

Salud sexual en jóvenes de 16 a 25 años de Castilla y León: un reto para Enfermería

Irene Alcoceba Herrero, Cynthia Fernández Pérez, Cristina García Valdunciel, Sara Hernández Cornejo, Paula Horna Martínez, David Merayo Mancebo
Facultad de Enfermería, Universidad de Valladolid (Valladolid, España)

Correspondencia: irenealcoceba@hotmail.com (Irene Alcoceba Herrero)

Introducción

La adolescencia es una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta, caracterizada por cambios bruscos y secuenciales en el crecimiento, la maduración ósea, psicológica y reproductiva.¹ Por ello, podemos decir que la adolescencia es la etapa más comprometida de la juventud. Este periodo tiene un comienzo diferente en función del sexo: en las niñas es más precoz con una media de inicio de 11 años, mientras que en los niños es más tardío, siendo la edad media los 12 años. Actualmente, se admite que la adolescencia termina a los 18 años, pero algunos estudios que indican que esta fase se estaría ampliando hasta los 24 años debido a los cambios socioeconómicos que se están produciendo en nuestra sociedad.¹

La gran labilidad e hiperactividad producida en la esfera emocional durante la adolescencia, puede llevar a los jóvenes a conductas impulsivas y desproporcionadas. Entre ellas se encuentran las actividades sexuales de riesgo. Estas actividades pueden implicar la transmisión de enfermedades producidas por microorganismos, cuyo reservorio es el tracto genital humano. La incidencia de ITS se ha ido marcando especialmente en la adolescencia y en mujeres más que en varones. Es por ello, que la educación sexual cobra una importante relevancia en esta etapa vital.^{2,3}

La educación sanitaria que reciben los adolescentes y jóvenes en la actualidad desde el punto de vista de la salud sexual y reproductiva es insuficiente para prevenir conductas de riesgo que por desgracia cada vez son más recurrentes, como los embarazos no deseados o el aumento de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

El objetivo de este trabajo fue detectar las conductas de salud sexual en jóvenes estudiantes en Castilla y León y cómo Enfermería puede trabajar sobre dichas conductas para evitar los riesgos que conlleva el contacto sexual, promocionando así la educación sexual desde edades muy tempranas.

Metodología

El presente estudio puede describirse como un estudio observacional, descriptivo y transversal, para cuya realización se seleccionó a estudiantes de Castilla y León de entre 16 y 25 años.

Para la elaboración del presente trabajo se formuló la siguiente cuestión: ¿Cómo Enfermería puede detectar y actuar para reducir los comportamientos de riesgo sobre la sexualidad en personas jóvenes y adolescentes de Castilla y León?.

En base a dicha cuestión se planteó el siguiente esquema PICO (tabla 1).

Tabla 1. Esquema PICO para la elaboración del presente trabajo

Paciente	Intervención	Comparador	Objetivos
Adolescentes y jóvenes de Castilla y León de entre 16 y 25 años	Educación sexual	No procede	Mejorar los conocimientos relativos a la salud sexual

Fuente: elaboración propia

Los criterios de selección de la población fueron los siguientes:

- Edad comprendida entre 16 y 25 años
- Lugar de residencia/procedencia: Castilla y León
- Ocupación: Estudiantes universitarios

Para la obtención de los datos, durante la investigación, se administró un cuestionario anónimo y voluntario que consta de 8 preguntas, cuyo objetivo era el análisis de la conducta sexual de los jóvenes.

Las preguntas que se formularon en el cuestionario para el análisis de la conducta sexual fueron las siguientes:

- Pregunta 1: ¿Has mantenido relaciones sexuales con penetración?
- Pregunta 2: ¿A qué edad tuviste tu primera relación sexual con penetración?
- Pregunta 3: ¿Has mantenido relaciones sexuales de riesgo (sin preservativo)?
- Pregunta 4: ¿Conoces los diferentes métodos anticonceptivos y su función (DIU, anillo vaginal, píldora...)?
- Pregunta 5: Contesta solo si eres mujer: ¿Has tomado alguna vez la píldora del día después?
- Pregunta 6: ¿Cuándo bebes mucho, te comportas muy diferente en lo referente al sexo?
- Pregunta 7: ¿Alguna vez has tenido relaciones sexuales sin que te apeteciera?
- Pregunta 8: ¿Te sientes satisfecho con tu vida sexual?

Todas las preguntas a excepción de la pregunta 2, son preguntas en las que los encuestados debían elegir entre las opciones sí/no. Junto con estas preguntas se pidió a los encuestados que marcaron su sexo y edad.

