

#4PlanJovenZGZ

*sim ti
no hay plan*



*sexualidad y
gestión emocional*

Documentos Base del Plan Joven 2017

Documento B

Ámbito Sexualidad y Gestión Emocional

Servicio de Juventud
Concejalía de Educación e Inclusión
Ayuntamiento de Zaragoza.

Propuestas Ámbito Sexualidad y gestión emocional Fase I. Grupo de trabajo

El CMPS y su atención a la Salud Mental

El Área de Salud Mental del CMPS presta desde entonces asistencia psicoterapéutica a la población adolescente-joven residente en el municipio de ZARAGOZA. También oferta asesoramiento a mediadores que trabajan o inciden en esta población a través de diferentes agencias.

Entre 800 y 900 adolescentes/jóvenes son atendidos cada año en este área, de los/as que entre 400/500 corresponden a nuevas demandas formuladas durante el año y el resto a atenciones continuadas o reanudadas iniciadas en años anteriores.



sexualidad y
gestión emocional

Juventud y Salud Mental

No existe ningún otro dispositivo sanitario específicamente orientado hacia la población joven.

En la atención sanitaria pública el paso desde la pediatría a la atención de adultos se realiza **sin consideración de la etapa juvenil como un periodo con significación sanitaria propia.**

La Sanidad Pública no contempla en su organización asistencial las edades juveniles como susceptibles de una consideración específica, en gran medida probablemente porque estas edades son las que menos frecuentan las consultas de atención primaria y los hospitales, olvidando que quizá esta baja frecuentación tenga más que ver con la inadecuación de la oferta a las necesidades sanitarias y características culturales de esta etapa vital que con la inexistencia de tales necesidades.

Los expertos en Promoción de la Salud no dejan de llamar la atención de los gestores de la Sanidad Pública respecto a la importancia crucial de estas edades no solamente en lo referente a la prevención de posteriores enfermedades, sino también respecto a la generación de actitudes más responsables implicadas y participativas en el cuidado de la propia salud.

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan

Propuestas **Ámbito Sexualidad y gestión emocional Fase I. Grupo de trabajo**

El CMPS y su atención a la Salud Sexual

La reducción de recursos humanos que el CMPS viene sufriendo desde hace varios años, supuso que desde el mes de enero del 2016 la edad de la población a la que se dirige se haya modificado de 15 a 25 años.

La mayoría de los y las jóvenes que acceden a Salud Sexual, conoce el recurso a través de centros educativos y centros que atienden a jóvenes, - probablemente por la información que se les proporciona a través del programa de Educación Sexual en estos centros -, seguido por otros usuarios/as que también conocen o acuden al CMPS.

Los servicios de asistencia a la población juvenil son fundamentalmente :

- La consulta joven
- La asesoría sexológica
- La atención materno-paterno-infantil

Los servicios de promoción de la salud engloban :

- El Programa de Educación Sexual dirigido a centros educativos
- El resto de grupos y actividades destinadas a la promoción de la salud sexual y reproductiva en general : familias, mediadores, educadores, otros grupos de jóvenes fuera del ámbito educativo reglado...
-



sexualidad y
gestión emocional

CONSULTA JOVEN

Con el objetivo de cuidar la salud sexual y reproductiva de los jóvenes, en la consulta se realizan tareas de: información sanitaria, indicación y seguimiento del uso de métodos anticonceptivos, administración de píldora postcoital, prevención de infecciones de transmisión sexual, diagnóstico precoz de cáncer genital, detección de problemas en la sexualidad e información ante embarazos no deseados.

ATENCIÓN MATERNO-PATERNO INFANTIL (AMPI)

Se dirige a familias jóvenes (hasta los 25 años) que se encuentren en cualquier momento de la gestación o que ya tengan bebés menores de un año.

En él además de entrevistas individualizadas para la valoración y abordaje de las necesidades particulares de cada caso, se desarrollan actividades grupales de:

- Preparación al nacimiento
- Masaje infantil
- Crianza

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan

Propuestas **Ámbito Sexualidad y gestión emocional Fase I. Grupo de trabajo**

El CMPS y su atención a la Salud Sexual (Sigue)

ASESORÍA SEXOLÓGICA

La asesoría constituye un espacio en el que los y las jóvenes acuden para preguntar dudas o solicitar información relacionada con la sexualidad de forma puntual. Esta se lleva a cabo de manera presencial y a través de correo electrónico

PROGRAMA DE EDUCACIÓN SEXUAL



sexualidad y
gestión emocional

Desde el CMPS se ha venido desarrollando tradicionalmente actividades de Educación Sexual desde la enseñanza ordinaria (E.S.O., Bchto. y Ciclos formativos), así como a través de centros que dan respuesta a alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo (CSL, Educación Especial...) y con la educación no reglada, mediante la colaboración interinstitucional con el ámbito de la Protección de Menores, Educadores del Medio Abierto, Equipos de Mediación Intercultural, Fiscalía de menores y Asociaciones juveniles.

