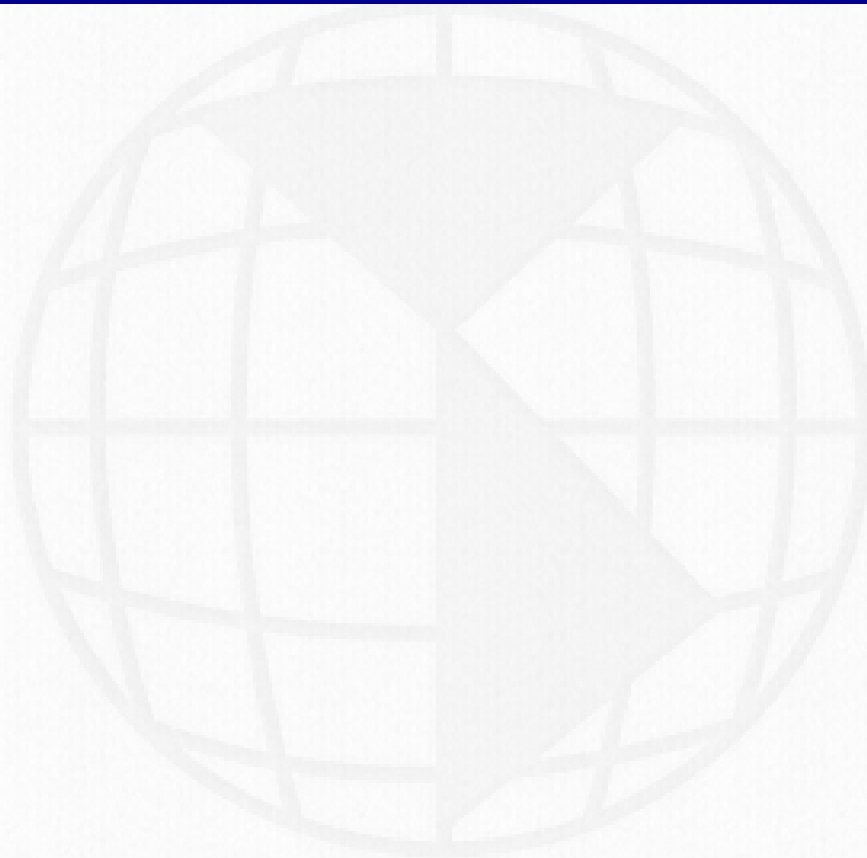




UNID®

U N I V E R S I D A D
I N T E R A M E R I C A N A
P A R A E L D E S A R R O L L O

Seminario de Valores en lo Personal



Sesión No. 8

Nombre: Sexualidad. Primera parte.

Contextualización

A diferencia de los animales, nuestra sexualidad humana no se limita a lo corporal, somos seres con alma espiritual en la que residen nuestras facultades superiores, inteligencia y voluntad, por lo que el instinto sexual y el placer deberán subordinarse a éstas.

Nuestra sexualidad se manifiesta en lo que decimos, hacemos, expresamos y comunicamos a los demás. La persona humana no se posee como un objeto, ella se da voluntariamente al otro en actos de amistad, de amor.

Las competencias que adquirirás al concluir la sesión son: Discursivas: valorarás el significado de la sexualidad humana; Procedimentales: a través de la explicación y enumeración de los puntos solicitados en la actividad de aprendizaje; y Actitudinales, en la estimación de lo que implica el ejercicio de la sexualidad.



Introducción al Tema

¿Es posible renunciar a la sexualidad?

Quien no podrá renunciar a la sexualidad es la humanidad, porque perecería, lo que confirma que la sexualidad se orienta al bien común o, en términos más actuales, a la creación del nosotros. Lejos de ser egoísta, como muchos piensan equivocadamente, la sexualidad es radicalmente generosa y altruista. Una entrega a los otros. Por eso, quien dice que necesita casarse para ser feliz es un inmaduro. Sólo quien se siente arrastrado por el otro para darse a él, puede estar seguro de haber tomado la dirección justa que le llevará al amor (Hortelano, 1982).

