



FUNDACIÓN de  
la ENFERMERÍA  
de CANTABRIA

MISCELÁNEA

**Nuberos Científica**

[www.enfermeriadecantabria.com/nuberoscientifica](http://www.enfermeriadecantabria.com/nuberoscientifica)

# Educación sexual saludable en adolescentes

**Autora:**

**Ana Isabel Antón<sup>(1)</sup>**

*<sup>(1)</sup>Graduada en Enfermería. Enfermera Escolar de la Fundación de Enfermería de Cantabria. Colegio Oficial de Enfermería de Cantabria. España.*

*Dirección para correspondencia:  
[anays2809@gmail.com](mailto:anays2809@gmail.com)*

*Recibido: 26 de diciembre de 2016  
Aceptado: 27 de mayo de 2017*

## RESUMEN

La sexualidad es uno de los pilares que sustenta al ser humano. Somos seres sexuados. Es una forma de comunicación que cada persona expresa y siente de forma diferente.

La adolescencia es una etapa crucial en desarrollo de la sexualidad humana. Los adolescentes necesitan respuestas a su desconocimiento y sus dudas respecto al tema. La sexualidad es un tema que no se aborda de manera habitual en el entorno familiar o escolar.

La enfermera escolar es la profesional de referencia para los temas de salud en los centros escolares. La sexualidad saludable se enmarca en el contexto de promoción de la salud dando respuesta a las necesidades de los alumnos sobre conocimientos, sexualidad positiva y desmitificada, preservando los derechos de las personas, sin discriminación ni violencia.

Se presenta una experiencia de educación sexual dirigida a adolescentes de 6º curso de primaria enmarcado dentro del proyecto de enfermería escolar en Cantabria. La novedad de la experiencia se encuentra en el diseño de los contenidos del taller, en los que han participado los propios adolescentes planteando sus dudas en un entorno confidencial.

Esta experiencia muestra una herramienta que responde a las necesidades de los alumnos adolescentes en esta materia con resultados satisfactorios y que puede ser fácilmente aplicable en contexto similar.

**Palabras clave:** adolescente, sexualidad, servicios de enfermería escolar, promoción de la salud

## ABSTRACT

Sexuality is one of the pillars that sustains the human being. We are sexed beings. It is a way of communication that each person expresses and feels differently.

Adolescence is crucial in the development of human sexuality. Teens need answers to their doubts. Sexuality is not routinely addressed in the family or school setting.

The school nurse is the main professional in health care and education in schools. Healthy sexuality is in the context of health promotion, responding to the needs of students about knowledge, positive and demystified sexuality, preserving the rights of the people, without any discrimination or violence.

We present a sexual education workshop given by school nurses, to adolescents from last grade of primary school. It is a part of the school nursing project in Cantabria. The new in the experience is the design of contents, with the participation of the adolescents, raising their doubts in a confidential environment.

This experience shows a tool that responds to the needs of adolescent students in this area with satisfactory results and can be easily applicable in a similar context.

**Keywords:** adolescent, sexuality, school nurse, health promotion

## INTRODUCCIÓN

La OMS definió la Promoción de la Salud en 1986 como "un proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud para mejorarla" y la Educación para la Salud como herramienta que: "comprende las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente que suponen una forma de comunicación destinada a mejorar la alfabetización sanitaria incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de las habilidades personales que conduzcan a la salud individual y de la comunidad" <sup>(1)</sup>.

En 1996, también la OMS, efectuó un estudio sobre las reformas sanitarias en Europa, donde confirmó que la Enfermería es el primer eslabón y el punto de contacto más sólido entre el sistema y los usuarios: "En la naturaleza de la Enfermería, se conjugan el ser disciplina profesional en cuanto a una práctica social, cuya misión es el cuidado de salud del ser humano individual y del colectivo a través de los procesos vitales y en contextos culturales específicos para alcanzar mejores condiciones de vida. Su acción está orientada por principios y fundamentos científicos, humanísticos y éticos de respeto a la vida y a la dignidad humana. Su práctica requiere de un pensamiento interdisciplinario, de un actuar multiprofesional y en equipo con visión holística del ser humano en su relación con el contexto social y ambiental" <sup>(2)</sup>.

