

Original

Recibido: 2/05/2025 | Aceptado: 3/08/2025

## Comportamiento de la educación sexual y ambiental de los atletas escolares y del alto rendimiento

### Behavior of sexual and environmental education of school athletes and high performance

Margarita González Vázquez. Licenciada en Educación de Biología. Doctora en Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Máster en Ciencia de la Educación Superior. Profesora Titular. Centro provincial de Medicina del Deporte de Granma. Bayamo. Cuba.

[\[margaritagv1958@gmail.com\]](mailto:margaritagv1958@gmail.com) 

Isnalbis Márquez Salgado. Doctora en Medicina General Integral. Especialista en 1er y 2do grado de ginecología y obstetricia y en Medicina General Integral. Profesora Auxiliar. Profesora investigadora agregada. Centro provincial de Medicina del Deporte de Granma. Bayamo. Cuba.

[\[isnim70@gmail.com\]](mailto:isnim70@gmail.com) 

Emilio Triana Ramírez. Doctor en Medicina General Integral. Licenciado en Cultura Física Deporte y Recreación. Especialista en 1er Grado en Medicina General Integral. Especialista en 1er Grado de Medicina del Deporte. Centro Provincial de Medicina del Deporte. Bayamo. Granma. Cuba.

[\[etrianar661005@gmail.com\]](mailto:etrianar661005@gmail.com) 

### Resumen

El presente trabajo responde al complejo proyecto de “Educación sexual y ambiental en los atletas escolares y del alto rendimiento”, así como a la línea investigativa del Centro Provincial de Medicina del Deporte (CEPROMEDE). La muestra abarca el 50 % de la población de los deportes estratégicos de Granma, así como a entrenadores. Para definir la problemática investigativa se aplicaron los diversos instrumentos de la investigación científica (encuesta, entrevistas, observaciones al proceso de entrenamiento y del contexto deportivo. Para solucionar esta problemática se trazó el



siguiente objetivo. Proponer un sistema de tareas y acciones sexo-ambientales, que permitan perfeccionar el proceso educativo, con un carácter integrador y contextualizado, sus comportamientos y actitudes ante la sexualidad de los atletas de la EIDE. Cuyos resultados están alrededor de un “Manual de educación sexual y ambiental”, que comprende el sistema de tareas y acciones sexo-ambientales a desarrollar en el centro deportivo y que a posteriori se incorporará en una Metodología bien estructurada en etapas y objetivos establecidos, con el protagonismo, no solo de los entrenadores y educadores, sino también la triada (médicos, psicólogos y la especialista en ginecología) del CEPROMEDE.

**Palabras clave:** Educación para la salud sexual y ambiental; Sexualidad; Comportamiento sexual.

### **Abstract**

This work responds to the complex project of “Sexual and environmental education in school and high-performance athletes”, as well as the research line of the Provincial Center for Sports Medicine (CEPROMEDE). The sample covers 50% of the population of strategic sports in Granma, as well as coaches. To define the research problem, the various instruments of scientific research were applied (survey, interviews, observations of the training process and the sports context. From whose results the scientific problem of the research was derived, consisting of How to perfect the educational process of the “Pedro Batista Fonseca” School Sports Initiation School (EIDE), to contribute to improving the sexual behaviors of the athletes under study? To solve this problem, the following objective was set: Propose a system of sexual-environmental tasks and actions that allow the educational process to be perfected, with an integrative and contextualized nature, their behaviors and attitudes towards the sexuality of the EIDE athletes. The results of which are around a “Sexual and environmental education manual”, which includes the system of tasks and sexual-environmental actions to be developed in the sports center and that will subsequently be incorporated into a well-



structured Methodology in stages and established objectives, with the protagonism, not only of the coaches and educators, but also the triad (doctors and psychologists and the specialist in gynecology) from CEPROMEDE.

**Keywords:** Education for sexual and environmental health; Sexuality; Sexual behavior.

### **Introducción**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1948, se expresa como el organismo de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) especializado en gestionar políticas de prevención, promoción e intervención en salud a nivel mundial. La salud (del latín *salus, -utis*) es un estado de bienestar o de equilibrio que puede ser visto a nivel subjetivo (un ser humano asume como aceptable el estado general en el que se encuentra) o a nivel objetivo (se constata la ausencia de enfermedades o de factores dañinos en el sujeto en cuestión). El término salud se contrapone al de enfermedad y es objeto de especial atención por parte de la medicina y de las ciencias de la salud.