La sexualidad humana es un don que tiene un sentido, una significación especial porque une, crea una vida de interrelación comunitaria, abre posibilidades de encuentro complementario entre las personas, entre hombre y mujer.



Explicación

¿Qué es sexualidad?

¿Cuál es tu modo de ser?

La sexualidad es el modo integral físico, psíquico y espiritual de ser persona.

La persona no tiene un sexo, es un ser sexuado; esto se encuentra en dos modos de ser y existir en el mundo que son: varón o mujer, quienes son iguales en dignidad y, a la vez, complementarios en reciprocidad.

Naturaleza de la sexualidad

¿Cómo se manifiesta la sexualidad?

La sexualidad constituye al ser humano desde que nace hasta que muere, es decir, en ésta interviene toda la persona.

Tú la manifiestas en todos los actos que realizas: cuando caminas, te relacionas, la manera en que sientes, aprendes o piensas; a través de ella se troquela tu personalidad y tiene efectos en tu equilibrio emocional y social.



Ahora bien, hay que diferenciar el concepto de sexualidad de otros que son sexo, genitalidad y género.

El sexo es la diferencia física y constitutiva del hombre y de la mujer, del macho y de la hembra; es la presentación anatómica y fisiológica de la persona humana.

El sexo de la persona se define por los gametos que origina: el masculino produce los gametos llamados espermatozoides mientras que el femenino produce los gametos denominados óvulos.

La *genitalidad* se refiere a los aparatos reproductores femenino y masculino y su capacidad de engendrar nuevos seres de la misma especie.

El *género* es el conjunto de atributos distintivos que culturalmente se asignan a las personas a partir de su sexo biológico. El *rol de género* son las diversas formas de vestir, actividades o acciones que realizan las personas de acuerdo a la cultura en la que viven y se desenvuelven, por lo que pueden variar de una población a otra. Por ejemplo, en Irlanda, los varones de los clanes familiares acostumbran utilizar el kilt que es una falda cuadriculada con los colores del clan y no por ello dejan de ser hombres.

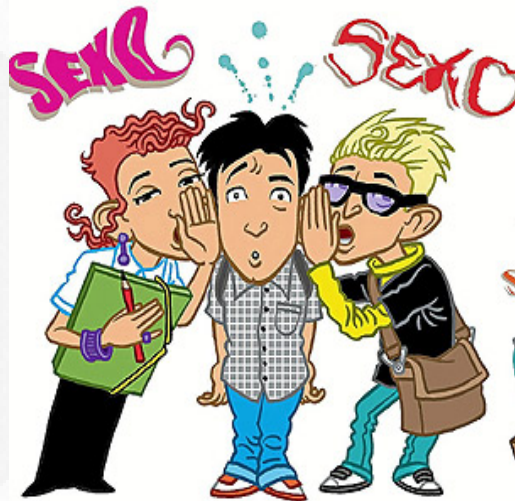
Finalidad de la sexualidad

¿Qué crea la sexualidad?

La sexualidad es un elemento básico de la personalidad, un modo pleno de ser, de acuerdo a la naturaleza humana, de pensar, desear, sentir, responder y actuar masculino o femenino, en todo lo que se hace o se dice; para manifestarte, comunicarte, relacionarte corporal, afectiva y espiritualmente con otros. Se ama de distinta manera y se expresa el amor como hombre o como mujer.

Hombres y mujeres estamos diseñados anatómicamente para complementarnos.

La especie humana surge precisamente de estas diferencias. La sexualidad tiende en primer término a crear, entre el yo y el tú, un nosotros: una comunidad de amor.



Tipos de análisis

Análisis Biológico

La pertenencia al sexo masculino o femenino queda determinada desde la concepción, por factores gonádicos, hormonales y morfológicos. La mayoría de los diccionarios generales y de las enciclopedias médicas dicen que **concepción**, en su sentido original, auténtico, de uso generalizado sin manipulación, ha sido siempre y es equivalente de **fecundación**: la concepción es la unión del espermatozoide y el óvulo, es el comienzo de un nuevo ser, señala el inicio del embarazo.



