición de alteraciones neurovegetativas como mareos, palpitaciones, dolor de cabeza. También se observan desórdenes funcionales del sistema nervioso central, que se traducen en la tendencia al agotamiento físico e intelectual, la irritabilidad, la hipersensibilidad, los trastornos del sueño y la susceptibilidad a contraer enfermedades.

Cambios endocrinos.

En cuanto a los cambios endocrinos se presenta un incremento de la actividad del hipotálamo, que es la zona del cerebro que estimula la actividad de la hipófisis. La hipófisis es una pequeña glándula de secreción interna, situada en la base del cráneo, produce hormonas que estimulan el funcionamiento de otras glándulas como las suprarrenales y las gonodotrópicas (ovarios y testículos). Así se crean las condiciones para una producción acelerada de estrógenos y andrógenos lo que influye notablemente en el proceso de maduración sexual.

En la mujer

La hormona dominante en el desarrollo femenino es el estradiol, un estrógeno. Mientras el estradiol promueve el crecimiento de mamas y del útero, es también la principal hormona conductora del crecimiento pubertal y de la maduración epifiseal y cierre. Los niveles de estradiol suben más temprano u quedan más tiempo leves en mujeres que en hombres.

Los cambios físicos en las niñas son:

Crecimiento de vello púbico. El vello púbico es por lo general la segunda manifestación de la pubertad. También se le refiere como pubarquia, y los vellos se pueden ver por primera vez alrededor de los labios. En alrededor del 15% de las niñas el vello púbico aparece aún antes de que los senos empiezan a desarrollarse.

Cambios en la vagina , el útero, y los ovarios.

La membrana mucosa de la vagina también cambia en respuesta de los niveles ascendentes de estrógenos, engordando y adquiriendo un color rosáceo. También las características secreciones blancuzcas son un efecto normal de los estrógenos.

Inicio de la menstruación y fertilidad.

El primer sangrado menstrual, también conocido como menarca aparece alrededor de los 10 a los 16 años (en promedio). Los períodos menstruales al inicio casi nunca son

regulares y mensuales durante los primeros años. La ovulación es necesaria para la fertilidad y puede o no presentarse en los primeros ciclos.

Cambio en la forma pélvica, redistribución de la grasa y composición corporal.

Durante este período, también en respuesta a los niveles ascendentes de estrógeno, la mitad inferior de la pelvis se ensancha (proveyendo un canal de nacimiento más ancho). Los tejidos adiposos aumentan a un mayor porcentaje de la composición corporal que en los varones, especialmente en la distribución típica en las mujeres de las mamas, caderas y muslos. Esto produce la forma corporal típica de la mujer.

Crecimiento de vello facial y corporal.

En los años y meses posteriores a la aparición del vello púbico, otras áreas de la piel desarrollan vello más denso aproximadamente en la secuencia siguiente: vello axilar, vello peri anal, vello encima de los labios y vello peri areolar.

Aumento de estatura.

El crecimiento es inducido por el estrógeno y comienza aproximadamente al mismo tiempo que los primeros cambios en los senos, o incluso unos cuantos meses antes, haciéndolo una de las primeras manifestaciones de la pubertad en las niñas. El crecimiento de las piernas y los pies se acelera primero. La tasa de crecimiento tiende a alcanzar su velocidad máxima (tanto como 7,5-10 cm. anuales).

Olor corporal, cambios en la piel y acné.

Niveles ascendentes de andrógenos pueden cambiar la composición de ácidos grasos de la transpiración, resultando en un olor corporal más "adulto". Esto a menudo ocurre uno o más años antes que la telarquia y la pubarquia. Otro efecto inducido por los andrógenos es el aumento en la secreción de aceite (sebo) en la piel y cantidades variables de acné. Este cambio incrementa la susceptibilidad al acné, que es un rasgo característico de la pubertad, variando en severidad.

En el varón.

Desarrollo de la musculatura.
Formación del cuerpo de adulto.
Crecimiento de los testículos.

El crecimiento de los testículos es una de las primeras características por las cuales un niño se puede dar cuenta de que está entrando a la pubertad ya que estos aumentan de tamaño.

Engrosamiento de la voz.

Cuando un niño está en etapa de desarrollo sus cuerdas vocales se tornan más gruesas de manera que la voz de la persona quede gruesa y masculina. Esto va por períodos, puede al principio le salgan los llamados "gallos" al hablar, y luego se va tornando más grave la voz.

Olor corporal.

Alcanzada la pubertad, el niño comienza a expulsar olores característicos, especialmente tras el ejercicio físico. La expulsión de sudor por parte de las glándulas sudoríparas aumenta en la pubertad, lo cual se convierte, aunque no decisivamente, en un factor importante que contribuye al olor corporal. Este olor suele calificarse como desagradable y su intensidad puede variar de persona a persona y de momento en momento.

Crecimiento en estatura.

El niño que ha alcanzado la pubertad entra en un nuevo proceso de crecimiento en estatura de una duración mayor al de las niñas. Este proceso de crecimiento usualmente dura hasta los 23 años de edad en varones, 21 en niñas. No obstante el crecimiento de talla puede observarse hasta los 26 años.

La maduración sexual.

La maduración sexual estimula la atracción sexual y sirve de base a la consumación de relaciones sexuales entre los adolescentes. Estas relaciones tienden a ser inestables y a veces promiscuas por la elevada necesidad de los adolescentes de explorar su cuerpo y tener experiencias con el otro en este terreno.

En la adolescencia temprana y para ambos sexos, no hay gran desarrollo manifiesto de caracteres sexuales secundarios, pero suceden cambios hormonales a nivel de la hipófisis, como el aumento en la concentración de gonadotropinas (hormona foliculostimulante) y de esteroides sexuales.

Seguidamente aparecen cambios físicos, sobre todo cambios observados en la glándula mamaria de las niñas, los cambios genitales de los varones y el vello pubiano en ambos sexos.

Mujeres:

El primer cambio identificable en la mayoría de las niñas es la aparición del botón mamario. Se caracteriza por un agrandamiento en el tejido glandular por debajo de la areola, consecuencia de la acción de los estrógenos producidos por el ovario. La edad de aparición es después de los 8 años, puede ser unilateral y permanecer así por un tiempo—o bilateral y casi siempre es doloroso al simple roce.

Al avanzar la adolescencia, el desarrollo mamario, además de ser cuantitativo es cualitativo, la areola se hace más oscura y grande y sobresale del tejido circundante, aumenta el tejido glandular, se adquiere la forma definitiva, generalmente cónica y se desarrollan los canalículos. Puede haber crecimiento asimétrico de las mamas.

El vello púbico, bajo la acción de los andrógenos adrenales y ováricos, es fino, escaso y aparece inicialmente a lo largo de los labios mayores y luego se va expandiendo. El vello púbico en algunos casos coincide con el desarrollo mamario y en otros puede ser el primer indicio puberal.

