



PRINCIPIS PER A L'EDUCACIÓ INTEGRAL EN SEXUALITAT



L'educació integral en sexualitat és un procés progressiu d'ensenyança i aprenentatge.

Versa sobre els aspectes cognitius, psicològics, físics i socials de la sexualitat.

El seu propòsit és facilitar coneixements científicament contrastats i afavorir l'adquisició d'habilitats i actituds per viure la sexualitat amb plaer i de forma satisfactòria, segura i respectuosa.

L'educació integral en sexualitat (EIS) és un dret.

El dret a rebre educació integral en sexualitat forma part dels drets sexuals proclamats en el XIII Congrés Mundial de Sexologia. A Espanya, la Llei orgànica 2/2002, de 3 de març, de salut sexual i reproductiva, estableix que «El sistema educatiu ha de preveure la formació en salut sexual i reproductiva com a part del desenvolupament integral de la personalitat i de la formació en valors».

L'EIS ha d'incloure tots els aspectes de la sexualitat humana: físics, psicològics, espirituals i socials.

El cos humà és un cos sexual, amb característiques biològiques (cromosomes, gens, hormones, gònades i morfologia) relacionades amb la reproducció com a ésser mamífers. La sexualitat és una forma específica d'energia (l'energia eròtica) que es manifesta durant tota la vida i ens impulsa a cercar afecte, contacte, plaer, tendresa i intimitat des del naixement. L'expressió de la sexualitat està influenciada per les vivències personals i per factors socials (valors i creences, economia, sistema polític i cultural).

Hi ha infinites formes d'expressió de la sexualitat, tantes com persones.

La sexualitat es manifesta amb expressions pròpies de cada persona, a través de pensaments, fantasies, desitjos, creences, rols, actituds i conductes. L'expressió de la sexualitat (l'orientació, la identitat i les conductes sexuals) és diversa i genuïna (hi ha tantes possibilitats de sentir i expressar la sexualitat com persones existeixen i existiran). Acceptar que hi ha infinites formes d'expressió de la sexualitat implica la necessitat de crear un entorn educatiu que reconegui la diversitat sexual.

L'EIS requereix un enfocament positiu. La sexualitat és per gaudir-la.

Això vol dir que s'ha de realitzar de forma oberta, relacionant la sexualitat amb el joc, el plaer i l'humor, i no únicament amb les situacions de risc.

L'EIS ha d'avançar-se als esdeveniments.

La informació sobre els canvis propis del desenvolupament sexual s'ha d'oferir amb antelació. Aquesta informació actua com un factor de protecció i permet afrontar els canvis de forma natural i amb serenitat.

L'EIS s'ha d'adaptar al nivell de desenvolupament i comprensió de cada edat i ha d'utilitzar mètodes participatius i d'aprenentatge significatiu.

És necessari crear un clima de confiança i respecte i tractar totes les persones com a individus capaços de prendre decisions en les seves vides.

L'EIS s'ha de sustentar en fonaments científics sobre allò que és saludable i allò que no ho és.

L'EIS s'ha de realitzar utilitzant informació científicament contrastada, amb honestedat, precisió i naturalitat. Durant el procés d'EIS s'ha de diferenciar entre el que és saludable i el que no, entre el que cada persona considera apropiat fer i el que no, segons els seus valors i creences.

Implica considerar la salut sexual com l'actitud i la capacitat de viure la sexualitat amb plaer i satisfacció, d'acord amb una ètica personal i social basada en els valors de la diversitat, la igualtat i el respecte dels drets humans, amb absència de temors, de sentiments de vergonya i de culpabilitat, de creences infundades i d'altres factors psicològics que inhibeixin la vivència de la sexualitat o pertorbin les relacions sexuals.

L'EIS ha de facilitar que ens coneguem i valorem la importància d'una autoestima positiva i d'una bona gestió de les emocions en la vida sexual.

Per gaudir d'una sexualitat saludable és necessari conèixer-se, acceptar-se i estimar-se. Quan ens coneixem bé, estam en millor disposició per prendre decisions saludables sobre la nostra sexualitat i la forma de relacionar-nos amb les altres persones. Tenim dret a saber com és i com funciona el nostre cos, a conèixer com es configura l'autoestima i com la podem cuidar. Igualment, és imprescindible saber quins valors i creences utilitzam per guiar la nostra vida i com gestionam habitualment les nostres emocions.

Tota EIS ha d'estar arrelada en els principis ètics de les relacions.

L'EIS ha de tenir en compte els principis ètics de tota relació humana: el consentiment, el plaer i el benestar compartits, la igualtat, l'honestedat en les relacions i la consideració de la pròpia salut i la de la persona amb qui ens relacionam.