

## **INTRODUCCION**

La sexualidad es una parte fundamental de la experiencia humana, que se manifiesta a través de la forma en que las personas experimentan y expresan sus sentimientos y atracción sexual. Es una capacidad que se desarrolla desde el nacimiento y permanece a lo largo de la vida.

El sexo es una característica biológica que permite identificar a las personas por sus diferencias corporales, tanto como hombres o mujeres. Esta diferencia posibilita a ambos físicamente para participar en la reproducción de la especie. Esto incluye el vínculo afectivo, la capacidad de dar y de recibir amor, la capacidad de experimentar placer, y la atracción física hacia otra persona.

Es en la adolescencia cuando empiezan a desarrollarse relaciones humanas diferentes hacia una persona en especial, que van evolucionando con el tiempo. La atracción física, el amor, el reconocimiento de las cualidades, la tolerancia de los defectos y el impulso sexual, pueden llevar a la pareja a buscar una mayor intimidad y entrega que puede culminar en relaciones sexuales.

## **DESARROLLO**

### ***LA SEXUALIDAD EN LA ADOLESCENCIA***

Desde la primera infancia el niño experimenta sensaciones placenteras al tocarse, al ser acariciado y besado, observa las expresiones de afectos y actitudes sexuales de los adultos que le rodean, que en ocasiones tratan de imitar.

### ***PUBERTAD*** (Despertar sexual)

Al iniciarse la pubertad aumenta la preocupación por la sexualidad. En la primera etapa de la adolescencia es frecuente la masturbación y las fantasías sexuales.

### ***ERECCION***

La erección y la eyaculación están reguladas por la inervación autónoma del pene. La estimulación parasimpática es excitadora, ya que provoca la erección. Los estímulos parasimpáticos relajan la musculatura lisa de los cuerpos cavernosos y producen vasodilatación en las arterias helicoidales. Las arterias helicoidales llenan los cuerpos cavernosos, comprimiendo el flujo venoso. Este proceso se denomina mecanismo veno-oclusivo y resulta con la erección del pene.

## **EYACULACION**

La eyaculación es la expulsión de un fluido biológico a través del pene, cerca o en el momento del orgasmo, que se produce durante una relación sexual, por masturbación o por polución nocturna. La eyaculación masculina se compone de semen

«espermatozoides y plasma seminal». A la primera eyaculación, en la vida de un varón, se le denomina espermarquia.

- Los centros reflejos de la médula espinal dan impulsos simpáticos que abandonan la médula al nivel de T12 y L2.
- Estos impulsos simpáticos provocan contracción del conducto deferente, glándulas prostáticas y vesículas seminales para empujar los espermatozoides a la uretra
- Los espermias + moco ya secretado se mezclan en la uretra interna para formar el semen.
  - Eyaculación: conjunción de todos los efectos.

## **MASTURBACION**

Mc Cary define la masturbación.

Todo acto autoestimulador que tiende a producir o incrementar la satisfacción sexual.

Las raíces evolutivas de la masturbación provienen de la tendencia biológica normal y adaptativa a examinar, manipular, limpiar e incidentalmente a estimular los órganos sexuales externos.

La eyaculación femenina popularizada en años recientes, sobre todo en la pornografía, con el término en inglés, squirt es la expulsión de una cantidad variable de fluido desde la vulva durante el orgasmo de la mujer.

La expulsión del esperma: un músculo situado alrededor de la base del pene y el ano, llamado el músculo pubococcígeo del perineo o músculo PC se contrae rítmicamente durante el orgasmo, obligando al semen a salir a través del meato uretral.

Por lo general, el pene pierde su erección después de la eyaculación. El varón puede alcanzar una eyaculación cada cierto tiempo, tiempo que se denomina periodo refractario, en tanto que la mujer puede alcanzar varios orgasmos uno detrás de otro (multiorgasmo).

## **CONCLUSION**

Algunas conclusiones sobre la sexualidad en la adolescencia son:

- La sexualidad es parte del desarrollo normal de los adolescentes.
- La sexualidad es una búsqueda de significado y de autovaloración.
- La familia, la escuela y la comunidad pueden ayudar a los adolescentes a tomar decisiones responsables sobre su sexualidad.
- Hablar abiertamente de sexualidad puede ayudar a reducir la vergüenza y a facilitar la comunicación.

- Los comportamientos sexuales riesgosos pueden tener consecuencias como embarazos no planeados, enfermedades de transmisión sexual, enfermedades mentales, suicidios, abortos y afectaciones académicas y laborales.
- Es importante que los profesionales que atiendan a adolescentes estén sensibilizados y cuenten con las herramientas necesarias para promover y prevenir la sexualidad adolescente.

## **BIBLIOGRAFIA**

Alonso G., José I., Alonso G. Angel, Aspizua A. Maria A., Irabien José F.,

Bereziartua A. Minguéz O. Gotzan M. Psicología, Edit. Mc Graw Hill,

México, 2002.

<https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/sexualidad-en-la-adolescencia-programa-de-salud-sexual-y-reproductiva-de-los-adolescentes-cnegsr>

<https://www.humanium.org/es/la-sexualidad-de-los-adolescentes/>