Sexo cromosómico. Se determina por la presencia o ausencia del cromosoma Y en el código genético del individuo: mujer=44+XX y hombre=44+XY. El espermatozoide que fecunda al óvulo, es el que determina genéticamente el sexo del ser humano.

Sexo gonádico. El sexo cromosómico determina el desarrollo de las gónadas de tejido: masculino (testículos) o femenino (ovario). Los cuales generan células germinales para la reproducción: espermatozoides y óvulos respectivamente.



Asimismo, las gónadas producen hormonas: testosterona creada por los testículos; estrógenos y progesterona creados por los ovarios, que intervienen en la formación y fisiología de los órganos genitales.

Sexo ductual y fenotípico. Los ductos internos se forman con base en los cromosomas y las gónadas, son los órganos reproductores femenino y masculino. El fenotipo son las características externas de la anatomía genital.

MUJER	HOMBRE
Vive en ciclos: menstruación, maternidad, menopausia.	Evoluciona linealmente hasta los 30-40 años de edad y comienza su declinación gradual en cuanto a volumen muscular, capacidad intelectual y potencia de reproducción.
Su papel en la reproducción es más complejo.	Su papel reproductivo es más simple.
Se estimula más lentamente y requiere del estímulo de los sentidos: tacto, olfato, oído.	Se excita más rápido con estímulos visuales.

Análisis Emocional

MUJER	HOMBRE
Más inclinada a las manifestaciones físicas que producen bienestar afectivo: caricias, detalles de ternura, delicadeza.	Más inclinado a las manifestaciones físicas que producen placer físico: lo visual, el contacto físico que enciende.
Busca más la relación romántica, el amor.	Tiende más a la relación sexual.
Tiende a cultivar más los sentimientos.	Tiende más a dejarse atrapar por las pasiones.
Gusta de atraer y ser conquistada.	Prefiere conquistar y dejarse seducir.
Le afectan más los detalles: pequeños cambios, pequeñas demostraciones de afecto. Los sucesos le afectan poco a poco y le cuesta trabajo superarlos.	Las cosas le afectan de forma global: Le impactan de golpe y las supera de forma pronta.
Muestra mayor susceptibilidad a los cambios afectivos y estados de ánimo.	Menor susceptibilidad a los cambios afectivos y de estados de ánimo.

Análisis Social

Cases (2013) dice que, a lo largo de la historia, ha habido ideas preconcebidas respecto a la forma de comportarse de hombres y mujeres que se transmitían de generación en generación. Los rasgos masculinos serían tales como la agresividad, la fuerza lógica, la actividad, la decisión, la confianza en sí mismo,

la ambición, la independencia, el dominio, el idealismo. Por la parte femenina, se decía que la mujer era el ícono de la ternura, la compasión, la pasividad, la dependencia, la emotividad, la sumisión, la subjetividad, la indecisión. Esto no es real pero ayudaba a organizar la coexistencia. Una forma objetiva de valorar las diferencias emocionales sería a través de las mediciones en presión arterial, la temperatura, la frecuencia cardiaca, o cambios en el equilibrio hormonal. Lo que daría un resultado más específico aunque no definitivo. La mujer muestra más fácilmente sus sentimientos, el hombre tiende a ocultarlos o



disimularlos, probablemente por herencia cultural, esto ha acarreado un incremento en los problemas de salud masculina. En la actualidad, muchas mujeres que trabajan fuera de casa también han tendido a guardar más sus emociones por lo que también han visto afectada su salud.

Lo ideal sería la combinación equilibrada de las características antes mencionadas a fin de evitar que, el estrés derivado de un excesivo control, afecte la salud.

MUJER	HOMBRE
Se expresan mejor y más fácilmente.	Se expresan verbalmente con más dificultad y menos fluidez.
Tienen una dialéctica más fluida pero menos agresiva.	Tiene una dialéctica más contundente y agresiva.
A simple vista, pareciera que les afecta más el estrés porque tienen mayor expresividad verbal.	Pareciera que les afecta menos el estrés porque tienden a esconder sus emociones.
Tienden a crear y mantener relaciones afectivas placenteras que las posibilita a auto-valorarse.	Su tendencia es hacia el desarrollo de destrezas y realización de obras.