Además, en su constitución aprobada en 1948, esta organización concibe que, la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia. Luego se amplía, considerando a la salud como el estado de bienestar físico, mental y social, con capacidad de funcionamiento, y no sólo la ausencia de afecciones o enfermedades. También, puede definirse como el nivel de eficacia funcional o metabólica de un organismo, tanto, a nivel micro (celular), como a nivel macro (social).

En 1992 se complejizó, al agregar que, en esta acepción que el organismo vive en armonía con el medio ambiente. La salud se concibe como la posibilidad que tiene una persona de gozar de una armonía biopsicosocial, en interacción dinámica con el medio en el cual vive.

Por lo cual, la salud se mide por el impacto que una persona puede recibir, sin comprometer su sistema de vida. Así, el sistema de vida se convierte en criterio de salud. Una persona sana es aquella



que puede vivir sus sueños no confesados plenamente, es el equilibrio dinámico de los factores de riesgo, entre el medio y dentro de ciertos parámetros.

Por otro lado, se debe significar que el ejercicio físico es necesario para una salud equilibrada; además, debe complementarse con una dieta equilibrada y una adecuada calidad de vida. Sus beneficios pueden resumirse en los siguientes puntos: incrementa autoestima y autoimagen; mejora tono muscular y resistencia a la fatiga; facilita la relajación y disminuye la tensión; quemar calorías, ayudando a perder peso excesivo o a mantenerse en el peso ideal; ayuda a conciliar el sueño; fomenta la convivencia entre amigos y familiares, además de dar la oportunidad de conocer gente; reduce la violencia en personas muy temperamentales; favorece estilos de vida sin adicción al tabaco, al alcohol y a otras sustancias; y mejora la respuesta sexual.

Sin embargo, estos factores que afectan la salud sexo ambiental y la calidad de vida, son pocos abordados, lo que constituye parte de la problemática latente en los atletas objeto de estudio, según el deporte que practican.

También, la higiene es un elemento imprescindible para la salud, ya que mantiene la limpieza del cuerpo, los cabellos, órganos internos y externos, así como los dientes, cosa que previene infecciones y enfermedades. Por lo cual, se considera a la higiene, como el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos, para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. Donde la higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano.

Por otro lado, resulta interesante conocer que, el término sexo, se deriva del latín *sexus*, por *sectus*, sección, separación y aparece usado por primera vez en “*De inventione*” de Cicerón.

Merriam-Webster (s/a), expresa a la salud mental como el bienestar emocional y psicológico del individuo y el estado del bienestar emocional y psicológico, donde un individuo pueda utilizar sus capacidades emocionales y cognitivas, funcionar en sociedad y resolver las demandas de la vida diaria.



Los primeros estudios científicos sobre el comportamiento sexual, corresponden al informe de Kinsey, A.C. y sus colaboradores(s/a), al presentar una recopilación de datos estadísticos que, reflejaban los modelos de la conducta sexual en los Estados Unidos, desde 1938, hasta 1952. Su trabajo se realizó mediante entrevistas de interrogatorio directo y abrió las puertas, para la investigación de la respuesta sexual humana que posteriormente, realizaron los Masters W., y Johnson, V. (s/a). En tanto que, Kinsey, A.C. (s/a), en su investigación sociológica abordó la no inclusión e interpretación de la respuesta fisiológica, ni psicológica, a la estimulación sexual humana.

En Cuba, a pesar de los numerosos estudios realizados en el mundo, existen varias acciones, grupos de trabajos e instituciones que tratan el comportamiento sexual de los adolescentes, atacando de forma intencional en cada comunidad, escuela y centros asistenciales de la salud, que realizan una labor educativa responsable. A pesar de ello, existen serios problemas en la orientación sexual, incluso desde la familia, a los que no se le da el tratamiento adecuado al comportamiento sexo-ambiental de los atletas de la EIDE “Pedro Batista Fonseca” de Granma, lo que constituye una problemática a tratar en la presente investigación.

Se consideran tres orientaciones sexuales principales, la heterosexualidad (atracción hacia personas del sexo opuesto), la homosexualidad (atracción hacia personas del mismo sexo) y la bisexualidad (atracción hacia personas de ambos sexos). Posee, tendencia sexual o inclinación sexual, que se refiere a un patrón de atracción sexual, erótica, emocional o amorosa a determinado grupo de personas definidas por su sexo.

