

SEXUALIDAD SALUDABLE



1. ¿Qué es la sexualidad saludable?

2. ¿En qué se fundamenta una sexualidad sana y responsable?

3. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones sobre el contagio de VIH es un mito y, por lo tanto, no genera contagio?

- a) El VIH se contagia a través de compartir cubiertos, abrazar o besar.
- b) Una madre con VIH puede contagiar a su hijo en gestación, durante el embarazo o durante la lactancia.
- c) Las relaciones sexuales sin protección entre dos personas, donde una tiene VIH, puede generar contagio.
- d) Una persona con VIH puede contagiar el virus compartiendo con otras personas implementos que tengan muestras de su sangre.

4. En el contagio de las infecciones de transmisión sexual (ITS), tales como el SIDA y la gonorrea existen factores protectores y de riesgo que respectivamente disminuyen y aumentan la probabilidad de contraer dichas infecciones. ¿Cuál de las siguientes opciones es un factor que aumenta la probabilidad de contagio?

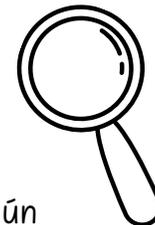
- a) La abstinencia sexual.
- b) El uso del condón masculino.
- c) La opción de tener una sola pareja sexual.
- d) Uso de drogas intravenosas con jeringas compartidas.

5. *“La sexualidad humana, no solo se relaciona con lo físico o anatómico”*
¿Qué opinas sobre esta afirmación? ¿Estás de acuerdo? ¿Por qué?

6. ¿Cómo se puede vivir una sexualidad saludable? Escribe una *X* en el cuadro del “sí” si crees que las actividades mencionadas favorecen a la vida sexual, y en el cuadro del “no” si crees que no las favorece.

ACTIVIDAD	SI	NO
HACER EJERCICIO CON REGULARIDAD		
FUMAR TABACO		
USAR MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS		
TENER UNA RELACIÓN TÓXICA		
DESCUIDAR LA ALIMENTACIÓN		
NO REALIZAR PRÁCTICAS DE RIESGO		
CONOCER A TU PAREJA		

Resultados:



1. La sexualidad saludable es una dimensión humana que se desarrolla desde el momento de la concepción y evoluciona manifestándose de distinta manera según el momento evolutivo y madurativo de la persona. Comprende todo un universo de experiencias, emociones y vinculaciones.
2. Significa tener conocimiento y poder para expresar la sexualidad en formas que enriquecen nuestra vida. Incluye entrar en interacciones y relaciones sexuales desde una perspectiva de consentimiento, de una manera respetuosa e informada.
3. Alternativa a.
4. Alternativa d.
5. Dentro de las opciones varias son correctas. Algunas posibilidades son: "está incorrecto ya que involucra sentimientos y emociones de ambas partes", "estoy en desacuerdo ya que creo que solo sirve para reproducirse", "estoy de acuerdo ya que los humanos tienen relaciones sexuales para sentir placer e involucrarse emocionalmente", etc.
- 6.

ACTIVIDAD	SI	NO
HACER EJERCICIO CON REGULARIDAD	X	
FUMAR TABACO		X
USAR MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS	X	
TENER UNA RELACIÓN TÓXICA		X
DESCUIDAR LA ALIMENTACIÓN		X
NO REALIZAR PRÁCTICAS DE RIESGO	X	
CONOCER A TU PAREJA	X	