

Contenido

Introducción	9
Género	11
¿Género significa ser hombre o mujer?	12
¿Qué es el feminismo?.....	12
¿Qué es y de dónde proviene el machismo?.....	12
¿Por qué dicen que las mujeres son el sexo débil?	13
¿Por qué se dice que algunos hombres son morbosos?	13
¿Es normal que un hombre se depile su vello genital o axilar? ¿No lo hace menos hombre?	13
¿Por qué en algunas sociedades a las mujeres se les exige ser vírgenes y a los hombres no?.....	14
¿Por qué se dice que los hombres pueden tener varias mujeres?	14
¿Por qué algunas mujeres tienen temor a la sexualidad?.....	14
¿Por qué se cree que la mujer se resiste más que el hombre a tener relaciones sexuales?	14
¿Cuáles son los derechos sexuales de las personas?	15
Cuerpo	16
¿Qué es la adolescencia?.....	17
¿Cuáles son los cambios físicos en hombres y mujeres durante la adolescencia?.....	17
¿Qué cambios psicológicos y de comportamiento ocurren durante la adolescencia?	19
¿Pubertad es lo mismo que adolescencia?.....	19
¿Por qué salen barros y espinillas?	19
¿Los hombres se desarrollan a la misma edad que las mujeres?	20
¿A qué edad aparece el semen?.....	20
¿Qué es la eyaculación?	20
¿Cómo se controla la eyaculación?.....	20
¿Si un hombre emite un líquido por su pene durante los juegos eróticos eso significa que es eyaculador precoz?.....	20
¿Qué sucede con los espermatozoides que no logran fecundar el óvulo?.....	20
¿Qué son los sueños húmedos?	21
¿Los adolescentes pueden presentar problemas sexuales?.....	21
¿Cuántas erecciones puede tener un hombre mientras duerme?.....	21
¿Cuál es el tamaño normal del pene?	21
¿El tamaño del pene es importante para dar placer a la pareja?	22
¿Por qué puede doler el pene después de una relación sexual?.....	22
¿Un hombre podría tener una erección que dure una semana o más y qué consecuencias le traería?.....	22
¿Es normal que un hombre tenga erecciones frecuentes ante un beso, un pensamiento o un roce?	22
¿Si el pene es un músculo, crece cuando se ejercita mucho?.....	22
¿Qué hacer si a un niño no le han descendido los testículos al escroto?	22
¿Cuál es la diferencia entre erección y orgasmo?	23
¿Qué es la circuncisión?	23
¿Por qué se debe hacer la circuncisión?.....	23
¿Cuáles son los cuidados que debe tener un hombre con los genitales?.....	24
¿Qué es el clítoris?	24
¿Qué es el himen?	24
¿Existen mujeres cuyo himen no se rompe?.....	25
¿Es verdad que algunas mujeres nacen sin himen?	25
¿Qué es la virginidad?.....	25
¿Cuando una mujer se masturba pierde la virginidad?	25
¿Si una mujer tiene relaciones sexuales, orales o anales pierde la virginidad?	25
¿Perder la virginidad afecta el crecimiento?	26
¿Cuáles son las funciones de la vagina?.....	26
¿Qué es el moco cervical?	26