Típicamente comienza a notarse a los 9 o 10 años de edad. Al pasar los años, el vello pubiano se hace más grueso y menos lacio, denso, rizado y cubre la superficie externa de los labios extendiéndose hasta el monte de Venus, logrando la forma triangular característica adulta después de 3 a 5 años (más o menos entre los 15 y 16 años de edad). El vello axilar y corporal aparece más tarde.

Los genitales y las gónadas cambian de aspecto y configuración. Los labios mayores aumentan de vascularización y en folículos pilosos, hay estrogenización inicial de la mucosa vaginal, los ovarios y el cuerpo del útero aumentan en tamaño.

Las trompas de Falopio aumentan después de tamaño y en el número de pliegues en su mucosa. Los labios menores se desarrollan, los labios mayores se vuelven luego delgados y se pigmentan y crecen para cubrir el introito. La vagina llega a 8 cm. de profundidad y luego de 10 – 11 cm.

Por efectos estrogénicos, la mucosa se torna más gruesa, las células aumentan su contenido de glucógeno y el PH vaginal pasa de neutro a ácido un año antes de la menarquia. Se desarrollan las glándulas de Bartolina, aumentan las secreciones vaginales, la flora microbiana cambia con la presencia del bacilo de Doderlein, la vulva sufre modificaciones en su espesor y coloración, el himen se engruesa y su diámetro alcanza 1 cm.

La menarquia, que es la primera aparición del ciclo menstrual, aparece precedida por un flujo claro, inodoro, transparente y bacteriológicamente puro que tiene aspecto de hojas de helecho al microscopio. La menarquia tiende a ocurrir a los 12 o 13 años, aunque puede aparecer en la pubertad avanzada.

Hombres:

Los testículos pre-puberianos tienen un diámetro aproximado de 2,5 a 3 cm., el cual aumenta obedeciendo a la proliferación de los túbulos seminíferos. El agrandamiento del epidídimo, las vesículas seminales y la próstata coinciden con el crecimiento

testicular, pero no es apreciable externamente. En el escroto se observa un aumento en la vascularización, adelgazamiento de la piel y desarrollo de los folículos pilosos.

La espermatogénesis es detectada histológicamente entre los 11 y 15 años de edad y la edad para la primera eyaculación es entre 13 y 16 años. El pene comienza a crecer en longitud y también a ensancharse aproximadamente un año después de que los testículos aumenten de tamaño.

Asociado a la maduración sexual también se encuentran las consecuencias indeseadas que se producen en esta etapa de la vida:

- La promiscuidad puede conducir a la aparición de enfermedades de transmisión sexual (Gonorrea, Sífilis incluyendo el SIDA), también la falta de preparación y orientación en esta esfera, puede llevar a los adolescentes a tener un embarazo precoz, sin contar las consecuencias que trae consigo.

- Otro aspecto asociado a la maduración sexual es la masturbación o estimulación sexual con auto gratificación, esta práctica se considera normal en esta y otras etapas de la vida. Debido a los prejuicios existentes en nuestra sociedad que lo consideran como algo pecaminoso y hasta una enfermedad, genera a veces en los adolescentes sentimientos de culpa y miedo. Se considera que el 85% de los adolescentes practican la masturbación.

- La homosexualidad o práctica de aquellas personas que reciben gratificación sexual en relaciones con individuos del mismo sexo, pueden comenzar a partir de la adolescencia.

Existen condiciones que favorecen las prácticas homosexuales entre las que se encuentran:

Los adolescentes se sienten más cómodos cuando comparten con personas del mismo sexo, aunque a veces sienten miedo al rechazo y la represión de padres y demás adultos, así como la falta de aceptación social hacia la homosexualidad. Algunos adolescentes sienten culpa y esto puede llevarlos al pánico y hasta el suicidio.

1.3.1 Repercusión psicológica de los cambios biológicos.

Las transformaciones puberales o cambios biológicos que se producen en esta trascendental etapa de la vida, provoca consecuencias que afectan la subjetividad del adolescente que están vinculados estrechamente a la esfera auto valorativa, incluida la imagen corporal y también a la valoración que recibe el adolescente en sus relaciones de comunicación con adultos y coetáneos. (Domínguez. L. 2003, 65)

La desarmonía corporal y el aumento de la fuerza muscular hacen que el adolescente realice movimientos bruscos producto de la necesaria descarga de energía, pero a la vez esta situación condiciona su tendencia a fatigarse con facilidad y a cometer torpezas. Por esta razón las personas que le rodean riñen o lo avergüenzan, lo cual causa su típica irritabilidad emocional.

La imagen corporal adquiere gran importancia, el adolescente con características físicas atléticas es más aceptado en especial por sus iguales, de acuerdo a los estereotipos culturales, mientras que aquellos cuya figura provoca una imagen desfavorable, pueden ser objeto de burla, discriminados en su grupo y rechazados por el sexo opuesto.

Esta situación provoca en algunos adolescentes retraimiento, timidez o conductas agresivas. Muy vinculado a la imagen corporal y a la aceptación social tenemos los fenómenos de la obesidad y el acné juvenil, la obesidad puede generar aislamiento social, depresión e inseguridad y se asocia a problemas como inadaptación escolar,

disfunción familiar, confusión del rol sexual y rechazo de los coetáneos. En cuanto al acné juvenil, se considera un resultado de la excesiva segregación de andrógenos.

Este fenómeno tiene un condicionamiento hormonal, y es por ello, que no basta para su solución la dieta y determinadas medidas higiénicas, sino que es necesario el tratamiento médico. Este fenómeno influye desfavorablemente en la autoestima del adolescente, por la extraordinaria significación que tiene en esta edad la apariencia física.

Otro elemento de importante repercusión psicológica lo constituye el problema de la maduración temprana o tardía. Los varones acelerados son aceptados y tratados como adultos en mayor medida que los retardados, lo que refuerza en el caso de los primeros su independencia, mientras que en los segundos, provoca una tendencia a ser dependientes de la opinión social, y en ocasiones, su deseo de llamar la atención a través de conductas indisciplinadas y agresivas.

Sin embargo los varones de maduración tardía con el tiempo pueden desarrollar cualidades positivas como, la mayor tolerancia a la ambigüedad, ser más selectivos y reflexivos.

Aunque la maduración sexual influye con mayor fuerza en las hembras, ya que el estereotipo social de fuerza física y disposición atlética se refiere esencialmente a los varones, las hembras de maduración temprana se enfrentan, desde los comienzos de esta etapa por un período de tiempo más prolongado, al acoso por parte del sexo opuesto. Otro eslabón importante que influye en los adolescentes y que está estrechamente ligada a la aceptación social lo constituye el grupo.

1.3.2 Influencia del grupo en esta etapa.

El grupo es un espacio donde los adolescentes aprenden cosas importantes, como convivir de acuerdo a las reglas, se intercambian criterios, se construyen proyectos de vida que pueden satisfacer sus intereses.

