

ESCUELA DE PADRES: LA SEXUALIDAD EN ADOLESCENTES

Yerly Norbeyker Gómez Duque¹
yerly.gomez.iprgr@est.upel.edu.ve
norbeykerduque@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-0314-0861>
Universidad
Francisco de Paula Santander
Colombia

Maira Zulay Teixeira Ragua²
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6642-9091>
maira.teixeira.iprgr@est.upel.edu.ve
teixeiramaira527@gmail.com
Institución Educativa
Nuestra Señora de las Mercedes
Colombia

Recibido: 16/02/2026

Aprobado: 27/02/2026

RESUMEN

La sexualidad es un aspecto central para el desarrollo del ser humano. Durante décadas ha sido asumida como esa parte de la vida que corresponde a la reproducción; esa visión parcial y reduccionista del tema, debe ser superado y asumirse desde un planteamiento que integre diferentes dimensiones del hombre en donde intervienen diferentes variables; como los padres. Esto lo hace un tema altamente complejo y sensible por las características de tabú que reviste. Por ello, se presenta este artículo, tipo texto para la difusión cuyo propósito es interpretar el papel de la familia como espacio fundamental de reflexión para el acompañamiento responsable y positivo de los adolescentes en temas de sexualidad. Para ello, se realizó una revisión teórica apoyada en el paradigma interpretativo, con enfoque cualitativo que permitió argumentar de qué manera los padres, como elemento socializador por naturaleza, generan espacios de educación sexual integral, efectiva y cultural, que apunte al desarrollo integral de sus hijos. Desde lo metodológico, el artículo se sustenta en el método hermenéutico, que ofrece realizar un proceso interpretativo, de comprensión profunda de las experiencias, creencias y

¹ Docente de Catedra, Universidad Francisco de Paula Santander, Colombia. Licenciada en Enfermería en Universidad de los Andes, Venezuela, Magister en Orientación en Sexología del Centro de investigaciones Psiquiátricas, Psicológicas y Sexológicas de Venezuela-CIPPSV.

² Docente de Preescolar, IE Nuestra Señora de las Mercedes, Colombia. Licenciada en Pedagogía Infantil en Corporación Universitaria Iberoamericana, Colombia. Especialista en Gerencia de Proyectos Educativos en UCC de Colombia, Magíster en Neuropsicología y Educación en UNIR de España.

realidades que rodean el tema de la sexualidad en adolescentes. Es decir, pensar este tema no solo como un hecho biológico, sino desde múltiples dimensiones del desarrollo biopsicosocial del ser humano. Finalmente, presentar un análisis crítico que supere preconcepciones que faciliten una comprensión más abierta y humana.

Palabras clave: adolescentes, escuela de padres, sexualidad.

SCHOOL FOR PARENTS: SEXUALITY IN ADOLESCENTS

ABSTRACT

Sexuality is a central aspect of human development. For decades, it has been assumed to be that part of life that corresponds to reproduction; this partial and reductionist view of the topic must be overcome and addressed from an approach that integrates different dimensions of humankind, where different variables intervene, such as parents. This makes it a highly complex and sensitive topic due to its taboo nature. Therefore, this essay-style article is presented, the purpose of which is to interpret the role of the family as a fundamental space for reflection for the responsible and positive support of adolescents regarding issues of sexuality. A theoretical review based on the interpretive paradigm was conducted, with a qualitative approach that allowed us to argue how parents, as natural socializers, create spaces for comprehensive, effective, and cultural sexuality education aimed at the holistic development of their children. Methodologically, the article is based on the hermeneutic method, which offers an interpretative process of deep understanding of the experiences, beliefs, and realities surrounding the topic of adolescent sexuality. That is, to consider this topic not only as a biological fact, but from multiple dimensions of human biopsychosocial development. Finally, it presents a critical analysis that overcomes preconceptions and facilitates a more open and humane understanding.

Keywords: adolescents, parenting school, sexuality

INTRODUCCIÓN

La sexualidad es un aspecto del desarrollo humano al cual hay que prestarle atención, especialmente en la adolescencia, pues es precisamente en este momento de la vida, que el cuerpo avanza en todo tipo de cambios: mental, física y emocionalmente lo que influye en su vida social. Es así que la sexualidad del adolescente, va dando forma a quién es y cómo se conecta emocionalmente con los demás a partir de descubrir el ser biopsicosocial que es; por lo que conocer cómo las personas jóvenes tratan con su sexualidad es clave para brindar el apoyo adecuado que les ayuda a tomar decisiones inteligentes y crecer de forma saludable en su vida sexual (Cornellà i Canals, 2010, p. 4192; Corona y Funes, 2015, 76).

Sin lugar a duda, somos seres sexuados desde el inicio hasta el final de nuestras vidas por lo que la sexualidad se consolida como una dimensión esencial en el desarrollo de todo ser humano; no se limita únicamente a la reproducción, sino que involucra componentes esenciales como el género, el erotismo, y los vínculos afectivos; por ejemplo, el placer y las sensaciones humanas inician desde el vientre materno como chupar el dedo y se mantienen en la infancia. En la adolescencia, la sexualidad se exterioriza a través de la curiosidad, los cambios físicos y psicológicos, el despertar sexual y los cambios hormonales que mueven emociones, ilusiones y deseos.