Esta afirmación junto con la propia filosofía de la OMS, identifica y sitúa a la profesión enfermera con sus propias competencias, como el nexo de unión entre padres, docentes, alumnos y otros profesionales de la salud, cuando se refiere al contexto escolar.

En España, la enfermería escolar es considerada como nueva entidad profesional, a pesar de que los profesionales llevan más de treinta años ejerciendo la enfermería en los centros escolares tanto públicos como privados o concertados. Sus inicios fueron en algunos centros de Educación Especial. Posteriormente y tras varias décadas, se está produciendo una demanda constante de esta figura profesional por la comunidad educativa (profesores, padres, alumnos y personal no docente) como profesional del cuidado que desarrolla programas de promoción para salud impulsando hábitos de vida saludables en los alumnos durante la etapa educativa <sup>(3)</sup>.

En el año 2009, la Asociación Madrileña de Enfermería en Centros Educativos define a la Enfermera escolar como: "el profesional que, dentro del ámbito del centro y de acuerdo con el proyecto educativo del centro, tiene la responsabilidad de proporcionar de forma individualizada, o en su caso, de forma coordinada con el propio equipo docente, los cuidados propios de su competencia al alumno/a de modo directo, integral o individualizado. En el ámbito educativo, además, ha de prestar un servicio que permita aumen-

*tar la capacidad del individuo y de la colectividad escolar, para prevenir, detectar y solucionar sus problemas de salud*<sup>(4)</sup>.

En la Comunidad Autónoma de Cantabria el proyecto de enfermería escolar lleva funcionando desde 2014. Está liderado por la Fundación de enfermería (FECAN), adscrita al Colegio oficial profesional de Cantabria, englobando funciones de; gestión, asistencia, investigación y promoción de la salud en el contexto de la comunidad educativa. El proyecto se viene desarrollando en cuatro centros escolares, dos en el entorno urbano y otros dos en el rural, de los que se disponen ya de resultados de salud<sup>(5)</sup>.

En la actualidad, la comunidad educativa presenta necesidades formativas en materia de salud que demandan cuidados especializados y que necesitan una vigilancia estrecha. Entre ellas la formación y atención a enfermedades crónicas como: asma, diabetes, espina bífida, epilepsia, alergias, etc., así como otros trastornos: hiperactividad con déficit de atención, alteraciones conductuales etc.<sup>(6)</sup>. De la misma forma, se identifican enfermedades derivadas de los hábitos de vida poco saludables de los escolares: sobrepeso infantil, aumento de enfermedades de transmisión sexual en adolescentes, embarazos no deseados, prematuridad en el consumo de alcohol, tabaco, drogas y otros. Del mismo modo cabe resaltar los accidentes que surgen en el entorno escolar: caídas, contusiones, golpes, así como, la administración y control de medicación en escolares con patologías crónicas mencionadas anteriormente.

La enfermera escolar tiene la responsabilidad de dar cobertura a estas necesidades y promover la salud en este entorno escolar, no solo proporciona conocimientos, sino que aporta una mayor calidad a la educación, con el objetivo de promover hábitos de vida saludables y que los escolares alcancen su máximo bienestar físico psíquico y social<sup>(7)</sup>.

## JUSTIFICACIÓN

Este proyecto específico se justifica, precisamente, por tratarse de un tema imprescindible para el desarrollo saludable y crecimiento personal de los adolescentes, que está escasamente abordado.

La educación sexual es un tema delicado que los docentes, incluso los padres, tienen dificultades para poner en común con los escolares y sus hijos; sin embargo la enfermera como profesional de referencia, asertividad y con conocimientos técnicos y científicos que la avalan, es la persona adecuada para trabajar estos temas con el alumnado.