Por todos estos motivos, **se diseñó en el año 2009 un Programa de Educación Sexual específico** para enriquecer la manera en que viven su sexualidad los y las jóvenes, para que se conozcan, la acepten cada cual con sus coherencias, sus valores y sus deseos y la expresen de forma positiva, placentera, sana y responsable, esperando que el programa sea efectivo y de utilidad para los destinatarios últimos, la juventud de Zaragoza.

Las intervenciones van dirigidas no sólo a la gente joven sino también al profesorado y/o sus figuras de referencia educativa (mediadores, trabajadores sociales...), así como a sus familias, trabajando de esta manera con tres pilares fundamentales. Así mismo, y tras un análisis de las estadísticas sobre sexualidad y juventud, se observó la necesidad de comenzar a trabajar antes con los y las jóvenes, ampliándose las intervenciones a 2º eso.

El Programa ha tenido una gran aceptación y una valoración muy positiva tanto en las evaluaciones que realizan los jóvenes, como sus familias y desde los centros educativos.

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan

Propuestas **Ámbito Sexualidad y gestión emocional. Fase II- Grupo debate con Jóvenes**

Sesión con jóvenes de 4º ESO. IES PEDRO DE LUNA.

INFORMACIÓN

- Pienso que se debería normalizar y que la sexualidad no sea un tema tabú.
- Prefiero presencial con una persona experta.
- Me gustaría que hiciesen más charlas explicativas y que nos recomendasen libros.
- Tenemos videos y a veces charlas pero la mayoría de las charlas son por la tarde y hay extraescolares, no podemos acudir.
- Utilizo Youtube y las redes sociales principalmente, me gustaría recibir más información online de otras fuentes.
- Más charlas sobre sexualidad y LGBT+ para mostrar al colectivo.
- Presencial está bien pero para algunas personas es más cómodo online.
- Me gustaría recibir información de gente más cercana a mi edad.
- Me gustaría recibir información a través de redes sociales como Instagram.
- Me interesa mucho que haya gente que se sienta distinto de un hombre y mujer y creo que no hay suficiente información sobre los géneros. Me sirve para informarme e intentar tener empatía.
- Creo que hay poca información pero hay muchas opiniones, me he informado de lo básico y la mayoría de las cosas las aprendes sobre la marcha. Las de mejor calidad son las que luego puedes poner en práctica.
- Información útil existe muy poca, me he informado sobre los cambios de mi cuerpo y el acto sexual,
- En internet dudo que todo sea cierto, me parece poco fiable. Sobre los cambios en el cuerpo y los chicos. La tomo como referencia para tomar decisiones”.
- Poca información, sobre todo del orgasmo femenino y el uso del condón. Mas o menos, es que a veces no son claros al hablar. A veces aplico lo que me dicen.
- Creo que hay bastante información aunque útil no tanta ya que a los jóvenes nos preocupa más la práctica que la teoría. Sobre todo métodos anticonceptivos y las enfermedades. A veces la información sirve de mucho.
- Me parece que hay mucha información, pero no toda es útil. Me he informado de los anticonceptivos. Me sirve porque es un tema que siempre hay que tener en cuenta cada vez que tienes sexo.
- Creo que existe mucha información, pero sólo una pequeña cantidad es útil para nosotros ya que cada uno somos diferentes. Me he informado de cuestiones relacionadas con los sentimientos (cómo controlarlos), y creo que si me ha servido.