En el grupo se construye la amistad, se superan burlas y provocaciones, aprenden a respetar y a ser respetados, se solucionan conflictos y peleas. El grupo es como un espejo donde aprenden a reconocerse, donde comprueban aquellas conductas por las que pueden recibir halagos, cariño, aceptación y respeto, así como aquellas por las cuales suelen ser objeto de burlas, rechazos y cuestionamientos. (Castro. M. 2007, 124)

El grupo de amigos puede significar gran apoyo para los adolescentes, pero a su vez ejerce presión sobre ellos para que actúen como no quieren. Un buen grupo de amigos ayuda a tener seguridad, respaldo, incluso da oportunidades para expresar lo que cada uno quiere, ideas, sentimientos, experiencias. Esos buenos amigos no imponen lo que hay que hacer o decir.

A veces el grupo induce a algunos adolescentes hacia conductas de riesgo, en las cuales no han pensado ni deseado hacer, debido a las presiones que ejerce el grupo algunos caen en relaciones de comportamientos sexuales que los ponen en riesgo.

Todos los muchachos desean ser considerados por los demás miembros del grupo, sin embargo les resulta difícil expresar sus verdaderos sentimientos por miedo a ser rechazados o ser objeto de burla. Una de las principales tendencias de la pubertad es la reorientación del adolescente, que puede ocurrir lenta o paulatinamente.

La necesidad de comunicación, de obtener información acerca de lo que le está sucediendo, principalmente aquellas que tienen que ver con el sexo y las relaciones de pareja, además, el grupo constituye un lugar específico de bienestar y contacto emocional, de solidaridad, de ayuda mutua entre compañeros.

Es por eso que en la adolescencia los sujetos pasan más tiempo con sus compañeros que en el seno familiar, por lo que sus valores y normas de conducta están determinadas, en buena medida, por el carácter de estas relaciones, tanto en el grupo escolar o formal como en el espontáneo o informal.

El grupo en esta etapa permite al adolescente satisfacer sus necesidades de independencia y autoafirmación, además los grupos posibilitan al adolescente un espacio de reflexión, de intercambio afectivo, de surgimiento de nuevas expectativas demandas hacia sí mismo y su entorno social. (L. Domínguez 2007, 56)

Por lo que se hace necesario para el adolescente ocupar un lugar deseado o un lugar al que aspira en su grupo de coetáneos y desempeña un papel decisivo en el desarrollo armonioso de la personalidad en esta etapa, ya que el equilibrio y bienestar emocional del adolescente, dependerá de que logre ocupar una posición importante entre sus iguales.

1.4 Teorías que sustentan la investigación.

La investigación se fundamenta en la teoría del enfoque histórico cultural del psicólogo L. S. Vygotsky (1979), ya que centra su interés en el desarrollo integral del hombre. Determinado fundamentalmente por la experiencia socio histórico.

Su base filosófica es el materialismo dialéctico e histórico, el cual es asimilado por este autor de manera creadora y consecuente en el estudio del origen y desarrollo de las funciones psíquicas, forma en que denominó a la psiquis humana, ya que para él lo psíquico es una función del ser corporal, histórico y social que es el hombre. Dentro de los principios creados por el autor en la investigación se tuvo en cuenta el principio de la interrelación dialéctica entre enseñanza y desarrollo.

En este se resumen las ideas fundamentales de este enfoque y resulta de gran importancia para la comprensión del desarrollo humano. Aquí se plantea que los

procesos de aprendizaje se convierten en procesos de desarrollo, si la enseñanza atiende el nivel de desarrollo alcanzado previamente a las vivencias del sujeto que aprende. La enseñanza guía y conduce al desarrollo si se cumple lo anterior.

Estos principios apuntan a la concepción de la que parte el propio L.S. Vigotsky al utilizar las categorías como la situación social del desarrollo (SSD): como el punto de partida de todos los cambios dinámicos que se producen en el desarrollo de las personas.

Por eso podemos definirla como aquella relación, peculiar, única, especial e irrepetible entre el sujeto y su entorno que va a determinar las líneas de desarrollo, la forma y trayectoria que permiten al individuo adquirir nuevas propiedades de la personalidad, considerando la realidad social como la primera fuente de desarrollo, atendiendo la posibilidad de que lo social se convierta en lo individual.

La SSD tiene como unidad de análisis – decía Vigotsky – “a la vivencia”. Esta no es más que la relación afectiva del individuo con el medio; aquello que integra lo adquirido hasta el momento con lo externo. El individuo en todas sus etapas de desarrollo se encuentra con una unidad de elementos personales y ambientales, posee vivencias que guardan de una forma u otra en su memoria, de manera latente, a la vez que experimenta otras nuevas prominentes de sus relaciones con el mundo real, dinámico, del medio con el que interactúa y que se transforma constantemente, como resultado del carácter cambiante de las relaciones sociales. (2006, 9 – 15)

Para L. S. Vigotsky la enseñanza juega un papel de dirección y conducción del desarrollo psíquico. En su concepto de enseñanza se enfatiza el carácter rector que el otro puede jugar en el aprendizaje del individuo, al plantear que lo que las personas pueden hacer con la ayuda del otro puede ser más revelador que lo que pueden hacer solos. Lo define como zona de desarrollo próximo (ZDP). (Cruz Tomás, 2006:13)

Esta categoría nos conduce a la idea de que la enseñanza se ocupa más del aprendizaje potencial que del real, el nivel real caracteriza el desarrollo mental retrospectivamente, mientras que la zona de desarrollo próximo caracteriza el mental prospectivamente, lo que nos permite comprender el complejo proceso de formación y surgimiento de lo psíquico, comprender el carácter continuo, permanente y contradictorio del desarrollo.

La zona de desarrollo próximo (ZDP) se define como la distancia que media entre estos dos planos, entre lo que el niño puede hacer con ayuda y lo que puede hacer por sí solo.

Esta es la distancia que existe entre las posibilidades que el mismo tiene para realizar determinadas tareas, de forma independiente, por sí solo (por el desarrollo actual) o en colaboración con un adulto o contemporáneo más capaz (desarrollo potencial), ayuda brindada al niño para realizar las tareas.

En esta categoría se plantea que toda función psíquica del niño aparece, al menos dos veces, o en dos planos: primero en el plano social (de la comunicación), segundo (en el plano psíquico individual). El primer plano se denomina de relaciones interpersonológicas y el segundo de relaciones intrapsicológicas.

La zona de desarrollo próximo nos permite concebir la educación en el proceso de enseñanza-aprendizaje como un proceso de modelación, de interacción que tiene lugar entre los adolescentes y los adultos, estas interacciones producen desarrollo, conocimientos, conducen al desarrollo del plano subjetivo.

CAPÍTULO 2 DISEÑO METODOLOGICO DE LA INVESTIGACION.

