

# DA EDUCACIÓN SEXUAL PARA A SAÚDE Á SAÚDE SEXUAL POLA EDUCACIÓN

*Lourdes Maceiras García*

*Angel Segovia Largo*

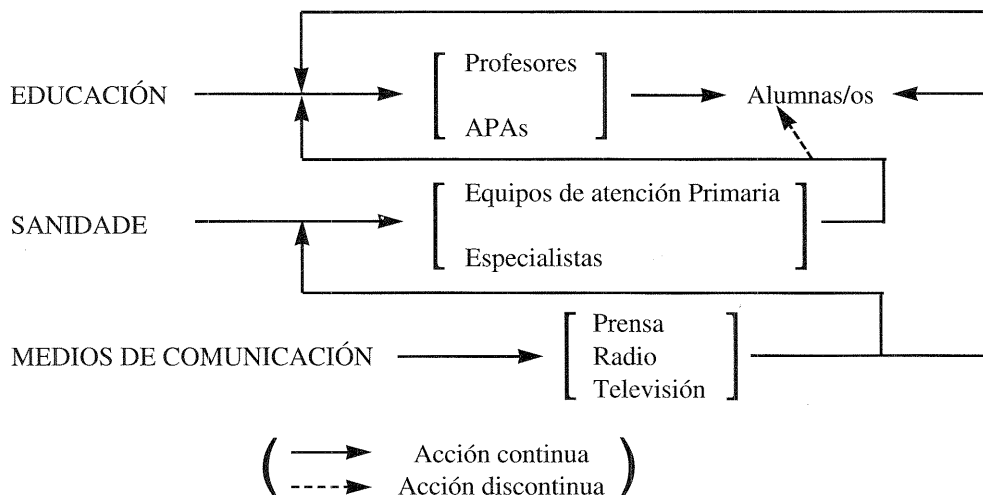
Asociación Galega de Educación para a Saúde

Desde a Asociación Galega de Educación para a Saúde decidimos abordar esta temática na escola. Esta elección foi bidireccional:

- a) Por unha banda, nós consideráramo un puntal importante na formación dos escolares.
- b) Por outra banda, é un tema solicitado por alumnos e pais.

Dende a perspectiva de :

AXENTES DA EDUCACIÓN PARA A SAÚDE:



Escollimos como

### **ESTRATEGIA:**

*a Educación para a Saúde.*

Para conseguir *Promoción de Saúde.*

Abarcamos tres poboacións diana: segunda etapa de EXB, escola de pais e medios de comunicación.

Pasamos a describir a continuación as respectivas experiencias.

## **PRIMEIRA**

### **POBOACIÓN DIANA**

Segunda etapa de EXB dun Colexio Público da provincia de A Coruña.

### **OBXECTIVOS XERAIS**

Lograr:

\* Por parte dos educadores: Unha mellora do traballo habitual por medio dun equipo interprofesional e multidisciplinario.

\* Por parte dos educandos:

a) Unha autoeducación-autoformación por medio do traballo en equipo e a reflexión (aprendizaxe crítica, constructiva e compartida).

b) Acceder a unha información e formación efectivas e adecuadas, sobre a importancia da sexualidade e do desenvolvemento armónico integral e integrado da persoa para lograr a súa madurez con vistas á plenitude de vida e á dignidade persoal e colectiva.

### **OBXECTIVOS ESPECÍFICOS E CONTIDOS**

1.- Dedicarnos ós temas que interesan realmente ós alumnos.

Non quixeramos quedarnos simplemente en consideracións biolóxicas, xa que o desenvolvemento sexual da persoa se realiza de forma paralela ó seu desenvolvemento xeral. A responsabilidade educativa da escola non consiste só en suministrar coñecementos e desenrolar actividades, senón tamén en asegurar o progreso psicolóxico dos alumnos. Non podemos *quedarnos atrás* nin *chegar máis tarde* ós temas que son o seu centro de interés, nin *ó como e por que* deles; nin podemos, por outro lado, *forzar* o seu propio ritmo, *acelerar* a súa madurez ou sensibilidade.

2.- Favorecer as relacións e comunicación interpersonal de xeito que funcionemos dende a perspectiva “ideas claras con palabras claras”.

Chegámolo a converter nunha máxima de tódalas actividades. Desde a linguaxe popular ata a científica. Sen expresión rebuscadas, sen *eufemismos*, sen linguaxe farisaica.

O vello concepto de que “todo o sexual é malo”, tabú, prohibido, intocable..., leva a non chamar ás cousas polo seu nome...; sen caer nas charlas *ex-cátedra*, que ás veces ocultan os nosos propios medos, inseguridades, desagrado ou falta de seriedade, incorporamos á nosa linguaxe habitual un vocabulario sexual non discriminatorio, preciso; falamos da sexualidade con naturalidade e dignidade.