CHARLAS Y TALLERES

- Me interesan que en las charlas de los IES se cuenten experiencias personales de tu a tu que puedan servirnos de consejos.
- Necesitamos más práctica y menos teoría.
- Cómo hacerlo bien (correctamente) si puede ser con imágenes. Más información sobre enfermedades y charlas.
- Toda la información que nos dan en este tipo de charlas ya la sabemos y nos explican las cosas muy por encima.
- Información sobre sexualidad y sus tipos (LGBT+) , y enfermedades.
- La información por escrito queda más clara.
- Recomendaciones médicas y experiencias reales mejor que opiniones cualquiera de internet. Contenido sin ningún tipo de censura a partir de cierta edad; por escrito y charlas.
- Creo que resultaría útil información sobre experiencia de otros jóvenes y saber como se comportaron en cada situación. La mejor manera es en video. Que nos cuenten casos reales no historias inventadas.
- Información acerca de enfermedades, cómo prevenir y usar métodos más seguros y que estén al alcance de todos y en todo momento como en internet.



sexualidad y
gestión emocional

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan

Propuestas **Ámbito Sexualidad y gestión emocional. Fase II- Grupo debate con Jóvenes**

CHARLAS Y TALLERES (Sigue)

- La información ha de ser clara, mejor por internet porque la puedes leer cuando quieras. Explicaciones, ejemplos, imágenes,...
- Me interesa que la gente joven explique sus experiencias a los demás. Información sobre la menstruación y el acto sexual.
- Lo más útil sería la de expertos cercanos a nuestra edad, que nos cuenten experiencias y hechos que les han pasado.

LGTB+

- Creo que no se informa lo suficiente en ambos casos. Las charlas e info parece ir dirigida a heterosexuales solamente y se centran poco en charlas de sexualidad homosexual.
- Si que hay información pero no a través de los medios que se debería. la información debe ser más útil.
- No para los dos casos, entre los adultos sigue siendo un tema que no está en la mente de los hijos. Más charlas dedicadas específicamente o como es ahora pero con apartados incluidos que nos interesan a todos.
- Información escasa, mal dada.
- No se piensa en ello. La info que se da no es útil, la homofobia no lo permite, se trata como algo tabú.
- No hay nada de información. Creo que no es útil y hay gente que muchas veces no dice que es homosexual porque se ve como algo que no es normal. Tampoco.
- No porque la gente no suele pensar casi en ellos y la poca información que tienen no suele ser útil o es vergonzosa para ellos.
- No, casi no se sabe nada. Más información LGBTI+, llamad a SOMOS dan buena información.
- Directamente no hay información solo campaña que defienden la homosexualidad.
- Aunque no hay suficiente información, creo que la sociedad es cada vez más plural y se respeta a todo el mundo. No se si es útil no he buscado.
- Creo que no porque en las charlas que hemos tenido sobre sexualidad no se ha tocado el tema. Deberían tener más información.
- No a todo, porque no hay y la gente lo ve como algo raro e inusual, no lo aceptan. No es útil. Tampoco porque si no lo ven normal no se van a informar de ello.



sexualidad y
gestión emocional

ATENCIÓN RECIBIDA DE LOS RECURSOS UTILIZADOS

- Buena te ayudan en todo, resolvieron las dudas, no cambiaría nada.
- Creo que depende de las personas, a veces te juzgan y te hace sentir incómodo, el problema se resolvió pero que sean más comprensivos.
- Tiene que ser comprensiva y que intenten que no nos de vergüenza.
- Mi opinión es que la atención es bastante buena y el trato fue adecuado. La resolución de problemas fue correcta.
- Escasa porque sales sin resolver nada y además creo que deberían ser más amables porque es algo de lo que nos cuesta hablar.
- El trato fue muy bueno, resolvieron el problema a mis necesidades, te tratan muy bien.
- Fui con mi novio al CMD y lo que nos contaron estuvo bien. Lo que pasa es que no hablan sin tapujos y eso hace que te quedes con dudas.
- Bien la verdad es que sirve bien de ayuda. Lo resuelven y se interesan para que la cosa no sea tan incómoda.
- Muy interesante la atención y muy adecuado el trato. Si resolvieron el problema Se me hizo corto me hubiera gustado recibir más información.

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan

Propuestas Ámbito Sexualidad y gestión emocional. Fase II- Grupo debate con Expertos y profesionales