2.1 Fundamentos de la metodología.

El estudio que se ha llevado a cabo hacia la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad, necesita de un proceso interpretativo, es por este motivo que se utilizó la metodología cualitativa, ya que ella favorece el cumplimiento de los objetivos de la investigación, además es un enfoque idóneo para este estudio, utilizando como referente principal los postulados del enfoque histórico social de Vigotsky, con sus principios y categorías, los que se tuvieron en cuenta para comprender la problemática y tomada como punto de partida, es una investigación donde el estudio es descriptivo, ya que permite describir y analizar las características de este proceso desde una perspectiva holística.

2.2 Descripción de la muestra.

La investigación se efectuó en la ESBU Vicente García en la provincia Las Tunas, en un período de tiempo comprendido entre Septiembre del 2008 y Abril del 2009. La institución cuenta con 5 grupos de séptimo grado, de un universo de 265 estudiantes, se seleccionó una muestra de 15 pubescentes, por ser esta la etapa más cercana al inicio de los cambios biológicos, además se aplicaron entrevistas a los 3 profesores generales integrales(PGI) del grupo y a 10 padres de los adolescentes. Los datos se analizaron de forma cualitativa.

Se seleccionaron los adolescentes a través del muestreo no probabilístico y de forma intencional, para ello se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de inclusión.

- Que la edad cronológica de los estudiantes esté comprendida entre 12 y 13 años.

- Que los adolescentes estudiados sean de ambos sexos.

2.3 Procedimientos para acceder al campo.

Primeramente se realizó la selección de la muestra de La ESBU Vicente García, se efectuaron 5 visitas al centro educacional antes mencionado, se aplicaron los instrumentos en 4 secciones de trabajo, donde se aplicó el cuestionario de preguntas a los adolescentes, en la segunda sección fue aplicada la entrevista grupal a través de una lluvia de ideas, luego la entrevista a los PGI, en horarios comprendido de 8:00 a 10:00 de la mañana y de 1:45 a 3:45 de la tarde, ocupando los turnos de Debate y Reflexión y los correspondiente a los Círculos de Interés, dando paso a realizar el análisis detallado de los resultados, para de esta forma poder arribar al diagnóstico de la situación actual del problema investigado.

2.4 Descripción de los métodos y técnicas.

En la investigación se utilizaron las entrevistas y cuestionarios, aplicada a los adolescentes y entrevistas dirigidas a los Profesores Generales Integrales (PGI) y padres de los adolescentes estudiados.

Cuestionario de preguntas: Se utilizó con el objetivo de conocer la información que poseen los adolescentes sobre los cambios puberales.

Entrevista grupal dirigida a los adolescentes: Su objetivo está dirigido a constatar los conocimientos que poseen los adolescentes sobre los cambios biológicos que ocurren durante la pubertad.

Entrevistas a los PGI: La entrevista dirigida a los PGI tiene como objetivo obtener información sobre la preparación que poseen para impartir temas relacionados con los cambios biológicos de la pubertad.

Entrevista dirigidas a los padres: Su objetivo está dirigido a conocer si la familia ha preparado a sus hijos para los cambios biológicos de la pubertad.

En la investigación se asume como métodos el análisis-síntesis: es el proceso del pensar o de la descomposición real de un todo en sus partes, pues fue necesario analizar las distintas acepciones que existen sobre el tema localizadas en la bibliografía para luego realizar reflexiones generales que posibilitaron la fundamentación del tema y la conformación del posicionamiento científico.

Hipotético- Deductivo: abrió el camino para el estudio y hacer conjeturas científicas durante las diferentes etapas de investigación y poder llegar a conclusiones lógicas que le den respuesta al problema planteado.

El histórico- lógico hizo posible la fundamentación de la temática, marca relevantes particularidades del proceso de desarrollo, así como las relaciones entre el desenvolvimiento lógico del pensamiento y la historia del objeto investigativo.

Procesamiento de la información.

Para la interpretación de los resultados, se realizará el análisis por cada técnica aplicada, para pasar posteriormente a realizar el análisis integrador de los resultados, teniendo en cuenta los siguientes indicadores.

- Conocimiento sobre la pubertad.
- Nivel de preparación e información recibida.

- Fuentes de información u obtención de conocimientos.
- Suficiente: Dominan y presentan conocimientos sobre los cambios biológicos, y las respuestas son correctas.
- Deficiente: Cuando dominan parcialmente el tema y brindan respuestas con dificultades o incoherencias.
- Nulo: Cuando no dominan el tema y las respuestas son incorrectas con falta total de coherencia.

CAPITULO 3 ANALISIS Y DISCUSION DE LOS RESULTADOS.

En este capítulo se realiza un análisis detallado, de acuerdo a los resultados de la investigación y se fundamenta un conjunto de actividades sobre la base de la preparación de los adolescentes para la llegada de la pubertad, debido a que estos cambios que suceden en esta etapa a veces repercuten negativamente en su subjetividad, entorpeciendo el desarrollo de la personalidad.

Se apoya en el análisis y valoración de la triangulación metodológica, así como los datos que se recogieron a través del análisis de las diferentes técnicas aplicadas, que reflejan las individualidades de cada adolescente.

3.1. Análisis de los instrumentos aplicados

Análisis del cuestionario.

Uno de los instrumentos aplicados en la investigación fue el cuestionario, donde a través de los resultados obtenidos se conoció la situación actual de los púberes sobre el conocimiento o preparación de estos para los cambios biológicos, que comienzan con la llegada de la pubertad.

El cuestionario nos permitió conocer las verdaderas necesidades de los adolescentes respecto al tema investigado, a partir de este se pudo conocer donde se encontraban las mayores deficiencias de los pubescentes con relación a la temática.

Con respecto a la edad de comienzo de la pubertad, alegan que esta comienza alrededor de los 10 años, otros adolescentes señalaron diferentes edades dentro de ellas 11 ó 12, 13 ó 14, 15 ó 16, lo que permitió deducir que no existe un consenso en cuanto a la edad de comienzo.

Además, permitió conocer la deficiente preparación y dominio que poseen acerca de los cambios más importantes que se producen durante la adolescencia, mencionando: "crecimiento de los senos", la menstruación y, los adolescentes masculinos solo mencionaron crecimiento de los testículos y cambio de la voz.

En relación a los conocimientos que poseen sobre los órganos del sistema reproductor, la investigación arrojó resultados importantes, debido a que ellos desconocen la mayoría de los órganos del sistema reproductor, nombrando solamente testículo, pene, ovarios y algunas adolescentes mencionaron el útero.

A través de este se obtuvo conocimiento sobre las principales fuentes de información por los que son preparados, ocupando un lugar importante la información brindada por las madres, la segunda fuente de información son los amigos, pues es en el grupo donde pasan la mayor parte del tiempo, con ellos comparten ideas, criterios y opiniones, en él sienten seguridad y confianza, o sea es el grupo una asignatura insustituible para el adolescente en esta etapa de auto descubrimiento. Siguiendo otras

fuentes importantes de información como, medios de comunicación masiva y los profesores.