3.- Asegurar a adquisición de coñecementos anatómicos e fisiolóxicos:

- aparato xenital masculino
- ciclo sexual do home
- aparato xenital feminino
- ciclo sexual da muller

4.- Axudar á clarificación da interrelación humana e das súas consecuencias para un mesmo e para os demais:

- sensualidade / sexualidade
- unión sexual

5.- Coñecer o desenvolvemento dunha nova vida:

- fecundación
- embarazo
- parto
- post-parto

Nestes tres apartados (3, 4 e 5) abordamos información e formación sobor da sexualidade: aspectos biolóxicos, psicolóxicos, sociais, éticos e relixiosos.

Dende a perspectiva das funcións da escola en educación sexual...:

- = Proporcionar coñecementos obxectivos, rigurosos e completos.
- = Formar hábitos de comportamento axeitados.
- = Favorecer a toma de actitudes responsables.
- = Axudar a crear personalidades humana e socialmente espontáneas, creativas e ceibes.

...analizamos e profundizamos en :

\* A sexualidade como forma de comunicarnos e relacionarnos, de expresar afecto e tenrura, de xogar e experimentar placer, de sentirnos, de vivir en plenitude, de obter saúde.

\* Participa todo o corpo; espertar e estimular os sentidos.

\* Hixiene e limpeza adecuadas de todo o corpo, tamén dos xenitais.

\* Distinguir entre desexos, sentimentos, sensualidade, xenitalidade, amor, amizade, reprodución...

\* Que produce o desencadeamento fisiolóxico do orgasmo e que supón a actitude consciente, comunicativa, afectiva... O importante na vida ¿é saciar as necesidades? ¿é realizarse como persoas?... tamén nisto a sexualidade funciona como un todo co resto da persoa.

\* Non somos seres sexuais, somos seres sexuados. Non temos un corpo, somos un corpo. A sexualidade forma parte da persoa dende o nacemento e está presente no seu proceso de socialización; non pode apartarse do resto dos procesos da vida. É algo dinámico, vívese de distinta maneira en cada etapa da vida.

\* Elaborar criterios propios sobre sexualidade que axuden a tomar decisións válidas para un mesmo e para os demais, con independencia dos prexuízos sociais e das modas. Responsabilidade e creatividade na solución dos problemas que provoca a sexualidade.

\* Ética nas relacións humanas: as conductas sexuais (coma outras) implican ós demais, hai que telos en conta. Capacidade de analizar e prever as consecuencias dos actos: inmediatas e lonxanas, sobre un mesmo e sobre os demais.

\* Papeis feminino e masculino na nosa cultura. Igualdade intelectual, social e política. (Neste punto pódese interconectar con outros dous temas moi interesantes tamén: a **‘Educación Non sexista’** e a **‘Educación para a Paz’**).

\* Cando se quere a alguén se comparten afectos e problemas, e se procura resolvelos en común.

\* Importancia dos aspectos da paternidade e maternidade, asumir reponsabilidades e sentimentos compartidos. Planificación familiar.

6.- Prestar especial atención ós temas que máis lles preocupan: é a forma de lograr a motivación e a aprendizaxe significativa.

Preguntaron sobre:

- enfermidades de transmisión sexual; é o tema que máis lles preocupa, a moita distancia dos outros; posiblemente polas características socio-culturais da zona: xente de mar, pescadores de altura que pasan moito tempo fóra dos seus fogares; posiblemente tamén porque é unha temática que necesita máis cás outras un enfoque médico, e solicitan continuamente a súa ampliación e profundización nas charlas coa médica e nas clases. Elaboramos elaborar un folleto informativo.
- anticoncepción
- homosexualidade
- cambios físicos e mentais da puberdade
- Outros: interesáronse tamén por: machismo/compartir as tarefas domésticas, esterilidade, impotencia/frixidez, criptorquidia, orgasmo, menopausia, aborto, partos prematuros, nenos-probeta, tabaco, alcohol e medicamentos durante o embarazo, exercicios das embarazadas, parto sen dor, cesárea, xemeos (este é un tema que, ante o noso asombro, os ten intrigadísimos... ¿dous ó precio dun?...), subnormalidade/nenos anormais (incidiron bastante nisto).

... E... as inevitables preguntas de...

— ¿por que non é máis amplo este tema na idade escolar?

— ¿por que non se fala das enfermidades de transmisión sexual?

— ¿o rapaz de 14 anos pode embarazar á rapaza de 13 anos?

— a primeira visita ó médico

— ¿a que é debido o medo a falar destas cousas?

... supomos que se refiren non só ó colexio, senón tamén ás súas familias...

Para traballar en grupos escolleron os temas:

Grupo 1) Relación chico/a; adolescencia.

Grupo 2) Virxitude; amor e desengano ós 14 anos.

Grupo 3) Masturbación; prostitución; relacións prematrimoniais.