- Visibilización y aceptación de las diferentes y diversas realidades.
- Aprovechamiento de los recursos existentes, ampliables y mejorables.
- Mecanismos y recursos de acompañamiento y protección de la juventud.
- Cambio de paradigma en las políticas:
- Sexualidad como inherente a las personas desde su nacimiento, no sólo como relaciones sexuales.
- No problematización de la sexualidad.
- Programas integrales, propositivos y alegres.
- Dejar de “parchar”.
- Abandonar el “adultismo”: sentir y escuchar a la juventud son el reflejo de lo que viven, de lo que les transmitimos.
- Plantearse cosas distintas cuando empiezan a conocer la sexualidad.
- Información no llega a toda la población juvenil.
 - › Planteamiento: Diferenciación por edades (las necesidades no son las mismas para los más jóvenes).
 - › Acceso a la sexualidad forzada por los medios de comunicación y por el fácil acceso a la pornografía.
 - › Hipersexualización: acceso muy temprano; papel denigrante de la mujer, machismo o violencia
 - › Propuestas: dar información a los jóvenes para que puedan tener una visión amplia de la sexualidad, más allá del modelo tradicional.
 - › Hacer llegar la información a la población juvenil a través de sus propios canales.
 - › Recursos económicos y profesionales específicos para este tipo de programas “coordinados” con un buen mapa de recursos.
 - › Que la información que se les dé no sólo sea la ligada a las cuestiones fisiológicas y prevención de ETS.
- Coordinación entre organismos implicados.
- Dar valor a lo que existe, reconocerlo y por tanto dotarlo con recursos adecuadamente.
- “Buscar soluciones no es mirar siempre al joven como problema... sino al joven y apostar por la sociedad desde la animación sociocultural”.
- Adulto referente: redes sociales.
- Acompañar / apoyar el paso de Primaria a ESO.
- Alumno Ayuda = referentes entre iguales.
- Apoyar a los colectivos / entidades que hacen actividades con jóvenes: informar de lo que hay. Un 010 para colectivos.
- Información veraz, adecuada, sin alarmismo ni censura.
- Algunos colectivos como las personas con diversidad funcional, los procesos de acceso a la sexualidad se ralentizan.
- Más modelos referenciales.
- En la educación formal se aborda transversalmente la educación sexual. Desarrollo e Planes integrales de educación sexual abordándola como proceso con contenidos adecuados a cada etapa.



sexualidad y
gestión emocional

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan

Propuestas Ámbito Sexualidad y gestión emocional. Fase II- Grupo debate con Expertos y profesionales

- Formar al profesorado.
- Formar a padres y madres.
- Equipos interdisciplinares con inclusión de otras figuras profesionales: educadores sociales, terapeutas ocupacionales (...).
- Más inversión, más recursos.
- Revisar los espacios de ocio y tiempo libre para que sean entornos “amigables” para la educación sexual, con personas cercanas, formadas y accesibles.
- Facilitar información adecuada a las necesidades reales de los jóvenes. Con códigos y canales usados por ellos.
- Las entidades de discapacidad deben visibilizar y formar en sexualidad a las familias y usuarios.
- Educar para la diversidad y educar en valores.
- Reforzar un acompañamiento pedagógico en el que ser “diferente” no es malo.
- Espacios de debate entre iguales.
- Asesoramiento.
- Educar cooperando entre diferentes espacios /ámbitos y sus poblaciones.
- Empezar con la Gestión /Educación Emocional desde edades tempranas.
- Problema: el modelo cuantitativo de educación actual porque los valores, emociones, etc. No se puede cuantificar.
- El fin de semana ¿qué? Falta un recurso cercano e inmediato.
- Fijar una edad temprana: 5º o 6º para poder ofrecer información, al menos los recursos existentes.
- Garantizar un proceso de acompañamiento, no solamente información.
- Favorecer más accesibilidad para los jóvenes. Que los C.S. / CMPS en un entorno equilibrado.
- Buscar lugares de referencia y accesibilidad de los jóvenes: Casas de juventud /PIEEs (...).
- Facilitar que las familias participen en la formación. No sólo informar a los jóvenes, sino también a las familias.
- Facilitar acceso a tomar la píldora del día de después, pero con acompañamiento posterior profesional.
- “Educación e información”.
- Gestión emocional como proceso integral: que abarca toda la vida.
- Trabajar sobre los modelos: los jóvenes reproducen lo que ven.
- Hacer análisis de la propia gestión emocional: si no somos capaces de gestionar nuestras emociones, mal podemos plantear nada.
- No psiquiatrización de la problemática y su posterior medicalización.
- No individualizar, no etiquetar.
- Roles de género: trabajar en esta línea para evitar que sean crueles.
- No asociar la felicidad al tener sino al ser.
- Cambiar conceptos educativos.
- Importancia de la comunicación y del dialogo.
- Poner en valor la educación no formal.
- Gestión emocional directamente unido al sistema social actual.
- Aprender emociones: reconocerlas, sentirlas. Aceptarlas, gestionarlas...
- Tener en cuenta las diferencias emocionales entre sexo/género.
- Conectar cuerpo y sentir.