En ese orden, Foucault (2000, p.41) en su obra *Historia de la Sexualidad*, resalta que ésta no es solo una dimensión biológica o instintiva, sino que es una realidad

moldeada por discursos, normas y poderes sociales. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2006, p. 3-4) define la sexualidad como “un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de toda su vida que abarca el sexo, las identidades y roles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual.” Que puede ser manifestada a través de ideas, fantasías, deseos, percepciones, comportamientos o interacciones recíprocas entre las personas; de igual manera señala que se encuentra influida por “factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.” (OMS, 2006, p. 3-4). La educación sobre la sexualidad en la adolescencia debe ser efectiva, comenzando desde el respeto y la confianza, sin mentiras, tabúes o restricciones físicas y/o mentales; no debe centrarse únicamente en lo biológico, médico o reproductivo, sino en una visión holística de la sexualidad; los padres tienen un rol fundamental como adultos maduros que deben educar a sus hijos a que entiendan y respeten la sexualidad como un derecho natural, pero que además debe ser ejercido con total responsabilidad, evidenciando así, la importancia de los padres como modelos para una vida sexual y de esta manera capacitarlos para una adecuada elección (Calero et al., 2017, p.s/n).

La razón es que, una educación sexual integral contribuye a formar personas seguras, con autoestima y amor propio, además de fomentar el respeto hacia los demás. Es fundamental que los padres hablen abiertamente con sus hijos sobre sus órganos sexuales, identidad y orientación sexual, los cambios en el cuerpo, cuidados higiénicos específicos (como la higiene menstrual, cuidado al usar el baño, etc.), prevención de

infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados, así como sobre métodos anticonceptivos. Una educación sexual integral permite la formación de seres humanos seguros, con autoestima y amor propio, sumado a que desarrollan el respeto por el otro, pero si, además, se involucran los padres en conversaciones abiertas, constructivas y de forma activa con sus hijos sobre estos temas se desarrollan competencias en los adolescentes para que puedan diferenciar y, evitar, posibles situaciones que le pueden afectar su calidad de vida.

DESARROLLO TEMÁTICO

La educación sexual, el asumir una actitud responsable y una comunicación franca entre padres e hijos sobre sexualidad, puede contribuir a disminuir las alarmantes cifras que a continuación se muestra y constituye una información relevante sobre los nacimientos en adolescentes y, es que, en el año 2021, se contabilizaron en Colombia 107.741 nacimientos en adolescentes y, se mantuvo, los nacimientos en niñas de entre 10 y 14 años, con un total de 4.895 casos, en su mayoría originados de embarazos forzados como consecuencia de abuso y violencia sexual. (Fondo de Población de las Naciones Unidas-UNFPA para Colombia, 2021) Esta información se resume en la tabla que se presenta a continuación:

Tabla 1

Nacimientos en adolescentes Colombia

Grupo de edad	Nacimientos absolutos (2021)	Datos generales de nacimientos en adolescentes
Niñas 10-14 años	4,895	Mayoría por embarazos forzados (abuso y violencia sexual)
Adolescentes 15-19 años	107,741	

Fuente: Fondo de Población de las Naciones Unidas-UNFPA para Colombia, 2021

Estas tasas se reafirman por el observatorio de la Secretaría de Salud de San José de Cúcuta, donde los indicadores de salud sexual y reproductiva para el año 2023 reportan una tasa de fecundidad en adolescentes de 15 a 19 años de 38.4 nacimientos por cada 1000 adolescentes. En el caso de niñas de 10 a 14 años, la tasa fue de 1.3 por cada 1000, y la proporción de embarazos en adolescentes representó el 13.1% de todos los embarazos que se pudo registrar en la ciudad de San José de Cúcuta. De estas cifras se destaca que la salud pública es un indicador crítico que refleja el nivel de vulnerabilidad de las adolescentes en términos de su sexualidad evidenciado en el alto porcentaje de adolescentes que quedan embarazadas en edades comprendidas entre los 10 años y 19 años.

Sumado a lo anterior, esos embarazos, en un alto porcentaje, son producto de situaciones de no deseadas en el grupo de niñas de 10 a 14 años, que, de acuerdo con los informes revisados, son resultado de abusos sexuales y violencia. La información que

se presenta, permite no solo dar cifras y estadística acerca del fenómeno, sino que se puede considerar como soporte para desarrollar programas, estrategias preventivas e intervenciones dirigidas a la protección de los derechos y mejorar la calidad de vida de la adolescencia, concretamente en la ciudad de Cúcuta. Las cifras que se muestran en esta Tabla 1 son señales del crítico estado en que se encuentra la salud pública y evidencia el estado de vulnerabilidad de la población adolescente. Lo anterior, refleja la necesidad de intervención urgente a partir de programas integrales que incluyan la salud sexual, no solo en las instituciones educativas sino en los hogares. Esa información se resume a continuación:

Tabla 2

Indicadores de salud sexual y reproductiva

Grupo de edad	Nacimientos absolutos (2021)	Tasa de fecundidad (por 1000 adolescentes, 2023)	Proporción embarazos adolescentes (% total, 2023)
Niñas 10-14 años	4,895	1.3	No especificado
Adolescentes 15-19 años	107,741	38.4	13.1