7.- Analizar as *ideas* persoais e sociais que hai sobre sexo e amor:

— reafirmar e potenciar as positivas

— criticar e desmoronar as negativas

Ademais de lograr así a construción do coñecemento, isto é moi importante porque a vivencia da sexualidade vai repercutir sobre a aceptación de si mesmo e dos demais, a comprensión do corpo, facilidade ou incapacidade para comunicarse coas outras persoas e para establecer relacións afectivas con elas, etc.

Os mitos, prexuízos, conceptos erróneos, falta de información... poden levar a medos, bloqueos, desequilibrios emocionais ou consecuencias desafortunadas, que non teñen por que producirse. O concepto de que “o principal órgano sexual das persoas é o CEREBRO” é moito máis real do que ás veces nos cremos.

Esta revisión equilibra o interese do adolescente pola sexualidade, axúdalle a valorala e a vela como unha parte máis dun conxunto, formado tamén pola autoformación, relación cos demais, sentido da vida, sociedade, política, deporte, natureza, música, etc. A ‘*crise*’ pola que están pasando atenúase se desculpabilizamos, desmitificamos, desdramatizamos e limpamos a temática do sexo, se a viven sanamente.

Queremos axudar a formar actitudes positivas con respecto á sexualidade, e a elaborar criterios propios que, por outra banda, eles irán avaliando continuamente, e comprobando a influencia nas súas actitudes e vivencias do “que dirán”, “faino a maioría”, “sempre foi así”, “é o normal”... e o que poden presupoñer as normas culturais sen fundamento científico pero que a xente eleva a verdades absolutas.

Queremos apoiar a asunción da imaxe corporal e da sexualidade, a superación de inseguridades, desigualdades..., a reorientación das súas vidas...

É fundamental que os educadores manteñamos e defendamos nos nosos intercambios verbais e non verbais cos alumnos, posturas claras e firmes sobre a sexualidade.

8.- Animalos a enfrentar con realismo e valentía os seus temores, medos, falta de comunicación con pais e profesores, etc.

Que pregunten sempre TODO o que queiran saber, e se alguén non lles contesta, que recurran a quen saiba e queira facelo.

O feito de que establezan un diálogo sobre as súas preocupacións, os seus sentimentos, a sexualidade..., de que se cree un clima de confianza e naturalidade, é máis importante

ás veces (sobre todo na familia) que a calidade das respostas. Moitas veces os seus pais non lles responden ou fano con evasivas, impresións ou desgana porque non se cren preparados, non porque non queiran facelo, é importante que os nenos entendan esta diferenza, e que tódalas persoas somos froito dunha educación non sempre liberadora. Outras veces cremos que nos faltan *contidos* sobre sexualidade para conversar ou responder, cando realmente estamos transmitindo inconscientemente en todo momento *actitudes* sobre sexualidade (educamos máis co que facemos, que co que dicimos), (a isto chámase Educación incidental ou non intencionada).

A educación sexual empeza sempre no seo da familia; nela o neno descobre o seu corpo e ten posibilidade de comparalo co do outro sexo. No fogar poden comezar as prohibicións e a vivencia parcializada do corpo.

É fundamental a comunicación dos adolescentes cos adultos para contrastar as súas experiencias, sentimentos e pensamentos. Se non encontran explicacións nin ganas de dalas ou buscalas xuntos, buscaranas á través doutras canles, e poden obter unha información-formación parcializada, incorrecta e errónea, que alimente actitudes negativas.

Dato importante: a intervención dos pais na educación sexual non alcanza a máis do 20% dos rapaces, quedando o 80% restante á mercede doutras fontes de información: amigos, medios de comunicación, libros, revistas...

Hai que ter tamén en conta que os adolescentes viven máis en pandilla que en familia, e as súas vivencias soen ser: “a familia é criticable, a pandilla é crítica”.

## **METODOLOXIA, ACTIVIDADES E RECURSOS**

Na clase de ética díceselles ós alumnos que escollan os temas que queren tratar, e, entre eles, xurde ‘*A Sexualidade*’.

Despois de varias sesións traballando esta temática en pequenos grupos a partir de: exposicións do profesor, noticias dos medios de comunicación, bibliografía, etc., o profesor considera que pode ser enriquecedora a intervención dunha persoa sanitaria. Chegados a un acordo médica e profesor, indícalles ós alumnos que concreten por escrito as cuestións e problemas que máis lles preocupan e que lles gustaría que se tratasen, (para que realicen unha aprendizaxe significativa).

Durante a preparación do programa, amplíase o equipo, entrando nel os profesores doutras áreas curriculares que abordan tamén esta temática: ciencias naturais, ciencias sociais, relixión e educación física: fórmase así un módulo interdisciplinar.

Elabóranse unhas liñas comúns de actuación e coordinación, e, despois, cada profesor trata nas súas clases o tema dende a súa perspectiva curricular; unha tarde cada mes hai unha charla-coloquio e audiovisuais coa médica, á que asisten os alumnos dun nivel determinado (6º) (7º e/ou 8º) e os seus profesores. Cara á fin do curso, preténdese organizar unha mesa redonda coa médica e cinco profesores.

