



Materiales para Padres o Adultos de confianza en el Hogar

Teen Sexual Health II (Salud Sexual para Adolescentes II)

¡Reciba un cordial saludo! Suministramos a los estudiantes los datos que necesitan para tomar decisiones informadas sobre su salud y estamos encantados de colaborar con usted para mantener a los niños sanos, felices y seguros.

Pronto su hijo/a asistirá a nuestro programa de Salud Sexual para Adolescentes II y es posible que se pregunte más sobre [lo que aprenderá](#). Esta carta le proporcionará un resumen general del contenido del programa, consejos generales para hablar con su hijo y como iniciar conversaciones, además de la razón de por qué es tan importante tener estas conversaciones. Sabemos que los padres son las personas más influyentes en la vida de un niño y esperamos brindarle la información y las herramientas que necesita para apoyar a su hijo adolescente.

Contenido del programa de Salud Sexual para Adolescente II

Al igual que nuestra clase de Salud Sexual para Adolescentes I, esta clase se imparte a través de una narrativa en un período de orientación para adolescentes en una escuela. En la historia, los personajes añaden sus preguntas a un buzón de preguntas anónimo. La trabajadora social de la escuela, la Sra. Valeda, actúa como profesora en la historia para ayudar a los estudiantes con sus preguntas y transmitir el contenido del programa. El programa tiene cuatro objetivos generales para ayudar a los alumnos:

- Utilizar fuentes de información objetiva para tomar decisiones sobre su salud sexual
- Comprender cómo se transmiten las ITS (Infecciones de Transmisión Sexual) y las formas de reducir el riesgo
- Comprender cómo ocurre el embarazo y las formas de reducir el riesgo
- Reconocer por qué los límites son importantes para mantener relaciones sanas y seguras en persona y en línea

Los siguientes temas se exploran en el contexto de la historia. A través de las preguntas que la Sra. Valeda recibe en el buzón de preguntas, el programa aborda estos temas:

- Establecer y mantener los límites
- Consentimiento/Relaciones sanas y no sanas/comportamiento abusivo
- Comunicación en las relaciones - Tanto en línea como en persona
- [Sexting y sus consecuencias, incluyendo la sextorsión](#)
- Formas de contacto sexual
- Control de la natalidad
- Pruebas de ITS y hablar con un profesional de la salud
- Imágenes y videos sexuales en línea - centrados en la realidad distorsionada (*estas imagines NO serán vistas durante el programa*) y educación en los medios de comunicación
- Sexo seguro (abstinencia), sexo más seguro (protección), sexo inseguro (sin protección)

Temas de conversación



Materiales para Padres o Adultos de confianza en el Hogar

Teen Sexual Health II (Salud Sexual para Adolescentes II)

Las conversaciones con su hijo sobre el sexo empiezan en una edad temprana y son continuas. No todos los temas se abordan en una sola conversación. Las conversaciones son continuas y se desarrollan con el tiempo. Al mantener conversaciones regulares, su hijo se sentirá más cómodo acudiendo a usted para hablar de este delicado tema.

- Busque momentos para enseñar cuando vea la televisión, las noticias, cuando un miembro de la familia se quede embarazado, etc.
- Cuando surjan los momentos propicios de enseñanza, ofrezca una pregunta abierta. (Por ejemplo, ¿qué sabes sobre cómo ocurre un embarazo? o ¿Qué harías si alguien con quien sales empezara a actuar como el personaje del programa de televisión? o ¿Conoces a alguien a quien le haya pasado esto?)
- Para abordar temas como el sexting, puedes preguntar: "¿Qué crees que significa ser respetuoso en las redes sociales o al enviar mensajes de texto?"
- Para hablar del consentimiento, intente usar analogías o escenarios: si tu gato no quiere que lo acaricies, ¿lo haces? Si quieres comer unas cuantas papas fritas de otra persona, ¿se las quitas del plato o se lo pides? Si te dicen que sí, ¿significa que puedes coger las papas fritas en cualquier momento o también tienes que preguntar la próxima vez?
- Capacite y prepare a su hijo para que sea capaz de evaluar los riesgos y tomar buenas decisiones. Ayude a su hijo a comprender lo que es importante para él/ella y a identificar sus valores y creencias.

Consejos generales para hablar de sexo con su hijo

- Mantenga la calma
- Tenga una conversación en el auto. Puede ser más cómodo no tener que mirarse y la conversación puede ser privada
- Evite reaccionar de forma exagerada cuando su hijo/a comparta información personal con usted
- Investigar un poco puede ayudar a que las conversaciones sean más naturales.
- Si no sabes algo, ofrécele buscar información juntos.
- Cerciórese que su hijo comprenda "¿Tiene sentido esa respuesta?" "¿Qué opinas de eso?"
- Mantenga las líneas de comunicación abiertas antes y después de las conversaciones.
- Recuerda que, si no se enteran por usted, lo harán por otra persona.

Pero ¿tengo que tener estas conversaciones?

Según muchos investigadores, la respuesta es "sí". Los estudios de los Centros de Control de Enfermedades (CDC) han demostrado que los adolescentes que dicen haber hablado con sus padres sobre el sexo tienen más probabilidades de retrasar las relaciones sexuales y de utilizar preservativos cuando las tienen. La investigación demuestra que los adolescentes toman mejores decisiones cuando conocen los riesgos.



Materiales para Padres o Adultos de confianza en el Hogar

Teen Sexual Health II (Salud Sexual para Adolescentes II)

Si está interesado en mantenerse al día sobre los temas de salud que afectan a los jóvenes y a los adultos jóvenes haga click a continuación, ([register here](#)) para recibir el boletín mensual de la comunidad de Candor Health Education. Tenemos varios recursos en nuestro sitio web [resources on our website](#) (candorhealthed.org) para que los padres aborden temas difíciles con sus hijos. Esperamos colaborar con usted y le animamos a que siga hablando con su hijo... ellos le escuchan.

Atentamente,
El Equipo de Educación para la Salud de Candor