

Financiado por



Prevención Familiar
La plataforma de IREFREA para las familias
www.prevencionfamiliar.net



Boletín 22

Enero 2016

SEXUALIDAD Y CONSUMO DE ALCOHOL Y OTRAS DROGAS EN LA ADOLESCENCIA

Las primeras experiencias sexuales de nuestros hijos e hijas adolescentes deberían formar parte de los temas de debate entre padres y madres. No se trata de controlar ni reprimir su sexualidad, ni de ser entrometidos; sino de cuidar, proteger y llenar de oportunidades dicho aprendizaje.

La sexualidad es una experiencia íntima, extremadamente sensible y también muy edificante. A través de la sexualidad construimos nuestra identidad, nos abrimos al conocimiento íntimo del otro, nos reproducimos y aprendemos a gestionar el placer y el deseo. Por tanto, nos encontramos ante un aspecto central y muy trascendente del ser humano que tiene que ver con el cuerpo (cambios que se operan en la pubertad) pero también con las emociones y los sentimientos, con los afectos y las ideas.

Asimismo, los estudios sobre sexualidad y adolescencia nos muestran que existe una mayor precocidad en el inicio de las relaciones sexuales y que esta anticipación se encuentra relacionada con otras prácticas de riesgo. Los padres y madres no podemos eludir esta realidad.

Este boletín examina la evidencia actual sobre prácticas de riesgo relacionadas con la sexualidad y el consumo de drogas en la adolescencia y señala actuaciones que las familias pueden activar con vistas a mejorar los estilos de vida de sus hijos e hijas.

El consumo de sustancias y las prácticas sexuales de riesgo en la adolescencia ¿qué deberían tomar en consideración las familias?

Los adolescentes conocen los efectos que sustancias como el alcohol (aunque también el cannabis, la cocaína o el éxtasis) juegan como facilitadores para conseguir pareja sexual, facilitando la desinhibición --tanto en el cortejo como en la práctica del sexo-- del propio adolescente como de las potenciales parejas. De forma que la mezcla de alcohol y sexo se inicia a edades muy tempranas, favoreciendo tanto la precocidad como la promiscuidad de nuestros jóvenes. Y con ello conductas de riesgo.

La precocidad, en el inicio de las relaciones sexuales, supone en sí misma un riesgo y más si va acompañada de consumos tóxicos. El consumo temprano (antes de los 16 años) de alcohol, cannabis, cocaína o éxtasis se relaciona con un inicio más temprano en las relaciones sexuales así como con una mayor relajación en las prácticas preventivas, de forma que estas devienen más descuidadas e inseguras, aumentando el riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual (ITS) o embarazos no deseados (Royuela Ruiz et al., 2015).

Asimismo, la desinhibición y la euforia, junto con la disminución del autocontrol y de la percepción del riesgo que favorecen algunas de estas sustancias psicoactivas, llevan a los adolescentes (tanto varones como mujeres) a relegar los mensajes de seguridad y respeto que habrían tenido en cuenta si estuvieran sobrios. De forma que el contagio del VIH se ve favorecido en personas con desórdenes en el consumo de alcohol, ya que son más propensas a mantener relaciones sexuales sin protección, o con múltiples parejas, así como a mantener relaciones sexuales a cambio de alcohol u otras drogas.

Un estudio reciente sobre comportamientos sexuales, nivel de conocimiento y actitudes hacia el VIH/SIDA comparando datos de dos encuestas a estudiantes españoles de 14 a 18 años, realizadas en 2006 y 2012, pone en

evidencia que los comportamientos sexuales de riesgo están aumentando (Espada et al., 2015):

- El conocimiento de los adolescentes sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) como la sífilis, la gonorrea o el VIH es menor entre la cohorte de 2012.
- Los adolescentes de la cohorte de 2012 adoptan actitudes menos favorables hacia los métodos de protección y se inician en las relaciones sexuales a edades más tempranas.
- Los adolescentes del grupo de 2012 tienden a tener un historial más extenso de parejas sexuales.

Igualmente, el Observatorio de Salud Reproductiva del Consejo Superior de Investigaciones Científicas señala que durante los últimos años se ha producido un aumento continuo de embarazos en la adolescencia, de forma que la tasa de embarazos para el grupo de mujeres de 15 a 19 años ha pasado de 12,5 por mil en 1999 a 24,21 por mil en 2009.

La salud, la seguridad y la integridad de nuestros adolescentes depende en buena parte de que estos aprendan a gestionar su sexualidad de forma positiva y los padres y madre podemos jugar un fundamental en dicho aprendizaje. Para ello es preciso que las familias adopten una postura proactiva, hablen de sexualidad con sus hijos e hijas, y se impliquen para fomentar modelos de diversión que eviten estas prácticas de riesgo.