Participan nesta experiencia educativa tódolos alumnos da segunda etapa, os profesores das cinco áreas e unha médica, co apoio da dirección do centro, actuando como coordinador o profesor de ética.

Nas clases de ética séguese a seguinte **metodoloxía**:

1º) Traballo en pequenos grupos (4 alumnas/os), cadaquén cun tema distinto elexido por elas/es:

\* estudo do tema a tratar, lectura de testemuños, casos...

\* elaboración dun temario:

@ delimitación do tema, ¿en que consiste?

@ aspectos positivos e negativos

@ consecuencias ou efectos a curto e a longo prazo

@ criterios morais

\* preparar preguntas para facerlle á médica

2º) Posta en común e debate.

Trátase de que sigan un ritmo de investigación-acción:

1º) análise da temática

2º) síntese - tomas de postura

O ambiente de traballo é “o que facemos ou dicimos en clase é *para a vida*, polo tanto debemos actuar coa máxima liberdade individual e grupal”.

A **metodoloxía** das charlas-coloquio é:

1º) Respostas ás preguntas, problemas, temáticas... que plantexaron os alumnos por escrito.

2º) Exposición de temas-obxectivo de estudio.

3º) Preguntas directas orais (*‘dos’* e *‘ós’* alumnos) ou por escrito (*‘dos’* alumnos).

4º) Deixar *‘no aire’* ideas para que as retomen, discutan e formulen interrogantes.

Preténdese quedando a clase como as charlas-coloquios sirvan de:

1) información

2) punto de partida para:

- a reflexión

- o diálogo, entre eles e co equipo educativo

**Materiais:**

\* Buzón de: preguntas, ideas, suxerencias, observacións, queixas... Ponse a disposición dos alumnos desde o primeiro momento para evitar as inhibicións e os retraimentos que, ó principio, poden derivarse da timidez, e levalos a non expresar clara e abertamente as súas dúbidas.

\* Audivisual: *Educación para o amor*; úsanse soamente as diapositivas, xa que as cintas magnetofónicas son moi amplas e non inciden na temática que nós queremos tratar en profundidade, nin como nos interesa facelo.

\* Proxector de diapositivas.

- \* Pantalla.
- \* Vídeos sobre sexualidade e reprodución.
- \* Un magnetoscopio e un aparato de televisión.
- \* Bibliografía: libros, revistas, cómics, folletos, periódicos...
- \* Reprografía, fichas, franelogramas, xogos, carteis, adhesivos...

Todo tipo de material que motive e resulte didáctico é válido.

## AVALIACION

- 1.- Da estrutura:
  - a) locais, materiais... utilizados
  - b) facilidades para a súa utilización
  - c) ¿son os axeitados?
- 2.- Do proceso:
  - a) ¿o número de actividades é suficiente?
  - b) ¿o seu contido é o axeitado?
- 3.- Do resultado:
  - a) número de profesores que participan
  - b) interese que demostran
  - c) interese e seguimento por parte dos alumnos, (para eles a participación non é voluntaria, así que o número non é valorable porque son todos)
  - d) pretest e postest ós alumnos de coñecementos e enfoques persoais sobre diversos aspectos, que ó mesmo tempo é unha análise do noso labor: ¿que lles deixamos claro, que lles transmitimos...?: isto levaríanos a outro punto da avaliación:
  - e) ¿logramos informar e motivar ós alumnos de xeito que teñamos feita realidade a Educación para a Saúde? (é distinto ó punto 2, xa que poden terse desenrolado ben as actividades sen motivar ós alumnos), ¿constatáronse cambios en coñecementos, actitudes e hábitos?
  - f) sen meternos en tests..., analizar tamén o equipo interprofesional de EpS que cousas novas aprendimos
  - g) efectividade: ¿funcionou a experiencia? ¿os obxectivos alcanzados foron os programados?
  - h) eficiencia: ¿os logros son satisfactorios en relación cos costes que supuxo obtelos?
- 4.- Da satisfacción dos alumnos por todo o que supuxo tratar este tema ó longo do curso
- 5.- Resumir os datos avaliados para tirar conclusións e formular propostas de acción futura



A avaliación no tempo:

\* Os puntos 1, 2, 3-a, 3-b e 3-c son motivo dunha avaliación continuada: unha vez cada quince días.

\* O punto 3-d realízase ó principio e ó final da experiencia.

\* Os puntos 3-e, 3-f, 3-g, 3-h, 4 e 5 realízanse á fin do curso.

A avaliación na forma:

\* Para os coñecementos: preguntas orais e por escrito,

\* Para as actitudes: preguntas orais e por escrito, observación) por parte dos distintos membros do equipo educativo-sanitario) das preguntas que se fan e nos fan, das que omiten, dos comentarios que xorden nos grupos, das relacións interpersonais que se establecen...; motivar e provocar as respostas, definicións persoais e tomas de posturas a base de: “e...¿que podería pasar se...?”, “a túa razón é válida, pero pode ser válida tamén a que é totalmente distinta á túa...¿ou non?...”, “¿quen está de acordo e por que?”, “¿quen non está de acordo e por que?”...

