

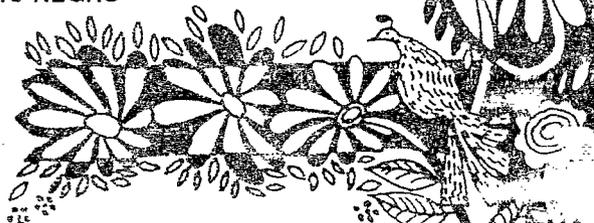


Módulo

4

*PROGRAMA DE
SEXUALIDAD
HUMANA*

CONSEJO PROVINCIAL
DE EDUCACION
PROVINCIA DE RIO NEGRO
1992



CONSEJO PROVINCIAL DE EDUCACION

Presidente:
Roberto Luis Rulli

Vocales:
Noemí Valla
Estela Hadad de Aman
María Pan

Secretario General:
Fernando Chironi

Directora General de Educación:
Zonia Dotzel

Directora:
Susana Xifra

Equipo Técnico:
Miriam Hall
Claudia Czetiok

Diagramación y Armado:
Laura Rubertl

ANATOMIA Y FISIOLOGIA DE LOS ORGANOS GENITALES

3

PARA EL DOCENTE

En este módulo hemos incluido una información muy amplia fundamentalmente para que tengan material suficiente como consulta. Ustedes irán viendo que conceptos pueden utilizar para desarrollar en el aula.

PARA TENER EN CUENTA:

4

Muchas experiencias realizadas en el ámbito de la educación sexual dan cuenta que los alumnos que habían tenido acceso a la información básica sobre el aparato reproductor, son incapaces, en talleres posteriores, de reconocer en diagramas de los órganos que los constituyen cuál es el nombre correcto de cada parte. ¿Por qué esa información no se registra? Qué sentimientos bloquean ese aprendizaje?

Antes de abordar estas temáticas tan “cargados” socialmente es necesario propiciar un clima de confianza y participación que asegure, en la medida de lo posible, que la información que se brinda pueda ser incorporada.

“El diálogo en confianza es el mejor método de educación sexual”

La comprensión de la forma en que está constituido nuestro cuerpo y como funciona contribuye a la formación de una imagen positiva de sí mismo.

Así lo expresaron los alumnos en las encuestas sobre sexualidad:

“Porque nos sentimos seguros de sí mismos y aprendemos a conocernos nosotros mismos.”

“Conociéndonos aprendemos a respetar a los demás.”

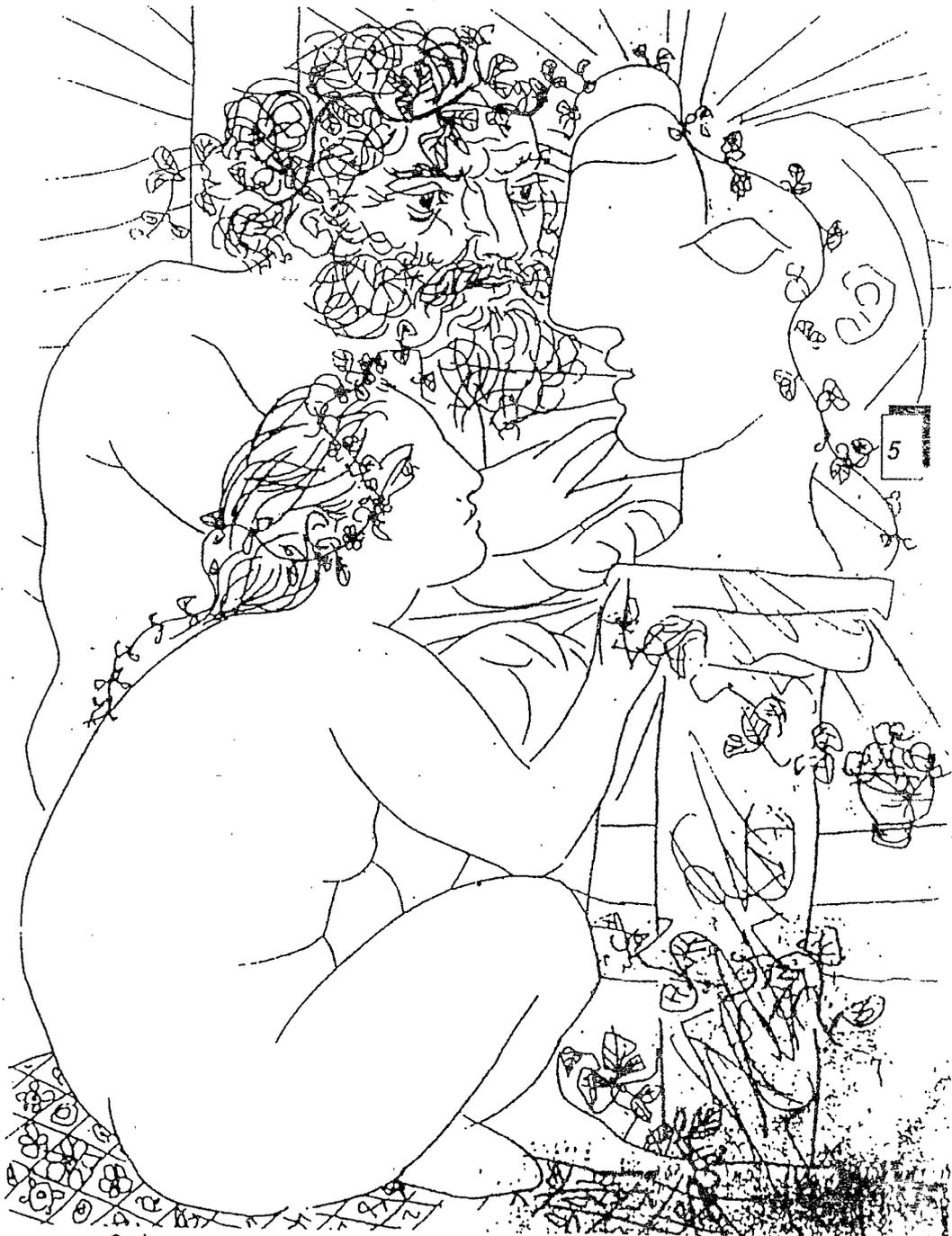
“ES necesario para sentirse bien.”