El origen ambiental es una teoría que atribuye al establecimiento de la orientación sexual de un individuo en los elementos socio-culturales que conforman su entorno. En dichas teorías se incluyen diversas hipótesis de origen psicológico, que ubican a la orientación sexual como producto de eventos conscientes o inconscientes dentro del desarrollo social y biológico del individuo. Se creía que la



homosexualidad podía ser ocasionada por problemas familiares no solucionados, concluyó diciendo que un padre débil y una madre fuerte pueden influir en el hombre para acabar siendo homosexual.

A menudo se utilizan en programas de educación sexual, porque son capaces de reducir las posibilidades de embarazo y la diseminación de algunas ITS, cuando se utilizan correctamente. Un reciente comunicado de prensa de la Asociación Psicológica Estadounidense (APA) apoyó la inclusión de información sobre preservativos en la educación sexual considerando que los programas de educación de sexualidad integrales discuten el uso apropiado de preservativos y promueven el uso de preservativo, en quienes son sexualmente activos.

Sin embargo, en Cuba existen programas dirigidos a complementar la educación sexual, desde los Programas de enseñanza en las escuelas, mediante cátedras de Educación sexual y los Programas de promoción de salud, lo cual ha facilitado ampliar los conocimientos de las personas, en la familia y la comunidad, que goza de gran satisfacción, mayormente por los adolescentes y jóvenes cubanos, en la formación de las nuevas generaciones.

En estos programas se proyectan plan de acción y medidas que contribuyen en el campo de la sexualidad, y la reproducción sexual, donde la escuela juega un papel importante, de conjunto con la familia, complementada por las vías no formales y a partir de actividades culturales y político-ideológicas. Al respecto, Castro (2023) en la Asamblea nacional, hizo referencia a la incorporación de la intersectorialidad en los procesos educativos sexuales.

La definición de trabajo propuesta por la OMS (2006) orienta también la necesidad de atender y educar la sexualidad humana. Para esto es de suma importancia, reconocer los derechos sexuales (WAS, OPS,2000), tales como: el derecho a la libertad sexual, a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo, a la privacidad sexual, a la libre asociación sexual, a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables y con cuidados.



Por otro lado, es necesario abordar el ambiente, como todos aquellos factores que provienen del exterior y sobre los cuales el ser humano, no tiene control. Un informe, publicado el 4 de marzo de 2008, por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), advierte que la contaminación del aire va a tener efectos crecientes sobre la salud a nivel mundial; y si no se hace nada para remediarlo como ha venido sucediendo hasta ahora, advierte, en 2030 el número de fallecimientos prematuros relacionados con el ozono troposférico se multiplicará por cuatro.

Existe infinidad de definiciones sobre el medio ambiente, entre las que se destaca que es el conjunto de componentes físicos, químicos, biológicos, las personas o de la sociedad en su conjunto. La palabra ambiente procede del latín *ambiens*, *ambientis*, del verbo *ambere*, rodear, estar a ambos lados. Se podría considerar a la expresión medio ambiente como pleonasma porque las acepciones de los dos elementos de tales grafías son coincidentes con la acepción inherente cuando van juntos. Sin embargo, algunas acepciones de ambas palabras por separado son diferentes. Lo que permite su comprensión es el contexto.

Pese a que la forma habitual es escribir y pronunciar dos palabras (medio ambiente), la Real Academia Española, en su Diccionario Panhispánico de Dudas (DPD), recomienda el uso y la escritura en un solo vocablo medio ambiente y de la forma adjetivada medioambiental.

Se considera la educación ambiental, como el proceso que permite al individuo comprender las relaciones de interdependencia con su entorno, a partir del conocimiento reflexivo y crítico de su realidad biofísica, social, política, económica y cultural.

La salud ambiental estudia los factores del ambiente y del entorno que afectan la salud de humanos, vegetales y animales. Se entiende el proceso mediante el cual se evalúa, corrige y controla aquellos factores ambientales que puedan influir negativamente en la salud de las personas. Su estudio sirve a la sociedad y a las organizaciones de transformación y de servicios, aplicando conocimientos, destrezas y habilidades con una visión integral y actitud eficiente en la prevención, evaluación y



control de los factores del ambiente laboral, de seguridad, salud ambiental y de gestión administrativa, ante las instituciones públicas y privadas.