Vemos a avaliación como unha actividade necesaria e a realizar por todo o equipo e polos alumnos (nestes é moi importante potenciar e motivar a autoavaliación). Intentaremos levala a cabo con criterios flexibles pero de profesionalidade, senón... non serviría para cáseque nada.

## CONCLUSIONS

1) Constatouse unha mellora no traballo cotián ó ser levado a cabo en equipo multidisciplinario e interprofesional; a experiencia foi moi enriquecedora a pesar do esforzo que esixiu para a súa preparación e coordinación.

2) O feito de seren dúas persoas de distinto sexo (profesor e médica) as que coordinaron o traballo, foi unha axuda importante para a coeducación.

3) Ós alumnos as discusións e diálogos en grupo, o poder expresar opinións e sentimentos, axúdalles a manter relacións abertas, tolerantes, e a comprender outros puntos de vista, outras maneiras de vivir a sexualidade.

4) Inda que os cambios reais de actitudes non son medibles a curto prazo, creouse un clima de benestar e franqueza que nos axudou a todos como persoas e como colectivo. Melloraron as relacións e comunicación entre os alumnos, e entre eles e os educadores.

5) A participación foi activa, globalizadora e integradora. Fíxose realidade o “todos e sempre podemos ensinar; todos e sempre podemos aprender”.

6) Os alumnos ó ver que lle adicabamos tempo e esforzos ó tema e a eles, tomárono en serio e déronlle importancia, axudoulles a valoralo.

7) É importante a avaliación formativa: avaliación continuada de contidos, métodos, dinámica e resultados que se van obtendo, dende os alumnos e dende os educadores, para poder clarear, ampliar, profundizar, modificar...

8) Non temos ningunha dúbida sobre a necesidade da educación sexual, o problema ás veces é como levala a cabo. Somos tamén conscientes da importancia da forma de vivila os adultos diante dos rapaces.

9) Veulles ben ós alumnos o achegamento a unha persoa sanitaria, e axudaralles cando, no futuro, necesiten ir a unha consulta. Tamén dende os Centros de Orientación Familiar e Equipos de Atención Primaria é preciso favorecer a accesibilidade dos adolescentes, e garantir en todo momento a confidencialidade dos datos.

10) Quedámonos curtos nalgúns temas:

- Sentido lúdico da relación sexual.
- Utilización comercial da sexualidade.
- A prostitución como problema social.
- Aspectos legais relacionados coa sexualidade.
- Recopilación de datos sobre sexualidade noutras culturas e comparalos coa nosa.
- Diferencias e similitudes entre sexualidade humana e sexualidade animal.

## **PALABRAS CLAVE**

Educación para a Saúde, equipos interprofesionais e multidisciplinares, participación, educación sexual, saúde sexual, estilo de vida.

## **SEGUNDA**

### **POBOACION DIANA**

Escola de pais dun Colexio Público Rural Agrupado de Galicia.

Están participando nesta actividade entre dez e quince pais/nais.

### **OBXECTIVOS XERAIS**

\* Crear un espazo de información e formación, de exposición e discusión para pais de alumnos.

\* Elevar o nivel de responsabilidade dos pais na educación sexual dos seus fillos.

### **OBXECTIVOS ESPECIFICOS**

\* Facilitar a adquisición de coñecementos sobre sexualidade.

\* Potenciar a comunicación persoal emocional e actitudinal, sobor das distintas situacións que viven as persoas e familias participantes. Isto favorece a autoaprendizaxe dende a súa propia experiencia e a doutros pais.

\* Estimular a capacidade de defender valores e asumir criterios que se manteñan con coherencia.

\* Proporcionar ós pais a responsabilidade de descubrir e potenciar os seus propios recursos e habilidades para que poidan utilizalos dun xeito efectivo e levar a cabo unha participación activa no proceso do desenvolvemento do seu fillo.

\* Elevar o nivel de saúde das familias fomentando o desenrolo de actitudes e comportamentos sexuais sanos.

## **METODOLOXIA E ACTIVIDADES**

É importante traballar con métodos activos que permitan e estimulen o diálogo e a participación, partindo das propias experiencias e actitudes fronte á sexualidade. Son importantes as dinámicas de grupo que se establecen.

Segundo o número de asistentes fórmanse un ou dous grupos de traballo.

O equipo de Educación para a Saúde realizamos sesións de vídeo e/ou charlas e entrega de material, informativo (libros, folletos, reprografía...).

Os participantes *estudian* o material, debaten, expoñen... Hai intercambio de experiencias, análises, aclaracións de dúbidas, de erros máis frecuentes...

Trabállase mediante interrelación teórico-práctica de contidos, na que participan o Equipo de EpS e os pais.

As xuntanzas son cada quince días; cunha duración de hora e media a dúas horas. Na sede do C.P.R.A.