¿Qué es un flujo?	26
¿Qué son infecciones vaginales?	26
¿Qué es la citología vaginal?	27
¿Quién debe hacerse la citología vaginal?	27
¿En qué momento se puede hacer la citología vaginal?	27
¿La citología vaginal es dolorosa?	27
¿Qué es un ciclo menstrual?	27
¿Hasta qué edad es normal que llegue por primera vez la menstruación?	28
¿Por qué en algunas mujeres la menstruación llega dos veces al mes?	28
¿Cuáles son los síntomas de la menstruación?	28
¿Qué son los cólicos y por qué se presentan?	28
¿Qué es un tampón?	29
¿Una mujer virgen puede usar tampones?	29
¿La menstruación se regula después de la primera relación sexual?	29
¿Por qué la menstruación y la orina salen por el mismo lado?	29
¿Por qué duelen y rascan los senos?	30
¿Qué es el autoexamen de seno y cómo se hace?	30
Pasos para el autoexamen de seno	30
¿Por qué hay un seno más grande que el otro?	32
¿Hasta qué edad la mujer puede quedar embarazada?	32
¿Qué es la menopausia?	32
¿La menopausia quita el deseo sexual?	32
¿La mujer también eyacula?	33
¿Qué es el punto "G"?	33
¿Qué son las zonas erógenas?	33
¿Cuáles son los cuidados que debe tener una mujer con sus genitales?	33
¿Qué es hermafroditismo?	33
¿Qué son genitales ambiguos?	34
¿Cuáles son las causas del hermafroditismo?	34
Embarazo	35
¿A qué edad la mujer puede quedar embarazada?	36
¿Es conveniente un embarazo a temprana edad?	36
¿Qué es un parto obstruido?	37
¿Si un hombre eyacula en la entrada de la vagina, la mujer puede quedar embarazada?	37
¿Es verdad que si un hombre está tomado y tiene relaciones sexuales, la mujer no queda embarazada?	37
¿Se puede quedar embarazada en la primera relación sexual?	37
¿Cómo sabe una mujer si está embarazada?	37
¿Se pueden tener relaciones sexuales durante la menstruación?	37
¿Por qué se presenta retraso en la menstruación?	38
¿Qué ocasiona el mal olor de la menstruación?	38
¿Por qué cuando una mujer está embarazada no le llega el período?	38
¿Se pueden tener relaciones sexuales durante el embarazo?	38
¿El embarazo disminuye el deseo sexual?	39
¿Por qué se presentan flujos y sangrados durante el embarazo?	39
¿Qué es un embarazo ectópico?	39
¿Por qué a una mujer le da miedo un embarazo?	39
¿Qué es un embarazo no deseado?	40
¿Qué es un embarazo psicológico?	40
¿Por qué se producen malformaciones en los fetos?	40
¿Si un feto nace de ocho meses de gestación, se puede morir?	40
¿Qué diferencias hay entre gemelos y mellizos?	41
¿Qué es un parto prematuro?	41
¿Es peligroso un parto en una mujer menor de 16 años?	41
¿Cuántas clases de partos hay?	41
¿Qué enfermedades pueden tener los hijos de una mujer drogadicta?	42
¿De quién es la responsabilidad de prevenir un embarazo, del hombre o de la mujer?	42
¿Qué son los métodos anticonceptivos y cuáles existen?	43
¿Qué son los métodos folclóricos?	43

¿Qué son métodos naturales y cuáles existen?.....	43
¿Qué son métodos modernos o artificiales?.....	44
¿Es verdad que tomar Coca Cola con Alka Seltzer antes de la relación sexual evita el embarazo?.....	46
¿El uso de condón produce hongos?.....	46
¿Por qué algunas personas dicen que “con el condón no se siente lo mismo” al tener relaciones sexuales?.....	46
¿Cómo es el condón femenino?.....	47
¿Qué debe hacer una persona si se le rompe el condón, se le queda dentro de la vagina o fue forzada a tener relaciones sexuales?.....	47
¿En qué consisten las píldoras del día después?.....	47
¿Existen otros métodos de emergencia?.....	47
¿Las píldoras de emergencia son abortivas?.....	48
¿Para usar el método de emergencia se debe tener el permiso de un adulto?.....	48
¿Quiénes se pueden practicar una ligadura o una vasectomía?.....	48
¿Los métodos anticonceptivos hacen daño al organismo?.....	48
¿El uso de métodos anticonceptivos temporales puede producir infertilidad?.....	48
¿Qué sucede cuando una mujer queda embarazada usando la “T” de cobre o Dispositivo Intrauterino?.....	49
¿El Dispositivo Intrauterino produce cáncer de cuello uterino?.....	49
¿Qué métodos anticonceptivos existen para el hombre?.....	49
¿A qué edad una persona puede empezar a utilizar métodos anticonceptivos?.....	50
¿Cuánto tiempo después de haber suspendido el método anticonceptivo la mujer puede quedar embarazada?.....	50
¿Se debe usar el condón sólo si hay riesgo de embarazo?.....	50
¿Por qué a algunas mujeres no les gusta usar un método anticonceptivo?.....	50
¿Se pueden usar dos (2) métodos anticonceptivos simultáneamente, por ejemplo, la “T” de cobre y la inyección?.....	50
¿Qué es infertilidad y con qué frecuencia ocurre?.....	51
¿Por qué se produce la infertilidad en la mujer y en el hombre?.....	51
¿Cuándo debe una persona consultar sobre la infertilidad?.....	52
¿Hasta qué edad el hombre es fértil?.....	52
¿La infertilidad se puede corregir o tratar?.....	52
¿Qué tipo de tratamientos se hacen para lograr el embarazo?.....	52