Los resultados evidencian que existen deficiencias en los conocimientos y la preparación que poseen sobre las transformaciones que se sucederán en esta etapa, el cuestionario demostró, que los y las adolescentes tienen la necesidad de ser informados y preparados para este proceso. (Anexo 1)

Análisis de la entrevista a los adolescentes.

En la entrevista realizada se constató, que el proceso enseñanza- aprendizaje en relación a los cambios puberales, es deficiente, el análisis evidencia que desconocen qué es la pubertad, a qué edad se inicia y cuáles son sus principales cambios, además de no conocer por qué cambia el cuerpo durante la etapa de la adolescencia.

Cuando se les preguntó, qué conocían por pubertad, algunos adolescentes lo asociaron al “crecimiento”, otros no supieron dar respuesta a la interrogante, mostrando expresiones de inseguridad a la hora de expresar sus criterios, lo que permitió constatar que los adolescentes desconocen la terminología de la palabra “pubertad”.

Con relación a la interrogante por qué cambia el cuerpo durante la pubertad, solamente algunas adolescentes femeninas, ofrecieron la respuesta correcta, donde manifestaron “que el cuerpo se está preparando para tener hijos”, otros mencionaron “ estamos pasando de ser niños a adultos”, ninguno de los varones entrevistado ofreció respuestas, de los cambios que se producen mencionaron principalmente las hembras: crecimiento de las caderas, salen los senos, le salen pelos en el bigote a los varones y la menstruación.

Algunos de los púberes, mencionaron sentir preocupación por su estado de salud, ya que refirieron sentir “mareos” y “dolores de cabeza” y desconocen por qué ocurre esto,

otro evento que mostró preocupación en ellos, es el relacionado con el acné juvenil, ya que este es un fenómeno que no es bienvenido ni por las muchachas ni por los muchachos, por estar muy vinculado con la imagen corporal y que influye a veces en la autoestima y autovaloración de los adolescentes.

Con respecto a la masturbación, los educandos lo consideran como algo dañino y pecaminoso, lo que evidencia que existen creencias erróneas que persisten y que deben ser aclaradas para no provocar en los púberes sentimientos de culpa, y que lo consideren como algo normal, que forma parte de nuestra sexualidad.

Algunas adolescentes refieren “eso es algo sucio”, “lo hacen personas que están enfermas”, otras apuntan “a veces puede ser bueno y a veces malo”, y otras como una práctica que solamente lo pueden realizar los varones. Los varones lo consideran como algo normal si se tiene deseo de hacerlo, y otros no contestaron, pero se pudo observar en las expresiones de sus rostros que sentían vergüenza al conversar sobre este tema.

Respecto a la interrogante relacionada con la maduración sexual ninguno de los adolescentes entrevistados contestó la pregunta, lo que denota no ha existido una adecuada preparación para el proceso de pubertad, donde se les explique que es uno de los cambios que van a ocurrir durante la adolescencia.

Con relación al desarrollo físico y su nuevo aspecto, en las hembras se encontró mayores inconformidades, por el problema de la obesidad, donde utilizaron frases como “estoy gorda y quisiera estar más flaca” otras manifestaron comer poco porque les preocupa estar gordas y después se ríen de ellas y el crecimiento de los senos, donde expresaron frases como: “quisiera tener senos grandes porque es la moda”, otras añadieron “todavía no me han salido ¿no sé por qué?, aunque algunas niñas, sí sintieron conformidad con su desarrollo.

Los adolescentes masculinos no ofrecen respuestas a muchas de las interrogantes, excepto algunos de ellos que mostraron inconformidad con su aspecto físico, donde

uno expresó “estoy muy chiquito, quisiera ser grande y fuerte como mi primo Luisi”, otros se sienten conforme con su apariencia física.

Otro aspecto de gran significación en las hembras es el tema relacionado con la menstruación, lo que consideran una enfermedad, por ser algo que le provoca dolores y malestares, también está asociado a creencias erróneas, como por ejemplo, una adolescente manifestó que su abuela siempre le dice “con la menstruación no se puede ir a la playa”, “ni andar descalza porque después dan dolores”.

Con relación a la interrogante que se refiere al conocimiento que poseen sobre el sueño húmedo, los adolescentes no supieron ofrecer respuestas, mostrando inseguridades en sus rostros, y expresiones de desconocimiento, lo que permitió deducir que no tienen dominio del tema, además expresaron la necesidad de conocer más sobre estos cambios y obtener mayor información sobre la pubertad.

La investigación permitió corroborar que los adolescentes masculinos poseen menos dominio del tema, lo que evidencia una vez más, que no se le ofrece la atención requerida, olvidando las verdaderas necesidades que tienen de ser preparados para el proceso de la pubertad. Además permitió conocer las principales preocupaciones que se presentan a medida que se van produciendo estos cambios en el cuerpo. (Anexo 2)

Entrevistas a los educadores.

En las entrevistas realizadas a los educadores de los adolescentes investigados, se corroboró que no se encuentran capacitados para impartir estos temas relacionados a los cambios que ocurren en la pubertad y a la educación de la sexualidad en general, considerando que los programas implantados por la revolución no se ponen en práctica en los centros educacionales, con la calidad y la sistematicidad requerida con que se deben preparar a los adolescentes, porque desconocen casi todo lo relacionado con la sexualidad.

También refieren los educadores, que además de la poca información que poseen, este problema tiene hondas raíces en los prejuicios que siguen arraigados en nuestra sociedad, que todavía impiden hablar con claridad sobre estos temas con los adolescentes.

Sin embargo queda claro para los docentes, que estos temas deben ser tratados con los niños(as) desde edades tempranas, y no esperar que comiencen con sus dudas, inseguridades y preocupaciones sobre lo que le está sucediendo, refiriendo también la importancia de la familia en la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad, donde consideran que tanto la familia como la escuela deben trabajar mancomunadamente en esta preparación, incluso señalaron, que no utilizan las posibilidades que les ofrecen las asignaturas para desarrollar estos temas.

Resulta incuestionable que muchas veces los educadores no profundizan en estos contenidos, o los tratan de forma superficial y rápida, o los obvian completamente, porque temen a las inquietudes y preguntas que pueden hacer los adolescentes y para las cuales no tienen respuestas, debido muchas veces a los prejuicios, como a los insuficientes conocimientos que tienen sobre la pubertad. (Anexo 3)

Entrevista a los padres.

De acuerdo a los resultados encontrados en la entrevista realizada a los padres, se puede decir, que la mayoría de ellos desconocen el término pubertad, luego de aclarar a que nos referimos cuando hablamos de pubertad nos percatamos que la familia no prepara a los hijos e hijas para las transformaciones biológicas que ocurren durante la adolescencia.

Los padres consideran que la preparación para los cambios biológicos no debe comenzar desde edades tempranas, sino que debe comenzar en la adolescencia, manifiestan que es más importante hablar temas relacionados con la prevención del

embarazo, las enfermedades de transmisión sexual (ETS) incluyendo el SIDA y el uso del condón, desconociendo la importancia que requiere prepararlos para este proceso.