La enfermera escolar interviene a petición de la profesora correspondiente, en el tema de educación sexual dentro de la asignatura de "Conocimiento del Medio" ya que los alumnos tienen inquietudes y preguntas sobre temas específicos de sexualidad que precisan respuestas profesionales.

Por estas razones, la salud sexual enfocada a estos grupos de edad 11, 12 y 13 años, precisa de acercamiento y proximidad de forma positiva y respetuosa a la propia sexualidad y a las relaciones sexuales; enseñando, además, que estas relaciones deben ser seguras, libres de coacción, discriminación y violencia. Por otro lado, para que la salud sexual se logre y se preserven los derechos sexuales de todas las personas; que deben de ser respetados, protegidos y cumplidos<sup>(8)</sup>.

Toda persona es un ser sexuado, un "ser vivo que posee ór-

ganos sexuales para la reproducción"<sup>(10)</sup>, y como tal, la sexualidad es inherente desde el momento de la concepción hasta la muerte. Es parte del desarrollo humano durante toda la vida, de ello, emerge la necesidad básica de satisfacer la comunicación íntima, el afecto, el gusto, el deseo de contacto, la ternura, el amor etc. Nos corresponde a los profesionales promover y fomentar una educación que vaya más allá de la prevención de riesgos y que, de la misma forma, facilite la adquisición de responsabilidades para que en la adultez se viva una sexualidad saludable con libertad, respeto e igualdad<sup>(10)</sup>.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que la adolescencia es un periodo que comienza alrededor de los 10 años con la pubertad (proceso que conduce a la madurez sexual) y finaliza aproximadamente a los 19 años, la juventud es la etapa que transcurre entre los 15 y 24 años.

La adolescencia se caracteriza por ser un periodo de cambios rápidos y notables en el ser humano; es una etapa en el desarrollo de la persona complicada, pues en ella se producen una serie de transformaciones o cambios como: puberales, fisiológicos, psicológicos y sociales, todo ello de una forma fisiológica por la acción de las hormonas, de la misma forma, en la que los aspectos educativos concernientes a la sexualidad y al sexo presentan una mayor importancia<sup>(10)</sup>, por ello y de acuerdo a las necesidades de las instituciones educativas resulta de esencial la importancia elaborar proyectos dinámicos, prácticos y educativos, focalizados en las necesidades y demandas de esta etapa del desarrollo de los alumnos, promoviendo, actitudes, valores, herramientas, conocimientos y estrategias para procurar una vida sexual sana, en el contexto amplio de Proyecto de Enfermería Escolar.

Además, las dificultades para el tratamiento del tema que, en muchas ocasiones, muestran los profesores y padres precisamente por las características y peculiaridades propias.

Todos estos argumentos justifican ampliamente la experiencia desarrollada sobre este tema y que se expone seguidamente.

## OBJETIVOS

- Diseñar una actividad formativa en materia en educación sexual saludable adaptada a las necesidades de una población adolescente.
- Identificar las necesidades sentidas en materia de educación sexual de una población de estudiantes de 6º curso de Primaria.

## METODOLOGÍA

La actividad se imparte en un Centro de Educación Infantil y Primaria (CEIP), dependiente de la Consejería de Educación del Gobierno de Cantabria, con un total de 370 alumnos.

Está situado en la ciudad de Santander y actualmente se encuentra integrado en la Red Cántabra de Escuelas Promotoras de Salud de la Consejería de Educación del Gobierno de Cantabria.

La actividad a realizar se divide en dos fases: de valoración y de intervención, desde el 14 de noviembre hasta el 9 de diciembre de 2016.

Descripción del contenido de cada una de las fases.

### 1. Primera fase: valoración.

La población a la que se dirige el taller de sexualidad saludable son alumnos con edades comprendidas entre 11 y 13 años, pertenecientes a 6º curso de Educación Primaria; divididos en dos clases (A y B) con un total de 34 alumnos.