Fuente: Secretaría de Salud de San José de Cúcuta, 2023

El Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación de Colombia a finales de la década de los 90, inicia el desarrollo de programas dirigidos a promover la salud sexual y reproductiva de los adolescentes desde un marco legal y normativo; sin embargo, estos esfuerzos no han dado los resultados esperados y sigue siendo relevante el porcentaje de casos de embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual y violencia de

género. Por esta razón, la educación en sexualidad por parte de los padres dirigida a sus hijos resulta impostergable. Los padres son modelos influyentes para sus hijos, sus prácticas de crianza afectan directamente las conductas de los adolescentes; sin embargo, no basta solo con ser un modelo; es necesario que sean padres sexualmente maduros, y que puedan hablar sobre el tema con sus hijos. Es importante que los adolescentes aprendan a desarrollar su erotismo de forma sana, expresándolo a través del coqueteo, la vanidad, la forma de vestir y la manifestación de sus sentimientos, creando vínculos afectivos saludables que mantengan el respeto y contribuyan a una sexualidad segura y satisfactoria. Esta responsabilidad no puede recaer solamente en los profesores, el equipo de salud, las redes sociales, las amistades u otros familiares; por lo que se señala que es deber de los padres mantener comunicación asertiva con sus hijos sobre ese tema.

COMPRENSIÓN DE LA SEXUALIDAD EN EL ADOLESCENTE

La adolescencia es una etapa de la vida en la que se aprecian cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales presentándose en las mujeres alrededor de los 13 a 15 años mientras que en los hombres alrededor de los 13 a 14 años. En ese sentido, se hace necesario comprender que la adolescencia es una etapa del ser humano que va desde los 12 a los 18 años (Ley 1098 del 2006); inicia con la pubertad y finaliza al cesar los cambios y transformaciones más o menos alrededor de los 18 años; en este período

de vida, las mujeres advierten diversos cambios físicos, como el crecimiento de las mamas, el ensanchamiento de las caderas, así como cambio en la vagina, el útero y los ovarios, que se acompañan del inicio de la menstruación y con ella, la fertilidad.

Con respecto a los hombres, se desarrolla la musculatura, crecimiento de los testículos y alargamiento del pene, la aparición de las primeras erecciones y eyaculaciones, incluyendo las nocturnas o poluciones. En esta etapa crece y se observa la conocida manzana de Adán. Al igual que las mujeres, crece vello corporal en zonas púbicas, axilares, facial y en ambos, aumenta la estatura y se manifiestan un aumento de la sudoración, olor corporal fuerte y acné. Se suma, una serie de cambios psicológicos que influyen en su comportamiento y relaciones; pueden volverse agresivos, rebeldes, aislados o emocionalmente inestables, manifestando variaciones bruscas en su estado de ánimo que van desde la depresión y la rabia hasta la felicidad sin mayor explicación.

Para el adolescente lo correcto es actuar de acuerdo con las expectativas de las personas más cercanas como lo son los amigos. Las razones para actuar de esa forma es la necesidad de ser aceptado y que se le valore como bueno no solo desde su mirada sino desde el de los demás; esa búsqueda de aprobación por parte de las personas apreciadas le genera un sentimiento de seguridad y pertenencia al grupo. Asimismo, crece en ellos la necesidad como parte de un grupo el ser apreciados y reconocidos por sus integrantes, lo que los lleva a cuestionar la autoridad de los padres, iniciando una época donde presentan mayor autonomía para seleccionar amigos y pareja.

Esta etapa se caracteriza por la presión de tomar decisiones que pueden no compartir con sus padres iniciando una fase de rebeldía y desobediencia, así como por el despertar de la atracción erótico-afectiva. Todos estos cambios son normales, y están relacionados con profundas transformaciones hormonales que generan en los adolescentes una sensación de crisis y conflicto con el mundo que los rodea, principalmente con figuras de autoridad como es el caso de los padres. En esta etapa de adolescencia, es habitual que los jóvenes experimenten comportamientos, exploraciones y fantasías relacionadas con el deseo sexual, es decir, ese impulso sexual que surge a partir de estímulos externos y que puede satisfacerse a través de una relación sexual o mediante la autoestimulación de los órganos genitales, conocida como masturbación que les permite obtener autoplacer, sin efectos negativos para la salud ni para la capacidad reproductiva. (Hernández et al., 2025, p. 5). Finalmente, señalan los autores precitados que el orgasmo es la experiencia de un placer físico intenso que se alcanza al llegar al clímax o punto máximo de la excitación y estimulación sexual.

En ese proceso complejo que se da alrededor de los 10 a 13 años y, a partir de todos estos cambios físicos, emocionales y sociales comienza el autoconocimiento y comprensión de la propia sexualidad; es decir, se crea la identidad sexual. El ser humano experimenta cambios físicos que despiertan los primeros impulsos sexuales con la autoexploración y atracción por otros. El deseo sexual aumenta y da pie a las primeras relaciones afectivas y sexuales, donde el adolescente además comienza a confrontar y negociar los patrones y los valores socialmente aprendidos, lo que genera incertidumbres

y cuestionamientos sobre su rol sexual (CuídatePlus, 2017, p.s/n; Neuro-class, 2024, p.s/n).

De acuerdo con estudios recientes se busca comprender cómo el adolescente, consolida su identidad sexual a partir de los significados que son mediados por las experiencias personales y son construidos socialmente y, en donde, sin lugar a duda, los factores biopsicosociales juegan un papel decisivo; en ese contexto, la formación de la identidad sexual en la adolescencia y la importancia de factores psicosociales como el respeto, la educación sexual y las relaciones en la construcción de una sexualidad saludable, lo que involucra el aceptar y consolidar su identidad sexual, proceso complejo donde se mezclan experiencias previas, relaciones con iguales y familiares y la construcción de la autoestima. (Merlyn et al., 2025, p.2-5).