Estudios citados:

Espada JP, Escribano S, Orgilés M, Morales A, & Guillén Riquelme A. (2015) [Sexual risk behaviours increasing among adolescents over time: comparison of two cohorts in Spain](#). *AIDS Care: Psychological and Socio-medical Aspects of AIDS/HIV*, 27, 783-788.

Royuela Ruiz P, Rodríguez Molinero L, Marugán de Miguelsanz JM y Carbajosa Rodríguez V. (2015) [Factores de riesgo de la precocidad sexual en adolescentes](#). *Revista Pediatría en Atención Primaria*, 17, 127-136.

¿Qué podemos hacer las familias para prevenir estos problemas?

Buena parte de la información que manejan nuestros adolescentes proviene de conversaciones con amigos y profesores o de informaciones en revistas e internet, por eso es importante que los padres y madres introduzcan de forma rutinaria el tema de la sexualidad, y los riesgos que su mala gestión comporta, en las conversaciones que mantienen con sus hijos adolescentes.

En general, el grupo de iguales aparece como una guía importante en lo referente a la introducción de nuevas prácticas sexuales, determinado los roles de género que debe cumplir cada cual, y su expresión en la identidad individual y de grupo. Pero el discurso sobre la sexualidad está cargado de mitos y creencias erróneas, transmitidos socialmente y por los medios de comunicación. Por tanto, los padres deben promover una visión de la sexualidad en términos de igualdad y corresponsabilidad entre hombres y mujeres con especial atención a la prevención de la violencia de género, las agresiones y los abusos sexuales. Para ello:

- Deben conocer las ideas e intereses del adolescente a ese respecto (necesidades, preocupaciones)
- Estar alerta sobre las necesidades relatadas
- Aportar información clara, concisa y cercana a la realidad del adolescente
- Eliminar falsas creencias
- Cuestionar y diversificar los roles de género

Además de abordar el tema con los hijos/as, las familias también deben supervisar los contextos que frecuentan los adolescentes y las actividades que éstos desarrollan:

- Facilitando el acceso a contextos saludables y supervisados por adultos responsables
- Colaborando con otros padres y madres para crear normas informales y compartir responsabilidades que permitan supervisar de forma indirecta y colectiva a los hijos
- Explorando de forma crítica los espacios y medios que utilizan sus hijos (revistas, series de televisión, redes sociales...) para conocer las promociones e influencias que les llegan a través de dichos medios.
- Combatiendo activamente el sexismo y los estereotipos sexistas, que afectan tanto a hombres como a mujeres, así como la publicidad que los fomenta.

Es importante hablar con los chicos y chicas sobre la publicidad y los medios en la promoción de ciertos comportamientos de forma que los adolescentes aprendan a identificar de qué forma éstos ejercen gran influencia sobre sus conductas, emociones y deseos.

Nos hacemos eco de una campaña ‘Querido papá, no dejes que mis hermanos llamen putas a las niñas’ iniciada por [CARE Norge](#), una organización benéfica noruega que trabaja en pro de los derechos de las mujeres y niñas combatiendo la violencia de género y el acoso sexual. El mensaje de la campaña es que todos podemos hacer algo para evitar la violencia de género y que los padres tenemos una responsabilidad especial y una oportunidad única para evitar que vuestras hijas sigan siendo víctimas de acoso sexual y violencia sexual. En este link [#Kjærepappa](#) encontrareis acceso al film con contenido en inglés y subtítulos en español.

Familiarizarnos con el nuevo lenguaje también puede ayudar a identificar riesgos emergentes y a tratarlos con nuestros hijos

La violencia de género y el acoso son problemas que han encontrado en internet un nuevo contexto y nuevas formas para su desarrollo. Prácticas como el **ciberacoso** (violencia y victimización de las mujeres online), el **ciberbullyg** (hostigamiento a través de la red), el **grooming** (ciberacoso sexual a adolescentes y niños), o el **sexting** (difusión de mensajes de contenido sexual) deben conocerse y tratarse con los hijos, para evitar que estos sean víctimas de dichas prácticas o puedan actuar como cómplices –intencionados o no– en su transmisión con la responsabilidades legales que dicha actuación comporta.

[Pantallas Amigas](#) es una iniciativa lanzada en 2004 que aboga por una ciudadanía digital responsable y el uso seguro y saludable de las nuevas tecnologías. Su página web ofrece muchos materiales y recursos educativos, tanto para padres como para adolescentes que pueden ser muy útiles a la hora de tratar estos temas.

Una iniciativa de:
**IREFREA – Instituto Europeo
de Estudios en Prevención**



Prevención Familiar
La plataforma de IREFREA para las familias
www.prevencionfamiliar.net



info@prevencionfamiliar.net
[www. prevencionfamiliar.net](http://www.prevencionfamiliar.net)

info@ferya.es
<http://www.ferya.es/>