ESE HOSPITAL SAN JOSE DE BELALCAZAR

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ESTRATEGIA: VIDA PLENA: CONEXIÓN ADOLESCENTE

Nombre del profesional: LAURA PEÑA LOPEZ

Profesión: PSICOLOGA

Fecha de ejecución: 29/08/2025

Lugar de la capacitación: I.E. SAN ISIDRO

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Taller 2: El rol de los padres en la educación sexual de sus hijos

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo General: Fortalecer en los padres de familia la comprensión y apropiación de su rol en la educación sexual de sus hijos adolescentes, promoviendo una comunicación abierta, orientadora y protectora que facilite el desarrollo integral de los jóvenes y prevenga riesgos asociados a la sexualidad.

Objetivos Específicos:

- Sensibilizar a los padres sobre la importancia de su rol como primeros educadores en la sexualidad de sus hijos.
- Promover el desarrollo de competencias comunicativas y de escucha activa que faciliten el diálogo sobre temas de sexualidad en el hogar.
- Reflexionar sobre las principales barreras culturales, sociales y emocionales que dificultan el abordaje de la educación sexual en la familia.
- Ofrecer herramientas prácticas para orientar a los adolescentes en decisiones relacionadas con la salud sexual y reproductiva.
- Motivar la construcción de un acompañamiento basado en el respeto, la confianza y la corresponsabilidad en el proceso formativo.

3. CURSO DE VIDA

Adolescencia y adultez (padres/madres de familia de estudiantes de 10° y 11°).

4. METODOLOGIA

El taller se desarrolló con un enfoque participativo, reconociendo que los padres y madres son protagonistas fundamentales en los procesos de formación de sus hijos. Desde el inicio de la sesión, se generó un ambiente de confianza mediante una dinámica de presentación en la cual cada padre compartió una palabra que describiera cómo se siente al hablar de sexualidad con sus hijos. Las respuestas reflejaron diversidad de emociones: algunos mencionaron temor, inseguridad o vergüenza; otros señalaron responsabilidad, cuidado y amor. Este ejercicio permitió reconocer las tensiones internas que viven los padres al enfrentar esta tarea.

Seguidamente, se realizó una breve exposición sobre la **educación sexual integral**, destacando que no se limita a la transmisión de información biológica, sino que abarca aspectos emocionales, relacionales, éticos y sociales. Se subrayó que la familia es el primer escenario de aprendizaje y que, cuando los padres callan o evitan hablar del tema, los adolescentes buscan respuestas en internet, en amigos o en medios que pueden transmitir mensajes erróneos o distorsionados.

Durante el desarrollo del taller, se identificaron los principales temores expresados por los padres:

- “No sé cómo empezar la conversación sin que se incomoden”.
- “Siento que si hablo del tema puedo estar incitándolos a iniciar su vida sexual”.
- “Tengo miedo de no tener la información correcta y que luego me contradigan”.
- “Me cuesta porque a mí nunca me hablaron de sexualidad en casa”.

Estas manifestaciones fueron trabajadas desde una perspectiva de validación, reconociendo que el miedo y la inseguridad son normales, pero también resaltando que la educación sexual en el hogar se da todos los días, a través de gestos, actitudes y ejemplos.

Posteriormente, se presentaron algunos **casos cotidianos** para el análisis en grupo, entre ellos:

1. Un adolescente que empieza a tener cambios en su forma de vestir y a reclamar mayor privacidad.
2. Una joven que solicita permiso para asistir a una fiesta donde estarán parejas y se consumirá alcohol.
3. Una situación en la que los padres encuentran mensajes de contenido íntimo en el celular de su hijo.

Cada grupo discutió cómo reaccionarían y luego se compartieron las respuestas. La mayoría coincidió en que, de manera impulsiva, tenderían a prohibir, castigar o desconfiar. Sin embargo, al reflexionar colectivamente, comprendieron que el acompañamiento implica escuchar primero, preguntar con calma, comprender el contexto y guiar con argumentos claros.

Se resaltó que la educación sexual en el hogar debe basarse en **tres pilares fundamentales**:

1. **Comunicación abierta:** crear espacios donde los hijos puedan hablar sin miedo a ser juzgados.
2. **Información veraz y adecuada:** responder con claridad a las preguntas, reconociendo cuando no se sabe y comprometiéndose a buscar la información correcta.

3. **Ejemplo y coherencia:** transmitir con las acciones el respeto, la responsabilidad y los valores que se esperan de los hijos.

La sesión también incluyó un ejercicio de **role-playing** en el que los padres practicaron cómo responder a preguntas difíciles que sus hijos podrían hacer, por ejemplo: "¿Qué pasa si mi pareja me presiona a tener relaciones sexuales?", "¿Por qué mis amigos dicen que usar condón no es necesario?". Este espacio permitió ensayar respuestas asertivas, evitando reacciones de enojo o evasivas.

En la plenaria final, varios padres expresaron que se sentían más tranquilos al reconocer que no necesitan tener todas las respuestas, sino estar disponibles y dispuestos a hablar. Algunos señalaron que antes pensaban que hablar de sexualidad era solo "advertir sobre embarazos o enfermedades", pero ahora entendieron que también implica educar en el respeto, el autocuidado y la toma de decisiones.

El taller concluyó con la construcción de un **compromiso colectivo**, en el cual cada padre escribió una acción concreta que se proponía implementar en su hogar (por ejemplo: "hablar con mi hijo sobre el respeto en la pareja", "escuchar sin interrumpir cuando mi hija me cuente algo de su vida personal", "investigar más sobre métodos de prevención para poder orientar"). Estas acciones se socializaron en grupo, fortaleciendo la sensación de comunidad y apoyo mutuo.

RESULTADOS:

- Asistencia activa de padres de familia de grados 10° y 11°, con participación reflexiva y compromiso.
- Identificación de los temores más frecuentes en el abordaje de la sexualidad con los hijos.
- Reconocimiento del rol de los padres como guías y acompañantes, más allá del control o la sanción.
- Apropiación de herramientas de comunicación y estrategias de diálogo.
- Compromisos individuales y colectivos para mejorar la educación sexual en el hogar.

CONCLUSIONES:

1. Los padres reconocieron que la educación sexual no debe ser delegada únicamente a la escuela, sino que inicia y se consolida en el hogar a través de la confianza, el respeto y el acompañamiento.
2. El taller permitió que los padres confrontaran sus miedos y descubrieran que el silencio o la evasión pueden generar más riesgos que hablar abiertamente del tema.
3. Se evidenció que los padres necesitan herramientas prácticas y ejemplos claros para sentirse seguros al orientar a sus hijos.
4. La construcción de compromisos fortaleció la percepción de que la tarea de educar en sexualidad no es aislada, sino que puede apoyarse en la comunidad educativa.

5. La experiencia fortaleció el vínculo entre familia e institución educativa, mostrando que la colaboración es clave para la formación integral de los adolescentes.



LAURA PEÑA LOPEZ
PSICOLOGA