## **RECURSOS**

Humanos:

- \* Equipo multisectorial de profesionais da Sanidade e a Educación.
- \* Pais/nais dos alumnos.

Materiais:

- \* Vídeos sobre sexualidade e reprodución.
- \* Un magnetoscopio e un aparato de televisión.
- \* Bibliografía: libros, revistas, folletos...
- \* Repografía, fichas, carteis, adhesivos.

## **AVALIACION**

1.- Da estrutura:

- a) locais, materiais... utilizados
- b) facilidades para a súa utilización
- c) ¿son os axeitados?

2.- Do proceso:

- a) ¿o número de actividades é suficiente?
- b) ¿o seu contido é o axeitado?

3.- Do resultado:

- a) número de persoas que participan

- b) interese que demostran
- c) permanencia no grupo
- d) ¿constatáronse cambios en actitudes e hábitos dos asistentes?, ¿aumentaron os seus coñecementos teóricos?
- e) o equipo de EpS ¿que cousas novas aprendimos?
- f) efectividade: ¿funcionou a experiencia? ¿os obxectivos alcanzados foron os programados?
- g) eficiencia: ¿os logros son satisfactorios en relación cos costes que supuxo obtelos?

4.- Da satisfacción dos participantes na experiencia

5.- Resumir os datos avaliados para tirar conclusións e formular propostas de acción futura

A avaliación dos puntos 2, 3-a, 3-b, 3-c, 3-d e 3-e realízase ó final de cada sesión, mediante cuestionario e posta en común.

A dos puntos 1, 3-f, 3-g, 4 e 5 realízase ó final do curso.

Vemos a avaliación como unha actividade necesaria e a realizar por tódalas persoas asistentes: equipo de EpS e pais, en conxunto e por separado.

## **PALABRAS CLAVE**

Educación para a Saúde, participación, saúde sexual, educación sexual, estilo de vida.

## **TERCEIRA**

### **POBOACION DIANA**

Tódolos/as os/as pais/nais ós que lles chegan as revistas editadas por colectivos educativos e colexios.

### **OBXECTIVOS**

- \* Facilitar a adquisición de coñecementos e formación sobre sexualidade.
- \* Elevar o nivel de responsabilidade dos pais na educación sexual dos seus fillos.
- \* Estimular a capacidade de defender valores e asumir criterios que se manteñan con coherencia.
- \* Proporcionar ós pais a posibilidade de descubrir e potenciar os seus propios recursos e habilidades para que poidan utilzalos dunha forma efectiva e levar a cabo unha participación activa no proceso do desenvolvemento do seu fillo.
- \* Elevar o nivel de saúde das familias fomentando o desenrolo de actitudes e comportamentos sexuais sanos.

## **METODOLOXIA, ACTIVIDADES E RECURSOS**

Na Asociación Galega de Educación para a Saúde (A.G. EpS) consideramos fundamental a influencia dos medios de comunicación na promoción e protección da saúde. Por iso, a través das revistas editadas por colectivos e colexios, estimulamos a adopción de estilos de vida o máis sans posible e conductas positivas de saúde.

Os medios de comunicación poden utilizarse con eficacia para elevar o grao de concientización da xente e crear un clima de opinión adecuado á posta en marcha de actividades ou proxectos.

Primeiro úsanse para crear o *ambiente* necesario e potenciar a concienciación acerca do problema e a necesidade dunha actuación.

Nunha segunda fase empléanse como elementos desencadeantes de actuacións, ou como apoio da Educación para a Saúde.

Nesta A.G. EpS vimos desenvolvendo temas de autocoidado, prevención, primeiros auxilios, educación para a saúde, sexualidade..., en ditas revistas, como froito dunha colaboración e asesoría técnica entre nós e os colectivos e colexios. As publicacións son periódicas.

## **RECURSOS**

Humanos:

- \* Equipo multisectorial de profesionais da Sanidade e a Educación.
- \* Pais/nais dos alumnos.

Materiais:

- \* Bibliografía e material didáctico.
- \* Material funxible.

## **AVALIACION**

- 1.- Dos contidos.
- 2.- Da participación dos membros dos equipos e colexios.
- 3.- Da satisfacción do colectivo de pais.
- 4.- Do aumento do autocoidado e coñecementos adquiridos.
- 5.- Resumir os datos avaliados para tirar conclusións e formular propostas de acción futura.

A avaliación é continua por parte da A. G. EpS, e trimestral por parte de pais e educadores.

## **PALABRAS CLAVE**

Educación para a Saúde, medios de comunicación, autocoidado, sexualidade, estilo de vida, calidade de vida, participación comunitaria.

## AGRADECIMENTOS

Á Unidade de Educación para a Saúde do Servicio Galego de Saúde da Xunta de Galicia, e á Fundación Santa María, polo apoio nos recursos.

A Rita Hurtado, pola crítica constructiva.