sexualidad y
gestión emocional

#4PlanJovenZGZ

sin ti
no hay plan

Propuestas Ámbito Sexualidad y gestión emocional. Fase II WEB

APORTACIONES VÍA WEB

- Ampliar el uso hasta los 30 años en el Centro Municipal de Promoción de la Salud Amparo Poch.
- Campañas de sensibilización
- recursos. Más actividades relacionadas con estos temas por edades, no son las mismas necesidades a los 16 que a los 26 años. que el CMPS atienda a población hasta los 30 años.
- Centro para asesoramiento de adolescentes o niños con necesidades psicológicas o ayuda. Muchos padres necesitamos lugar de consulta o asesoramiento psicológico. Estoy segura q hay muchos psicólogos en paro deseando hacer charlas o ayudas.
- Que haya igualdad, que se informen del tema en las escuelas
- Creo que es importante romper tabúes respecto al sexo. Informar sobre riesgos de determinadas prácticas sexuales, la importancia de los métodos anticonceptivos, pero también los problemas y legislación vigente en casos de aborto. Dar a conocer la existencia de servicios sanitarios gratuitos como el Centro de Promoción de la Salud Unidad de Larga Estancia, el que te ofrecen una charla sobre métodos anticonceptivos y consulta en temas de sexualidad, facilitándote recetas médicas, etc. Creo que puede ser de utilidad para muchos jóvenes que necesitan consejo o ayuda sin necesidad de pagar por una consulta ginecológica privada
- Talleres de sexualidad en las casas de juventud. taller de sexualidad para asesorarme sobre la sexualidad
- Una oficina para que haya justicia entre policías y menores : agresiones insultos etc...una oficina para que halla justicia entre policías y menores : agresiones insultos etc...
- Aprender más dar charlas
- Información y métodos anticonceptivos en recursos municipales (Piees y casas), ampliar el horario y el personal del centro de promoción de la salud, reparto de condones en los institutos...



sexualidad y
gestión emocional

#4PlanJovenZGZ

sin ti
no hay plan

Propuestas Ámbito Sexualidad y gestión emocional. Fase II CCJJ y Antenas

APORTACIONES VÍA ANTENAS

Nota: el número a la izquierda indica las veces que se ha votado esa propuesta

- 6 Concienciar a los jóvenes de la importancia del respeto hacia todas las maneras posibles de amar, independientemente de género.
- 1 Trabajar sobre formas sanas de amar, evitando las posesiones y los celos.
- 5 Charlas sobre diferencias entre enamoramiento/atracción física y amar y cómo identificarlos.

SEXUALIDAD

- 2 Desmontar el tabú de las ETS , sexualidad en general (masturbación).
- 1 Promocionar la asesoría sexual
- 2 Información sobre diferentes métodos anticonceptivos y sobre sexualidad, accesible y clara
- 7 Revisiones ginecológicas de forma más anónima.

ACOSO, VIOLENCIA, IGUALDAD

- 3 Regulación legislativa local sobre: igualdad, baja por paternidad.
- 4 Charlas en institutos sobre igualdad y acoso
- 17 El acoso sigue siendo un preocupante problema que debe erradicarse. 3 Propuestas de Charlas
- 18 La violencia de género necesita contarse de raíz, hasta en los pequeños rasgos se manifiesta
- 6 Conseguir la igualdad entre mujeres y hombres.
- 1 Charlas y talleres sobre la violencia de género impartidos por mujeres maltratadas. Minimizar el micromachismo.

INFORMACIÓN Y FORMACIÓN (TALLERES)

- 2 Charlas: no solo de prevención, si no también de resolución de problemas
- 15 Más información y soporte psicológico en los centros y acerca de su trabajo para conocer como puedan ayudar.
- 3 Asesorías: buen funcionamiento, pero hace falta más colaboración con los distintos servicios (por ejemplo, con el ambulatorio)
- 4 financiación y actividades (fotografía, ferias, ciclos de cine,...en institutos y colegios
- 4 Mayor visibilidad al colectivo LGTB + y sobre a las personas NB (género no binomio) (agénero, género fluido),
- 7 Campañas en Institutos sobre – prevención, violencia género, concienciación.

EMOCIONES

- 6 Enseñar a los jóvenes a gestionar sus emociones y herramientas para ello
- 2 Asesoramiento en general.
- 2 Formación sobre adaptación a las distintas situaciones.
- 1 Conocer más sobre las emociones, tolerancia...
- 8 Control emociones y ansiedad en los exámenes

APORTACIONES VÍA CASAS DE JUVENTUD Y PUNTO MOVIL

- Charlas de sexualidad para que la juventud pueda conocerse a si mismo



sexualidad y
gestión emocional

#4PlanJovenZGZ

sim ti
no hay plan