“Conociéndose se puede ser feliz.”

“Conocer el cuerpo es la ayuda perfecta para una buena sexualidad.”

Para vivir el amor con más tranquilidad es preciso conocer bien el propio cuerpo, el del compañero y cómo se produce el embarazo,

COITO palabra que nombra el acto sexual viene ‘del latín CO-RE, que quiere decir “ir juntos”. Y en efecto, la relación sexual siempre la vivimos de a dos.



5

3/3

1404

EXISTEN DIFERENCIAS ANATOMICAS ENTRE HOMBRE Y MUJER

Las características sexuales del hombre y de la mujer se dividen en primarias y secundarias.

Las características primarias las constituyen las gónadas: testículos en el varón y ovarios en la mujer; que producen las células reproductoras: espermatozoides y óvulos respectivamente.

Todas las otras cosas que diferencian al hombre de la mujer son las características secundarias:

Diferencias entre la laringe y la voz.

Distinta distribución del pelo (barba, brazos, piernas, pecho, etc.)

- Distinta distribución ósea.
- Desarrollo de las mamas en la mujer y no en el varón.

Distinta distribución de la grasa subcutánea.

Por qué son características secundarias?

Justamente porque no resultan decisivos en la determinación del sexo de un individuo.

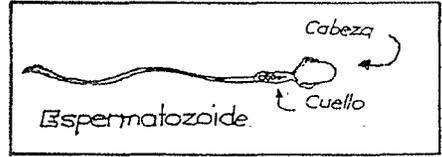


ORGANOS GENITALES MASCULINOS

El PENE está formado por un tejido esponjoso y un cuerpo cavernoso.

La parte mas sensible es la punta, que se llama Glande, está cubierta por una capa fina de piel que se llama Prepucio y que puede replegarse del todo.

Debajo del Prepucio suelen acumularse secreciones, restos de orina, etc. que hacen necesario replugarlo para una buena higiene. Si no se repliega es necesario consultar al médico para que realice una pequeña incisión.