La medicina ambiental (en sus aspectos asistenciales) se centra más en los agentes productores de enfermedad que han sido introducidos en el medio ambiente por el hombre, así como del conocimiento de dichos agentes tanto con finalidad preventiva como curativa. Así poco a poco, se inicia la etapa de investigativa. Es una rama de la salud ambiental que establece el efecto sobre la salud humana de los factores físicos, químicos, biológicos, psicosociales y de seguridad. La prevención ambiental en salud apunta a diagnosticar, evaluar y corregir los factores ambientales, en especial aquellos perjudiciales para la salud humana.

Mientras que las cargas físicas excesivas producen, desde lesiones musculotendinosas, hasta fracturas óseas. Asimismo, hay otras lesiones que pueden producirse como sobrecarga cardiovascular, con colapso o hernias abdominales agudas.

Los autores de esta investigación son del criterio que, en los instrumentos aplicados se evidencian en los atletas de Granma algunas de estas alteraciones sexo-ambientales que no son tratadas debidamente y tampoco se desarrollan acciones educativas que permitan prevenir o atenuar los riesgos en la EIDE. Considerando los presupuestos teóricos mencionados y el diagnóstico factivo aplicado, se logró determinar las siguientes insuficiencias:

Insuficiente la proyección de contenidos que traten acerca de la educación sexual y ambiental de los atletas, en los Programas Integrales de Preparación del deportista.

Escaso dominio de atletas y entrenadores sobre de la educación sexo-ambiental.

Insuficiente proyección de actividades educativas sexuales y ambientales, desde los proyectos educativos de las brigadas.

Insuficiente disponibilidad de agua, hacinamiento de atletas en la residencia y pésimas condiciones, que hacen difícil su calidad de vida.



Las condiciones higiénico-sanitarias muy deterioradas del centro.

Insuficientes preparaciones metodológicas con los entrenadores para tratar temas sobre temas de la sexualidad y ambientales, que limitan el proceso educativo.

Para su solución se trazó como objetivo proponer un sistema de tareas y acciones sexo-ambientales, que permitan perfeccionar el proceso educativo, con un carácter integrador y contextualizado, de comportamientos y actitudes sexuales en atletas.

### **Materiales y métodos:**

El trabajo investigativo se realizó en la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) de Granma, como resultado de un Proyecto de investigación de Innovación y Desarrollo (PIND), desde el 2023, hasta la actualidad.

En la investigación se utilizó una muestra de 75 atletas que representa el 48 % de la población seleccionada en el proyecto, definida de forma intencionada, al ser los atletas, que mayores problemas presentan, desde el punto de vista del comportamiento sexual. Poseen una edad promedio de 14 años, de ellos son del sexo femenino 44 y del sexo masculino 31, que practican diversos deportes. Además, se utilizó el 100 % de los entrenadores de estos deportes, objeto de estudio.

### Metodología empleada.

Para definir la problemática, se aplicaron los diversos instrumentos de la investigación científica del nivel teórico y del nivel empírico.

- Nivel teórico: análisis y síntesis, inductivo-deductivo.
- Nivel empírico: encuesta, observaciones a la residencia, así como el análisis de documentos (planes de entrenamientos, historias clínicas, planes de trabajos educativos), que se aplicaron a atletas y entrenadores.

Diseño del experimento. A pesar de que en la investigación se utiliza un pre-experimento, donde se realizaron las valoraciones cuanti-cualitativamente, en un antes y un después de la propuesta



de acciones y tareas sexo ambientales, tanto para atletas, como para los entrenadores, profesores guías, personal educativo y otros, que posibilitarán a posteriori arribar a conclusiones concretas de los resultados investigativos, durante la 2da etapa del proyecto.

Métodos estadísticos utilizados. Para el análisis e interpretación de los resultados se utilizó de forma precedente en esta etapa inicial de la investigación el calculo porcentual, lo que facilitó una valoración cuanti-cualitativa de los resultados alcanzados en las encuestas aplicadas a los atletas y entrenadores de todos los deportes objetos de estudio.