Ninguna de sus etapas nunca debe ser considerada como una enfermedad o un problema, sino como una parte más del desarrollo humano donde los jóvenes buscan respuestas a quiénes son y cómo se relacionan afectiva y sexualmente con otros, por lo que se debe iniciar la orientación y guía desde procesos de comunicación sana y respetuosa. En esta etapa los adolescentes inician un proceso de exploración, pero también de cuestionamiento acerca de su identidad sexual, lo que le lleva a sentimientos y emociones complejas para alcanzar ese proceso de autodescubrimiento y construcción de su identidad personal.

RETOS Y RIESGOS DE LA SEXUALIDAD ADOLESCENTE

Se hace evidente que la adolescencia representa una etapa decisiva del desarrollo humano en ella ocurre el despertar del deseo sexual y el cuerpo alcanza la madurez reproductiva y marca el primer contacto del individuo con su sexualidad, acompañado de dudas, exploraciones y descubrimientos que frecuentemente son difíciles de afrontar. Se suma a lo anterior, que, durante este período, además, los jóvenes están en proceso de construir su identidad y definir su relación consigo mismo y con los demás, lo cual se constituye en un paso vital para su vida como adulto. Así, la exploración de la sexualidad en esta etapa se manifiesta de formas diversas, y son experiencias que permiten a los adolescentes identificar sus gustos y preferencias.

Sin embargo, debido a esos cambios y procesos exploratorios propios de esta etapa, los jóvenes son particularmente vulnerables a ciertos riesgos, por lo que es esencial que tengan una educación sexual franca y honesta que les provea herramientas para vivir sus deseos de manera responsable. Esto incluye la prevención del embarazo precoz, las infecciones de transmisión sexual y la gestión de los impactos emocionales y psicológicos asociados a las primeras experiencias sexuales (Raffino, 25 de abril de 2025.) A continuación, se describen cada uno brevemente.

Embarazo precoz en adolescentes. Durante la adolescencia, el cuerpo logra la maduración para la reproducción. Esto sumado a ese despertar sexual, puede conducir a experiencias donde los jóvenes no cuentan con la preparación necesaria, lo que

aumenta el riesgo a un embarazo no planeado; lo que representa un riesgo significativo tanto para la salud como para el desarrollo social y económico de los jóvenes, así como de salud, pues deben enfrentar mayores riesgos médicos, incluyendo complicaciones durante el embarazo y parto, sumado al impacto negativo en su desarrollo educativo lo que afecta su progreso económico, y puede traer condiciones de pobreza y desigualdad.

De acuerdo con la OMS, el embarazo precoz restringe las posibilidades de iniciar o concluir estudios universitarios, lo que de forma directa incide en obtener empleo, afectando no solo a la madre sino también el bienestar de sus futuros hijos. (OMS, 2024, sección Introducción). Se constituye como un fenómeno que de una u otra forma involucra la salud de las jóvenes, aumenta las dificultades obstétricas e indudablemente, aumenta el abandono escolar, lo que limita las oportunidades de progreso, desarrollo social y económico. En Colombia, se ha constituido como un problema de salud pública, como se refleja en las siguientes cifras que se toman de los tres últimos años y se pueden observar en la siguiente tabla:

Tabla 3

Porcentaje de nacimientos en adolescentes

Año	Nacimientos en adolescentes 15-19 años	Nacimientos en niñas 10-14 años	Total, nacimientos	% Nacimientos adolescentes sobre total
2022	93,341	4,182	-	-
2023	93,096	4,169	-	Ligeramente menor que 2022
2024	66,686	No específico	445,011	15%

Fuente: Fundación Juanfe con datos actualizados hasta 2025

Se evidencia de las cifras anteriores que existe una tendencia que ha ido en disminución con respecto al número de nacimientos en adolescentes concretamente en Colombia en los últimos tres años, siendo el año 2024 el que tuvo una disminución significativa lo que constituye un avance con respecto a la prevención. Como se observa en 2024, 66.686 de los 445.011 nacimientos totales correspondieron a madres entre los 10 y 19 años, representando un 15% del total nacional (Fundación Juanfe, 2025). Y, aunque hubo una leve disminución comparada con años anteriores, el riesgo sigue siendo alto, especialmente en regiones como Antioquia y Bolívar, donde las tasas son aún más elevadas. Se suma que un gran número de adolescentes no poseen información adecuada sobre salud sexual y reproductiva, lo que incrementa su vulnerabilidad.

La prevención mediante una educación sexual integral y acceso a métodos anticonceptivos es crucial para reducir estas cifras e impactar positivamente su futuro. Por ello, es fundamental fortalecer la educación sexual abierta y los programas de prevención para reducir el embarazo precoz y sus consecuencias negativas en la juventud colombiana. Se debe promover no solo políticas públicas dirigidas al apoyo a las adolescentes para la toma de decisiones informadas y saludables respecto a su sexualidad y reproducción sino políticas de prevención donde los padres juegan un papel fundamental.

Infecciones de transmisión sexual (ITS) Si bien, el riesgo de un embarazo precoz es una situación que genera una problemática social compleja, lo es aún más el riesgo en adolescentes de contraer una ITS. Concretamente en Colombia, las ITS se han constituido como un problema en aumento entre los adolescentes, dado el inicio temprano de la actividad sexual, el aumento en el número de parejas sexuales, y la escasa educación sexual son factores que inciden en el aumento de estas infecciones (Navarro Gómez, 2025, p. 4). Lo anterior, sumado a la poca información que poseen sobre el riesgo de contraer una ITS, incluso la baja percepción que se tiene de contraerla, conlleva a la disminución del uso del condón.