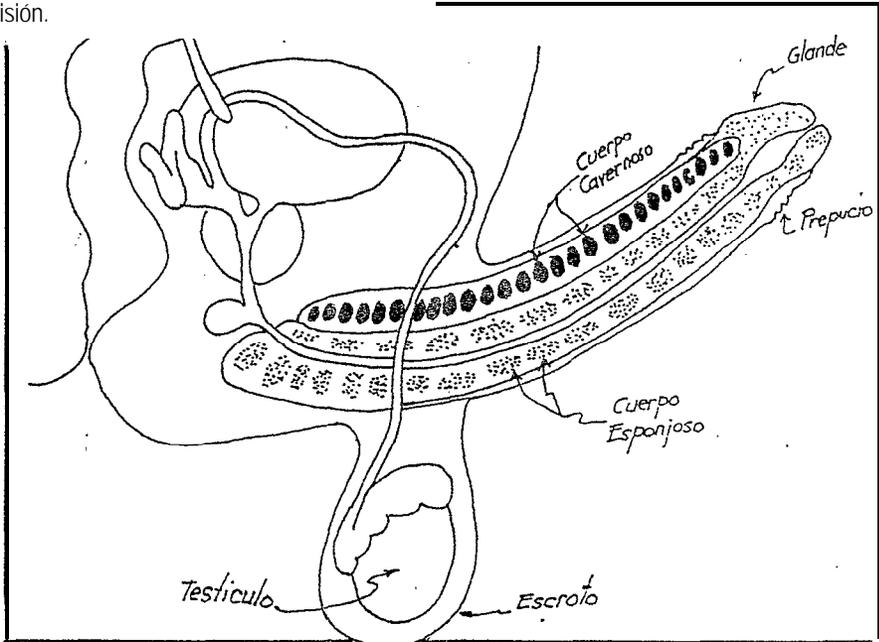


Debajo del Pene se encuentra un saco de piel llamado Escroto que contiene dos órganos redondeados los TESTICULOS.

Cada testículo tiene mas ó menos el tamaño de una ciruela, son las glándulas que producen las hormonas sexuales masculinas y los Espermatozoides (a partir de los 12 - 13 años).

El ESPERMATOZOIDE es minúsculo y su aspecto al microscopio recuerda a un renacuajo con una cola larga con la cual mediante movimientos logra desplazarse.

7



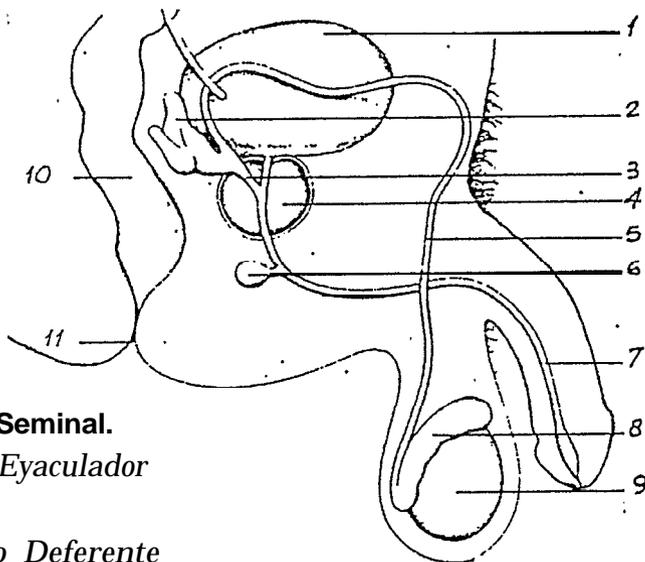
Dentro de cada testículo existen de 1 a 3 túbulos seminíferos, allí se forman los espermatozoides que luego pasan a un órgano llamado EPIDIDIMO que cubre cada uno de los testículos:

En el Epidídimo maduran y los más aptos siguen el largo viaje al exterior, suben por el CONDUCTO DEFERENTE (que mide 40 cm. aprox.) hasta alcanzar las VESICULAS SEMINALES (dos pequeños saquitos que quedan detrás de la vejiga).

Las secreciones de las Vesículas Seminales se mezclan con las de la PROSTATA que les proporcionan elementos nutritivos a los espermatozoides; esta mezcla de aspecto lechoso se denomina SEMEN o ESPERMA. Para finalizar el largo viaje llegan a la URETRA (atravesando la Próstata) y saldrán por ese canal, que atraviesa todo el pene.

También por la uretra sale la orina. De ahí que el pene tenga dos funciones: eliminar el semen y la orina. Sin embargo el semen y la orina no pasan al mismo tiempo por la uretra. Cuando el semen está siendo expulsado la abertura de la vejiga con la uretra se cierran.

6. Glándula de Cowper
7. Uretra.
8. Epidídimo.
9. Testículo.
10. Recto.
11. Ano.



1. Vejiga.

2. Vesícula Seminal.

3. Conducto Eyaculador

4. Próstata

5. Conducto Deferente

COMO SE PRODUCE LA ERECCION DEL PENE?

Ante un estímulo físico o una fantasía el tejido esponjoso se llena de sangre esto hace que el pene aumente su tamaño y espesor, tornándose erecto.