Comportamientos Sexuales 53

¿Qué es la sexualidad, es diferente al sexo?.....	54
¿Cómo conversar sobre la sexualidad con la pareja?.....	54
¿Cuáles son las etapas de la respuesta sexual?.....	54
¿La respuesta sexual cambia con la edad?.....	55
¿Por qué se cree que el hombre tiene más deseo sexual que la mujer?.....	55
¿Las mujeres pueden controlar más el deseo sexual que los hombres?.....	55
¿Por qué en algunas mujeres disminuye el deseo sexual después de tener un parto?.....	55
¿Después de la ligadura de trompas la mujer mantiene su deseo sexual?.....	56
¿La vasectomía puede afectar el deseo sexual y la eyaculación?.....	56
¿Cómo excitar a una mujer?.....	56
¿El hombre se excita más rápido que la mujer?.....	56
¿Por qué algunas mujeres no sienten el orgasmo?.....	56
¿Cómo se sabe si una persona finge el orgasmo?.....	56
¿Cómo sabe un hombre que la mujer tiene un orgasmo?.....	57
¿Cuál es la diferencia entre el coito y el orgasmo?.....	57
¿Por qué las mujeres pueden tener varios orgasmos seguidos y el hombre no?.....	57
¿La mujer tiene dos clases de orgasmos?.....	57
¿Cómo poder llegar a tener un orgasmo simultáneo?.....	57
¿El orgasmo de la mujer en una relación sexual depende del hombre?.....	58
¿El hombre puede tener un orgasmo sin erección?.....	58
¿Cuando un hombre tiene erección significa siempre que está excitado?.....	58
¿Qué es la frigidez?.....	58
¿Es cierto que si una mujer es frígida no puede tener hijos?.....	58
¿Qué es el vaginismo?.....	59
¿Cómo se pueden tratar las disfunciones sexuales en las mujeres?.....	59

¿Qué es la impotencia?.....	59
¿La disfunción eréctil aparece en todos los hombres mayores?	59
¿Cuáles son las causas de la disfunción eréctil?.....	59
¿Cuál es el tratamiento para la disfunción eréctil?.....	60
¿Qué es la eyaculación precoz?	60
¿Cuáles son las causas de la eyaculación precoz?	60
¿Cuál es el tratamiento para la eyaculación precoz?	60
¿Cómo se sabe en qué momento se pueden tener relaciones sexuales?	60
¿Tener relaciones a temprana edad puede presentar riesgos?	60
¿Todas las mujeres sienten dolor durante su primera relación sexual?	61
¿Al hombre le puede doler la primera relación sexual?	61
¿A simple vista el hombre sabe cuándo la mujer es virgen?	61
¿Por qué las mujeres tienen miedo a la primera relación sexual?.....	61
¿En la primera relación sexual todas las mujeres sangran?	61
¿Por qué las relaciones sexuales pueden doler después de no haberlas tenido durante algún tiempo?.....	62
¿Es cierto que si un hombre se aplica vaselina en el pene evita que la mujer sienta dolor durante la relación sexual?.....	62
¿Es cierto que cuando una mujer tiene su primera relación sexual, le crecen los senos y las caderas?	62
¿Existe un número de relaciones sexuales que sea normal al día?.....	62
¿Cómo disfrutar una relación sexual?.....	62
¿Existen pastillas o pomadas que sirvan para demorarse más durante la relación sexual?	63
¿Hay un lugar ideal para tener relaciones sexuales?.....	63
¿Se pueden tener relaciones sexuales después de haber sufrido un ataque cardíaco?	63
¿Qué es el Kamasutra?	63
¿Cuál es la mejor posición durante las relaciones sexuales?	63
¿Es necesario tener relaciones sexuales?	63
¿Qué es la abstinencia sexual?.....	64
¿Una relación de pareja puede funcionar sin sexo?.....	64
¿Tener o no tener relaciones afecta la autoestima de las personas?	64
¿Qué es una orgía?	64
¿Qué es la masturbación?.....	65
¿Es bueno masturbarse?	65
¿Por qué cuando una persona se masturba queda tan cansada?	65
¿Es cierto que la masturbación puede causar problemas sexuales como frigidez o eyaculación precoz?	65
¿Es verdad que cuando una persona se masturba le salen barros, pelos en la palma de la mano o no crece en estatura?.....	65
¿La masturbación causa esterilidad?.....	65
¿Por qué duelen los testículos después de masturbarse o cuando el hombre no eyacula?	66
¿La masturbación puede convertirse en un vicio?	66
¿Es malo que una persona se masturbe con un objeto?.....	66
¿Si un hombre se masturba mucho el pene se puede curvar?.....	66
¿Se pueden tener relaciones sexuales orales y anales?.....	66
¿Qué efectos negativos puede tener el sexo oral y el sexo anal?	66
¿Las personas sienten placer cuando practican el sexo anal?	67
¿Por qué a través de las relaciones sexuales anales y orales también se puede adquirir una Infección de Transmisión Sexual (ITS)?	67
¿Qué se debe hacer para que la erección no se pierda mientras el hombre se coloca el preservativo?	67
¿Qué es el beso negro?.....	67
¿El alcohol y las drogas psicoactivas son estimulantes sexuales?.....	67
¿Si una persona le propone a su pareja usar juguetes sexuales es porque se siente insatisfecha?	68
¿Existen diferencias entre la pornografía y el erotismo?	68
¿Se siente más placer usando objetos eróticos?	68
¿Para qué sirven las líneas calientes?.....	68
¿Qué es el swinger?.....	68
¿Qué es la prostitución?.....	68
¿Por qué una persona ejerce la prostitución?.....	69