De acuerdo, con información reciente, los nuevos casos de ITS, incluido el VIH, se ubican en los hombres de edades comprendidas de entre 15 y 34 años (Instituto Nacional de Salud [INS], 2025). Entre las ITS más comunes en este grupo se encuentran la gonorrea, sífilis, clamidia, y el VIH, todas con grave afectación para la salud física y emocional de los jóvenes (Ministerio de Salud y Protección Social, 2025, Introducción). En ese orden, una educación sexual abierta, así como el acceso a servicios de salud adaptados para adolescentes son esenciales para prevenir y controlar el aumento de ITS en este sector de la población.

Gestión de los impactos emocionales y sociales asociados a las primeras experiencias sexuales. La adolescencia es una etapa clave para la formación integral del ciudadano. No solo porque, como se ha mencionado en párrafos anteriores, inicia el despertar de la sexualidad, sino porque despierta sentimientos de interés, incertidumbre,

aceptación, rechazo por lo que se requiere que los padres consoliden acciones que promuevan la confianza y les permita aclarar esas inquietudes que generan en muchas ocasiones estrés y malestar en sus hijos; con ello, se supera el tabú a conversar sobre la sexualidad.

Esta etapa caracterizada por estos cambios físicos que, de acuerdo a la carga genética y alguna condiciones socio económicas serán satisfactorias para algunos adolescentes como para otros frustrantes; por ejemplo, el adolescente que sufre de acné, o aquella adolescente que anhela un cuerpo de modelo y es muy obesa o delgada, el que quisiera ser más alto; y que decir de los cambios psicológicos con la perspectiva de tener su reconocimiento, de su yo soy, o como hace alusión Erikson la identidad vs confusión de Rol. El adolescente empieza a preocuparse por lo su apariencia ante las otras personas, en comparación con el sentimiento que tiene de sí mismo (Erikson, 1950, p. 228).

De acuerdo con estadísticas nacionales, los adolescentes de entre 15 a 16 años de edad inician las relaciones sexuales, lo que refuerza la idea de que las familias, especialmente los padres tengan estrategias pertinentes para abordar la educación sexual con sus hijos de manera adecuada y efectiva. Al respecto, la Arévalo (2018, p.s/n) señala que ese acompañamiento facilita un espacio abierto y de confianza donde los adolescentes puedan expresar su nerviosismo, inquietudes y pueda recibir información clara y confiable.

Ese proceso comunicativo, es fundamental para que se genere confianza con sus hijos adolescentes, y puedan superar la influencia de amigos, redes sociales e internet. En ese orden, la Asociación Española de Pediatría (AEP) resalta que es necesario un proceso de escucha activa afianzado en pilares como un espacio de confianza y naturalidad, así como una buena actitud para que los adolescentes se liberen de la timidez y expresen sus inquietudes. Es necesario, además, que se respete la construcción de la identidad sexual sin imposiciones, responder a sus cuestionamientos sin prohibiciones y con franqueza (Arévalo, 2018, p. s/n).

De igual modo, es necesario educar en y desde la igualdad y responsabilidad, superando discursos sobre tareas asignadas a uno u otro género; para ello, se debe incentivar el respeto mutuo, el poder decir no y aceptar un no por respuesta, así como la prevención y rechazo de cualquier forma de violencia; es necesario, superar discursos sobre hombre o mujer: se debe hablar de seres humanos. De esta forma, de acuerdo con el autor precitado en el párrafo anterior, la sexualidad podrá ser vista de manera positiva, como ese espacio de respeto hacia el otro, pero también de unión en armonía. Se debe informar sobre el impacto emocional y psicológico asociado a las primeras experiencias sexuales, por ejemplo, un embarazo no deseado, o contraer una ETS, así como el uso correcto de mecanismos para evitar esos riesgos potenciales. Es necesario proteger a los jóvenes, fomentar en ellos, la responsabilidad sobre las decisiones que toman lo que les permitirá una vida sexual sana y comprometida con su bienestar desde una edad temprana.

ESCUELA PARA PADRES: ROL DE LOS PADRES EN LA EDUCACIÓN SEXUAL DE LOS ADOLESCENTES

La educación y formación que puedan facilitar los padres es considerado como un proceso que conlleva a la formación integral del hombre; implica la incorporación de la educación sexual, así como otros elementos fundamentales para la vida de las personas, específicamente de los adolescentes y sus padres, en programas educativos, tanto en una educación escolarizada desarrollada en instituciones educativas como en espacios no escolares, como la familia pues debe involucrar todas las etapas de la vida. Cabe destacar que, la forma de asumir la educación sexual se desprende la necesidad de integrarla no solo como un contenido relacionado con todas las áreas de conocimiento de los diseños curriculares de estas instituciones educativas, sino también su integración en otros ámbitos o espacios como por ejemplo los de tiempo libre, esparcimiento y vida compartidos en familia que conllevan a una formación integral.