### **Análisis y discusión de los resultados.**

Resultados de las encuestas a atletas y entrenadores:

- Pobre conocimiento tanto de atletas, como de entrenadores de los principales conceptos ambientales.
- El deprimente, carente e inadecuado uso del agua, para ingerir y el aseo personal.
- Consideran que la higiene es negativa, inapropiada, deficiente, carente y de cuidado, lo que incide en la salud de los atletas.
- Expresan que los baños del centro, poseen malas condiciones constructivas y de higiene negativa, lo cual afecta la salud y la calidad de vida de los atletas.
- Limitadas las tareas ambientales, que se desarrollan en la escuela deportiva, que inciden en la formación integral de los atletas.
- Conocimiento reducido sobre algunos temas de la sexualidad, como: la anticoncepción, cambio continuo de pareja, el embarazo precoz y de las diversas manifestaciones del acoso sexual.
- Poco dominio de la necesidad de una atención médica sistemática, al considerar que solo es necesario hacerla, cuando tienen un síntoma de una enfermedad sexual, tales como (picação en la vulva, la vagina y el pene, escozor, dolor testicular, flujo vaginal o secreción por el pene, erupción en la piel de la región pélvica y púbica, dolor abdominal y otros).



- Desconocimiento sobre conceptos de: Salud sexual, sexualidad, responsabilidad y comportamiento sexual, entre otras.
- Mantienen relaciones sexuales íntimas desde edades tempranas, a partir de los 10 años.
- Algunas atletas han sido objeto de abuso, acoso y violación sexual, por diversas vías, y con temor a realizar la respectiva denuncia, aspecto que psicológicamente los afecta.

#### Resultados de las observaciones a la residencia.

La observación realizada a la residencia estudiantil, permitió corroborar lo planteado por los atletas en la encuesta, al constatarse las malas condiciones ambientales en la infraestructura de la residencia estudiantil (condiciones higiénicas de los sanitarios y las bañeras, sin puertas, ni cortinas que atentan contra la privacidad de los atletas, carencia de agua, los desagües en mal estado), así como el hacinamiento en las habitaciones, aspecto que incide sobre su salud de los atletas.

#### Resultados de la revisión y del análisis de documentos (planes de entrenamientos, historias clínicas y de los planes de trabajos educativo).

En el análisis de los planes de entrenamiento se valoró el desarrollo de la aplicación de las cargas físicas sistemáticas en correspondencia con la categoría y según las etapas establecidas, sin embargo, no se especifican las cargas físicas, a aplicar, cuando las féminas transitan por el ciclo menstrual o presentan algún dolor púbico y se aplican las cargas, tal y como están planificadas.

La revisión de las historias clínicas ginecológicas recoge en toda su extensión, los diversos diagnósticos de cada paciente atleta, sus antecedentes patológicos de forma adecuada, los tratamientos indicados y sus respectivos seguimientos médicos. Sin embargo, al personal ginecológico, le preocupa el comienzo de relaciones sexuales en buena parte de ellas, a partir de los 10 y 12 años, cuando aún no existe una maduración sexual adecuada, aspecto que se corroboró y trianguló con las encuestas aplicadas a los atletas de ambo sexos.



En tanto que en los planes de trabajos educativos revisados a los profesores guías, se observó que las tareas proyectadas, son muy generales y en muy pocos casos, se tratan en algunas efemérides los aspectos ambientales, no así de la sexualidad, lo que muestra que la salud y educación sexual y ambiental es deficiente, a pesar de ser adolescentes que están expuestos a los constantes procesos de transculturación y de los medios de comunicación.

Otro de los resultados de esta 1ra etapa de la investigación, tomando como base los diagnósticos aplicados, se crea la necesidad de realizar un estudio teórico-metodológico, acerca de la Educación sexo-ambiental y sus posibles proyecciones futuras, que a corto, mediano y largo plazo contribuirán a perfeccionar la labor educativa de todo el personal docente y que desarrollan la labor educativa en la EIDE de Granma. Por tal razón, se realizaron las propuestas de acciones que, a partir de esta etapa, comenzarán a aplicarse e introducirse, en diversos espacios factibles de incorporar en la escuela deportiva, aspecto que también permitirá desarrollar un proceso de capacitación profesional, para contribuir en la formación atlética, ya si eliminar y/o desarrollar una labor educativa más consciente y mejor planificada.