Ás rapazas e rapaces que coas súas continuas observacións e preguntas, obrigáronnos a camiñar, a madurar e crecer tanto persoal como profesionalmente. E... é que o mundo (e non soamente o da sexualidade) é demasiado complexo e dá para poder e ter que interrogarse e interrogar continuamente...

## BIBLIOGRAFIA

- A.A.V.V.; *Educación para el amor*. Madrid: C.C.S., 1977, (con diapositivas).
- ALOCCLARO; *La sexualidad... a lo claro*. Madrid: Popular, 1985.
- AMEZUA, Efigenio, et al.; *Enciclopedia de Convivencia Sexual*. Madrid: Sedmay, 1975, 4 vols.
- AYUNTAMIENTO DE PORTUGALETE/AYUNTAMIENTO DE SESTAO; *Guía Joven-Pistas sobre Sexualidad*. Bilbao: Ayuntamiento de Portugalete/Ayuntamiento de Sestao/Gobierno Vasco-Juventud y Acción Comunitaria, s.f.
- BISQUERRA ALZINA, Rafael; *Orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo*. "Pedagogía" 1, Barcelona: Marcombo Boixareu, 1990.
- BYER, Curtis O.; SHAINBERG, Louis W.; JONES, Kenneth L.; *Dimensions of Human Sexuality*. 2ª ed., Dubuque (Iowa - USA): Wm. C. Brown Publishers, 1988.
- CAÑIZAL, A.; DIAZ, A.; PERSICO, L.; "¿Padres en el Parto?" ¡Sí!". *Ser Padres Hoy*, 1991; 202: 24-28.
- CERCEDO PEREZ, Mª Jesús; SOTELO, David; *Guía da Sexualidade - Paso a paso*. A Coruña: Centro Municipal de Información Juvenil/Deputación de A Coruña, 1991.
- CONCELLO DE FENE; *Saúde e Sexualidade*. Fene (A Coruña): Concello de Fene - Comisión de Sanidade, 1984.
- CORBELLA ROIG, Juan; VALLS LLOBET, Carmen; *Ante una edad difícil - Psicología y biología del adolescente*. Barcelona: Círculo de Lectores, 1989.
- DEXEUS, Santiago, et al.; *Anticoncepción*. 1ª ed., 2ª rp., Barcelona: Salvat 1986.
- DIAZ, Aida; MARTIN, Consuelo; DOMINGUEZ, Pilar; GARCIA, Anabel; GARCIA, María; PASCUAL, Mercedes; "Partos distintos - Otras formas de nacer". *Ser Padres Hoy*, 1990; 193: 22-26.
- DRÖSCHER, Vitus B.; *La vida amorosa de los animales*. Barcelona: Círculo de Lectores, 1988.
- DYER, Wayne W.; *Tus zonas erróneas*. "Autoayuda y Superación", 24ª ed., Barcelona: Grijalbo, 1983.
- FARO, Conchita; MARTINEZ DE CASTILLA, Angels; OLIVA, Albert; Col. "La Sexualidad Humana": *Anatomía y Fisiología de la Sexualidad*, nº 2; *35 preguntas sobre la Sexualidad para chicos y chicas de 14 a 17 años*, nº 1; *21 preguntas en torno a los métodos anticonceptivos*, nº 3; Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo-Dirección General de Planificación Sanitaria, 1987.