Asumir así este tema, garantiza que todos los contenidos de educación sexual sean abordados desde todas sus dimensiones: biológica, psicológica y social; pero, además, se contemple las múltiples dimensiones y factores de la misma. De allí, que se plantea la escuela de padres como un tema que transverse todas las facetas de desarrollo del adolescente y, contemple la interrelación entre los actores principales que intervienen: padres e hijos. Se hace énfasis en que este argumento de la sexualidad en la etapa del adolescente se asume como un tema de salud que debe ser abordado desde

la orientación de los padres, pero que además tiene conexiones con otros muchos aspectos que no se deben obviar, como la educación formal, los amigos y la presión social.

Comprender este tema desde una perspectiva amplia y mucho más enriquecedora por lo que es necesario, que este tema se aborde también desde aspectos éticos, culturales, sociológicos, biológicos y psicológicos; es decir, se debe tomar una postura interdisciplinaria. Esto se debe a que, durante mucho tiempo, se ha abordado el tema de la sexualidad en torno a los adolescentes desde un enfoque exclusivamente biológico, que contempla como única función la reproductiva. Lo anterior, es una mirada simplista y en solitario a este tema, que va en contra de las ideas que se plantean en el mundo actual; aunque la reproducción es de gran relevancia para la conservación y prolongación de la especie humana, es necesario incorporar otras vertientes del tema como los aspectos éticos, la responsabilidad en la toma de decisiones, el respeto a su cuerpo y al del otro, así como a la variedad de orientaciones sexuales.

De igual forma, en familia se pueden abordar aspectos psicológicos, como las consecuencias de las relaciones sexuales para la autoestima, las percepciones, así como las actitudes sumado a temas de inseguridad y miedo al rechazo, como consecuencia de viejas predisposiciones que han construido estereotipos alrededor de este tema. Los padres pueden cumplir una función donde la relación interpersonal y afectiva que existe por los lazos que les unen, pueda permitir que se toquen estos temas y se aclaren dudas sobre la sexualidad lo que conlleva a superar prácticas culturales que

no asumen la pluralidad de valores y creencias diversas. Es necesario, que los padres asuman de una vez por todas que la sexualidad está estrechamente relacionada con otros temas como los relacionados con la salud; no solo con la prevención de un embarazo precoz, sino con la prevención de problemas relacionados con la posibilidad de contraer una ITS.

Incluso, desarrollar problemas de salud mental, por las características de afectación que tienen sobre la autoestima y el bienestar psíquico, así como los posibles problemas para un normal desarrollo físico y psíquico. En otras palabras, los padres deben asumir que la sexualidad es una parte prioritaria en la formación de sus hijos y así como se les enseñan modales, se les debe orientar de forma natural para asumir la sexualidad como una manera de vivir en armonía y con plena salud. En ese orden, la familia, en este caso los padres, como esta instancia socializadora y de formación para el desarrollo integral, debe influir en los elementos que pueden afectar la salud de los adolescentes, tanto individual como colectivamente.

Son ellos los primeros encargados de la formación de sus hijos por lo que su rol es de vital relevancia para la promoción de una sexualidad sana, no solo en beneficio del adolescente, sino por las afectaciones a otra persona, así como la responsabilidad con otras familias, y por ende con la sociedad. Debido a que, en la fase de la adolescencia, se ha superado en gran parte el egocentrismo de la etapa previa o niñez y, por tanto, es capaz de asumir de forma consciente los sentimientos, alianzas y perspectivas propias, pero también del otro; es capaz de anteponer intereses personales sobre el bien común.

La familia, concretamente los padres entran a jugar un rol importante pues si bien el adolescente no tiene todavía una visión total del sistema en el cual se desempeña, si puede discernir y asumir su rol en el mundo y cómo sus acciones afectan su vida y la de otros. Sin duda alguna, la familia como sistema social donde se comparte reglas (aceptadas o no por todos sus integrantes) se ejerce desde los padres la autoridad que brinda la posibilidad de formar un ciudadano correcto, que practica sus deberes y derechos; fundamental tarea de los padres es la consolidación de crear espacios de respeto por el otro.

Esto lleva implícito una formación de hombres y mujeres que construirán una sociedad en equilibrio y armonía, donde el orden social establecido, se considere como un bien común. En ese sentido, los padres son considerados como ese primer espacio para la socialización y son vistos en un rol más diverso, con actitudes flexibles centradas en el afecto y apoyo mutuo que garantizan una formación justa y en igualdad de condiciones entre las personas. Su función se concreta en brindar la posibilidad a sus hijos adolescentes de poder tomar decisiones informadas, responsables y centradas en su salud.

Ofrecer un espacio dentro de cada familia para una convivencia saludable implica establecer estrategias necesarias que aborden aspectos clave como la salud y la enfermedad; que incluya además la comprensión de conceptos como el respeto, el otro y se asuma un análisis crítico de factores y estilos de vida, donde se reflexione sobre la diversidad, la identidad, pero que involucre la responsabilidad desde la autonomía para

la toma de decisiones. Lo anterior implica no solo el conocimiento de sí mismo sino la aplicación práctica de conocimientos que han sido inculcados en la familia y reforzados en la escuela.

Una educación desde los padres que involucre estos elementos, puede contribuir a la asunción de una sexualidad responsable y tal vez a un cambio de conducta a lo interno entre padres e hijos adolescentes. Para ello, es necesario que cada actor involucrado asuma su misión dentro de esta ardua y compleja tarea: sexualidad en adolescentes; se debe unir esfuerzos y trabajar en beneficio de todos. Comprender esto requiere un trabajo interdisciplinar (padres, hijos, profesionales de la educación y la salud) que les permita una permanente relación; por lo que involucrar a los padres para una educación sexual sana y responsable en los adolescentes, implica que la familia tiene una intervención fundamental que refuerce lo aprendido en las instituciones educativas y le otorgue, mediante reforzamientos positivos, mayor coherencia y conexión. Trabajar mancomunadamente para una formación integral, genera acciones conjuntas que conlleven involucrar todos los recursos y medios necesarios para disminuir las cifras y estadísticas cada día más apremiantes en materia de sexualidad en adolescentes.