Es necesario que padres y madres concienticen la necesidad de preparar a sus hijos e hijas para la pubertad, ya que este proceso está estrechamente relacionado con la maduración sexual, lo que conduce a que los adolescentes a veces tengan relaciones inestables y promiscuas sin saber las consecuencias que estas puedan traer. (Anexo4)

3.2 Análisis integral de los resultados.

Al hacer la triangulación metodológica de la investigación, y teniendo en cuenta los indicadores medidos en ella, se puede decir que existen deficiencias en el conocimiento que tienen los adolescentes sobre la pubertad, y sus principales cambios biológicos, y no es el adecuado para la etapa de desarrollo en que se encuentran, limitado su desarrollo, siendo este indicador el más afectado.

La preparación e información recibida por los púberes, igualmente demostró que es deficiente, se confirmó que no se brinda la importancia necesaria a este proceso del desarrollo, a veces por desconocimiento de los diferentes factores sociales encargados de la educación de los adolescentes, lo que trae como consecuencia que ellos no posean la información necesaria sobre los cambios de la pubertad, ya que los padres ofrecen mayor importancia a otros temas de la sexualidad.

De igual manera es deficiente las fuentes por las que obtienen conocimientos, en ocasiones, esto se debe no solo a los prejuicios, sino del propio desconocimiento de los términos adecuados, que limitan a informar y responder correctamente, manejar dicha terminología ayuda a romper las barreras que se establecen entre padres, madres y educadores con los y las adolescentes, además la familia y la escuela no le conceden la importancia necesaria a este tema por lo que se hace urgente mantener abiertos los canales de comunicación.

Además se pudo conocer, que los conocimientos son deficientes, porque desde edades tempranas no se le ha dado la enseñanza necesaria a los niños y niñas para prepararlos para los cambios o transformaciones que ocurren en los inicios de la adolescencia, lo que trae como consecuencia, que los púberes desconocen casi todo lo relacionado con este proceso del ciclo vital, y que a veces genera dudas, confusiones y preocupaciones en ellos, ya que no tienen una adecuada información sobre lo que les está ocurriendo.

La poca preparación que reciben actualmente nuestros adolescentes, se refleja en la investigación, donde se corroboró, que la mayoría de los pubescentes estudiados, desconocen sobre la anatomía y las funciones de sus órganos genitales, no lo nombran adecuadamente, utilizando sinónimos y muchos mostrando expresiones de picardía o vergüenza, dando muestra de los tabúes existentes.

Se constató también, la existencia de un mayor conocimiento en las adolescentes del sexo femenino, que en los adolescentes masculinos, lo que demuestra que todavía en pleno siglo XXI continúan existiendo patrones sexistas y de género, que no permite que la familia se concientice de la necesidad de enseñar, preparar a hembras y varones sin diferencias, porque en la medida que se preparen adecuadamente tendrán una vida placentera, sin mitos, prejuicios y tabúes.

Entonces, queda claro que el tema de la pubertad masculina, continúa siendo poco tratada, los prejuicios que sostienen algunas personas cuando dicen “son hombres lo tienen que saber todo”, “tienen que resolver las cosas por sí solos”, y distorsionan las verdaderas necesidades que tienen los varones de ser informados y preparados para comprender el proceso que están viviendo.

Por lo que podemos decir, que los varones sufren ante los estigmas de los roles impuestos por la sociedad, para ellos, la pubertad es igualmente un período de incertidumbre, y en ocasiones no se le permite preocuparse al respecto.

Sin una explicación previa, muchos de los cambios que ocurren en esta etapa los pueden confundir, por tanto hembras como varones deben preguntar, sin vergüenza, ni temor a ser cuestionados, sobre todo aquello que les ayude a comprender los cambios que ocurren en esta etapa de la adolescencia.

Todo demuestra que no es suficiente solamente brindar información a los adolescentes sobre las relaciones estables de pareja, las enfermedades de transmisión sexual, el embarazo precoz, la protección mediante métodos anticonceptivos para prevenir el embarazo y las enfermedades, sino que también resulta necesario prepararlos para los cambios de la pubertad, porque este es un tema de gran relevancia, que puede traer consecuencias negativas para la subjetividad de los adolescentes, porque prepararlos para la vida también lleva implícito, prepararlos adecuadamente para su llegada.

Los resultados del trabajo investigativo , reafirman una vez más que los problemas que en la actualidad existen en la preparación de nuestros adolescentes para la llegada de la pubertad, serán resueltos en la medida en que se capaciten eficaz y activamente educadores y padres, por ser ellos, principalmente los que desempeñan la función rectora dentro del proceso, siendo necesario que realicen todos los esfuerzos con vista a preparar y garantizar la educación de nuestros adolescentes para enfrentar sin miedo y preocupación todos los cambios o transformaciones que ocurren en la adolescencia, y principalmente aquellos relacionados con la pubertad.

No se puede olvidar que este proceso solo tendrá éxito en la medida que intervengan de forma sistémica, armónica y mancomunada familia y escuela, como principales factores sociales que influyen en la preparación de los adolescentes.

Aunque en el estudio no se evidenció que existan en los adolescentes repercusiones negativas por los cambios biológicos, que puedan afectar su autoestima y su autovaloración, sí existen eventos que causan importantes preocupaciones en estos

pubescentes, y por eso se hace necesario prepararlos para este proceso tan importante en la vida del ser humano.

3.3. Propuesta de un conjunto de actividades encaminadas a la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos y su repercusión psicológica.

De acuerdo al diagnóstico encontrado en los estudiantes de 7mo grado de La ESBU Vicente García de las Tunas, sobre el conocimiento que poseen sobre los cambios puberales que ocurren con la llegada de la adolescencia, proponemos un conjunto de actividades, donde pretendemos desarrollar en los adolescentes un mayor desarrollo cognoscitivo sobre todo lo relacionado con los cambios que ocurren con la llegada de la pubertad, también se proponen actividades encaminadas a preparar y/o capacitar a los profesores y la familia, por ser estos los encargados de su educación y orientación. Estas actividades posibilitan la apropiación de los conocimientos y la preparación de los adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad.

Un elemento importante es la sistematicidad en su ejecución, pues de esto dependen los resultados, por lo que hay que asegurar el cumplimiento de todas las secciones de trabajo, el cual debe elaborarse con objetividad, a partir de la más amplia participación de todas aquellas personas implicadas, dígase familia, PGI y adolescentes.

Se plantea un conjunto de actividades encaminadas a potenciar en los adolescentes un mejor conocimiento sobre la pubertad. Las principales ideas por las que se elaboran es para:

- Capacitar a padres y profesores para la preparación de los adolescentes para los cambios de la pubertad.
- Lograr un mayor conocimiento y preparación en los adolescentes sobre la pubertad y sus principales cambios.

- Evitar que estas transformaciones repercutan negativamente en la subjetividad individual de cada adolescente.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES ENCAMINADAS A LA PREPARACION DE ADOLESCENTES PARA LOS CAMBIOS BIOLÓGICOS DE LA PUBERTAD.