El cuestionario online se distribuyó a través de las redes sociales (Twitter y Facebook) y vía WhatsApp. Estuvo abierto desde el 07/03/2018 hasta el 06/04/2018.

Una vez pasado recogidos los datos, se procedió a realizar un análisis estadístico de carácter cuantitativo de los mismos.

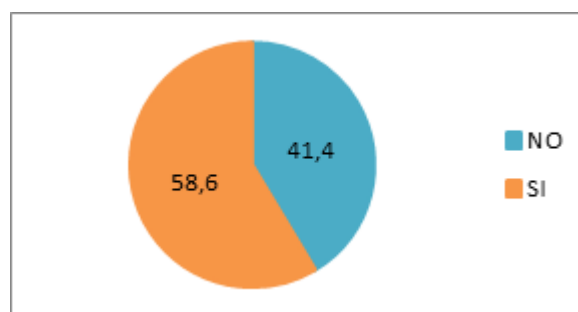
Durante el estudio se contemplaron los Convenios y Normas establecidos en la legislación española, la protección de datos de carácter personal y bioética.

Resultados

Se registraron un total de 727 respuestas. Un 63,8% de los individuos fueron mujeres, mientras que un 36,2% fueron hombres, siendo la media de edad de todos ellos de 19 años.

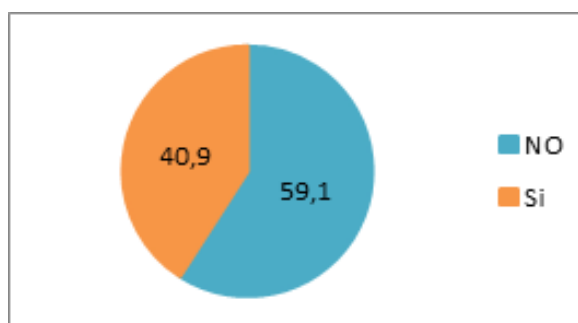
El 90% de los individuos había mantenido relaciones sexuales completas y un 25% tuvo su primera relación sexual a los 17 años. Más de la mitad de los participantes afirman haber mantenido relaciones sexuales de riesgo (sin preservativo) (figura 1) a pesar de que un 95,3% afirman conocer los diferentes métodos anticonceptivos y las normas de uso. Otro dato importante es que 4 de cada 10 mujeres han tenido que recurrir alguna vez a la anticoncepción de urgencia (figura 2). Un 30% de los jóvenes confiesan que su comportamiento durante las relaciones sexuales se ve modificado por el consumo de alcohol. Un 37,6% afirma haber mantenido relaciones sexuales sin apetencia sexual. Por último, los datos recogidos revelan que un 72,1% de los jóvenes están satisfechos con su vida sexual.

Figura 1. Porcentaje de personas que han mantenido o no relaciones de riesgo



Fuente: Elaboración propia

Figura 2. Porcentaje de mujeres que han recurrido a la anticoncepción de urgencia



Fuente: Elaboración propia

Discusión

Tras la obtención y el análisis de los datos recogidos en el cuestionario, se ha podido observar la existencia de algunas conductas preocupantes en los jóvenes y adolescentes, que pueden catalogarse como de riesgo. Estas conductas, pueden ser debidas al clásico pensamiento que se produce a esta edad 'A mí no me va a ocurrir'. En este pensamiento encaja muy bien el siguiente hecho; la mayoría de los participantes afir-

man conocer los métodos anticonceptivos, pero más de la mitad dicen haber mantenido relaciones de riesgo y un porcentaje importante de mujeres haber tenido que recurrir a la anticoncepción de urgencia.

La modificación de la conducta sexual descrita por algunos encuestados puede ser debida al efecto que este tiene sobre algunas zonas del cerebro. El alcohol en bajas dosis y previo a un encuentro sexual puede desinhibir y soltarte, pero no ayudar a tener un mejor desempeño durante la relación sexual. En

dosis altas dificulta la excitación y el orgasmo, e incluso un consumo crónico puede producir dificultades en la erección, disminución del deseo sexual, sequedad vaginal, eyaculación retardada, disminución del funcionamiento sexual y problemas de pareja.

Por último, el hecho de que casi tres cuartas partes de los encuestados se sientan satisfechos con su vida sexual es un dato positivo a tener en cuenta, pero que podría aumentarse con una adecuada educación sexual.