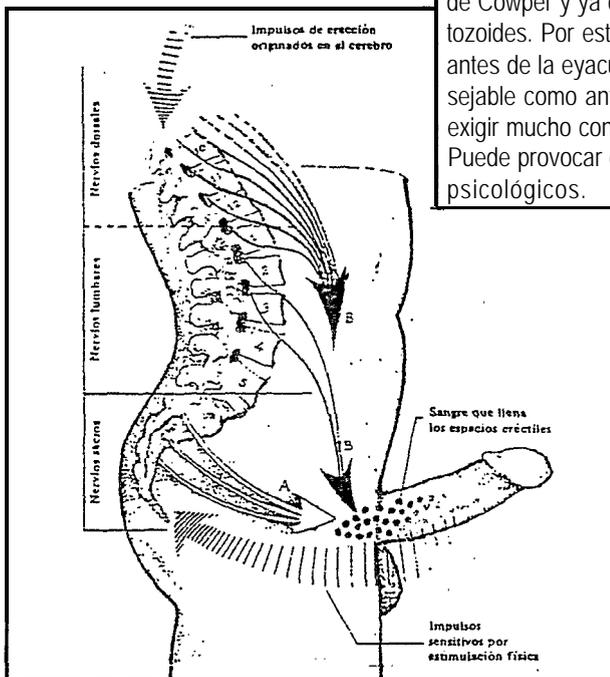
Si el estímulo que ha causado la erección se mantiene, la excitación aumenta y puede producirse la eyaculación del semen, lo que produce una sensación muy agradable de placer y relajación: el ORGASMO.

● ● ● ● ● ●
Para tener en cuenta

9

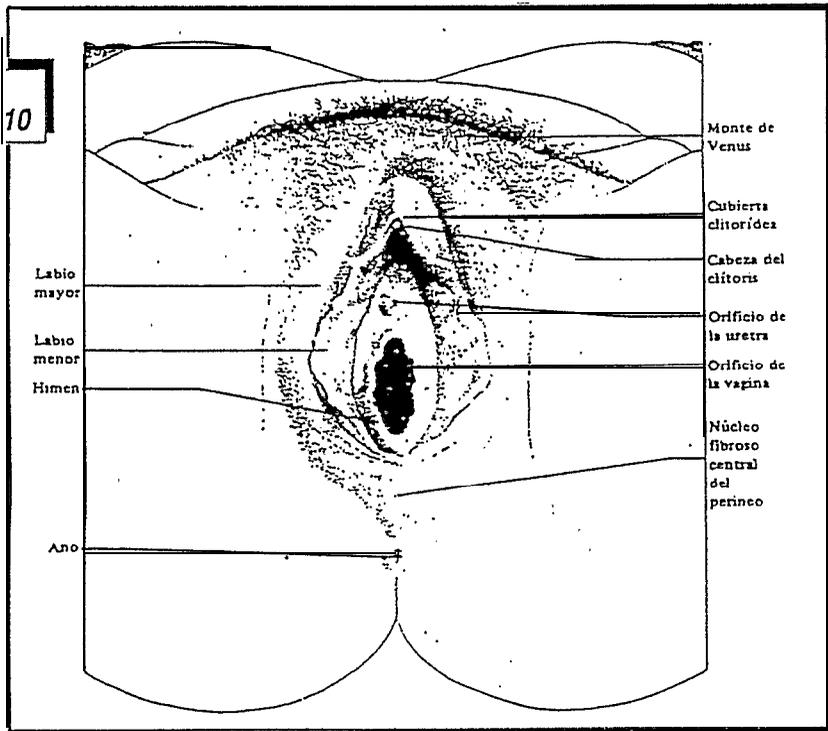
Los espermatozoides que no logran fecundar al óvulo mueren unas 36 horas después de la eyaculación.

Las gotitas que salen del pene antes de la eyaculación son producidas por las glándulas de Cowper y ya contienen algunos espermatozoides. Por esta razón, interrumpir el coito antes de la eyaculación no es nada aconsejable como anticonceptivo, además de exigir mucho control de parte del hombre. Puede provocar graves trastornos sexuales y psicológicos.



ORGANOS GENITALES FEMENINOS

EL MONTE DE VENUS; es una capa de grasa situada en la parte frontal del hueso púbico que sirve para proteger los órganos genitales. A partir de la pubertad se cubre de vellos'.



La Ovulación

La maduración del óvulo lleva unos doce días aproximadamente, al duodécimo día entonces: el óvulo se desprende del ovario y se desplaza al útero por las trompas de falopio.



Se dicen entonces que la mujer está "ovulando". Este viaje dura de tres a cuatro días y durante este período la mujer es fértil. Esto significa que si la mujer realiza un acto sexual en esas fechas existe la posibilidad de quedar embarazada.

Si no se produce la fecundación en el término de unas 48 hs. el óvulo muere.

Las paredes del útero que habían comenzado a revestirse para "anidar" el óvulo fecundado se desprenden, produciéndose la MENS-TRUACION.

La parte externa del aparato reproductor femenino se denomina VULVA y se compone de dos dobleces o pliegues de piel recubiertos de vellos, los LABIOS MAYORES. Si separamos estos dos dobleces aparecen otros más delgados, los LABIOS MENORES.

En el punto donde se unen los labios menores se encuentra un pequeño órgano del tamaño de un grano de trigo llamado CLITORIS, éste órgano está cubierto de un pliegue parecido al prepucio del pene del hombre.