ACTIVIDADES	TEMAS	ESTIMADO EN MES	RESPONSABLES	PARTICIPANTES
Objetivo. Capacitar a los profesores sobre la adolescencia y los cambios biológicos.				
1. Conferencias.	La adolescencia sus principales características.	Mensual	Psicólogo del centro.	PGI
2. Cursos de Capacitación	Se debatirá todo aquello relacionado con los cambios biológicos y la repercusión que pueda causar en los adolescentes.	Bimensual	Psicólogo del centro.	PGI
3. Talleres de reflexión	Se trataran temas relacionados sobre la importancia de preparar a los adolescentes masculinos para la pubertad.	Mensual	Dra. De la familia y psicólogo del centro.	PGI

Objetivo: Suministrar la información necesaria sobre la importancia de preparar a los hijos para la pubertad.				
1. Escuelas de padres.	Se abordarán temas relacionados con la adolescencia, la influencia de la familia en la orientación y preparación de los adolescentes para los cambios biológicos.	Mensual	PGI y Psicólogo del centro.	Padres u otros familiares encargados de la educación de los adolescentes.
2. Entrevista de orientación a los padres.	Orientación a la familia sobre el tema tratado y la necesidad de preparar a los adolescentes masculinos para la pubertad.	Mensual.	Psicólogo del centro educacional.	Padres y familiares.

Objetivo. Potenciar el desarrollo cognoscitivo de los adolescentes para los cambios puberales.				
1. Talleres educativos.	¿Qué es la adolescencia?	Quincenal.	PGI	Estudiantes de 7mo grado.
2.Charlas educativas	Se debatirán temas relacionados con la educación de la sexualidad en la adolescencia.	Semanal	PGI	Estudiantes de 7mo grado.
3. Lectura recomendada. ¿Qué nos pasa en la pubertad? De Mariela Castro.	Se trabajaran todos los temas del libro.	Semanal.	PGI	Estudiantes de 7mo grado.
4. Cine Debate.	Se proyectará la serie pubertad, donde se debatirán todos los cambios relacionados con este proceso.	Semanal.	PGI y el Psicólogo del centro.	Estudiantes de 7mo grado.

CONCLUSIONES

- Los insuficientes conocimientos que poseen los adolescentes, inciden en la deficiente preparación para los cambios de la pubertad, donde se evidencia que el sexo masculino, posee menos dominio del tema, lo que puede incidir de forma negativa en su subjetividad.

- Los púberes tienen la necesidad que se les brinde una mayor preparación acerca de los cambios biológicos y su repercusión psicológica, para un adecuado enfrentamiento a esta etapa del desarrollo.

- A través del diagnóstico se pudo comprobar la deficiente preparación de los púberes, por lo que se propone un conjunto de actividades que en estrecha relación con la familia y la escuela logren un mayor conocimiento y preparación en estos adolescentes.

RECOMENDACIONES.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación y conociendo la situación actual y la deficiente preparación de los adolescentes para los cambios de la pubertad recomendamos:

1. Continuar investigando en esta temática, y realizar intervenciones oportunas para lograr una adecuada preparación en los adolescentes para los cambios biológicos.
2. Profundizar en el conocimiento y vías para potenciar la preparación de los y las adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad.

Bibliografía

1. Alvaré Alvaré, Laura Elena. Conversando íntimamente con la adolescente mujer. Editorial Científico- Técnica, 2005.
2. Atención a los adolescentes. Manual de conferencias para la aplicación de las normas de atención. Guatemala. Ministerio de Salud Pública, 1999.
3. Colectivo de Autores. Editorial Pueblo y educación, 2003. Conocer nuestra sexualidad.
4. Castellano Simons, B y González H.A. Sexualidad Humana. Personalidad y educación. Editorial Pueblo y Educación.2003.
5. Castro Espín, M. ¿Qué nos pasa en la pubertad? Editorial Científico Técnica, 2007.
6. Colectivo de autores. Selección de lecturas. Psicología del desarrollo. Editorial Félix Varela, 2007.
7. Colectivo de autores. Metodología de la investigación educacional parte 2. Editorial pueblo y educación, Ciudad de la Habana, 2002.
8. Colectivo de autores. Conocer nuestra sexualidad. Ministerio de educación, 2004.
9. Colectivo de autores. Documento teórico metodológico. Hacia una sexualidad responsable y feliz. Editorial pueblo y educación, 1997.
10. Castro Alegret, P. L. Familia Sexualidad y educación. MINED. 2003.
11. Carvajal, Rodríguez. Temas de educación para la salud y educación de la sexualidad. Editorial Pueblo y educación. La Habana, 2003.

12. Domínguez García, Laura. Psicología del Desarrollo de la adolescencia y la Juventud. Editorial Félix Varela. La Habana. 2003.
13. ----- Psicología del desarrollo. Problemas, principios y categorías. Editorial Félix Varela, 2007.
14. Díaz Cantillo, Celia. La educación sexual: una necesidad en la preparación del docente. Resultados del proyecto FNUAP- MINED. Pedagogía.- Instituto Pedagógico Pepito Tey, Las Tunas, 200
15. Editorial de Ciencias Sociales. Ciudad de la Habana, 1978. Tesis y Resoluciones del congreso del PCC.
16. Espín, Vilma. Intervención en el IV Congreso de la UJC abril 1982 sobre la educación sexual en la nueva generación. Editora Política, Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación, 2005. Hacia una sexualidad responsable y feliz. 1985.
17. Fleitas, R. Situación de la infancia y la adolescencia en Cuba. Sexología y sociedad 2006 abril; 12(30). Pág. 7-10.
18. González Hernández, Alicia. Revista Científico Metodológica. Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona. Artículo Adolescencia y sexualidad en la sociedad de hoy, 2002.
19. Gutiérrez Baró. Elsa. Los niños enseñan. Diez historias de niños y adolescentes. Colección guía para la familia. Editorial científico-técnica. La Habana, 2003.
20. Gómez Martínez, Cristóbal. Para que la familia funcione bien. Editorial Científico técnica, 2005.

21. González, A y Castellanos, B. Sexualidad y género. Alternativas para su educación ante los retos del siglo XXI. Editorial Científico Técnica. La Habana. 2003. Pág. 5, 161
22. Kon. I.S. Psicología de la Edad Juvenil. Editorial Pueblo y educación, 1991.
23. Martí. Pérez, José. Obras Completas. Tomo 8. Imprenta Nacional de Cuba. La Habana, 1961.
24. Martínez Gómez, C. Guías practicas de atención integral a la adolescencia. UNICEF, 1998.
25. Masters, H.W. y E. Jonson, V. La sexualidad humana. Edición revolución. La Habana, 1988.
26. Núñez de Villavicencio. Psicología y Salud. Editorial Ciencias medicas. Ciudad de la Habana, 2001. Pág. 141.
27. Prendes Labrada, C y Reyes Wilfredo. Adolescente embarazada la mejor opción. Editorial Científico Técnica, La Habana, 2005.
28. Prego Regueíferos, Luís A. El niño y su pequeño mundo. Editorial Científico Técnica, La Habana, 2005.
29. Petrosvky A. V, Psicología Evolutiva y Pedagógica. Editorial Pueblo y Educación.
30. P. Cervantes. Clotilde. Selección de lecturas de Sociología y Política Social de Género. Editorial Félix Varela. La Habana, 2005.
31. Roberto .H. Sampier. Metodología de la investigación. Editorial Félix Varela. La Habana, 2004.