#### Propuesta de tareas y acciones sexo-ambientales para atletas y entrenadores de la EIDE

Se elaborarán tres postgrados de Educación sexo-ambiental, comportamientos y actitudes sexuales, así como de adelanto de la mujer y estudio de género y raza, dirigidos a los entrenadores, preparadores físicos y profesores guías y otros, donde se incorporarondiversos contenidos, que fueron detectados en el diagnóstico aplicado, como limitantes en el proceso de educación sexo-ambiental de los atletas de la EIDE “Pedro Batista Fonseca” de Granma, lo que contribuirá al proceso de perfeccionamiento de la labor educativa sobre la sexualidad, mejorar los comportamientos y actitudes sexuales y ambientales, evitar y/o prevenir los riesgos de contraer determinadas patologías, embarazo, precoz y enfermedades de transmisión sexual en los atletas.

#### Tarea 1. El uso de terminologías sexuales propias por los adolescentes.



Objetivo. Incrementar los conocimientos sexuales de atletas y entrenadores, acerca de diversas terminologías referentes a la sexualidad y al sexo, para mejorar los comportamientos sexuales inadecuados que se manifiestan en los atletas de Granma.

Acción. Reconocimiento sexual desde el punto de vista anatómico y funcional de los adolescentes atletas.

Objetivo: comprobar el dominio que poseen los entrenadores el dominio que poseen los entrenadores sobre los cambios de actitudes sexuales y morfo-funcionales de los atletas, según las cargas físicas que realizan durante el entrenamiento.

Indicaciones metodológicas.

Para el desarrollo de estas actividades, es importante seleccionar un moderador y se utilizarán diversas técnicas y métodos participativos que pueden desarrollarse en variados espacios metodológicos, los que tendrán una duración de 15 minutos. Desarrollar actividades metodológicas donde se traten los contenidos referentes a la Sexualidad en la adolescencia. Incentivar entre los entes responsables de los procesos educativos de la EIDE (entrenadores, profesores guías y educadoras de la residencia estudiantil), que contribuyan a mejorar las actitudes y comportamientos sexuales de los atletas.

Para el desarrollo de estas actividades, será pertinente, que no solo participen los entrenadores, sino que el departamento de Actividades deportivas, por lo que se deberá realizar una adecuada coordinación de conjunto con otro personal docente y no docente, para garantizar la participación grupal por deporte, y el resto de educadores, por la necesidad imperiosa de solucionar los problemas latentes en los adolescentes y jóvenes de la EIDE en el entorno escolar. Por lo que se utilizarán diversas técnicas y métodos activos de la enseñanza, y que a su vez servirán de una capacitación sistemática de estos. Las actividades pueden tener una duración de hasta 10 a 15 minutos y con



carácter mensual. Siempre se requiere de un moderador para organizar y dirigir cada actividad a desarrollar.

Actividades:

Conversatorio: los órganos sexuales femeninos y masculinos, el sexo en la adolescencia, conocimientos sobre las actitudes sexuales que asumen sus atletas adolescentes.

Papa caliente: sexo seguro en las edades tempranas, las relaciones sexuales de los atletas adolescentes.

Charlas. La sexualidad humana.

Conversatorio: Comportamientos sexuales en los atletas adolescentes.

Charlas educativas: factores de riesgos determinados por agentes patógenos, como: hongos, bacterias, y otros, que afectan la salud sexual y reproductiva de los atletas de la EIDE.

Conversatorio sobre enfermedades infecciosas y de transmisión sexual más frecuentes en los atletas.

Conversatorio: sobre enfermedades infecciosas transmisión sexual más frecuentes en los atletas.

Taller: Riesgos sexuales más frecuentes en los atletas.

Responsables: Dra. Isnalbis Márquez Salgado, Dra. C. Margarita González Vázquez, M.Sc. Irina Yisel Milanés Torresy profesores de Biología de la EIDE.

Participantes: entrenadores, profesores guías, educadoras de la residencia estudiantil y otras.

Acción. Labor educativa sexual de entrenadores, profesores guías y educadores de residencia estudiantil.

Objetivo: Conocer e incentivar en los entrenadores una educación sexual adecuada a las particularidades de los deportes, en correspondencia con las categorías, sexos y edad biológica de sus atletas.



Actividades:

Taller. Sobre la labor educativa que realizan los entrenadores, sobre: la sexualidad en la adolescencia, el embarazo precoz y su incidencia en los resultados deportivos, el ciclo menstrual en las atletas y su tratamiento durante la aplicación de las cargas físicas en los ciclos de entrenamiento deportivo, sexo seguro y las enfermedades de transmisión sexual.

