

## SALUD PSICOSEXUAL EN LOS JÓVENES

Muchas de las acciones referidas a la promoción de la salud, prevención de la enfermedad y atención sanitaria para jóvenes, se realizan a través de servicios sanitarios generales para toda la población.

Según el informe "Ganar Salud con la Juventud" del año 2008, editado por el Ministerio de Salud y Consumo y el Instituto de la Juventud, "a los ojos de esta población, los servicios de salud comúnmente presentan problemas relativos a su accesibilidad, aceptabilidad, disponibilidad y equidad, que finalmente terminan condicionando su utilización. Entre los más importantes están los siguientes:

- Una localización inadecuada, excesivamente distante de los lugares donde los/las jóvenes viven, estudian o trabajan.
- Un horario incompatible con su modo de vida.
- Falta de visibilidad del recurso.
- La potencial transgresión de la confidencialidad, es decir, miedo a que el o la profesional de la salud no mantenga la debida privacidad.
- Miedo a perder el anonimato, esto es, miedo a ser reconocidos o reconocidas en una sala de espera.
- Temor a que se les hagan preguntas difíciles y/o juicios morales.
- Que no se obtengan fácilmente ciertas prestaciones que demandan (p.ej. la píldora postcoital)
- Que reciban un trato desagradable por el personal del centro".

Por ello es fundamental que los profesionales que atienden a jóvenes estén formados en los **aspectos biopsicosociales** de esta etapa y sus implicaciones en la salud. Entre estos aspectos destacan:

- Una menor percepción del riesgo, que les hace más vulnerables: " a mí no me va a pasar".

- Falta de previsión de lo que sucederá a medio/largo plazo, como consecuencia de conductas en el presente: "total, por unos porros..."
- Influencia del grupo de iguales: tiene gran importancia en la conducta del joven. Por ello, en ocasiones servirá como refuerzo o como recurso para trabajar y fomentar la salud psicosexual, mientras que en otros casos, podrá ser una fuente de conflicto.
- Autoestima: la adolescencia es una etapa de numerosos, grandes y rápidos cambios no sólo a nivel físico, sino también psíquico y social. Estos cambios pueden generar cierta inestabilidad e incluso disminución de la autoestima en los jóvenes, que también puede influir a la hora de cuidar y proteger su salud.
- Falta de reconocimiento de los recursos sanitarios, como lugares de atención para jóvenes: los centros sanitarios realizan una atención fundamentalmente asistencial y biologicista, con la que los jóvenes no se sienten identificados: "si a mí no me pasa nada" "me encuentro bien". Quedando desatendidos, en numerosas ocasiones, los aspectos psicológicos relativos a la salud mental de los jóvenes.

Además de conocer las características específicas de esta etapa, es preciso garantizar las prestaciones sanitarias a las que tienen derecho los jóvenes garantizando y asegurando su **confidencialidad**.

El **Centro Municipal de Promoción de la Salud (CMPS)**, es un servicio de carácter especializado que tiene como objetivo promover la salud de la población juvenil desde dos grandes áreas: salud mental y salud sexual y reproductiva.

Desde hace más de dos décadas, se presta información, asesoramiento y atención en temas relacionados con la salud mental, salud sexual, anticoncepción y preparación para la maternidad-paternidad.

Pero no es suficiente fomentar espacios específicos para jóvenes, debemos además, darnos a conocer, hacernos visibles para la población juvenil, que no siempre conoce los recursos. Así, sería bueno emplear los medios utilizados mayoritariamente por los jóvenes para la difusión y visibilización de los recursos. Muchos jóvenes no acuden a su centro de salud, sin embargo un número importante de ellos, accede diariamente a

internet. El empleo de las **nuevas tecnologías**: páginas web, correo electrónico, redes sociales, sms... hace la información mucho más accesible y facilita su difusión. Además favorece el acceso **anónimo** de los jóvenes, lo cual propicia también su acceso a los recursos.

El reabierto debate sobre la Ley de plazos del aborto en España, ha puesto de manifiesto la necesidad de impulsar una "buena" **información y educación sexual**, a la que puedan acceder todos los jóvenes.

Desde el CMPS, se viene realizando educación sexual en centros de formación reglada y no reglada para jóvenes del municipio de Zaragoza, constatando la necesidad de empezar antes dicha intervención, para llegar también a la población que se pierde en el camino educativo hacia el mundo laboral.