¿Qué son las parafilias?	69
¿Cuáles son las parafilias, desviaciones o variantes de la conducta sexual?	69

Orientaciones Sexuales 70

¿Qué es orientación sexual?	71
¿Cuáles son las orientaciones sexuales?	71
¿Cuál es el origen de la homosexualidad?	71
¿Por qué en las escuelas/colegios discriminan a los homosexuales?	71
¿Qué pasa cuando las personas homosexuales adoptan un niño o una niña?	72
¿Cómo tienen relaciones sexuales los gays y las lesbianas?	72
¿Es cierto que en las parejas homosexuales una de las dos personas hace de hombre y la otra hace de mujer?	72
¿Un hombre que esté casado puede ser gay?	72
¿Quiénes son los travestis?	72
¿Qué es ser transexual?	72
¿Por qué algunas personas cambian de sexo?	73
¿Qué diferencia hay entre ser activo y ser pasivo?	73
¿Cómo evitar que los hijos e hijas se vuelvan homosexuales?	73
¿Por qué vemos más homosexuales hoy en día que antes? ¿han aumentado?	73
¿Es verdad que si a un hombre o a un niño lo violan, se vuelve homosexual?	73
¿Los homosexuales tienen derechos?	73
¿Qué es la homofobia?	74
¿Hay alguna diferencia en el tratamiento de las disfunciones sexuales de una persona homosexual?	74

Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) 75

¿Qué es una Infección de Transmisión Sexual o ITS?	76
¿Existe una edad de mayor riesgo para adquirir una Infección de Transmisión Sexual (ITS)?	76
¿Es peligroso tener múltiples parejas sexuales?	76
¿Qué es el VIH/Sida?	76
¿Cómo se transmite el VIH?	76
¿Cómo no se transmite el VIH?	76
¿Cuáles son los síntomas del Sida y cómo aparecen en el cuerpo?	77
¿Si uno de los integrantes de la pareja tiene el virus del VIH, cómo evitar que la otra persona lo adquiera?	77
¿Cuáles son las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) más comunes?	77
¿Cómo se puede detectar una Infección de Transmisión Sexual, ITS?	77
¿Cuáles son las conductas de riesgo para adquirir Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?	78
¿Cómo dos personas sin ninguna infección se pueden transmitir el VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana)?	78
¿Hay poblaciones más vulnerables a adquirir el VIH/Sida?	78
¿Cómo puede una persona saber si está infectada por el VIH?	78
¿Qué es el Virus del Papiloma Humano (VPH)?	78
¿Cómo se puede prevenir el Virus del Papiloma Humano?	79
¿Existe alguna vacuna para el Virus del Papiloma Humano (VPH)?	79
¿Cuál es el tratamiento cuando se detecta el VPH?	79
¿Tener relaciones sexuales desde temprana edad puede ocasionar cáncer de cuello uterino?	79
¿Cuáles son los síntomas del cáncer del cuello uterino?	79
¿Qué es la gonorrea?	80
¿Qué consecuencias produce la gonorrea?	80
¿Qué es la sífilis?	80
¿Qué son ladillas?	81
¿En qué consiste el Herpes Genital?	81
¿Qué Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) se transmiten sin tener relaciones sexuales?	81
¿Qué Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) se transmiten cuando una persona tiene relaciones sexuales orales?	81
¿Es malo pasarse el semen cuando se ha tenido una relación sexual oral?	82
¿Es más fácil contraer una infección cuando se tienen relaciones sexuales con personas que ejercen la prostitución?	82
¿Si tengo una cortada en el pene, puede haber mayor riesgo de ITS?	82
¿Sin condón, cómo puede la persona protegerse de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?	82