Se realizan cinco intervenciones en cada clase sobre el tema de sexualidad dentro de la asignatura de "Conocimiento del Medio" con una duración de 50 minutos cada una, colaborando con la profesora que imparte la asignatura para dar respuesta a algunas cuestiones y dudas que surgen en los alumnos mientras estudian los contenidos del tema, tales como: cambios físicos, psicológicos, reproducción, embarazo y parto.

Durante estas intervenciones en el aula se utilizan diferentes recursos, como vídeos educativos ilustrados para su edad y fichas. Sin embargo, esto no es suficiente, los alumnos demandan más información.

Por otro lado, se ha percibido la necesidad de anonimato y privacidad que tienen los alumnos para la realización de las preguntas que les inquietan; se observa incomodidad y vergüenza de manifestar dudas *a viva voz* en presencia del grupo; esto obstaculiza conocer las necesidades reales, por lo que se decide una estrategia de actuación para evitar esos problemas.

### 2. Estrategia de actuación para garantizar la libertad de expresión y la confidencialidad:

La herramienta empleada es el uso de una urna en cada aula donde los adolescentes introducirán sus preguntas escritas en un papel de forma anónima.

Se explica a los alumnos que se colocará una urna en cada clase para recoger sus dudas por escrito para preservar su privacidad, de la misma forma, se les manifiesta el motivo; evitar la vergüenza e incomodidad que se ha detectado; esto es muy bien aceptado por ellos. El tiempo de permanencia de las urnas en las clases será de 4 días, tiempo que empleará en impartir el tema sobre sexualidad la profesora de la asignatura.

Se han recogido las urnas, que contienen un total de 31 preguntas, en una de ellas se encuentran 2 preguntas que no se responden porque el tipo de pregunta no está en sintonía con el nivel de edad de los alumnos ni del taller.

Las 29 preguntas restantes se agrupan en los siguientes temas:

Intereses demandados por los alumnos
Masturbación
Eyaculación
Pensamientos y sueños eróticos
Preservativos
Embarazo
Relaciones sexuales

**Tabla 1. Intereses principales de los alumnos. Cuestiones introducidas en las urnas. Fuente: elaboración propia**

### 3. Segunda fase: intervención

Tras la recogida de las preguntas anónimas la enfermera escolar confecciona el taller con los intereses demandados por los alumnos y los temas incluidos en el proyecto escolar sobre "Sexualidad saludable"

Temas abordados por la Enfermera Escolar en el Taller
Género, identidad sexual y orientación sexual
Cambios Físicos y Psíquicos
Ciclo Menstrual
Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS)
Métodos anticonceptivos y anticoncepción de emergencia
Intereses demandados por los alumnos

**Tabla 2. Contenido final del taller de sexualidad saludable, integrando los intereses demandados por los alumnos. Fuente: elaboración propia.**

La enfermera prepara una presentación con vídeos, ilustraciones y respuestas concretas de forma comprensible a la demanda e inquietudes de los alumnos, todo ello basado en bibliografía y evidencias científicas, con explicaciones acorde con su edad.

Las técnicas docentes de este taller, se basan en generar una relación de confianza entre la enfermera escolar y los alumnos, para lograr que los alumnos sean capaces de expresar sus dudas, preguntas e inquietudes sin perjuicios, de forma natural y de este modo, responder a sus inseguridades, desmontar los mitos, aproximar a la realidad y, en definitiva, promover una sexualidad saludable.

El taller se realiza simultáneamente con los dos grupos (A y B) en una de las clases, con la siguiente dinámica:

1. Introducción al taller y exposición a través del material preparado.

Como se ha indicado, responde a todo lo planteado en las urnas más los temas del proyecto de Enfermería Escolar.