Con ello, se persigue no solo mejorar la calidad de vida de los adolescentes, de sus padres y entorno, sino superar el tabú de conversar sobre estos temas con los hijos al hacer de la confianza un pilar sobre el que se cimienta todas sus futuras relaciones. Esto implica que más que una mirada de formación basada en acciones y directrices

desde lo educativo tradicional se persigue que cada hogar se consolide como un espacio de reflexión sobre este tema. Es que considerar la sexualidad en adolescentes como algo natural, implica por parte de los padres contar con habilidades que generen un real cambio de actitud; por lo que deben asumir un conjunto de acciones para una escucha activa.

Lo anterior, implica que los padres deben tener una serie de conocimientos sobre esa etapa de la vida; es decir, comprender que es un proceso que ha de desarrollarse a lo largo de toda su vida, y que, por lo mismo, implica la capacidad de aprender, desaprender y reaprender acerca de sus necesidades personales sobre sexualidad. Es fundamental incluir el contexto como esa variable que debe incorporarse pues de él, depende gran parte del éxito de una sexualidad sana y responsable en los adolescentes; en los diversos ámbitos sociales y de interacción del adolescente se necesita una participación activa para asumir que la educación sexual no es solo un tema que involucra un embarazo o una enfermedad; involucra la vida misma de un ser humano.

De ello, que, en los espacios escolares formales, la educación sexual debe reflejar un eje transversal que involucre contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales desde las diversas áreas para un aprendizaje avanzado que involucre un modo de ser y actuar en constantes respeto por sí mismo y, por el otro. De esta forma el adolescente incorporará esos conceptos como parte fundamental de su ser y hacer permanente en su vida que le permita su desarrollo integral. Ahora bien, en los espacios no formales como la familia, se debe generar unos procesos de complementariedad que

consoliden lo iniciado en los espacios escolarizados. Para ello, se deben incorporar programas comunitarios que tengan una misión de formación integral como los de salud que permiten entender la educación para la salud sexual, como una tarea que involucra a todos los actores sociales. Estas instituciones de salud se consolidan como zonas oportunas para involucrar a los padres en la educación sexual dirigida a todos los niveles de atención.

En ese sentido, es necesario que el adolescente no solo sienta, sino que sea apoyado por sus padres que le permita un “desarrollo pleno y armonioso de su sexualidad.” (Caricote, 2008, p. 79) Esto implica que la atención al tema de la sexualidad en los adolescentes debe ser un tema de salud abordado prioritariamente desde los padres pues ejercen gran influencia sobre sus hijos lo que repercute en acciones con efectos inmediatos. Esta idea se complementa con el concepto que en el año 1998 la Organización Mundial de la Salud (2006), dicta sobre la salud sexual y en el que se define como “la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual en formas que enriquecen positivamente y que mejoran la personalidad, comunicación y el amor.” (p.2)

Es decir, es una mezcla de aspectos biopsicosociales del adolescente y su sexualidad que se deben consolidar para el crecimiento positivo, lo que ofrece fortalecer su personalidad para la consolidación de relaciones sanas. Por lo que se estableció que la educación para la salud sexual es una de las funciones que debían desarrollarse y en donde los padres deben involucrarse de forma activa y proactiva; es decir, un enfoque

educativo desde los padres como primeros agentes socializadores para su incorporación de forma transversal a la labor de los profesionales sociosanitarios con respecto a este tema. Por lo que el papel de los padres debe incorporar, funciones educativas, para la prevención y promoción de una sana sexualidad.

Estas actuaciones deben ir acompañadas por profesionales de la educación y de atención en salud; es decir, una atención interdisciplinar, que permita de forma mancomunada atender este tema con efectividad; implica que tanto en el ámbito escolar formal como en otros contextos de formación (los padres), los equipos de profesionales deben ofrecer la supervisión para un trabajo responsable, con una colaboración permanente. Este trabajo de sinergia donde interactúan diversos profesionales contribuye de forma positiva a esa formación integral que se aspira. Se refuerza además actuaciones desde el hogar que conllevan un sano ejercicio de la sexualidad. Por lo que una escuela de padres, que involucre diferentes equipos de profesionales y especialistas más que una utopía es un deber y necesidad que fomente el pleno desarrollo de los adolescentes y garantice el acceso a una información veraz, confiable y para el crecimiento de todos los implicados.

CONCLUSIÓN: EDUCAR EN SEXUALIDAD ES EDUCAR EN BIENESTAR

Se llega a la conclusión de que educar en sexualidad es educar en bienestar. La educación sexual debe ser entendida como un autoconocimiento y autenticidad; es decir, debe permitir identificar una concepción que involucre valores y principios de respeto hacia su cuerpo y al del otro. Esta idea surge y cobra fuerza en una sociedad cada día más compleja, plural y donde el modelo de valores universales pareciera encontrarse en crisis. Partir de involucrar a los padres en este tema refiere a la necesidad sentida de tomar decisiones informadas y conscientes de su lugar en la vida de los hijos. No es una instancia externa a ellos; son quienes más se relacionan con ellos. De allí, que el adolescente pueda comunicar de forma consciente y con confianza sus inquietudes, nerviosismo y decisiones acerca del tema de la sexualidad sin mayores situaciones conflictivas; esto, sería un avance significativo en la vida de los adolescentes.