Taller. ¿Cómo desarrollar su labor preventiva ante las enfermedades de transmisión sexual, el uso del condón y otros métodos anticonceptivos?

Conversatorio: ¿Qué métodos y vías utilizas para realizar su actividad educativa sexual sobre la orientación sexual en la adolescencia?

Indicaciones metodológicas:

Las diversas actividades participativas incentivan el intercambio, debates, aportación de criterios y experiencias de los entrenadores a la hora de desarrollar la labor educativa sexual con sus atletas. Es importante que en estas actividades participen los entrenadores de todos los deportes a la vez, ya que servirá como incentivo de las experiencias y trazar pautas a seguir ante las actitudes y comportamientos inadecuados de sus atletas. Pueden tener una duración de hasta media hora y con carácter mensual.

Responsables: Dra. Isnalbis Márquez Salgado, M.Sc. Irina Yisel Milanés Torres.

Participantes: profesores guías, educadoras de la residencia estudiantil y otras

Propuesta de tareas y acciones sobre la sexualidad para atletas

Tarea 2. La sexualidad en los atletas adolescentes

Acción. Línea ayuda para la prevención y orientación sexual de los atletas adolescentes de la EIDE “Pedro Batista de Granma.



Objetivo: Propiciar la implementación digital y telefónica de la “Línea ayuda” para la prevención y orientación sexual de los atletas, de forma que se contribuya a perfeccionar el comportamiento sexual de los mismos.

Indicaciones metodológicas e informativas necesarias para la implementación de la “Línea ayuda” para los atletas adolescentes de la EIDE.

1. Coordinar con la máxima dirección y responsables de la labor educativa, la posibilidad de elaborar un Programa y Guía telefónica, donde se pueda interactuar con los atletas.
2. Establecer la coordinación con la dirección estudiantil FEEM y la UJC de la EIDE, para incentivar y motivar la participación de todos los atletas en la aclaración de las dudas que sobre la sexualidad posean, con el uso sistemático confidencial y privado (anónimo) de los mismos.
3. Establecer la pertinente divulgación de la “Línea ayuda” en todos los medios posibles (la brigada, el equipo deportivo, la residencia estudiantil, el comedor, la radio-base y otras) para que se conozca por parte de los estudiantes adolescentes, que posean inquietudes respecto a la Educación sexual.
4. Desarrollar estas actividades en los espacios de actividades recreativas, en reuniones de Brigadas u otro espacio que considere pertinente la EIDE.
5. Establecer la coordinación con la Casa de orientación de la Familia, para asumir las actividades a realizar.

Responsables: Dra. Isnalbis Márquez Salgado, Dra. C Margarita González Vázquez, M.Sc. Irina Yisel Milanés Torres, M.Sc. Rosana Labrada Aguilar y Lic. Yunelsis Alarcón Andino.

Participantes: directivos del Centro, la FEEM, profesores guías, educadoras de la residencia estudiantil y entrenadores.

Tarea 3. Conózcase así mismo, desde su anatomía.



Objetivos. Incentivar el estudio de las características morfo-funcionales del cuerpo humano, con el propósito de incrementar sus conocimientos específicos de los órganos genitales masculinos y femeninos, su desarrollo y crecimiento, así como de sus variaciones con la edad, de forma tal que les permita mejorar sus comportamientos y actitudes sexuales.

Actividades:

- Taller. La responsabilidad sexual y el sexo seguro.
- Papa caliente: Cambio continuo de pareja. La promiscuidad.
- Taller. Educación para la salud sexual. Anticoncepción.
- Conversatorio: Enfermedades de transmisión sexual. La anticoncepción
- Taller. ¿Cómo aprender a usar la anticoncepción femenina y masculina para mejorar los estilos de vida saludables de los adolescentes?
- Papa caliente. Cambio continuo de pareja. La promiscuidad.
- Taller. Comportamientos y actitudes sexuales en la adolescencia.
- Taller. El embarazo precoz. Ciclo menstrual y el deporte.

Participan. Atletas, entrenadores y trabajadores que realizan la labor educativa.

Responsables. Casa de Orientación de la familia, M. Sc. Irina Yisel Milanés Torres, Departamento educativo de la EIDE, Jefe del proyecto Dra. Isnalbis Márquez Salgado.