¿Mientras más grueso el condón es más efectivo?.....	82
¿Cómo se usa adecuadamente el condón?.....	82
¿Por qué los condones vienen con punticos y sabores?	83
¿Existen tamaños o tallas en los condones?.....	83
¿Si un hombre se coloca dos condones a la vez se protege mejor?	84
¿Qué se hace cuando una persona es alérgica al condón?.....	84
¿Es cierto que los condones producen cáncer?.....	84
¿El condón es cien por ciento efectivo?.....	84
¿Es verdad que el VIH se pasa por los poros del condón?	84
¿Qué es la doble protección?	84
¿Además del condón hay alguna protección adicional en las relaciones sexuales anales?	85
¿Cómo protege el condón de las ITS?	85
¿Para qué sirve la consulta de ginecología?.....	85
¿Qué hace el urólogo?	85
¿Cuáles son los factores de riesgo para adquirir el cáncer de próstata?	85
¿Qué es el varicocele?	86
¿Cuáles son los problemas sexuales de las mujeres?	86
¿Cuáles son los problemas sexuales de los hombres?.....	86

Violencia 87

¿Qué tipos de violencia existen?.....	88
¿Cómo afrontar la violencia intrafamiliar?	88
¿Qué pasa cuando una persona adulta tiene relaciones sexuales con una persona menor de 14 años?	88
¿Por qué algunos hombres acosan a las mujeres?	88
¿Si la mujer va vestida “muy sexy”, tiene mayor riesgo de ser víctima de violación?	88
¿Es verdad que los hombres no pueden controlar sus impulsos sexuales?	89
¿Cuáles son los efectos psicológicos de la violación?	89
¿Qué problemas sexuales puede presentar una mujer abusada sexualmente?	89
¿Cómo enfrentar la violencia sexual?.....	89
¿Cómo identificar que la hija es víctima de abuso sexual?	90
¿Cuándo se sospecha que un niño, niña o adolescente, está siendo abusado sexualmente?	90
¿Qué es la Violencia Basada en Género VBG?.....	90

Educación Sexual 91

¿Cómo contestarle a mi hijo o hija las preguntas sobre sexualidad?.....	92
¿Por qué a los adolescentes los llaman “rebeldes”?	92
¿Cómo hablar a los hijos e hijas sobre formas de protegerse?	92
¿Es malo que los hijos e hijas vean desnudos a sus padres?	92
¿Es normal que un niño o niña se masturbe frente a los compañeritos de clase? ¿Qué se debe hacer?.....	93
¿Cómo enfrentar la masturbación o autoestimulación en los hijos e hijas?	93
¿Por qué los padres no aceptan que los hijos e hijas tengan relaciones sexuales?.....	93
¿Qué hacer cuando usted se da cuenta de que su hijo o hija tiene relaciones sexuales?	93
¿Cómo hablar con los hijos e hijas sobre la planificación familiar?.....	94
¿Cómo evitar el embarazo en las hijas?.....	94
¿Cómo enfrentar el embarazo de una hija o hijo adolescente?	94
¿Es cierto o no que un hijo mejora una relación de pareja?	94
¿Cómo tener confianza con los padres?	95
¿Qué hacer cuando la familia está en contra de la pareja?	95
¿Cómo orientar a los alumnos cuando hay un noviazgo en el aula?	95
¿Por qué si los jóvenes tienen tanta información se embarazan?.....	95
¿Es verdad que la música influye en la sexualidad de las personas?	96
¿A qué edad se deben iniciar las relaciones sexuales?.....	96