



## **ACTIVIDAD 2**

**NOMBRE DEL ALUMNO: LUIS ENRIQUE DIAZ RODRIGUEZ**

**TEMA: LA SEXUALIDAD**

**PARCIAL: 2**

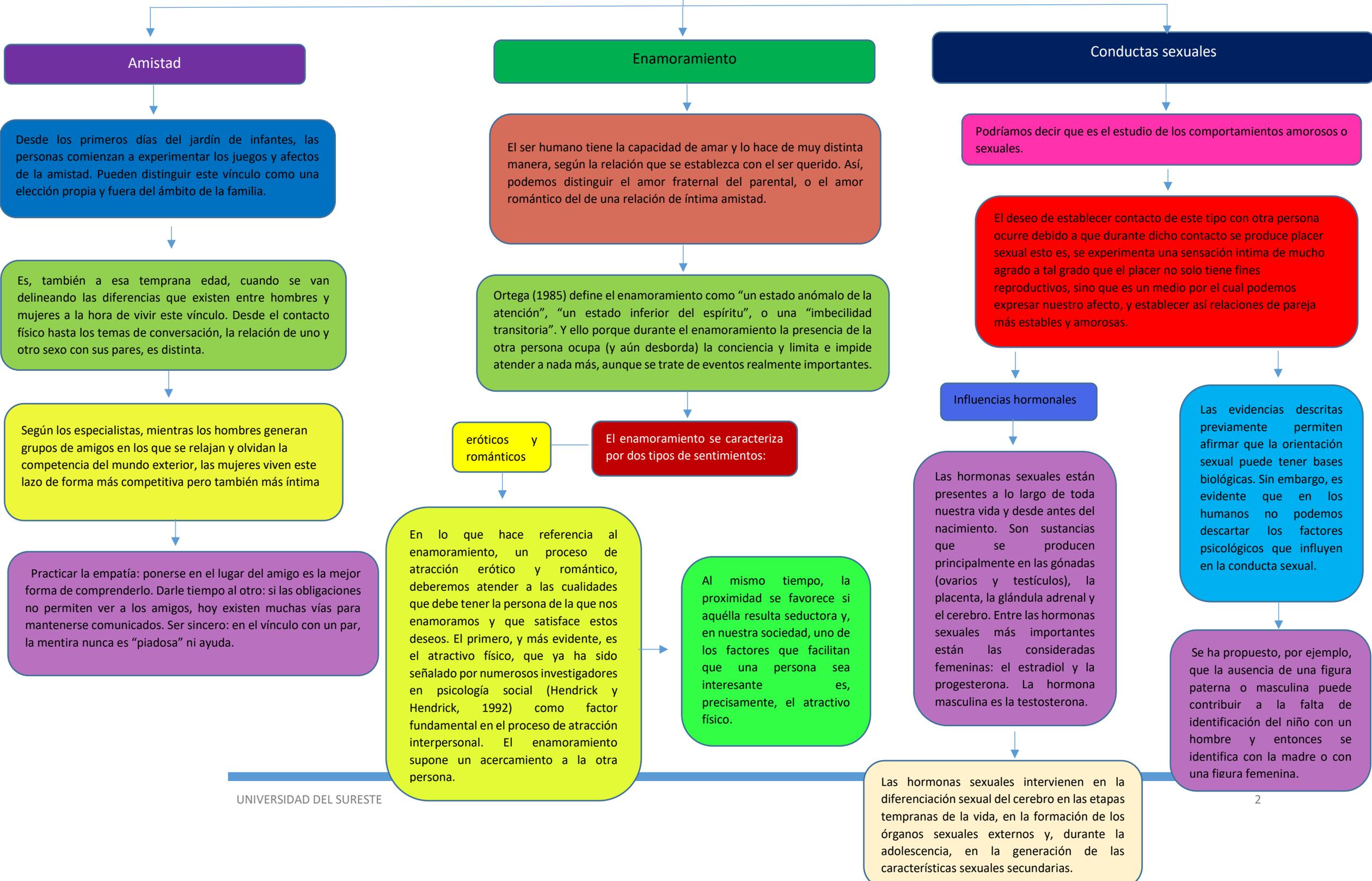
**MATERIA: SEXUALIDAD Y GENERO**

**NOMBRE DEL PROFESOR: MARIA DEL CARMEN BRIONES MARTINEZ**

**LICENCIATURA: PSICOLOGIA**

**CUATRIMESTRE: 8°**

# UNIDAD IV



# UNIDAD IV

## Mitos sobre la sexualidad

La sexualidad lleva mucho tiempo rodeada de mitos y tabúes que han desvirtuado y desviado la atención de lo que realmente es y de la importancia de tener una buena educación al respecto

Los mitos han generado creencias populares que es bueno aclarar, para dar luz e información veraz, lejos del miedo y lo incierto. Existen cientos de mitos sobre la sexualidad, a continuación, se van a describir algunos de ellos:

“El sexo tiene que ser siempre espontáneo”. Es muy común pensar que lo natural de las relaciones sexuales es que surjan de manera espontánea, que si las planeamos quedan más “forzadas”. El problema de pensar así sobre el sexo es que a no buscarle un hueco en nuestro día a día puede verse relegado a algo para lo que nunca encontramos el momento, por lo que tener momentos concretos para las relaciones sexuales puede ser excitante, ya que se genera cierta expectación.