Esta es la parte más sensible del cuerpo de la mujer y tiene un papel muy importante en la satisfacción sexual. Como es de tamaño muy pequeño, hay que buscarlo para encontrarlo: es muy importante que la mujer sepa localizar el clitoris y conocer sus sensaciones para así ayudar a su pareja a encontrarlo y acariciarlo de tal manera que ella pueda disfrutar al máximo.

Hay que tener cuidado porque precisamente por ser muy sensible puede doler si se toca bruscamente.

Debajo del clitoris se encuentra el orificio de la URETRA, por donde sale la orina.

Inmediatamente por abajo se encuentra la entrada de la VAGINA.

HIMEN; es una membrana delgada situada en la entrada de la vagina, que normalmente está perforada.

La perforación puede ser: con un orificio circular al centro o con varios orificios, y por ello sale el flujo menstrual. En raros casos no hay perforación y el flujo queda retenido, debiéndose consultar a un médico.

Normalmente, esta membrana se rompe con las primeras relaciones sexuales en la que el hombre penetra a la mujer; pero es una equivocación pensar que toda mujer que no haya tenido relaciones sexuales con penetración por parte del hombre debe tener esa membrana sin romper, ya que se puede romper al hacer ejercicios físicos bruscos o simplemente montando en bicicleta. Se han conocido mujeres con su himen intacto al momento de dar a luz y a otras que aun vírgenes tienen su himen roto o mal desarrollado lo cual demuestra que el concepto de virginidad no es anatómico.

En el caso de romperse el himen al momento de la penetración del pene en la vagina la primera vez, este pequeño desgarramiento de la piel puede producir un ligero dolor y dar lugar a una pequeña pérdida de sangre (no siempre).

No hay que tener ningún miedo a esto; porque no es un dolor grande, a veces ni se siente, especialmente si el hombre penetra suavemente y con especial cuidado estas primeras veces.

LOS SENOS: En la adolescencia por influencia de las hormonas segregadas por los ovarios se desarrollan las mamas (o senos). Por fuera presentan los pezones que están rodeados por la areola, por dentro las glándulas mamarias productoras de leche. Mas allá de su función mamaria, los senos (en especial los pezones), son órganos sexuales ya que proporcionan placer a la mujer y excitan al varón.

Todo nuestro cuerpo es sexuado, capaz (todo entero) de producir y recibir placer a través de todos los sentidos.

Aquellas partes del cuerpo que son más sensibles, es decir, que nos proporcionan especial placer cuando nos acarician, son las zonas erógenas.

Estas zonas erógenas no son solamente los órganos genitales, sino también los pechos, las orejas, el cuello, la parte interior de los muslos...

DIFERENCIA ENTRE LO

Muchos malentendidos entre hombres y mujeres en materia sexual, podrían evitarse: se comprenderían que existen diferencias orgásmicas entre los sexos: esto significa que el orgasmo del hombre no tiene ni la misma frecuencia, ni las características que en la mujer; pese a que en su funcionamiento ambos parecen idénticos.



ORGASMICAS SEXOS

Describiremos a continuación las fases por las atraviesan las respuestas masculinas y femeninas.

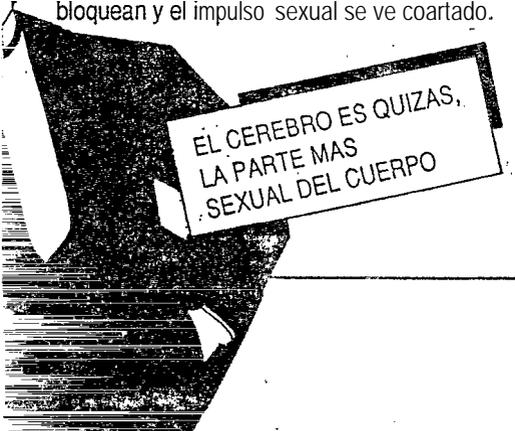
PRIMERA FASE: El deseo (o del interés sexual es común en ambos sexos.

Tanto los hombres como las mujeres, el deseo los mueve a buscar situaciones sexuales. Los sentimientos de "calentura" o excitación comienzan con una serie compleja de fenómenos que dependen de un centro cerebral que controla simultáneamente el placer y el dolor.

La relación entre centros cerebrales que controlan el placer y el dolor explica situaciones temporales o permanentes, en las cuales el deseo sexual está inhibido. Si no se puede tener ideas eróticas o excitarse se debe a que las vías hacia los centros de placer están bloqueadas por estímulos de los centros del dolor, sea éste de origen físico o

psíquico.

Por ello ante situaciones de pérdidas, miedo o agresión las vías que conducen al placer se bloquean y el impulso sexual se ve coartado.