Análisis Espiritual

MUJERES	HOMBRES
Por lo general, la inteligencia lingüística-verbal está más desarrollada.	Por lo general, la inteligencia lógica-matemática y la espacial están más desarrolladas.
Tiene una mente para detalles concretos, menos abstractiva.	Tienen una mente más abstracta, pierde de vista los detalles pero captan todo.
Tienden más a la seguridad, lucha menos por el poder y el éxito. Divide su tiempo y energía entre el trabajo, la casa y la maternidad.	Los hombres buscan el objetivo, el éxito, el poder, la competencia y para conseguirlo asumen riesgos.
Mira más al presente, al pasado. Se interesa por las personas, las comprende y compadece. Vive de experiencias.	Mira al futuro, vive de ideas y forja planes.
Se convence llegándole al corazón, actúa más movida por compasión y misericordia.	Se convence con razones, actúa conforme a la realidad de los hechos.
Enfrenta el sufrimiento con más resistencia.	Teme al sufrimiento.
La mujer trata de sentir a Dios La mujer ora con el corazón Vive en torno al ideal religioso, pero se fija más en las circunstancias que la rodean que en el mismo ideal.	El hombre trata de conocer a Dios El hombre ora con la cabeza. Cuando se convence del ideal religioso y de su seguimiento, se entrega totalmente.



Conclusión

La sexualidad es humana y personal cuando se donan ambos, el hombre y la mujer, con la totalidad de cuerpo y alma, cuando se unen el yo y el tú para formar un nosotros.

En la unión es como la persona se comunica plenamente en sus aspectos físico, espiritual y afectivo. Esa interrelación debe cuidarse con esmero porque se da entre seres que se saben valiosos y que al darse al otro se complementan, se aceptan como son y quieren el bien de la persona amada.

La siguiente sesión profundizará en el sentido humano de la sexualidad y se explicará también lo que ésta expresa.



Para aprender más

¿Cómo organizan sus pensamientos las mujeres?

De una manera hilarante Mark Gunkor comenta lo que hay en las mentes de ambos sexos.

- Mique1375 (2011). *Cerebro de hombre y mujer*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de:

<http://brd.unid.edu.mx/cerebro-de-hombre-y-mujer/>

¿Será así lo que piensan y sienten el hombre y la mujer en una cita?

Un simpático video que intenta explicar cómo actúan el hombre en la mujer en una cita.

- Infalcon (2013). *Cerebro dividido*. Consultado en septiembre, 2013. Recuperado de:

<http://brd.unid.edu.mx/cerebro-dividido/>

- Flores, A. (2012). *Sexualidad responsable*. Consultado octubre, 2013. Recuperado de: <http://brd.unid.edu.mx/sexualidad-responsable/>