Propuesta de tareas y actividades ambientales para atletas y entrenadores:

Tarea 4. El medio ambiente deportivo y la educación ambiental.

Temas a tratar. Conozca su entorno escolar deportivo.

Objetivos. Propiciar el incremento del acervo cultural de atletas, entrenadores y todo el personal de la labor educativa de la EIDE, a partir del tratamiento de términos y conceptos ambientales, que garanticen su educación ambiental y el desarrollo sostenible del deporte.

Actividades:



- Intercambio de experiencias sobre el medio ambiente.
- Taller sobre el medio físico, biológico y natural, desde el entorno deportivo escolar.
- Test de gustos y preferencias, acerca de ¿Cómo me gustaría que fuera el ambiente escolar y deportivo donde me preparo como deportista?
- Test de necesidades sentidas. Tratar la temática de ¿Cómo se pueden evaluar las condiciones higiénico-sanitarias de mi residencia estudiantil?
- Papa caliente. Valorar los conceptos de: educación ambiental, conciencia y pensamiento ambiental, valores éticos-ambientales que se pueden vincular a la enseñanza deportiva.
- Propuesta de Circulo de interés “Mi ambiente escolar deportivo: sueño añorado”
- Taller. El valor ético-ambiental higiénico, desde la educación sexo-ambiental y su repercusión en la salud y la vida deportiva del atleta.

#### Indicaciones metodológicas:

Las diversas actividades propuestas, como formarán parte de un Manual de Educación sexo-ambiental, se están aplicando y perfeccionando, con la participación activa de los entrenadores y educadores de la EIDE y del criterio aportado por los atletas, en función de asegurar la salud sexual y ambiental de los atletas, así como mejorar sus comportamientos y actitudes sexuales responsables en cualquier espacio social donde se desenvuelven. Estos tienen una periodicidad de aplicación mensual, según las posibilidades de la institución deportiva.

Participan. Atletas, entrenadores y personal responsable de la labor educativa en la EIDE de Granma.

Responsables. Dra. C. Margarita González Vázquez, M. Sc. Irina Yisel Milanés Torres, Dra. Isnalbis Márquez Salgado.

#### Conclusiones



El resultado de los referentes teóricos sobre la salud sexual y ambiental, permitieron determinar las insuficiencias latentes en el proceso educativo de los atletas de ambos sexos de la EIDE.

El diagnóstico aplicado a atletas y entrenadores de la EIDE, posibilitó caracterizar el proceso educativo sexo ambiental de los atletas objeto de estudio.

Las acciones educativas propuestas para atletas y entrenadores están posibilitando el perfeccionamiento en el proceso educativo de estos, para lograr la formación integral y mejorar su salud sexual y ambiental.

### Referencias bibliográficas

- Castro, M. (2023, julio). Asamblea nacional de Cuba. Sesión plenaria, hizo referencia a la incorporación de la intersectorialidad en los procesos educativos sexuales, como otra alternativa necesaria. *Granma* 3.
- Legislación y educación medioambiental. ICB. Editores. 317 pág. ISBN: 8492980478 ISBN-13: 9788492980475.
- González. M. (2020). Una visión de futuro en el contexto del entrenamiento deportivo, sobre los valores ético-ambientales. *Revista Acción*. Volumen 17.
- González. M. (2020). Relación contextual de los principios ambientales en el entrenamiento deportivo. *Revista Acción*. Volumen 16.
- Ministerio de Sanidad. (1999). Constitución de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Glosario de Promoción de la Salud. Traducción del Madrid.
- Medio ambiente y salud (2016). *Wikipedia*. Results1-20of1, 111,924 for Medio ambiente y salud.
- Merriam-Webster. (s/a). La salud mental, vista como el bienestar emocional y psicológico del individuo y el estado del bienestar emocional y psicológico. *Wikipedia*. Results1-20of1, 111,924 for Medio ambiente y salud.



Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE). (2008, 4 de marzo). La contaminación del aire va a tener efectos crecientes sobre la salud a nivel mundial.

Programa de Educación Ambiental. (1992). Líneas y problemáticas latentes, apoyados en la Ciencia, la Tecnología y la Innovación y el desarrollo. CITMA. La Habana. Cuba.

Real Academia Española (2014). Salud. *Diccionario de la lengua española* (23 Edición), Madrid. España. Consultado el 20 de enero de 2015.