Educación en sexualidad desde una escuela de padres, debe ser entendido, más allá de un tema donde estos se involucren porque si en la vida de sus hijos; por el contrario, resalta el papel de los padres y su amor incondicional para lograr la formación de un ser integral; en donde, el día de mañana este preparado para enfrentar los desafíos futuros. Dado que cada adolescente debe, mediante ese proceso enteramente personal, discernir y clarificar los valores que desea incorporar a su vida, superando presiones sociales impuesta.

En este sentido, el rol de los padres, permite consolidar una formación integral que, complementada con la recibida en las instituciones de educación formales, le lleven a tomar decisiones personales en función de criterios propios, pero con base sólidas de responsabilidad y consciencia en la que no se legitimen comportamientos contrarios al valor de la vida. Partiendo de estos supuestos, una escuela de padres para la sexualidad en adolescentes, es una propuesta altamente atractiva.

Se parte de los contenidos específicos que enseñan a través de la educación formal, para que los padres, apoyados de valores concretos logren complementar y transmitir a sus hijos el único aprendizaje que tiene sentido llevar a cabo: fomentar un proceso interior de reflexión sobre su sexualidad, el respeto por su cuerpo y el del otro que le ofrezca la posibilidad de registrar los propios valores, como esas pautas que orienten su conducta y le garantizan un futuro para una toma de decisiones en situaciones donde sus principios le llevan a actuar en correspondencia. Es decir, esos valores instaurados a través de sus padres, le garantizarán una vida coherente, sana, en armonía y, en definitiva, plena para sí mismo, como garante de ser el único responsable de su vida.

REFERENCIAS

- Arévalo, A. (13 de noviembre de 2018). *Pautas para abordar la educación sexual con tu hijo adolescente*. (Página WEB). *Sociedad Valenciana de Pediatría*. <https://socvalped.com/educacion/2018/pautas-para-abordar-la-educacion-sexual-con-tu-hijo-adolescente/>
- Calero, E., Rodríguez, S. y Trumbull, A. (2017). *Abordaje de la sexualidad en la adolescencia*. *Revista Humanidades Médicas*. 17 (3), http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202017000300010&lang=es
- Caricote Agreda, E. A. (2008). *Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes*. *Educere*, 12 (40), 79-87. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2566808>
- Raffino, Equipo editorial, Etecé (25 de abril de 2025). *Sexualidad*. *Enciclopedia Concepto*. <https://concepto.de/sexualidad/>.
- Cornellà i Canals, J. (2010). *La sexualidad en la adolescencia*. *Medicine: Programa de formación médica continua acreditado*. 10 (61), 4191-4195. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3303504>
- scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1727-8120201700030001
- CuídatePlus. (2017). *El desarrollo de la sexualidad en la adolescencia*. CuídatePlus. <https://www.cuidateplus.com/desarrollo-sexual-adolescencia>.
- Corona, F y Funes, F. (2015) *Abordaje de la sexualidad en la adolescencia* publicado por Elsevier en la *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26, (1), 74-80.
- Erikson, E.H. (1950): *Childhood and society*. W.W. Norton. New York.
- Foucault, M. (2000). *Historia de la sexualidad I: La voluntad del saber*. Siglo XXI Editores.
- Fundación Juanfe. (2025). *Embarazo adolescente persiste en Colombia. Antioquia y Bolívar con los más altos índices*. <https://lanotaeconomica.com.co/movidas-empresarial/embarazo-adolescente-persiste-en-colombia-antioquia-y-bolivar-con-los-mas-altos-indices/>

- Hernández Ríos, I., Londoño Tapasco, P. A., y Usuriaga Ricaurte, N. V. (2025). *Salud sexual y reproductiva en adolescentes: una revisión bibliográfica con enfoque de género 2019-2025*. [Trabajo de Investigación de Grado Académico, Universidad Santiago de Cali.]
- Instituto Nacional de Salud. (2025). *Informe de VIH en Colombia, periodo epidemiológico* // <https://www.ins.gov.co/buscadoreventos/Informesdeevento/VIH%20PE%20II%202025.pdf>
- Merlyn, M.-F., Díaz-Mosquera, E., Jayo, L., y Moreta-Herrera, R. (2025). *Sexualidad y juventud: Actitudes y conductas en estudiantes universitarios*. *Revista Publicando*, 12. 1-24 <https://doi.org/10.51528/rp.vol12.id2474>.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2025). *Infecciones de transmisión sexual: VIH SIDA*. <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/ssr/Paginas/infecciones-transmision-sexual-vih-sida.aspx>
- Navarro Gómez, M. L. (2025). *Crecen las ITS en adolescentes, más difíciles de diagnosticar y controlar que en edad adulta*. *Anales de Pediatría*. <https://www.aeped.es/noticias/crecen-las-its-en-adolescentes-mas-dificiles-diagnosticar-y-controlar-que-en-edad-adulta>.
- Neuro-class. (2024). *Comportamiento sexual y afectivo en jóvenes*. Neuro-class. <https://neuro-class.com/comportamiento-sexual>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2006). *Definición de sexualidad*. En *Programas de educación sexual: un enfoque integral*. https://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/es/