2. A medida que el taller transcurre, surgen nuevas dudas a las que se va dando respuesta. Estas respuestas dan lugar a nuevas dudas que se van resolviendo de una forma coloquial y cómoda durante la intervención. Se consigue un *feed-back* activo, con un grado de interés y de atención muy alto por parte de los alumnos, otorgando normalidad al tema y estableciéndose un nexo de unión entre los alumnos y la enfermera escolar.

## RESULTADOS

Tras la finalización de la actividad, se explica a los alumnos que se va a colocar de nuevo una urna donde pueden volver a dejar notas escritas reflejando tanto las dudas que no se hayan resuelto, como cuestiones nuevas o inquietudes que hayan aparecido con el objetivo de poder medir los resultados del taller.

- Se recogen un total de 10 notas de la urna, de las cuales 9 dejan reflejado que las dudas que habían planteado inicialmente se les habían resuelto con claridad; y como dato añadido, también dejan reflejado en las notas que habían entendido las explicaciones de la enfermera escolar (este aspecto no se había preguntado previamente; a pesar de ello, responden de este modo).
- Aunque no se haya preguntado expresamente, los alumnos indican que han entendido las explicaciones de la enfermera escolar.

- La nota nº 10 deja claro que todo lo ha entendido, (dato que no se ha pedido) pero añade una pregunta nueva. "¿Es obligatoria la inyección del papiloma?". A esta pregunta se responde en la siguiente clase de Conocimiento del Medio a todo el grupo por entender que la respuesta es de interés general.

## DISCUSIÓN-CONCLUSIONES

La clasificación de las preguntas en temas concretos de sexualidad, aporta una idea de los aspectos que más inquietud generan en los alumnos adolescentes y, por lo tanto, pueden tomarse como referencia para futuras intervenciones sobre sexualidad saludable.

La información sobre la masturbación, en primer lugar, y el pensamiento sexual es lo más planteado y con necesidad de respuesta para los adolescentes de estas edades.

Al ser anónimo no permite saber qué temas inquietan más por sexos.

Dentro del feed-back que se origina, los chicos preguntas más que las chicas durante la intervención.

Durante la intervención, los chicos preguntan más sobre los cambios físicos de su cuerpo, y las chicas sobre los cambios de estado de ánimo.

Ya que la enfermera escolar es parte del equipo educativo esta actividad no se queda en un taller con varias intervenciones, sino que la relación establecida con los alumnos; permite que demanden información de forma individual sin perjuicios, tanto sobre este tema, como de otros relacionados con la salud.

Otorgar normalidad al tema de la sexualidad en el desarrollo de la actividad ayuda a que los alumnos se animen a participar sin miedos ni perjuicios sobre el tema.

Chicos y chicas de la misma edad, dentro de una misma convivencia escolar plantean diferentes cuestiones cuando están en grupo con sus iguales que cuando lo hacen de forma anónima.

La ausencia de preguntas relacionadas con las enfermedades de transmisión sexual, refleja la necesidad de seguir avanzando en este camino; siendo datos similares a los publicados en otros trabajos consultados<sup>(11)</sup>. Las ETS no resultan prioritarias en las demandas de información por parte de los adolescentes.

Esta experiencia coincide con otras publicadas<sup>(12)</sup> en la que la promoción de la salud sexual es la base para la prevención de las infecciones de transmisión sexual y los embarazos no deseados, entre otros problemas no menos importantes derivados de una práctica sexual insana o poco saludable.

Se destaca como característica de este proyecto la propia metodología empleada que ha dado lugar a la consecución del objetivo planteado. El uso de las urnas y mantener la confidencialidad y privacidad ha permitido la conexión entre adolescentes y enfermera, aspecto éste que no se ha encontrado en la bibliografía consultada.

La metodología referida permite a los adolescentes expresarse con libertad y sin miedos, y a la enfermera focalizar las intervenciones de promoción de la salud sexual, además de la relación de confianza establecida entre ambos.