“Sin penetración no hay relación sexual completa”. El coitocentrismo y la importancia que se le ha dado siempre a la penetración son los creadores de este mito. Las relaciones sexuales abarcan un gran abanico de actividades placenteras, siendo muchos los estímulos que la conforman y enriquecen, por tanto, es un error pensar que únicamente se completa una relación sexual cuando hay penetración, obviando que el resto de prácticas se completan por sí mismas, la penetración es simplemente otra práctica más, pero no indispensable y mucho menos la que complete una relación sexual.

## Valores de una responsabilidad responsable

La sexualidad humana es uno de los modos más importantes de relacionarnos que existe para las personas, por lo cual, casi todos los valores humanos que fomentemos van a tener una importancia más o m Valores de una responsabilidad responsable.

Asimismo, es válido mencionar:

- Placer
- Intimidad
- Comunicación
- Procreación responsable
- Salud
- Respeto

## Salud sexual y reproductiva

Una buena salud sexual y reproductiva es un estado general de bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo. Entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos y de procrear, y la libertad para decidir hacerlo o no, cuándo y con qué frecuencia.

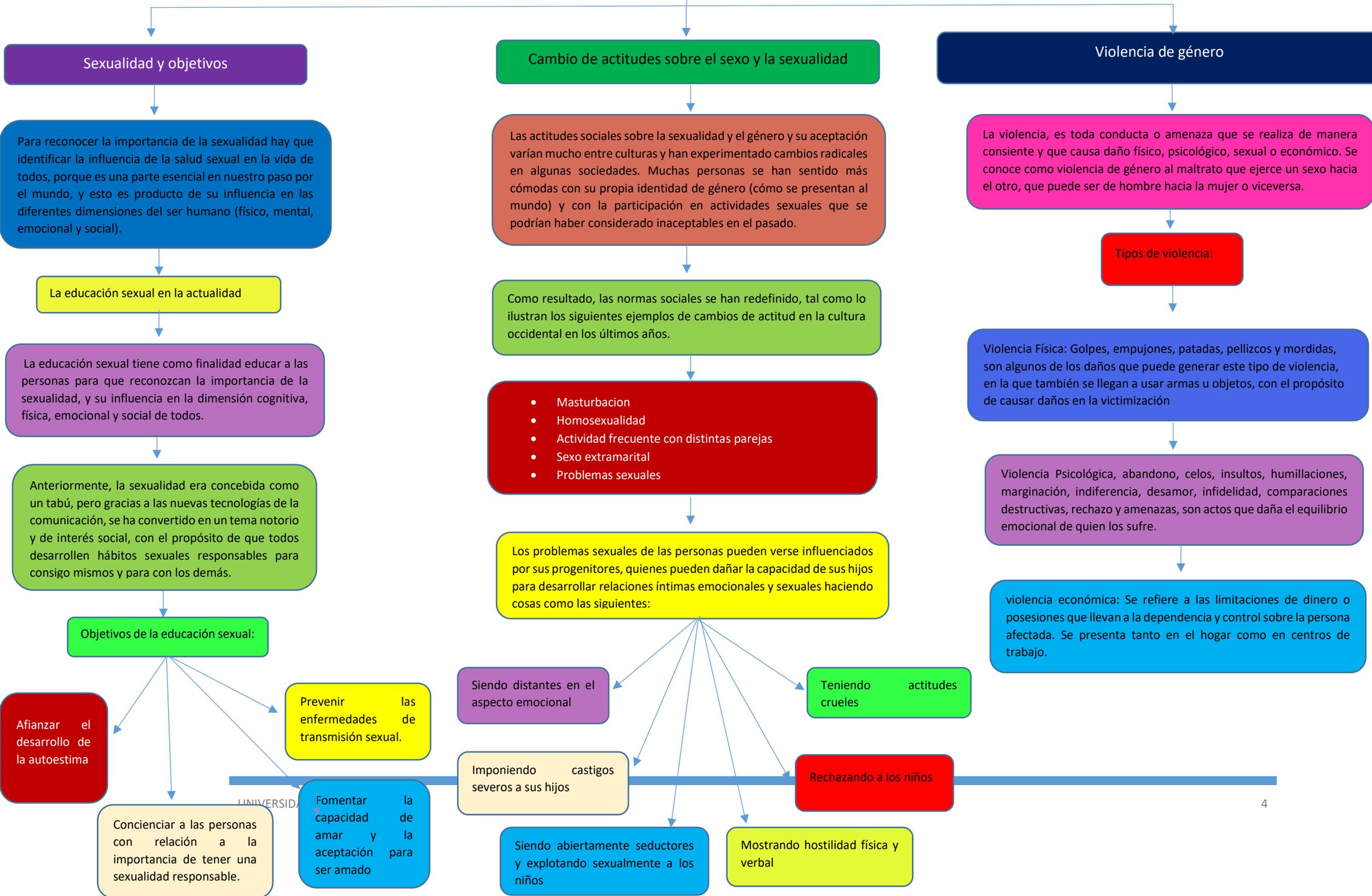
Para mantener la salud sexual y reproductiva, las personas necesitan tener acceso a información veraz y a un método anticonceptivo de su elección que sea seguro, eficaz, asequible y aceptable. Deben estar informadas y empoderadas para autoprotgerse de las infecciones de transmisión sexual.