EL CEREBRO ES QUIZAS,
LA PARTE MAS
SEXUAL DEL CUERPO

CICLO DE RESPUESTA SEXUAL MASCULINA

PRIMERA FASE: Del deseo

SEGUNDA FASE: PERIODO DE EXCITACION: Corresponde al momento en que se produce la erección del pene. Es cuando los órganos sexuales masculinos requieren mayor cantidad de estímulos físicos o psíquicos (fantasías) para que este mecanismo se inicie.

En esta fase y en la siguiente la erección peneana puede desaparecer y recuperarse muchas veces durante un juego sexual prolongado.

Aumenta la presión arterial y la frecuencia cardíaca y respiratoria.

Los cuerpos cavernosos y esponjosos del pene se llenan de sangre produciéndose la erección, se ensancha la abertura de la uretra y los testículos se elevan.

Este proceso puede alterarse por estímulos contrarios como ruidos intensos súbitos, cambios en la iluminación, temor, dolor, ansiedad.

PERIODO DE MESETA: Corresponde a los movimientos activos del pene erecto durante el coito. Aumenta notoriamente la tensión sexual y la tensión muscular.

La corona del glande se pone más turgente, la base de la uretra, en la zona cercana a la próstata se dilata: los testículos aumentan de tamaño y se elevan aún más.

Es durante este período cuando se secretan las dos o tres gotitas de la glándula de Cowper.

Al principio de esta fase se cierra el paso entre la vejiga y la uretra, haciendo imposible la salida de orina.

TERCERA FASE: Muscular o simpática.

Aquí los fenómenos son de tipo muscular y sensitivo. Se lo divide en tres períodos.

PERIODO DE ORGASMO: generalmente coincide con la eyacuación y se caracteriza por la pérdida de control muscular voluntario y la aparición de contracciones musculares involuntarias por todo el cuerpo, especialmente en la zona genital.

Ahora comienzan las contracciones en los conductos deferentes, vesículas seminales y la próstata, impulsando el semen hacia la uretra y de allí al exterior. Estas contracciones son involuntarias y van acompañadas de sensaciones muy placenteras y de bienestar general.

PERIODO DE RESOLUCION: corresponde a la pérdida de la erección.

La tensión muscular, ritmo cardíaco y respiratorio vuelven a la normalidad.

PERIODO REFRACTARIO: se caracteriza por un aflojamiento general. Estado de resistencia temporaria a la estimulación sexual.

La duración de este período depende del individuo, puede variar de treinta minutos a un día. Es exclusivo de los hombres, las mujeres si continúan siendo estimuladas pueden tener un orgasmo tras otro; por eso se dice que son multiorgásmicas.

EL ORGASMO

Es una respuesta casi convulsiva. Alivia la tensión y constituyen el máximo de satisfacción emocional y física en la actividad sexual.

CICLO DE RESPUESTA SEXUAL FEMENINA

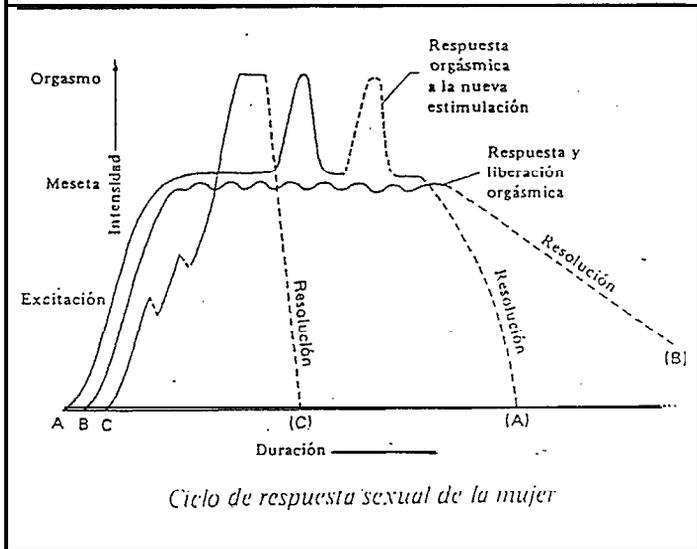
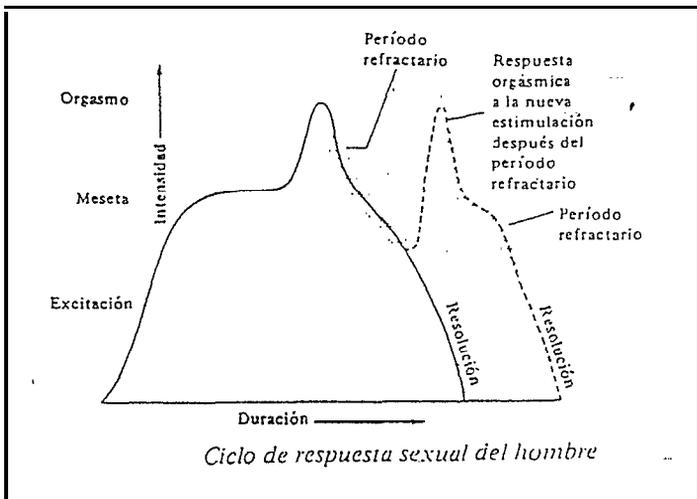
PRIMERA fase: El Deseo