Actividad de Aprendizaje

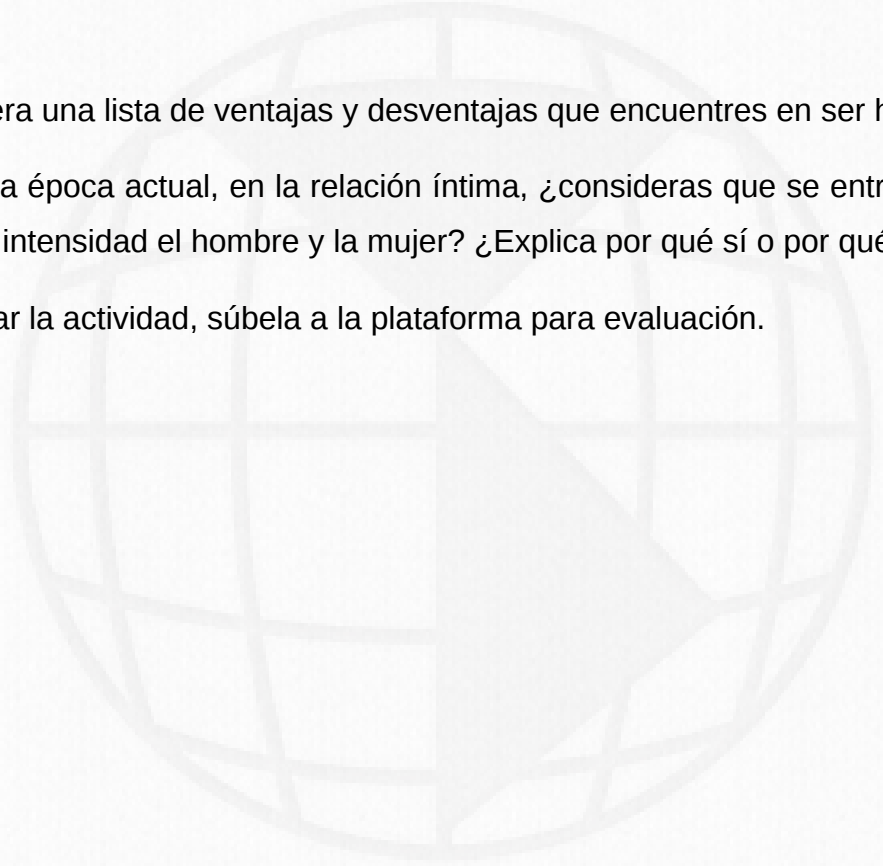
Instrucciones

Con la finalidad de reforzar los conocimientos adquiridos a lo largo de la sesión, ahora realizarás la siguiente actividad:

Explica:

- a)** ¿Cuál o cuáles son los objetivos de la sexualidad?
- b)** Enumera una lista de ventajas y desventajas que consideres que tiene ser mujer.
- c)** Enumera una lista de ventajas y desventajas que encuentres en ser hombre.
- d)** Dada la época actual, en la relación íntima, ¿consideras que se entregan con la misma intensidad el hombre y la mujer? ¿Explica por qué sí o por qué no?

Al terminar la actividad, súbela a la plataforma para evaluación.



Cibergrafía

Cases, E. (s/f). *Mujer y varón*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://es.catholic.net/biblioteca/libro.phtml?consecutivo=158&capitulo=1498>

Hortelano, A. (1982). *Problemas actuales de moral Tomo.2: El amor y la sexualidad*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://ilcaravias.wordpress.com/pareja-hijos/>

López, A. (1995). *Sexualidad humana: verdad y significado. Orientaciones educativas en familia*. Consultado septiembre, 2013. http://www.vatican.va/roman_curia/pontifical_councils/family/documents/rc_pc_family_doc_08121995_human-sexuality_sp.html

Rubio, R. *El sentido de la sexualidad en la existencia humana*. Providafamilia. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://www.providafamilia.org.br/doc.php?doc=doc29433>

Imágenes

Jóvenes varios. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de http://es.123rf.com/photo_16956063_grupo-de-ni-os-de-dibujos-animados-fresco-adolescentes.html

Chico besando chica. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de http://es.123rf.com/photo_7396655_ni-o-adolescente-y-ni-a.html

Jóvenes parados. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de http://es.123rf.com/photo_21812905_pareja-de-jovenes-animados.html

Jóvenes en mesa. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de http://es.123rf.com/photo_4246346_fecha-la-pareja-con-limitacion-ruta.html

Joven con corbata Consultado septiembre, 2013. Recuperado de http://es.123rf.com/photo_13854316_hombre-de-negocios.html

Chica con corazón. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de http://es.123rf.com/photo_22966725_chica-adolescente-morena-haciendo-la-senal-de-amor-con-sus-manos-sobre-su-pecho-sobre-una-camiseta-r.html

Jóvenes con corazón. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de <http://kamistad.net/imagenes-animadas-amor-fotos.html>

Jóvenes con bufanda. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de <http://www.fondos7.net/wallpaper/4845/dibujos-de-chicos-enamorados-hd-widescreen.html>