Por lo tanto, consideramos que esta intervención puede ser extrapolada a poblaciones escolares adolescentes similares.

## BIBLIOGRAFÍA

1. OMS. Promoción de la salud: glosario [Internet]. Ginebra: Organización mundial de la salud; Educación para la salud. 1998. <https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf> [consultado 27/12/2016].
2. Organización Mundial de la Salud [Internet]. El ejercicio de la enfermería: Informe de un Comité de expertos de la OMS. Ginebra: OMS; 1996. [consultado 27/12/2016]
3. Diego V. Enfermería Escolar. [TFG]. Cantabria: Universidad de Cantabria; 2015.
4. Proyecto de Enfermería Escolar de Cantabria [sede web]. Santander. [Actualizada en diciembre de 2016; acceso el 6 de diciembre de 2016]. Disponible en: [www.fundacionenfermeriacantabria.org/enfermeria-escolar](http://www.fundacionenfermeriacantabria.org/enfermeria-escolar)
5. Proyecto de Enfermería Escolar de Cantabria. Santander. Disponible en: [www.fundacionenfermeriacantabria.org/enfermeria-escolar](http://www.fundacionenfermeriacantabria.org/enfermeria-escolar) [consultado 6 de diciembre de 2016]
6. Manuel-Pertegas S. Una necesidad actual: La Enfermera Escolar. [TFG]. Castellón de la Plana: Universitat Jaume; 2016.
7. Diego V. Enfermería Escolar. TFG. Cantabria: Universidad de Cantabria; 2015.
8. Sánchez-Moñino T. Educación para la salud en centros docentes no universitarios. En: I Congreso Nacional Enfermería y Salud Escolar. La escuela: Un escenario de desarrollo profesional. Alicante: Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana (CECOVA); 2008. p. 45-51.
9. Definiciones-de.com [Internet] Madrid: 2016. Definición de "sexuado" - ALEGSA © 06/06/2016 Disponible en: <http://www.definiciones-de.com/Definicion/de/sexuado.php>
10. Adelina-Lena O et al. Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO "Ni ogros ni princesas" [Internet]. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias. Disponible en: [http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia\\_no\\_ogros\\_ni\\_princesas1069.pdf](http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf) [Consultado 28/Enero /2012]
11. Becerra L, Moreno S, León-Canelón M. Conducta sexual, conocimientos sobre embarazo y necesidades percibidas con relación a educación sexual, en adolescentes escolarizados. Espacio Abierto 2006; 15:787-803. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12215405>.
12. Alfaro-González M, Vázquez-Fernández ME, González-Hernando C, Muñoz-Moreno M F, Rodríguez-Molinero L, Fierro-Urturi A. Grupo de Educación para la Salud de la AEP. Hábitos sexuales en los adolescentes de 13 a 18 años. Pediatría Atención Primaria 2015; 17:217-225. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=366641641003>.
13. Ríos-Becerril J, Becerril-Amedo P, Maldonado-González V. Intervención educativa de enfermería sobre salud sexual y reproductiva en adolescentes. Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social. 2015; 24 (1): 51-54. Disponible en: [http://revistaenfermeria.imss.gob.mx/editorial/index.php/revista\\_enfermeria/article/view/78/135](http://revistaenfermeria.imss.gob.mx/editorial/index.php/revista_enfermeria/article/view/78/135).
14. Carrasco-Fernández, T. Fenomenología del comportamiento y práctica en salud sexual de un grupo de adolescentes escolarizados. Ética de los Cuidados. 2014; 7(14). Disponible en <http://www.index-f.com/eticuidado/n14/et9709.php>
15. García G, María A, Cañadas-De la Fuente GA, González-Jiménez E, Fernández-Castillo R, García-García I. Educar en conductas sexuales saludables: una innovación docente en promoción de la salud. Rev. med. Chile. 2011; 139(10): 1269-1275. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872011001000004&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872011001000004&lng=es).