SEGUNDA FASE: De excitación. Estimulada físicamente o por una fantasfa desde lo genital las respuestas son de tipo sanguíneo. La congestión sanguínea determina que a los 30 - 40 seg. de la estimulación aparezcan en la vagina unas gotas de líquidos transparente: el comienzo de la lubricación (o humedecimiento) genital.

El clitoris crece de tamaño. Se congestiona y aumenta el tamaño de toda la vulva. La vagina se alarga y se ensancha aumentando mas de la mitad de su tamaño, se contrae el útero permitiendo una mayor elongación de la vagina.

Los pezones se ponen erectos y turgentes siendo muy placentero su estímulo. Aumentan (como en el varón) la frecuencia cardíaca y el ritmo respiratorio.

CICLOS DE RESPUESTA SEXUAL



TERCERA FASE: orgásmica. Si la excitación continúa aparece el reflejo orgásmico. Los músculos que rodean la entrada de la vagina se contrae rítmicamente. Se pierde el control voluntario de los músculos. Se involucra el cuerpo femenino en su totalidad.

CUARTA FASE: de resolución. Si la estimulación sexual no continúa con relativa rapidez (10 min.) casi todo los órganos y tejidos femeninos regresan a su estado de reposo. Si la estimulación continúa o se reinicia la mujer puede volver a encontrarse con un nuevo ciclo de respuesta sexual y nuevos orgasmos. Esta es la posibilidad multiorgásmica de la mujer.

16

ALGUNOS CUCOS QUE APARECEN EN EDUCACION SEXU

Como ya lo habíamos reflejado en la Nota múltiple/agosto, '91, los docentes coinciden en señalar que al tratar temas relacionados con la Sexualidad humana se encuentran frente a obstáculos de diferentes orígenes.

Cómo hacer para convertir estos obstáculos en espacios de aprendizaje?

Trataremos de dar algunas ideas - herramientas que puedan utilizarse para desarmar esos conflictos que impiden una tarea fundamental: CRECER

EL MIEDO

■ Primer Fantasma

¿A que le tenemos Miedo?

El miedo es siempre miedo a . . . podemos precisar el motivo?

- ...a que no nos acepten nuestras opiniones.
- ...a quedar en ridículo.
- ...a que nos obliguen a **contar cosas muy** personales.

Si privilegiamos la participación y la actitud de escucha, hagamos saber que no existen preguntas tontás, que todo lo que se manifieste será recibido con respeto y que nadie está obligado a hablar si no lo desea o no es su tiempo todavía.

Favorecer los diálogos en parejas posibilita a los más tímidos tener un espacio menos atemorizante que el grupo grande.

LAS DIFERENCIAS RELIGIOSAS

Segundo Fantasma ■

En Educación Sexual no existe un sólo punto de vista, por ejemplo: el mensaje preventivo para evitar el contagio de enfermedades de transmisión sexual puede tener en cuenta: desde la abstinencia hasta el uso de preservativos.

Si existe un verdadero clima democrático ninguna persona podrá sentir que sus creencias o sistemas de valores son puestos en tela de juicio.

Aceptar diferentes opiniones no significa perder la oportunidad de reflexionar juntos sobre el origen de las normas o pautas que guían nuestras actitudes o formas de relacionarnos.



Tercer Fantasma.

Qué herencia cultural hemos recibido que este tema nos provoca esos sentimientos?

Generalmente un niño que toca sus genitales recibe comentarios del tipo:

“no seas chanco”

“no lo toques...& sucio”

“si te seguís tocando te lo voy a cortar..”

Las reprimenda o castigos son aún más fuertes cuando se los descubre jugando al “doctor”, al “papa y la mamá”.

Las preguntas más complejas relacionados con el origen de ellos mismos o cómo llegaron a la panza de la mamá tratan de ser silenciados, reafirmando que... de ESO no se habla.

Estos aprendizajes dejan una huella difícil de borrar: Revisando como aprendimos la sexualidad nos alivia saber que hay espacios donde si podemos hablar sin sentir que nos **condenan**.