32. Shilling, A. Educación Sexual, una necesidad en la formación del Educador/ Martín Viaña V. En Revista Pedagógica Cubana, No.5, La Habana, 1990.

33. Vigotsky S. L. Obras Completas. Tomo V. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba.

34. ----- (1994). The Vygotsky Reader. Edited By René Van Der Veer y Joan Valsiner, Blackwell, Oxford, USA.

35. -----The social genesis of thought. East Sussen Uk. Psychology Press

Web grafía

[http:// www. ugr .es. /- educasi / z ihtm.](http://www.ugr.es/~educasi/z.htm)

[http: // www. sld. cu/ salud vida/ jóvenes/ temas. php? Dv](http://www.sld.cu/saludvida/jóvenes/temas.php?Dv)

[http: / www. psiquiátrico hph. Sld .cuhph0305/hph 031605htm.](http://www.psiquiátrico.hph.Sld.cuhph0305/hph031605htm)

Para educar la sexualidad en los adolescentes. [http://salud paralavida. Sld. cu/ modules. Php](http://saludparalavida.Sld.cu/modules.Php)

Cómo educar al adolescente [http://saludparalavida .sld.cu/ modules. Php](http://saludparalavida.sld.cu/modules.Php)

Dra. Aloíma Ravelo. Adolescencia ¿Etapa Crítica? [http: // saludparalavida. Sld. cu.](http://saludparalavida.Sld.cu)

[http:// whos. Hamhung. us/ show/ 2oht Orwt.](http://whos.hamhung.us/show/2ohtOrwt)

[http:// www. difundiferox. com. /](http://www.difundiferox.com/)

[http:// dir. blogflux. com/cat/academic. html.](http://dir.blogflux.com/cat/academic.html)

[http://www. blogtopsites. com/ academics. /](http://www.blogtopsites.com/academics/)

<http://www.rena.edu.ve/SegundaEtapa/ciencias/pubertad.html>

[http://www.paho.org/English/AD/SDE/HS/CNHPS.pdf.](http://www.paho.org/English/AD/SDE/HS/CNHPS.pdf)

ANEXO 1

Estimados adolescentes:

En las Tunas se está desarrollando una investigación con la intención de conocer los conocimientos que tienen los adolescentes sobre los cambios biológicos de la pubertad, teniendo como finalidad la continua preparación de los adolescentes. Agradeceríamos su colaboración respondiendo el siguiente cuestionario

Objetivo: Conocer la información que poseen los adolescentes sobre los cambios puberales.

Sexo: _____ Masculino _____ Femenino

¿Conocen qué es la pubertad?

Sí---- No----

La pubertad comienza a:

---- 8 años

---- 10 años

---- 11 ó 12 años

---- 13 ó 14 años

---- 15 ó 16 años

---- varía de acuerdo a las personas.

Durante la pubertad ocurren muchos cambios en el cuerpo, marca con una x los que tú conozcas y consideres que se producen en la etapa.

---- crecimiento de los vellos púbicos

---- crecimiento del corazón

---- desarrollo de la musculatura

---- engrosamiento de la voz

---- cambio de forma de la pelvis

- cambio en el útero, la vagina y los ovarios
- inicio de la menstruación
- olor corporal
- crecimiento de los testículos
- aumento de la estatura
- comienza la madurez sexual
- crecimiento de los senos.

De los siguientes órganos del sistema reproductor, marca con una F los que consideres que son del sexo femenino, y con una M los que consideres del sexo masculino.

- testículos
- escroto
- vagina
- glande
- cérvix
- pene
- ovarios
- clítoris
- labios mayores
- próstata
- labios menores.

Todos los conocimientos que tienes los has aprendido de:

- madre --- profesores --- padre --- medios de comunicación
- hermano(a) --- amigos --- alguna literatura.

¿Quisieras conocer más sobre los cambios que ocurren en tu cuerpo?

- Si ----- NO

ANEXO 2

ENTREVISTA A LOS ADOLESCENTES.

Objetivo: Constatar los conocimientos que poseen los adolescentes sobre los cambios biológicos que ocurren durante la pubertad.

¿Qué es para ustedes la pubertad?

¿Han notado cambios en sus cuerpos. ¿Cuáles?

¿Saben por qué cambiamos?

¿Le preocupa algo de lo que está sucediendo en sus cuerpos?

¿Cuáles son mayores preocupaciones?

¿Qué es para ustedes la maduración sexual?

¿Cuáles son los cambios físicos externos en las hembras?

¿Cuáles son los cambios físicos externos en los varones?

¿Cuáles son los cambios físicos internos en las chicas?

¿Cuáles son los cambios físicos internos en los chicos?

¿Saben por qué llega la menstruación?

¿Consideran la masturbación como algo malo, dañino?

¿De tú nuevo aspecto que es lo que no te agrada?

¿Conocen qué es el sueño húmedo?

¿Les gustaría tener más conocimientos sobre todos los cambios que ocurren con la llegada de la pubertad?

ANEXO 3

ENTREVISTA A LOS PROFESORES.

Objetivo: Obtener información sobre la preparación que poseen para impartir temas relacionados con los cambios biológicos de la pubertad.

Usted considera que existen insuficiencias en la educación de la sexualidad de niños y adolescentes.

¿A qué considera que se deba esto?

¿Sabe usted que es la pubertad?

¿Se siente usted preparado para tratar esta temática con los adolescentes?

¿A qué edad usted considera que se deba comenzar a preparar a los niños/as y adolescentes para la llegada de la pubertad?

¿A quién corresponde la tarea de prepararlos?

¿Usted considera que se le da la importancia requerida al tema de la pubertad?

¿Considera que la escuela utiliza las diferentes vías de vinculación con la familia para orientar e informar de cómo preparar a los hijos para la pubertad?

ANEXO 4

ENTREVISTA A LOS PADRES.

Objetivo: Obtener información sobre la preparación que los padres les brindan a sus hijos e hijas para llegada de la pubertad.

¿Sabe usted a qué nos referimos cuando hablamos de pubertad?

¿Ha preparado a su hijo o hija para la llegada de la pubertad?

¿Considera importante preparar a nuestros hijos e hijas para este proceso de la vida?

Sobre qué temas conversa usted con sus hijos.

A qué edad considera usted que se deban preparar niños y niñas para la pubertad.

Considera que se deban preparar de igual forma hembras y varones para la pubertad.