Educación sexual desde una perspectiva positiva, y a través de un **programa específico** y respaldado por el Ayuntamiento de Zaragoza, que no sólo aporte información sino que trabaje en actitudes y habilidades, que fomenten la autonomía de los jóvenes. Es importante seguir informando, pero también es necesario enseñar a gestionar y cuestionar esa información, a través de espacios y tiempos de reflexión, en los que pueda abordarse una educación sexual integral, y no sólo trabajar cuando surgen problemas o situaciones urgentes.

La educación sexual también aborda las diferencias entre sexos, pero su igualdad en derechos, deberes y oportunidades, contribuyendo de esta forma a la prevención de violencia y a un mejor entendimiento entre los sexos.

Así mismo, la educación sexual debe abarcar la gran **diversidad** juvenil: diversidad de orientación, diversidad de conductas, personas con y sin discapacidad, personas con y sin pareja... Es decir, que todos los jóvenes sientan que forman parte de esa diversidad, y que no existe un único modelo de sexualidad.

Desde el CMPS y con el objetivo de abordar de manera integral la salud psicosexual de los jóvenes, consideramos que no es suficiente el trabajo con ellos. Sino que es necesario también, incluir a las **familias y el entorno juvenil** (mediadores, educadores,

asociaciones juveniles...). Trabajando desde todos estos pilares, incidimos de forma indirecta en los jóvenes, amplificando la labor educativa y de promoción de la salud.

Para poder acceder al mayor número de población juvenil e intervenir de forma contextualizada en su realidad, es importante trabajar de forma **coordinada** y mantener una constante comunicación con el resto de entidades y asociaciones juveniles.

Dado que la realidad social es dinámica, cambiante y en constante evolución, desde el Ayto. de Zaragoza, y a través de los profesionales implicados en el trabajo con juventud, deberían impulsarse estudios que analizaran e investigaran dicha realidad y que ayuden a conocer cambios en las actitudes y comportamientos de los jóvenes. Estos estudios contribuyen a la mejora en la atención a los jóvenes por parte de estos profesionales, que pueden ajustarse más a la realidad que vive la juventud, además de motivar al profesional en su trabajo diario.

También es importante la realización de encuentros, jornadas... entre profesionales, donde conocer otras experiencias y formas de actuación en el trabajo con jóvenes, enriqueciéndose mutuamente y ayudando a conocer otros recursos.

Parte importante de esta realidad social cambiante, tiene mucho que ver con la inmigración, que hace necesaria, que la intervención con jóvenes se lleve a cabo desde un punto de vista **intercultural**, haciendo un esfuerzo por parte de las personas que trabajan con jóvenes por conocer aspectos culturales que puedan influir en la promoción y atención de la salud psicosexual .

En ocasiones se realizan proyectos y campañas para jóvenes, pero sin jóvenes. Por ello es tan importante la figura del mediador, así como realizar desde aquellos servicios que trabajan con jóvenes, evaluaciones periódicas por parte de sus usuarios, en las que puedan hacer una valoración de la atención recibida y aportar sugerencias y comentarios. En definitiva, conocer su opinión.

Además, la promoción de la salud no debe realizarse únicamente desde el ámbito sanitario, sino que pueden y deben utilizarse **servicios cercanos a los jóvenes** y desde los cuales el Ayuntamiento también interviene. Como pueden ser recursos tan importantes como el deporte, la educación, el teatro o la música.

Por último el plan joven se dirige a jóvenes entre **14 y 29 años**, dejando una franja de chicos y chicas menores de 14 años fuera. Las últimas cifras referentes a la edad de inicio de relaciones sexuales o de consumos de drogas, trastornos de la conducta alimentaria, así como numerosos estudios, reflejan la necesidad de trabajar con los jóvenes cada vez antes, especialmente en la promoción de la salud y de hábitos saludables.

## **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

En resumen, por todo lo expuesto, y dado que el Ayuntamiento de Zaragoza, posee diferentes servicios y recursos destinados a los jóvenes, éste puede intervenir de forma activa y contundente en la promoción de la salud psicosexual, a través de acciones tales como:

- Impulso de una educación sexual de calidad a través de un Programa estructurado y adaptado a las necesidades específicas de los jóvenes.
- Empleo de nuevas tecnologías al alcance de los jóvenes para la difusión y conocimiento de los recursos.
- Facilitar la formación continua, así como el encuentro entre los diferentes profesionales que trabajan con jóvenes.
- Utilizar los servicios y recursos del Ayuntamiento de Zaragoza destinados a jóvenes, para la promoción de la salud psicosexual. Por ejemplo aquellos que tienen que ver con el tiempo libre y de ocio.