Si se comparan los resultados obtenidos en este estudio con otros encontramos algunas diferencias, cabe destacar que este estudio la edad mayoritaria a la que se produjo la primera relación sexual fue entre los 13 y 25 años y como media a los 16,6 años, mientras que en el estudio realizado a los estudiantes de la Universidad de Barcelona fue entre los 17 y 20 años y como media a los 15,4 años. En este estudio, al igual que en el realizado en este trabajo, los estudiantes declaran tener relaciones sexuales satisfactorias. En el estudio realizado en la universidad de Barcelona el 21% de los encuestado declararon no utilizar ningún método para prevenir las ITS, mientras que en el presente estudio fueron un 41,4% los participantes que declararon no utilizarlo. En el estudio aquí realizado el 95,3% de los encuestados afirmó conocer los métodos anticonceptivos frente al 89% de los encuestados en la universidad de Barcelona.⁴

El estudio realizado tiene algunas limitaciones como es el hecho de que los encuestados son jóvenes universitarios, no habiendo incluido a ningún individuo que no pertenezca a este sector de la población, por ello, si incluyéramos a jóvenes no universitarios los resultados podrían variar. Esto se debe a que este sector de población podría tener comportamientos diferentes o tener unos conocimientos en materia sexual inferiores a los de la población universitaria. Otra limitación, es el hecho de que el cuestionario solo fue administrado en Castilla y León, pudiéndose encontrar diferencias con los jóvenes de otras comunidades. Debido a estos aspectos los resultados obtenidos deberían interpretarse con cautela y no deberían generalizarse al total de los jóvenes, aunque sí podrían utilizarse como base para posteriores estudios y para la creación de programas de información.

Bibliografía

1. Bras I Marquillas J. Actividades de prevención y promoción de la salud en la infancia y la adolescencia. A. Martín Zurro. Atención primaria. Problemas de la salud en la consulta de medicina de familia. 7º ed. Barcelona: Elsevier; 2014. 3 - 25.
2. Pérez-Morente MÁ, Cano-Romero E, Sánchez- Ocón MT, Castro-López E, Jiménez-Bautista F, Hueso-Montoro C. Factores de riesgo relacionados con las infecciones de transmisión sexual. 2013; 30(1):58-63.
3. Vicente J, Martínez J, Franco A, Puente Á, Bursón L, Sánchez E. Guía de buena práctica clínica en infecciones de transmisión sexual. Organización Médica Colegial. 2011; 1-100.
4. Maté Carmen, Acarín Nolasco. Las relaciones sexuales, encuesta a los estudiantes de la Universitat Pompeu Fabra, Barcelona (20 - 27 años). SUMMA Psicológica UST 2010; 7(2):93-108.

Conclusiones

Como problema principal en los jóvenes y adolescentes se ha detectado un déficit de conocimientos relativos a la salud sexual, así como riesgo de embarazo no deseado, un mal uso de la anticoncepción de urgencia y riesgo de contraer ITS. La única manera de prevenir el contagio de estas enfermedades es a través de las relaciones sexuales responsables, disminuyendo la exposición y el riesgo mediante el uso del preservativo.

Es por ello que la educación sexual realizada desde enfermería en los centros sanitarios debe complementarse a la realizada en los centros escolares desde una edad temprana, debido al inicio cada vez más precoz de las relaciones sexuales. No se puede obviar que en los adolescentes y jóvenes existen conductas de riesgo, constituyendo un reto para los profesionales de enfermería liderar actividades de educación para la salud sexual, pues existe una gran necesidad de atención a la salud sexual en los jóvenes. El personal de enfermería constituye un servicio de ayuda debiendo protegerse así el clima de privacidad y empatía, sin olvidar la implicación emocional que suponen las vivencias sexuales durante la adolescencia, tratando de resolver las dudas que puedan existir, proporcionando ayuda con el objetivo de resolver de diversos problemas que puedan surgir. Por otro lado, enfermería debe detectar los comportamientos de riesgo que pudieran llegar a producir consecuencias negativas en la población incluyendo en la entrevista clínica en la consulta aspectos relacionados con la salud sexual, como por ejemplo el uso de anticonceptivos o fuentes de información que utilizan los jóvenes sobre sexualidad.

Por ende, para detectar los comportamientos de riesgo los objetivos desde enfermería deberían ser realizar educación para la salud sexual e impartir educación para la salud para lograr un estilo de vida saludable, reduciendo el consumo de sustancias nocivas que pueden afectar a la sexualidad como el tabaquismo o el alcoholismo.

Otro ámbito de intervención de la enfermería es la planificación familiar y el asesoramiento de las mujeres para que puedan elegir un método anticonceptivo adecuado a sus características, estilo de vida, creencias y patologías asociadas. Sería ideal tratar de proporcionar educación para que tanto el hombre como la mujer se involucren en la anticoncepción y la prevención de los embarazos no deseados.