La salud sexual y reproductiva es una cuestión que preocupa tanto a mujeres como a hombres durante toda la vida, desde la infancia hasta la vejez. La evidencia demuestra que la salud sexual reproductiva en cualquiera de estas etapas tiene un efecto profundo sobre la salud en las fases posteriores de la vida de las personas

Para fomentar la salud sexual y reproductiva durante toda la trayectoria vital, deben reforzarse los servicios en una gran diversidad de sectores, desde los sistemas de salud (incluido el personal sanitario) y educación, hasta incluso los sistemas de transporte, que son imprescindibles para garantizar el acceso a la atención médica.

Y todas las iniciativas encaminadas a promover los servicios de salud sexual y reproductiva dependen del personal sanitario experimentado que puede prestar una atención médica temprana, respetuosa, accesible y de alta calidad, así como de infraestructuras sanitarias operativas, integración con otros servicios y la disponibilidad de suministros médicos esenciales, como anticonceptivos, medicamentos que permiten salvar vidas y equipos médicos básicos.

# UNIDAD IV



# UNIDAD IV

## Factores que influyen en el desarrollo de la sexualidad

Los comportamientos sexuales y nuestra experiencia personal se basan en la fluida interacción de variedad de factores internos (como los que mencionamos previamente) y externos tales como:

Factores físicos como la sensación del tacto, la excitabilidad sexual, el propio sentimiento corporal y la interacción de las hormonas. Ciertas patologías, el uso de medicamentos, el consumo de alcohol, de cigarrillos o drogas influyen en el desarrollo de estos factores físicos y pueden conducir a disfunciones sexuales.

Factores mentales si estamos estresados, enamorados, molestos o equilibrados; si tenemos miedo al fracaso, inseguridad o expectativas y presiones demasiado altas para expresar la sexualidad, por ejemplo: sufrir si no hay experiencia sexual.

Factores sociales, es decir, el entorno, la cultura y la sociedad, (por ejemplo: la crianza recibida desde casa), si hablas de tus experiencias sexuales, deseos y problemas (con tu pareja), si el sexo es tolerado socialmente antes del matrimonio (según tus creencias), si te muestras libremente en público, si has sido recibido educación de salud sexual en la escuela o si todo esto es un tema tabú.

Factores físicos como la sensación del tacto, la excitabilidad sexual, el propio sentimiento corporal y la interacción de las hormonas. Ciertas patologías, el uso de medicamentos, el consumo de alcohol, de cigarrillos o drogas influyen en el desarrollo de estos factores físicos y pueden conducir a disfunciones sexuales.

Factores mentales si estamos estresados, enamorados, molestos o equilibrados; si tenemos miedo al fracaso, inseguridad o expectativas y presiones demasiado altas para expresar la sexualidad, por ejemplo: sufrir si no hay experiencia sexual.

Factores sociales, es decir, el entorno, la cultura y la sociedad, (por ejemplo: la crianza recibida desde casa), si hablas de tus experiencias sexuales, deseos y problemas (con tu pareja), si el sexo es tolerado socialmente antes del matrimonio (según tus creencias), si te muestras libremente en público, si has sido recibido educación de salud sexual en la escuela o si todo esto es un tema tabú.

## Influencia de los medios de comunicación

Factores que Los comportamientos sexuales y nuestra experiencia personal se basan en la fluida interacción de variedad de factores internos (como los que mencionamos previamente) y externos tales como:

Cuánta sexualidad o lo que uno percibe como sexualmente estimulante depende en última instancia de la educación y la cultura en la que uno creció, algunos ejemplos son: el hecho de que los hombres en China encuentran extremadamente sensuales los pies de sus posibles parejas sexuales, mientras que en Europa los senos son muy importantes, otro ejemplo es que, en África, las nalgas o glúteos juegan un papel importante en la atracción sexual.

Pero también los modelos a seguir y los estándares dados en los medios de comunicación sobre quién y qué es sexualmente atractivo (y qué no lo es) resultan ser factores que dan forma a la conciencia social y personal de la sexualidad