- FOUCAULT, M.; *Historia de la Sexualidad*. Madrid: Siglo XXI, 1984.
- FREINET, Célestin; *Parábolas para una pedagogía popular - Los dichos de Mateo*. "B-Ciencias humanas: Pedagogía" 11, 5ª ed., Barcelona: Laia, 1979.
- FROMM, Erich; *El arte de amar*. "Biblioteca del hombre contemporáneo" 10, 15ª ed., Buenos Aires: Paidós, 1974.
- GAIRIN SALLAN, Joaquín; *Las actitudes en educación*. "Pedagogía" 4, Barcelona: Marcombo Boixareu, 1990.
- GALE, Jay; *Guía sexual para el adolescente*. "Para vivir mejor", Buenos Aires: Javier Vergara, 1989.
- GARCIA, Isabel; CRISTOBAL, Pilar; *Sexualidad-Fichas informativas*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 1986.
- GIRARDI, Giulio; *Por una pedagogía revolucionaria*. "Ediciones de bolsillo- Ciencias Humanas: Educación" 504, Barcelona: Laia, 1977.
- GONZALEZ GARCIA, Alejandro; GONZALEZ BOTELLA, Sofía; *Salud Sexual y Salud Mental*. Serie Monográfica 6, Madrid: Ministerio de sanidad y Seguridad Social - Dirección General de Salud Pública - Subdirección General de Programas de Salud - Servicio de Promoción de la Salud - Sección de Salud Mental, 1980.
- GONZALEZ-MERLO, J., et al.; "Ginecología". En: *Medicine-Tratado de medicina práctica*. Madrid: IDEPSA, 1983.
- HARRIS, Thomas A.; *Yo estoy bien, tú estás bien*. "Autoayuda y Superación", 25ª ed., Barcelona: Grijalbo, 1983.
- INSTITUTO DE LA MUJER; Col. "Salud": *Guía de Anticonceptivos y Sexualidad*, nº 1, 1988; *La interrupción voluntaria del embarazo*, nº 3, 1988; *La menopausia*, nº 5, 1991; *Las enfermedades de transmisión sexual*, nº 4, 1990; *Maternidad/Paternidad-El embarazo*, nº 2, 1990; *Maternidad/Paternidad-El parto y el posparto*, nº 2-b, 1990; Madrid: Ministerio de Cultura (nº 1); Ministerio de Asuntos Sociales/Ministerio de Sanidad y Consumo (nº 2, 3 y 4).
- INTEGRAL; *Amor y vida-Todos los métodos naturales de control de la concepción*. "Monografías" 10, Barcelona: Integral, 1984.
- JARES, Xesús R.; "Educa-la sexualidade na escola". *Revista Galega de Educación* 1986; 2: 31-34.
- KAPLAN, Helen S.; *El sentido del sexo*. Barcelona: Grijalbo, 1987.
- KEATING, Kathleen; Noland, Mimi; *Abrázame*. México: Javier Vergara, 1987.
- KEATING, Kathleen; Noland, Mimi; *Abrázame 2*. Buenos Aires: Javier Vergara, 1988.
- KENTLER, Helmut "SIDA. Las impresiones de un educador en información sexual". *Boletín de la Federación de Planificación Familiar de España* 1990; 5: 10-11.
- LADAS, Alice Kahn; WHIPPLE, Beverly; PERRY, J.D.; *El punto 'G'... y otros descubrimientos recientes sobre la sexualidad*. "Relaciones humanas y sexología" 25, Barcelona: Grijalbo, 1983.
- LANGMAN, Jan; *Embriología Médica*. 2ª ed., México: Interamericana, 1969.
- MACEIRAS GARCIA, Lourdes; "¿De que falamos cando falamos de Educación para a Saúde na Escola?". *ADAXE-Revista de Estudos e Experiencias Educativas* 1991; 7: 69-81.

MACEIRAS GARCIA, Lourdes; SEGOVIA LARGO, Angel; *Tempo de Lecer para falarmos de... Sexualidade...* Santiago de Compostela: Asociación Xuvenil Paxariños, 1984.

MASTERS, William H. & JOHNSON, Virginia E.; *El vínculo del placer*. "Relaciones humanas y sexología" 1, 8ª ed., Barcelona: Grijalbo, 1984.

MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO; *Guía para la Elaboración del Programa del Escolar y Adolescente en Atención Primaria de Salud*. "Atención Primaria de Salud" 7, 5ª ed., Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo-Dirección General de Planificación Sanitaria. 1989.

PUZZLE S.P.V.; *Planificar es decidir con tranquilidad*. s.l.: Puzzle S.P.V., 1988.

ROGERS, Carl R.; *El matrimonio y sus alternativas*. Barcelona: Kairós, 1976.

ROGERS, Carl R.; *El proceso de convertirse en persona*. 1ª ed., 4ª ed., rp., Barcelona: Paidós, 1984.

RUIZ, Ana; *Educación sin miedo - Tu hijo de cero a cinco años*. 2ª ed., Salamanca: Lóguez, 1985.

SERRANO VICENS, Ramón; *La Sexualidad Femenina*. "Apogeo", Serie "Testimonio", 4ª ed., Madrid: Júcar, 1976.

SERVICIO DE VASCO DE SALUD; *El sexo requiere seso-Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual*. Guipúzcoa: Servicio Vasco de Salud: Osakidetza, s.f.

SMITH, Manuel J.; *Cuando digo NO, me siento culpable*. "Autoayuda y Superación", 8ª ed., Barcelona: Grijalbo, 1983.

TABOADA, Leonor; *Introducción al Self-Help*. Barcelona: Fontanella, 1978.

U.N.E.D.; *Guía 89-90 de los Medios Audiovisuales*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia-Centro de Diseño y Producción de Medios Audiovisuales, 1989.

VOSS, Jacqueline; GALE, Jay; *Guía sexual para la adolescente*. "Para vivir mejor", Buenos Aires: Javier Vergara, 1990.

XUNTA DE GALICIA; *S.I.D.A.* Santiago de Compostela: Xunta de Galicia-Servicio Galego de Saúde, 1989.

XUNTA DE GALICIA; *V.I.H./S.I.D.A.-Un problema de todos nós, xuntos podemos vencelo*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia-Consellería de Sanidade-Servicio Galego de Saúde, 1990, (con diapositivas).

## Vídeos

- Un día de clase cualquiera.
- ¿El sueño imposible?
- Esas cosas de la pubertad.
- Esos bichitos inoportunos (Enfermedades de Transmisión Sexual).
- La primera visita a un Centro de Planificación Familiar.