Nuestra cultura es más permisiva con los varones, si bien ellos cargan con la orden de ser siempre fuertes, de no llorar, etc.. Hasta no hace mucho, el padre o un hermano mayor acompañaban el inicio de sus relaciones sexuales al varón que “ya estaba en edad” a la casa de alguna mujer que prestara ese servicio.

Hoy en día, los adolescentes prefieren la compañía de sus pares y muchos de ellos buscan que sean en un marco de amor y estabilidad.

A pesar de esto, todavía hoy se califica duramente a las mujeres que viven libremente su sexualidad.

¿Cómo no vamos a sentir vergüenza?

Una reflexión sobre los mandatos sociales ayuda a una percepción más global y permite buscar nuevos patrones o modos de ver la realidad.



COMO REACCIONAN ALGUNAS PERSONAS CUANDO EN LA ESCUELA SE HABLA

Cuarto Fantasma

DE SEXUALIDAD

19

De Bariloche llega este comentario: "Una joven de 20 años comentó en la casa al respecto y le pegaron".

Salvo raras excepciones se escucha decir: "Yo no quiero que a mi hijo la le quiten la inocencia"

"A la escuela se va a aprender a leer y escribir"

"A dónde vamos a ir a parar...!"

"En mi época de esas cosas no se hablaba..."

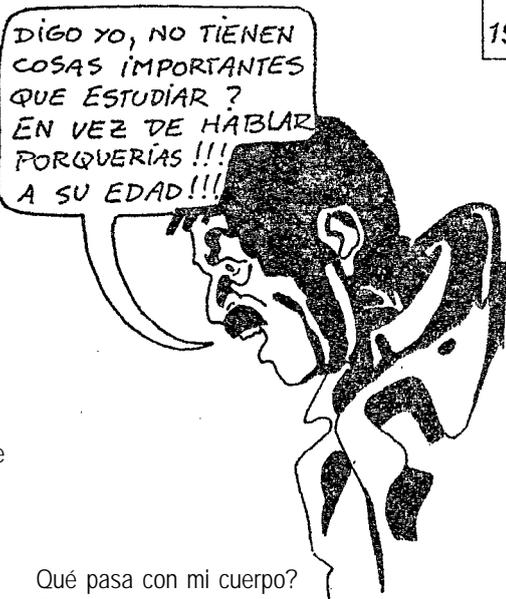
Cualquier situación de la vida cotidiana puede ser el puente para reafirmar junto a nuestros alumnos que:

La educación sexual no estimula las relaciones sexuales.

Educarnos sexualmente es educarnos para la vida.

Conocer nuestro cuerpo y cómo funciona es tan importante como saber leer y escribir, sumar y restar.

La educación sexual no empieza y termina con el conocimiento de lo anatómico, la necesidad de conocernos implica muchas preguntas.



DIGO YO, NO TIENEN COSAS IMPORTANTES QUE ESTUDIAR ? EN VEZ DE HABLAR PORQUERÍAS !!! A SU EDAD !!!

Qué pasa con mi cuerpo?

Qué siento con él?

Por qué aprendí la sexualidad de ésta manera y no de otra?

¿Que significa ser mujer o ser hombre?

Por qué tengo miedo de hablar?

Por qué tengo vergüenza con mi cuerpo y el de los otros?

La lista de preguntas puede ser inagotable.... lo importante es empezar a contestarlas entre todos.

¿**E**ntre todos?... Bueno, es una apreciación optimista, podríamos decir entre los que podemos empezar a contestarlas -



Bibliografía:

Viviendo Nuestra Sexualidad

CALDIZ, Liliana.

La Nueva Sexualidad del Varón

GINDIN, Roberto León

Guía Didáctica de Educación en Población

Prog.Reg. de Educ. en Población - UNESCO

Manual de Educación Sexual

Asoc. Dominicana Pro-Bienestar de la Familia



Índice

Para el Docente	3
Existen diferencias anatómicas entre Hombre y Mujer	6
Organos Genitales Masculinos	7
Organos Genitales Femeninos	10
Diferencias Orgásmicas entre los Sexos	1 2
Ciclo de Respuesta Sexual Masculina	13
Ciclo de Respuesta Sexual Femenina	14
Algunos Cocos que aparecen en Educación Sexual	1 6

Módulo

4

HOJA DE SUGERENCIAS

- 1 - Los conceptos de anatomía:
 - a) Resultaron suficientes?
 - b) Claros?
 - c) De fácil lectura?
 - d) Con posibilidades de ampliación?

- 2- Les gustaron los gráficos?
Ayudan a la comprensión de lo escrito?

- 3- Para los que utilizaron el módulo en clase:
Detallen brevemente la metodología empleada y si utilizaron alguna técnicas especial.

- 4- Que opinan sobre el anexo de los miedos?

- 5-Otras sugerencias:

