

AMB TOTS ELS SENTITS
EDUCACIÓ SEXUAL INTEGRAL



GOVERN
ILLES
BALEARS

Educació sexual integral «Amb tots els sentits»



**Orientacions per a la
implementació**

Índex de continguts

1. PRESENTACIÓ	4
2. INTRODUCCIÓ: EL DRET A L'EDUCACIÓ SEXUAL INTEGRAL	7
3. PROGRAMA D'ESI «AMB TOTS ELS SENTITS»	10
3.1. OBJECTIUS I BENEFICIS DEL PROGRAMA	10
3.2. EINES QUE OFEREIX EL PROGRAMA	11
4. COM INCLOURE EL PROGRAMA EN EL PROJECTE EDUCATIU DE CENTRE	17
4.1. PROPOSTA DE DISTRIBUCIÓ DE LES SESSIONS EDUCATIVES A L'ESO	17
4.2. ASSESSORAMENT, ACOMPANYAMENT I FORMACIÓ SOBRE EL PROGRAMA	21
ANNEX 1	22
ANNEX 2	24
ANNEX 3	31
BIBLIOGRAFIA	33

1. PRESENTACIÓ

Des de 2017, la Coordinació de Sida i Sexualitat de la Direcció General de Salut Pública i Participació ofereix el programa d'educació afectiva i sexual «Amb tots els sentits» a tots els centres d'educació secundària obligatòria (públics, privats i concertats) de tota la comunitat autònoma perquè puguin dur a terme una educació sexual integral (ESI).

L'Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar, dependent de la Direcció General de Primera Infància, Innovació i Comunitat Educativa, ha fet una passa endavant per aconseguir que l'ESI pugui ser una realitat en tots els centres educatius de les Illes Balears i que s'hi implementi el programa «Amb tots els sentits», la qual cosa constitueix un dels cinc objectius que integren el Pla de Coeducació de les Illes Balears 2019-2022.

Els organismes internacionals de drets humans han establert que els infants, adolescents i joves tenen dret a rebre una educació sexual integral, rigorosa, científicament sòlida i culturalment sensible, basada en la normativa internacional existent. Aquesta normativa inclou la Convenció de les Nacions unides sobre els Drets de l'Infant, la Convenció de les Nacions Unides sobre l'eliminació de totes les formes de violència contra la dona, el Pacte Internacional de Drets Econòmics, Socials i Culturals i, en l'àmbit europeu, la Carta Social Europea i els Convenis de Lanzarote i Istanbul.

La necessitat de l'educació sexual integral també es reconeix en l'Agenda 2030 per al Desenvolupament Sostenible de les Nacions Unides i és indispensable per aconseguir alguns objectius inclosos en l'agenda.

Una educació sexual integral protegeix la infància i l'adolescència i ajuda a construir una societat més segura i inclusiva. L'educació sexual integral ha d'anar més enllà de la biologia i la reproducció. Ha de permetre que l'alumnat realment conegui el seu propi cos i els seus drets i que se li ofereixi informació sobre la igualtat de gènere, l'orientació sexual, la identitat de gènere i les relacions saludables.

La UNESCO estableix que l'educació sexual integral ha de tenir els objectius següents:

1. Ensenyar i aprendre sobre els aspectes cognitius, emocionals, físics i socials de la sexualitat.
2. Proporcionar als infants, adolescents i joves els coneixements, habilitats, actituds i valors que els empoderin per ser conscients de la seva salut, dels seu benestar i de la seva dignitat.

3. Desenvolupar relacions socials i sexuals respectuoses; valorar com les seves eleccions afecten el seu propi benestar i el de les altres persones; i comprendre i garantir la protecció dels seus drets durant tota la seva vida.

L'educació sexual integral als centres educatius és avui més necessària que mai, ja que l'alumnat pot obtenir informació —i, de fet, l'obté— a través de molts mitjans, en particular, a través d'internet i les xarxes socials, les quals a vegades transmeten una imatge esbiaixada de la sexualitat i no aporten una informació veraç.

L'educació sexual integral és una eina molt poderosa per combatre la violència, l'abús i la discriminació, així com per promoure el respecte cap a la diversitat.

Cal destacar la importància de l'educació sexual per evitar que infants i adolescents siguin víctimes de delinqüents sexuals a internet. Durant el període de confinament causat per la pandèmia de la COVID-19, els infants i adolescents s'han tornat cada vegada més vulnerables a l'assetjament sexual en línia, l'extorsió sexual, el ciberassetjament o altres maneres d'explotació sexual.

L'educació sexual és crucial per a la prevenció de les violències masclistes i la discriminació contra les dones. Per tant, ha de contribuir a transmetre des de les primeres etapes de l'escolarització missatges clars a favor de la igualtat entre dones i homes, a promoure rols de gènere no estereotipats, i a educar en el respecte mutu, el consentiment de les relacions sexuals, la resolució no violenta de conflictes en les relacions interpersonals i el respecte a la integritat personal, tal com s'exigeix en el Conveni d'Istanbul (Conveni del Consell d'Europa sobre prevenció i lluita contra la violència masclista i la violència domèstica).

L'educació sexual ha de tenir en compte l'alumnat LGTBI i els problemes als quals s'enfronta, juntament amb l'estigmatització. Aquests alumnes sovint s'enfronten a situacions d'assetjament escolar i pateixen un risc major de conductes autolítiques o de suïcidi, a causa del refús social que la seva orientació sexual o identitat i expressió de gènere produeix. S'ha de proporcionar a aquest alumnat una educació sexual integral que respongui a les seves necessitats.

La proposta que presentam com a guia per desenvolupar el currículum d'educació sexual integral s'organitza en dos blocs de continguts:

A. Eixos essencials de la sexualitat humana:

- a) **La sexualitat**, com un aspecte inherent a l'esser humà, sense el qual cap persona es pot comprendre ni desenvolupar de forma natural i sana. Abasta el que és físic, psicològic, espiritual, social, econòmic, polític i



cultural, es manifesta durant tota la vida, i és diversa i genuïna de cada persona.

- b) **L'eròtica**, com la capacitat de sentir i provocar plaer eròtic. En l'eròtica té especial rellevància la possibilitat de cada persona de donar-se permís per sentir plaer i involucrar-se en el joc eròtic que l'expressió de la sexualitat suposa, així com fer conscient el seu propi imaginari eròtic i la influència d'aquest imaginari en la seva vida sexual. En l'eròtica existeix un component de gènere que s'ha de preveure, i al mateix temps s'ha de tenir present el principi d'interseccionalitat.
- c) **La conducta sexual**, que inclou les diferents pràctiques sexuals. Es refereix a totes les pràctiques de seducció i manifestació de l'amor i a les pràctiques sexuals enteses com a formes d'estimulació i joc per donar resposta al desig sexual. En la conducta existeix un component de gènere que s'ha de preveure, i al mateix temps s'ha de tenir present el principi d'interseccionalitat.
- d) **L'art d'estimar**, que integra tots els aspectes relacionats amb l'afecte, l'autoestima, la comunicació i l'ètica de les relacions.

B. Factors que condicionen la vivència de la sexualitat:

- a) Els estereotips socials de feminitat i masculinitat: el sexe i el gènere.
- b) La societat patriarcal, l'androcentrisme i el maneig del poder en les relacions.
- c) Les violències masclistes.
- d) El concepte de família.
- e) La mirada heteronormativa: l'LGTBI-fòbia.
- f) La visió de la sexualitat basada en el coit i en els genitals: la visió fal·locèntrica.
- g) Els estereotips sobre el plaer, el dolor, la seducció i l'amor.
- h) Els estereotips socials de bellesa.
- i) Les tecnologies de la informació, la comunicació i l'oci (TICO).
- j) Factors econòmics i interseccionals.

2. INTRODUCCIÓ: EL DRET A L'EDUCACIÓ SEXUAL INTEGRAL

L'educació sexual integral (ESI) és un procés d'ensenyament i d'aprenentatge continuat i progressiu que tracta els aspectes cognitius, psicològics, físics i socials de la sexualitat. El propòsit de l'ESI és facilitar coneixements científicament contrastats i afavorir l'adquisició d'habilitats i actituds per viure la sexualitat amb plaer i de forma satisfactòria, digna, segura i respectuosa (UNESCO, 2010 i 2018). Així mateix, és una eina bàsica per al desenvolupament d'una societat diversa, igualitària i rica en valors.

L'educació sexual informal que proporciona la família, les amistats, Internet, la televisió, la premsa, etc., pot ser insuficient, incompleta o fins i tot errònia, pot tenir un caràcter masclista, pot reflectir la cultura de la violació, reflectida en la pornografia, i no garanteix un aprenentatge correcte i suficient dels aspectes que intervenen en les relacions afectives i sexuals. En aquesta educació informal resulta poc habitual parlar de consentiment.

La reticència a parlar sobre aquests temes (per por, vergonya, tabús, certes creences, etc.), la hipersexualització, la cosificació dels cossos de les dones i les nenes en els mitjans de comunicació i l'auge de la pornografia gratuïta a Internet, així com la informació sexista o amb fins interessats, són alguns dels aspectes que tenen com a conseqüència una educació sexual esbiaixada, que omet els aspectes relacionats amb l'afectivitat, la comunicació, l'ètica de les relacions i la diversitat sexual, i que alhora generen desinformació i desconcert en infants i adolescents.

Per aquestes raons, és necessari que l'educació sexual integral es consideri com una part essencial de l'educació formal, a la qual tenen accés tant els infants com els adolescents durant l'educació obligatòria.

Una correcta educació sexual en la família i al centre educatiu és essencial. La família pot oferir informació, exemple i acompanyament per desenvolupar una sexualitat sana. El centre educatiu té la responsabilitat de facilitar a la família l'adquisició dels coneixements, actituds i habilitats necessaris per a aquesta mateixa finalitat.

El dret de tota persona a rebre una educació sexual integral forma part de la Declaració dels Drets Sexuals, proclamats en el XIII Congrés Mundial de Sexologia (València, 1997). L'any 1999, en el XIV Congrés Mundial de Sexologia, aquesta declaració va ser revisada i aprovada per l'Assemblea General de l'Associació Mundial per a la Salut Sexual (WAS).

Aquests drets emanen dels drets humans de llibertat, igualtat, privacitat, autonomia, integritat i dignitat i es poden resumir en:



- Gaudir d'una vida sexual satisfactòria, plaent i segura.
- Accedir als serveis de salut sexual i reproductiva.
- Cercar, rebre i transmetre informació sexual.
- **Accedir a l'educació sexual.**
- Triar lliurement la parella.
- Decidir tenir una vida sexual activa o inactiva.
- Tenir relacions sexuals només si són consentides i de mutu acord.
- Establir vincles sexuals en llibertat (parella, matrimoni, separació, divorci, etc.).
- Decidir si es vol tenir descendència o no i quan tenir-la.

El dret a l'ESI implica que ha de ser accessible durant la infància i l'adolescència i s'ha de realitzar de forma continuada i progressiva, integrada en l'educació formal que es duu a terme als centres educatius. S'ha de sustentar en fonaments científics i mostrar el que és saludable i el que no ho és, per poder diferenciar-ho del que cada persona considera apropiat fer o no, segons els seus valors i les seves creences.

En l'ESI cal considerar de manera especial els drets sexuals de les dones, que han estat vulnerats històricament, fruit d'una cultura patriarcal. Tot i que existeix un marc normatiu, tant internacional com estatal i autonòmic, encara hi ha indrets, inclòs el nostre territori, on es violen els drets sexuals i reproductius de les dones.

Tenir coneixement i comprendre la importància i la transcendència dels drets sexuals pot ajudar i animar a exigir-los i a reclamar-los quan es produeixin situacions de vulneració o quan es consideri que no es duen a terme les accions necessàries per poder-ne gaudir. Resulta cabdal oferir informació dels distints recursos comunitaris a fi de garantir aquests drets o rebre'n informació.

L'educació sexual és un dret tant dels infants, els adolescents i els joves com de les persones adultes, responsables de la seva educació i cura, que som les que hem de vetllar i valorar si gaudeixen o no dels seus drets sexuals.

A Espanya, la Llei orgànica 2/2010, de 3 de març, de salut sexual i reproductiva i de la interrupció voluntària de l'embaràs estableix que «el sistema educatiu ha de preveure la formació en salut sexual i reproductiva com a part del desenvolupament integral de la personalitat i de la formació en valors».

La Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació (LOE), indica en l'article 151.e) que una de les funcions de la inspecció educativa és la de vetllar pel compliment i l'aplicació dels principis i valors recollits en aquesta Llei, inclosos els destinats a fomentar la igualtat real entre homes i dones.



G
O
I
B
/

La nova Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació (LOE), modificada per la Llei orgànica 3/2020 adopta un enfocament d'igualtat de gènere a través de la coeducació i fomenta en totes les etapes l'aprenentatge de l'igualtat efectiva de dones i homes, la prevenció de la violència de gènere i el respecte a la diversitat afectiva sexual.

3.1. Objectius i beneficis del programa

L'**objectiu del programa** «Amb tots els sentits» és que tot l'alumnat escolaritzat a les Illes Balears (futures persones adultes) adquireixin els coneixements, actituds i habilitats necessaris per viure la sexualitat amb plaer i satisfacció, de manera segura i responsable, per establir relacions gratificants, igualitàries i no discriminatòries.

El programa ofereix eines per implementar una educació sexual integral positiva, completa i correcta, amb perspectiva de gènere, de forma continuada i adaptada a cada edat.

Els **beneficis** d'implementar el programa als centres educatius són els següents:

- **A l'alumnat** li facilita l'adquisició de coneixements, actituds i habilitats necessaris per desenvolupar la seva sexualitat de forma natural i saludable, i en termes d'igualtat.
- **Al professorat** li ofereix una metodologia i eines per dur endavant l'educació sexual integral, la possibilitat d'augmentar els seus coneixements sobre la matèria, d'aprofundir en l'autoconeixement i d'indagar en la pròpia sexualitat. També suposa una oportunitat més de conèixer el seu alumnat i d'enfortir el vincle que hi té.
- **Per al centre** pot constituir un element de prestigi, a causa de la millora educativa que suposa i del fet de facilitar material d'educació sexual per a les famílies. El programa també pot incidir en la millora de la tolerància a la diversitat i de la convivència al centre, i en la prevenció de la violència masclista.
- El material del programa pot ajudar **a les famílies** a l'hora d'educar en sexualitat els seus fills i filles i de respondre les preguntes que els facin.
- **La societat** també es pot beneficiar del programa. Pot contribuir al desenvolupament natural i saludable de la sexualitat dels infants i adolescents i es pot associar a millores en la salut sexual col·lectiva, tant pel que fa al benestar i satisfacció amb la sexualitat de les persones com pel que fa a la seva influència en la disminució de problemes socials relacionats amb la sexualitat:
 - Assetjament i agressions sexuals o manca de respecte a la diversitat sexual o de qualsevol tipus
 - Violència de gènere en les relacions de parella
 - Abús sexual
 - Infeccions per VIH i altres ITS (infeccions de transmissió sexual)
 - Interrupció voluntària de l'embaràs

- Consum de prostitució
- Consum de pornografia
- Prevenció de l'ESIA (explotació sexual infantil i adolescent)

Tot i així, és necessari considerar que els factors que determinen l'adopció de conductes saludables són diversos (personals, culturals, socioeconòmics i ambientals) i que, per això, l'ESI, encara que contribueix a l'adquisició d'hàbits saludables i a la modificació de conductes de risc, no és una eina suficient per si mateixa.

3.2. Eines que ofereix el programa

El programa **es basa en les directrius de la UNESCO**, concretament en els requisits de qualitat de l'educació sexual i l'evidència científica existent sobre els beneficis de l'educació sexual.

L'**organització dels continguts** segueix el model sexològic d'Efigenio Amezúa i s'estructura en quatre eixos essencials, que configuren la sexualitat humana:

1. La **sexualitat** com un aspecte inherent a l'esser humà, sense el qual cap persona es pot comprendre ni desenvolupar de forma natural i sana. Abasta el que és físic, psicològic, espiritual, social, econòmic, polític i cultural, es manifesta durant tota la vida, i és diversa i genuïna de cada persona.
2. L'**eròtica** com la capacitat de sentir i provocar plaer eròtic. En l'eròtica té especial rellevància la possibilitat de cada persona de donar-se permís per sentir plaer i involucrar-se en el joc eròtic que l'expressió de la sexualitat suposa, així com fer conscient el seu propi imaginari eròtic i la influència d'aquest imaginari en la seva vida sexual. Existeix un component de gènere que s'ha de preveure, i al mateix temps s'ha de tenir present el principi d'interseccionalitat.
3. La **conducta sexual**, que inclou les diferents pràctiques sexuals. Es refereix a totes les pràctiques de seducció i manifestació de l'amor i a les pràctiques sexuals enteses com a formes d'estimulació i joc per donar resposta al desig sexual. Existeix un component de gènere que s'ha de preveure, i al mateix temps s'ha de tenir present el principi d'interseccionalitat.
4. L'**art d'estimar**, que integra tots els aspectes relacionats amb l'afecte, l'autoestima, la comunicació i l'ètica de les relacions.

El programa està estructurat en tres etapes educatives: infantil, primària i secundària. En cada etapa educativa es desenvolupen la totalitat dels quatre eixos del model sexològic d'Efigenio Amezúa.

Cada etapa educativa té una proposta diferent pel que fa a les eines, amb la finalitat d'adaptar els continguts i les activitats educatives al desenvolupament dels infants i adolescents i al projecte educatiu de centre (PEC).

2.1.1. Eines per a l'educació secundària obligatòria (ESO)

En aquesta etapa educativa les eines que s'ofereixen són les següents:

- Onze sessions educatives
- Una guia didàctica
- Un document de consulta per al professorat
- Material per a l'alumnat
- Material informatiu per a les famílies
- Formació per al professorat
- Assessorament

Les **sessions educatives** tenen una duració aproximada de cinquanta minuts cadascuna. Es recomana distribuir les sessions per cursos escolars, amb l'objectiu que, una vegada finalitzada l'ESO, l'alumnat hagi realitzat totes les sessions, que abasten els quatre eixos del model sexològic.

Cada sessió està integrada per diapositives que contenen text i imatges. Algunes diapositives són d'exposició teòrica i d'altres fan referència a dinàmiques educatives i vídeos. Els vídeos i les dinàmiques educatives es presenten integrats en l'estructura de cada sessió, amb la finalitat de mantenir l'atenció de l'alumnat o com a forma de sintetitzar els aspectes exposats amb anterioritat.

La taula 1 detalla els continguts de cada sessió educativa a l'ESO.

TAULA 1. CONTINGUTS DE LES SESSIONS EDUCATIVES A L'ESO

<i>Sessions</i>	<i>Continguts</i>	
UNA ETAPA DE CANVIS	<ul style="list-style-type: none"> • La pubertat i l'adolescència • Canvis físics i hormonal • La relació amb el cos • Els genitals femenins i masculins 	<ul style="list-style-type: none"> • El cicle menstrual • El cicle dels espermatozoides • La fecundació
LA SEXUALITAT	<ul style="list-style-type: none"> • El que entenem per sexualitat • El sentit de la sexualitat a la nostra vida • L'expressió de la sexualitat segons l'etapa de la vida 	<ul style="list-style-type: none"> • L'expressió de la sexualitat segons la situació personal • El sexe i el gènere • Diversitat sexual: identitat i orientació sexual • Els drets sexuals
LES XARXES SOCIALS	<ul style="list-style-type: none"> • La utilitat de les xarxes socials • El risc a les xarxes socials • El sèxting • El ciberassetjament escolar (<i>ciberbullying</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> • El ciberassetjament a menors (<i>grooming</i>) • Invasió de la intimitat, suplantació de la identitat i control • Què podem fer si ens passa
ELS AFECTES SEXUALS	<ul style="list-style-type: none"> • L'afecte • Les necessitats afectives: la seguretat emocional, el suport social i la intimitat 	<ul style="list-style-type: none"> • Els afectes sexuals: el desig, l'atracció, l'enamorament i l'amor • La importància de triar una bona parella
LA SEXUALITAT I L'AUTOESTIMA	<ul style="list-style-type: none"> • L'autoestima • Com es va configurant la nostra autoestima • Com ens sentim i què feim si tenim una baixa autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> • Avantatges de tenir una bona autoestima • Claus per cuidar l'autoestima • L'assetivitat • L'assertivitat sexual
LES RELACIONS SEXUALS	<ul style="list-style-type: none"> • Les relacions sexuals • L'erotisme • Les zones erògenes • La resposta sexual 	<ul style="list-style-type: none"> • Les pràctiques sexuals • El millor moment per tenir relacions sexuals • La importància del consentiment
RISCS EN LES RELACIONS SEXUALS: EMBARÀS	<ul style="list-style-type: none"> • La fecundació i l'embaràs • El cicle menstrual i el cicle dels espermatozoides • Com es pot saber si una dona està embarassada • Repercussions de l'embaràs a l'adolescència 	<ul style="list-style-type: none"> • Què cal fer en cas de sospita d'embaràs • Els mètodes anticonceptius • La píndola de l'endemà. Embarassos no desitjats • Interrupció voluntària de l'embaràs • Conseqüències físiques i psicològiques per a la dona
RISCS EN LES RELACIONS SEXUALS: LES	<ul style="list-style-type: none"> • Les ITS, com es transmeten i quins són els símptomes • Com es tracten i quines són 	<ul style="list-style-type: none"> • Motius pels quals, a vegades, no ens protegim • Utilització correcta del

ITS	<ul style="list-style-type: none"> les complicacions • Quan hem de pensar que ens podem haver contagiats • Com podem reduir el risc d'infecció 	<ul style="list-style-type: none"> preservatiu masculí i femení • Què s'ha de fer en cas de creure que es pot tenir una ITS • Recursos d'assessorament i informació a les Illes Balears
LA PORNOGRAFIA: IMAGINARI ERÒTIC I PRÀCTIQUES SEXUALS	<ul style="list-style-type: none"> • Erotisme i pornografia • Influència de la pornografia en l'imaginari eròtic i en les pràctiques sexuals • Cos i plaer en la pornografia 	<ul style="list-style-type: none"> • Les pràctiques sexuals en la pornografia: ficció i realitat • Cosificació del cos de les dones • Cultura de la violació en la pornografia • Relacions de poder
EL FLIRTEIG I LA RELACIÓ DE PARELLA	<ul style="list-style-type: none"> • La seducció i el flirteig • Què és una relació de parella • Què implica tenir una relació de parella • Com podem saber si tenim una bona relació de parella 	<ul style="list-style-type: none"> • La gelosia • Diferència entre sentir gelosia i ser una persona gelosa • Com podem evitar ser una persona gelosa
LA VIOLÈNCIA EN LA PARELLA	<ul style="list-style-type: none"> • Què és una relació violenta • Els diferents tipus de violència • El comportament de la persona violenta 	<ul style="list-style-type: none"> • Les claus per sortir d'una relació tòxica o violenta • Els recursos on es pot demanar ajuda • Els principis ètics de les relacions sexuals i de parella

La **guia didàctica** ofereix informació per integrar el programa en el projecte educatiu. Per cada una de les onze sessions, es detallen:

- Objectius, continguts i material didàctic.
- Cada diapositiva d'exposició teòrica conté l'explicació dels conceptes a tractar.
- Les dinàmiques educatives inclouen la informació necessària per desenvolupar-les, amb indicacions per adaptar la dinàmica en funció de la resposta de l'alumnat.



El **document de consulta per al professorat** conté els conceptes necessaris per educar en sexualitat integral durant l'educació secundària obligatòria. S'aconsella llegir-lo abans d'iniciar les sessions educatives.



Per a l'alumnat, s'han elaborat quatre fullets:

- Un sobre sèxting, que reforça la sessió sobre les xarxes socials.
- Els altres tres sobre VIH, ITS i mètodes anticonceptius, que complementen les dues sessions sobre riscos en les relacions sexuals.



El professorat també té al seu abast, prèvia sol·licitud a la Coordinació de Sida i Sexualitat, **preservatius** per utilitzar en les sessions de prevenció de risc, perquè l'alumnat els conegui.

El material d'informació per a les famílies consisteix en:

- Un full explicatiu del programa.
- Una presentació amb diapositives.
- Un vídeo de presentació del programa.



En aquestes eines s'explica la finalitat del programa, els temes que tracta i la distribució dels temes al llarg de tota l'ESO. Aquests materials es poden publicar al lloc web del centre educatiu i al de l'AMIPA. El full també es pot donar a la reunió de principi de curs que es fa amb les famílies.



El professorat que implementa el programa disposa, en cas de necessitar-ho, dels recursos següents:

- Assessorament per part de les tècniques de la Coordinació de Sida i Sexualitat, via telefònica, per correu electrònic o de forma presencial.
- Assessorament per part de l'Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar, via telefònica, per correu electrònic o de forma presencial.
- Un curs en línia. El professorat pot optar a l'oferta formativa del curs en línia d'educació afectiva i sexual «Amb tots els sentits», impartit per la Coordinació de Sida i Sexualitat, a través de la plataforma de formació en línia de la Conselleria d'Educació, Universitat i Recerca.

Aquesta formació té una duració de vint hores i es fa en l'entorn de formació a distància Moodle de la Conselleria d'Educació, Universitat i Recerca (fweib.caib.es) amb un enfocament teòric i pràctic. S'hi treballa a partir de la realitat dels centres

educatius i s'hi empren materials i recursos transferibles a l'exercici de la funció docent i a les característiques dels centres educatius de les Illes Balears.

2.1.2. Eines per a l'educació infantil i primària

Per a aquestes etapes educatives les eines que s'ofereixen són les següents:

- Un document de consulta per al professorat.
- Assessorament per part de les tècniques de la Coordinació de Sida i Sexualitat, via telefònica, per correu electrònic o de forma presencial.

Actualment estan en procés d'elaboració:

- Dues guies didàctiques, una per a cada etapa educativa (educació infantil i educació primària).
- Material informatiu per a les famílies.
- Formació per al professorat.

El **document de consulta per al professorat** conté els conceptes necessaris per educar en sexualitat integral durant l'educació infantil i l'educació primària. S'aconsella llegir-lo abans d'iniciar les activitats de cada curs.



3. COM INCLOURE EL PROGRAMA EN EL PROJECTE EDUCATIU DE CENTRE

La implementació del programa té com a finalitat desenvolupar l'objectiu 4 del Pla de Coeducació de les Illes Balears 2019-2022, que diu: «Oferir una educació afectivo-sexual integral, amb perspectiva de gènere, que atengui la diversitat sexual, les diferents identitats de gènere i la diversitat familiar, promovent l'establiment de relacions positives, saludables i igualitàries».

S'ha de fer mitjançant un procés participatiu en el qual es consideri:

- Involucrar tota la comunitat educativa.
- El lideratge per part de l'agent de coeducació del centre.
- L'accessibilitat de les eines del programa per a tota la comunitat educativa. Es podria utilitzar tant el lloc web de cada centre com l'apartat de l'AFA (associació de famílies) o la WEIB.
- La informació a l'AFA i a les famílies, en la reunió inicial de cada curs.
- Que el professorat i les famílies han de conèixer el programa complet, encara que en un curs només es treballin determinades sessions o activitats. D'aquesta manera saben quins temes es tractaran a cada curs i en tindran una visió de conjunt. En el cas de l'ESO, aquesta informació ha d'estar a disposició de l'alumnat.
- Que és imprescindible assegurar que en cada etapa educativa s'abordin tots els continguts previstos, per tal d'assegurar una visió integral de la sexualitat.

4.1. Proposta de distribució de les sessions educatives a l'ESO

La taula 2 conté la proposta de distribució de les sessions educatives, que és flexible i es pot adaptar a les característiques i les inquietuds de l'alumnat del centre educatiu.

TAULA 2. PROPOSTA DE DISTRIBUCIÓ DE LES SESSIONS EDUCATIVES A L'ESO	
Primer curs	<ul style="list-style-type: none"> • Una etapa de canvis • La sexualitat • Les xarxes socials
Segon curs	<ul style="list-style-type: none"> • Els afectes sexuals • La sexualitat i l'autoestima • Les relacions sexuals
Tercer curs	<ul style="list-style-type: none"> • Riscs en les relacions sexuals: l'embaràs • Riscs en les relacions sexuals: les ITS • La pornografia: imaginari eròtic i pràctiques sexuals
Quart curs	<ul style="list-style-type: none"> • El flirteig i la relació de parella • La violència en la parella

Cada centre pot seleccionar la distribució de les sessions segons les característiques de l'alumnat, sempre que s'asseguri que al final d'aquesta etapa educativa s'hagin treballat tots els continguts del programa. En aquest cas, s'ha de tenir en compte que:

- Les sessions «Una etapa de canvis», «La sexualitat» i «La sexualitat i l'autoestima» són bàsiques i convé assegurar que tot l'alumnat les hagi pogut treballar.
- En el curs que s'inclouï la sessió sobre violència en la relació de parella s'ha de tenir en compte que s'han d'haver tractat, en els cursos anteriors o en el mateix curs, les sessions sobre els afectes sexuals, la sexualitat i l'autoestima i el flirteig i relació de parella.

Els continguts del programa s'haurien de distribuir entre les assignatures comunes (taula 3) i les hores de tutoria, d'aquesta forma es pot assegurar que tots els alumnes podran treballar el programa en la seva totalitat, sigui quin sigui l'itinerari que hagin triat.

TAULA 3. ASSIGNATURES COMUNES DURANT L'ESO					
Assignatures comunes	Primer	Segon	Tercer	Quart	Observacions
Llengua Castellana i Literatura					
Llengua Catalana i Literatura					
Primera Llengua Estrangera					
Biologia i Geologia					
Geografia i Història					
Matemàtiques (*)			*	*	*Matemàtiques diferenciades
Educació Física					
Física i Química					
1 hora de tutoria a la setmana					

No obstant això, el professorat d'altres assignatures pot participar en la implementació amb activitats complementàries. En cas que vulgui impartir qualche sessió educativa, s'ha d'assegurar que serà impartida a tot l'alumnat.

És essencial la coordinació amb altres professionals que formen part de la comunitat educativa (polícia tutor, professionals de consulta jove, de treball social, d'educació social, etc.), per evitar duplicitats.

Una proposta d'inclusió podria ser la que es presenta a la taula següent:

TAULA 4. PROPOSTA D'IMPLEMENTACIÓ DEL PROGRAMA CORRESPONENT A L'ESO						
Continguts del programa «Amb tots els sentits»	1	2	3	4	Continguts teòrics i treball a l'aula	Exemples d'activitats complementàries (lectures, pel·lícules/sèries, treballs de reflexió i anàlisi, elaboració de vídeos, textos literaris, fotografies, pòsters...)
Una etapa de canvis					Biologia i Geologia (coordinació amb consulta jove)	<p>Educació Física</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoimatge i autoconcepte relacionats amb els canvis corporals propis de l'adolescència, la diversitat corporal i funcional i la diversitat pel que fa a les capacitats de cada persona
La sexualitat					Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Llengua Estrangera</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diversitat sexual • Aprendre a estimar la diferència
Les xarxes socials					Tutoria o lliure disposició (coordinació amb el policia tutor)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Llengua Estrangera</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avantatges i riscos a les xarxes socials. • Factors que ens fan més vulnerables als riscos de les xarxes socials. • <i>Influencers</i>: com condicionen la nostra sexualitat?
Els afectes sexuals					Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Llengua Estrangera</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferències entre desig i atracció i enamorament i amor

L'afectivitat i l'autoestima				Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Llengua Estrangera Educació Física</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoimatge i autoconcepte relacionats amb la imatge corporal i les aptituds per a l'esport
Les relacions sexuals				Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Llengua Estrangera</p> <ul style="list-style-type: none"> • El desig, el plaer i la satisfacció: parlem del mateix? • El consentiment
Risc en les relacions sexuals: embaràs				Biologia i Geologia (coordinació amb consulta jove)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Llengua Estrangera</p> <ul style="list-style-type: none"> • Embaràs en l'adolescència
Risc en les relacions sexuals: ITS				Biologia i Geologia (coordinació amb consulta jove)	<p>Geografia i Història</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les ITS: com afecten les diferents cultures i indrets del món
La pornografia (pendent d'elaboració)				Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Valors Ètics i equip d'orientació</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferències entre pornografia i realitat • Influència de la pornografia en les relacions sexuals • Diferència entre erotisme i pornografia
El flirteig i la relació de parella				Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Geografia i Història</p>

					<ul style="list-style-type: none"> • El flirteig i la relació de parella en diferents cultures i moments històrics • Autoestima i assertivitat
La violència en la relació de parella				Tutoria o lliure disposició (coordinació amb educadors socials)	<p>Llengua Catalana i Literatura Llengua Castellana i Literatura Geografia i Història</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gènere i relació de parella • El gènere i la violència en la parella

També es pot utilitzar la celebració de dies europeus i mundials relacionats amb la sexualitat per treballar diversos temes de forma transversal. Per exemple:

- 14 de febrer: Dia Europeu de la Salut Sexual i dia dels enamorats
- 8 de març: Dia Internacional de la Dona (existeixen formes de violència masclista tipificades com a violència sexual)
- 17 de maig: Dia Internacional Contra l'Homofòbia, la Transfòbia i la Bifòbia i Dia d'Internet
- 25 de novembre: Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència contra la Dona.
- 1 de desembre: Dia Mundial de la Lluita contra la SIDA.

4.2. Assessorament, acompanyament i formació sobre el programa

Servei de coordinació de sida i sexualitat:

<http://salutsexual.caib.es>

salutsexual@dgsanita.caib.es

APÈNDIX 1

Marc normatiu

El programa d'ESI «Amb tots els sentits» pretén donar resposta a les recomanacions internacionals, nacionals i autonòmiques sobre educació afectiva i sexual:

- L'Organització Mundial de la Salut (OMS) i l'Organització de les Nacions Unides per a l'Educació, la Ciència i la Cultura (UNESCO) evidencien que una educació afectiva i sexual clara, positiva, holística i correcta, adaptada a cada edat i entesa com una àrea de potencial humà, aporta coneixements basats en dades empíriques, habilitats, actituds i valors que empoderen per viure la sexualitat amb plaer, satisfacció, seguretat i respecte.
- La Llei orgànica 2/2002, de 3 de març, de salut sexual i reproductiva, estableix que «el sistema educatiu ha de preveure la formació en salut sexual i reproductiva com a part del desenvolupament integral de la personalitat i de la formació en valors».
- L'Estratègia Nacional de Salut Sexual i Reproductiva recomana potenciar l'educació sexual en la infància i en l'adolescència, en el marc de l'àmbit educatiu, d'acord amb el nivell de desenvolupament de cada edat, prenent com a referència la visió holística de la sexualitat i la diversitat d'orientacions i identitats sexuals.
- El Consell Interterritorial del Sistema Nacional de Salut recomana, en el document *Ganar salut con la juventud*, que les institucions de salut pública editin materials didàctics per a escoles, pares i mares i la població en general. També recomana que l'educació sexual s'integri en el projecte educatiu de centre (PEC).
- El Pla Estratègic Nacional de Prevenció i Control de la Infecció pel VIH i altres Infeccions de Transmissió Sexual i l'Estratègia de VIH/SIDA de les Illes Balears estableixen com a prioritat la realització de programes educatius integrals als centres educatius perquè infants i adolescents adoptin conductes sexuals saludables.
- La Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació (LOE), indica en l'article 151.e) que una de les funcions de la inspecció educativa és la de vetllar pel compliment i l'aplicació dels principis i valors recollits en aquesta Llei, inclosos els destinats a fomentar la igualtat real entre homes i dones.
- La Llei 8/2016, de 30 de maig, per garantir els drets de lesbianes, gais, trans, bisexuals i intersexuals i erradicar l'LGTBI-fòbia, indica que en l'àmbit de l'educació s'han regulat qüestions perquè en tot el sistema educatiu es tenguí en compte la diversitat afectiva i sexual i s'eviti qualsevol tipus de discriminació i perquè es disposi de mesures de prevenció i actuació contra l'assetjament de què puguin ser objecte les persones LGTBI en l'àmbit escolar.
- La Llei 11/2016, de 28 de juliol, d'igualtat de dones i homes a les Illes Balears, assenjala que en l'àmbit educatiu l'Administració educativa ha de tenir com



un dels seus principis bàsics la prevenció de conductes violentes en tots els nivells educatius, especialment de la violència masclista. També ha de garantir la posada en marxa als centres de projectes coeducatius que fomentin la construcció de les relacions igualitàries de les dones i els homes sobre la base de criteris d'igualtat que ajudin a identificar i eliminar les situacions de discriminació per orientació i identitat sexual i les de violència masclista.

- El Decret 67/ 2008, de 6 de juny, pel qual s'estableix l'ordenació general dels ensenyaments de l'educació infantil, l'educació primària, i l'educació secundària obligatòria a les Illes Balears.
- El Decret 71/2008, de 27 de juny, pel qual s'estableix el currículum de l'educació infantil a les Illes Balears.
- El Decret 32/2014, de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears.
- El Decret 34/2015 de 15 de maig, pel qual s'estableix el currículum de l'educació secundària a les Illes Balears.
- El Pla de Coeducació de les Illes Balears 2019-2022 esmenta en l'objectiu general 4 («Oferir una educació afectiva i sexual integral, amb perspectiva de gènere, que atengui la diversitat sexual, les diferents identitats de gènere i la diversitat familiar, i promoure l'establiment de relacions positives, saludables i igualitàries»).

APÈNDIX 2

El context social i cultural i l'educació sexual integral

El principals factors que condicionen la vivència de la sexualitat i que s'han d'observar especialment a l'ESI són:

- Els estereotips socials de feminitat i masculinitat: el sexe i el gènere
- La societat patriarcal i el maneig del poder en les relacions. El principi d'interseccionalitat
- El concepte de *família*
- La mirada heteronormativa: l'LGTBI-fòbia
- La visió de la sexualitat centrada en el coit i en els genitals. El concepte de *fal·locentrisme*
- Els estereotips sobre el plaer, el dolor, la seducció i l'amor
- Els estereotips socials de bellesa
- Les tecnologies de la informació, la comunicació i l'oci (TICO)
- Els factors econòmics i ambientals

Tots aquests factors han d'estar presents com a fonament i elements transversals en el projecte educatiu, programes i plans del centre, inclosa la concreció curricular de cada àrea, assignatura o mòdul. Un dels elements clau per a la seva presència és el Pla d'Igualtat i Coeducació del centre, que en el context del Pla de Convivència ha de prioritzar els objectius en igualtat i coeducació que donin resposta a les necessitats en igualtat i coeducació detectades en el centre.

L'Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar ofereix una eina per realitzar una diagnosi de la igualtat i coeducació als centres amb la finalitat de detectar les necessitats que tenen, i reflexionar, dissenyar i implementar un pla d'igualtat i coeducació. Es pot consultar en aquest enllaç:

<https://docs.google.com/presentation/d/14enmWH3vavisGLuV7Ax-yo4lWtqYT4rJlIKyHp5lBSA/edit#slide=id.p>

Les Instruccions 14/2020 per al desplegament del Pla de Coeducació de les Illes Balears en referència a l'objectiu específic 2.2 (acció 25), sobre la incorporació de la perspectiva de gènere a l'educació: redacció i difusió d'orientacions per al disseny i desenvolupament del Pla d'Igualtat i Coeducació del centre, presenten un índex orientatiu del pla d'igualtat i coeducació.

És important donar moments concrets per posar nom a tots els factors que condicionen la vivència de la sexualitat . Activitats complementàries, extraescolars, celebració de dies concrets, lectures, pel·lícules, estudi de diferents personatges històrics, literaris, esportistes, etc.

També es pot comptar amb l'assessorament i formació per part de les diferents associacions i entitats especialistes en diversitat sexual, familiar i de gènere.

Els estereotips socials de feminitat i masculinitat: el sexe i el gènere

El sexe el conformen les característiques biològiques del nostre cos (cromosomes, gens, hormones, gònades i morfologia). Aquestes característiques estan relacionades amb la reproducció com a éssers mamífers. Es va conformant durant la gestació i en néixer cada persona té un perfil genètic, hormonal i una forma del cos determinada. Des d'aquest punt de vista, es diu que és un nen, una nena o bé que té característiques intersexuals.

El gènere és un constructe social i cultural que assigna determinats rols i comportaments a les persones de cada sexe. S'assignen rols de gènere a partir de la genitalitat de la persona i aquesta assignació respon a una concepció binària. Des d'aquest punt de vista, socialment, segons sigui el sexe de la persona, es pressuposa que els nens han de comportar-se d'una determinada forma i les nenes, d'una altra. La mirada des del concepte de gènere perpetua la forma binària i estereotipada d'entendre el comportament de les persones: rols i comportaments de dona i rols i comportaments d'home, quan la realitat és ben distinta. Basta observar sense prejudicis per adonar-se'n. Tot i això, encara hi ha una certa pressió social per perpetuar els rols de gènere tradicionals i conduir les persones a formes de comportament relacionades amb la concepció binària. Aquests rols de gènere assignats implicaran unes relacions de poder basades en la desigualtat, i que suposaran formes de discriminació. La violència masclista se sustenta en aquest constructe social..

Encara que les persones són diferents pel que fa a certes característiques físiques i funcionals, els rols que assumeixen en les relacions socials, professionals, afectives i en altres àmbits de desenvolupament personal (intel·lectual, esportiu, artístic, etc.) encara avui segueixen estant condicionats pels estereotips socials de masculinitat i feminitat. Cada persona és única en la forma d'expressar-se i assumir responsabilitats en cada moment de la seva vida, sigui quin sigui el seu sexe, la seva identitat sexual o la seva orientació sexual.

L'ESI és una eina de reflexió sobre aquests aspectes que ajuda a educar els infants i adolescents en els valors de la diversitat, la igualtat, el respecte i el descobriment de les infinites formes d'expressió del potencial de cada persona.

La societat patriarcal i el maneig del poder en les relacions

L'educació sexual ha de ser holística. Això vol dir que ha de considerar la persona integrada en un entorn familiar, social i cultural determinat. En la nostra societat conviuen diferents cultures amb un denominador comú: el patriarcat, que atorga

major valor i superioritat als rols relacionats amb la masculinitat, i té uns clars efectes en la vivència de la sexualitat de les persones. Encara que legalment es reconeix la igualtat d'homes i de dones, queda camí per recórrer i assolir la igualtat efectiva de drets i oportunitats.

Qualsevol tipus de desigualtat social suposa plantejar de quina forma es maneja el poder en les relacions, molt especialment les relacionades amb la vida afectiva i sexual. El poder (econòmic, social, cultural, etc.) es pot exercir en benefici o perjudici de les persones que intervenen en una relació, per això aquest aspecte s'ha de tractar de forma específica en un programa d'ESI.

L'ESI permet reflexionar sobre els indicadors i els factors socials de desigualtat i les mesures que podrien afavorir una societat més igualitària i més justa, tant pel que fa al fet de viure en una societat patriarcal, com a altres formes de desigualtat que es donen a la nostra societat.

El concepte de *família*

La nostra societat encara està fortament influenciada pel concepte de *família patriarcal* (un nucli format per un pare i una mare i un o més fills o filles), amb petites variacions (sense fills o amb fills biològics o adoptius) que no modifiquen aquesta estructura bàsica. En aquest tipus de família els rols que assumeixen el pare i la mare se solen basar en els estereotips de feminitat i masculinitat. Aquesta forma familiar es pren com a referència, com a «norma», quan la realitat és ben diferent.

S'ha de tenir en compte el concepte antropològic de família i també la família com a institució jurídica. El concepte de família també depèn de factors culturals i pot adoptar altres fórmules més àmplies, com és el cas dels clans.

Els valors, lligams de vinculació, afectivitat i protecció s'haurien de lligar al concepte de família.

Actualment, coexisteixen a la nostra societat famílies de característiques i dimensions molt diferents (dos pares o dues mares, fills de la parella actual i fills de parelles anteriors, etc.). Parlar d'una única estructura familiar és una quimera, atès que avui dia la diversitat familiar és la norma: és la resposta als canvis que s'han produït a la nostra societat (separacions i divorcis, augment de famílies monoparentals, acolliment, matrimoni de persones homosexuals, incorporació de la dona al món acadèmic i laboral, canvis legislatius relatius als drets de les dones, canvis culturals pel que fa als rols de les dones i els homes en la família i en la societat, etc.).



L'ESI incorpora el concepte de *diversitat familiar* i posa èmfasi en les relacions que es donen entre els membres de qualsevol tipus de família o les que es donen en els entorns d'acolliment o tutela de menors. El que és important per a l'infant o l'adolescent és que disposi d'almenys una figura d'afecció incondicional i d'un bon entorn per al seu desenvolupament afectiu correcte i saludable. S'hauran de tenir en compte distintes interseccions o elements que poden dificultar el creixement, o que per al contrari, poden actuar com a factors de protecció.

La mirada heteronormativa: l'LGTBI-fòbia

Vivim en una societat en què predomina la creença que l'heterosexualitat és l'estat predeterminat o «normal» de l'ésser humà, quan no és així. Les persones som diverses en la nostra orientació del desig sexual, tant en el tipus de persones cap a les quals sentim desig, com en el nostre imaginari eròtic i les nostres preferències pel que fa a les pràctiques sexuals.

Algunes persones senten aversió cap a les persones que expressen la seva sexualitat de manera diferent de la que elles consideren l'adequada i correcta, i pretenen imposar a tothom la seva forma d'entendre la sexualitat. Aquesta aversió es diu LGTBI-fòbia i es manifesta de moltes maneres: de forma estructural, amb normes que suposen repressió i desigualtat, o de forma personal, amb menyspreu, burles o maltractament físic o psicològic.

L'ESI es basa en el valor de la diversitat sexual i en el respecte cap a les múltiples formes d'expressió de la sexualitat.

La visió de la sexualitat centrada en el coit i en els genitals

La visió coitocèntrica de la sexualitat es basa en la consideració del coit com un element fonamental de les relacions sexuals i una finalitat en si mateixa, i deixa de banda que la sexualitat abasta tot l'ésser: el cos (com una gran zona erògena), els pensaments, les emocions, l'autoestima, la comunicació, els rols i els comportaments. Suposa una visió reduccionista de la sexualitat que atorga poca o nul·la rellevància a les múltiples formes d'estimulació eròtica i de pràctiques sexuals.

Encara que hi ha certes zones corporals preparades per respondre amb major facilitat a l'estimulació sexual, com poden ser els genitals, el plaer i la satisfacció d'una relació sexual depèn de la forma com es produeixen els estímuls (les zones erògenes no són interruptors i la resposta sexual necessita el seu temps). Per això, per gaudir d'una relació sexual, l'hem de desitjar, no hem de sentir cap tipus de pressió i ens hem de donar permís per sentir plaer i deixar-nos dur. En aquest punt s'ha de preveure l'existència de components de gènere. És molt important



tenir en compte el consentiment. Si una persona se sent pressionada, s'està parlant d'un delicte sexual.

L'ESI serveix per entendre que el coit és una entre moltes possibilitats de pràctiques sexuals i que, ni és la finalitat de les relacions sexuals, ni garanteix el plaer i la satisfacció d'una relació sexual.

Els estereotips sobre el plaer, el dolor, la seducció i l'amor

La societat en què vivim és hedonista, valora el plaer ràpid i efímer, i la sexualitat i les relacions sexuals poden ser considerades com una forma d'obtenir plaer ràpid, sense que s'aconsegueixi satisfacció plena. Considerar el plaer sexual com una forma d'autoconeixement i no únicament com una resposta fisiològica i una recompensa immediata permet viure la sexualitat de forma plena i establir relacions sexuals enriquidores, refusant situacions que suposin cedir a pressions o a la necessitat de sentir acceptació o ser «popular».

Una altra qüestió relacionada amb el plaer sexual és la lluita per reivindicar el plaer sexual de les dones en una societat patriarcal, com encara ho és la nostra malgrat els avanços. Encara ara, algunes dones, per no ser mal vistes, es veuen en la necessitat de negar el desig i el plaer sexual. Les persones tenen dret a decidir al marge de les pressions socials, i a donar el seu consentiment o no donar-lo. És important tenir en compte la cosificació del cos de les dones.

Pel que fa al dolor, se sublima el sofriment i se'l considera «normal» en les relacions humanes i, de manera especial, en les relacions amoroses. Encara s'accepta que l'amor implica patiment, que és millor el que costa d'aconseguir i que s'ha d'aguantar el que sigui per amor. En l'ESI s'ha de posar èmfasi en el fet que continuar una relació que fa mal, pensant que l'amor triomfarà, és, si més no, una imprudència que pot sortir molt cara. També l'ESI permet reflexionar sobre com tenim satisfetes les necessitats afectives i com està la nostra autoestima, ens ajuda a valorar si estam en disposició d'acceptar qualsevol cosa a canvi d'un «suposat» amor i a saber diferenciar entre estimar i tenir la necessitat d'estimar. Existeixen tota una sèrie de mites que fan referència a les relacions de parella (com per exemple el mite de l'amor romàntic). Aquest tipus de creences sobre les relacions de parella fonamenten la violència masculista.

Els estereotips socials de bellesa

En la societat occidental, encara que hi conviuen diverses cultures, predomina un model estereotipat de bellesa, tant per als homes com per a les dones. Aquest model valora el cos i cada una de les seves parts conforme a uns patrons rígids. Això és especialment important tenir-ho en compte en l'ESI, que ha de tractar el tema de l'atractiu personal des de l'acceptació del propi cos, el reconeixement de



les potencialitats i la capacitat de cada persona de sentir-se valuosa, sense necessitat d'establir comparacions amb altres persones. Cal tenir en compte que els estereotips de bellesa també tenen implicacions de gènere, amb efectes importants en la salut de les persones, com ara trastorns d'alimentació, hipersexualització dels cossos i, en etapes més adultes, operacions estètiques per adequar els cossos a aquests estereotips socials.

Les tecnologies de la informació, la comunicació i l'oci (TICO)

Els infants i els adolescents creixen envoltats d'ordinadors, de telèfons amb accés a Internet i d'altres dispositius electrònics que els permeten comunicar-se de forma ràpida, accedir a informació i entretenir-se.

Internet els serveix també per cercar respostes a dubtes relacionats amb la sexualitat quan encara no han assolit la maduresa suficient per distingir si les respostes que obtenen són correctes.

A través d'Internet, accedeixen amb molta facilitat a continguts pornogràfics i observen relacions sexuals violentes, sexistes, centrades en els genitals i en el coit, violències masclistes, que mostren formes de relació eròtica allunyades i que no representen la complexitat i el procés de la resposta sexual. La pornografia, violència masclista en estat pur, pot ser considerada pels infants i els adolescents com un model a imitar, deixant de banda la dimensió afectiva de la sexualitat i l'ètica de les relacions, aspectes que es tracten plenament en l'ESI.

Internet és també un mecanisme fàcil per accedir a la prostitució.

L'accés a les xarxes socials i a programes d'entreteniment pot causar danys (violació de la intimitat, sèxting, ciberassetjament escolar, ciberseducció de menors o *grooming*, etc.), si no s'utilitzen com cal. L'ESI incorpora continguts i activitats sobre els aspectes a considerar per utilitzar Internet amb seguretat.

Factors econòmics i ambientals

La situació econòmica i el lloc on es viu (poble, ciutat, barriada) pot influir en l'accés a material educatiu o en la possibilitat d'adquirir material preventiu (preservatius i altres mètodes anticonceptius). Aquest aspecte s'ha de considerar a l'ESI, per facilitar a l'alumnat informació sobre les possibilitats d'accés a aquests tipus de recursos.

Recursos

A la pàgina web de l'Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar, dins l'apartat de «Diversitat sexual i de gènere» es poden trobar diferents guies amb propostes



didàctiques concretes per treballar aquests continguts:

https://intranet.caib.es/sites/convivexit/ca/diversitat_sexual_i_de_genere/.

Cal destacar les guies següents, que inclouen unitats didàctiques i es troben disponibles al lloc web esmentat:

- *Somos Diversidad*, del Ministeri d'Igualtat, Ministeri de Drets Socials i Agenda 2030
- *Abrazar la Diversidad*, del Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat
- *Els nostres cossos, els nostres drets*, de la Generalitat Valenciana
- *Guia d'educació afectivo-sexual*, de Steilas

APÈNDIX 3

Els principis de l'educació sexual integral

1. Els éssers humans som sexuats per naturalesa

La sexualitat és una forma específica d'energia (l'energia eròtica), que es manifesta durant tota la vida i ens impulsa a cercar afecte, contacte, plaer, tendresa i intimitat des del naixement.

El cos humà és un cos sexuat, amb característiques biològiques (cromosomes, gens, hormones, gònades i morfologia) relacionades amb la reproducció com a éssers mamífers.

2. Hi ha infinites formes d'expressió de la sexualitat, tantes com persones

La sexualitat es manifesta amb expressions pròpies de cada persona, a través de pensaments, fantasies, desitjos, creences, rols, actituds i conductes. L'expressió de la sexualitat (l'orientació, la identitat i les conductes sexuals) és diversa i genuïna (hi ha tantes possibilitats de sentir i expressar la sexualitat com persones existeixen i existiran). Acceptar que hi ha infinites formes d'expressió de la sexualitat implica la necessitat de crear un entorn educatiu que reconegui la diversitat sexual.

3. La sexualitat és per gaudir-la i requereix d'un enfocament positiu

Això vol dir que l'ESI s'ha de realitzar de forma oberta, relacionant la sexualitat amb el joc, el plaer i l'humor i no únicament amb les situacions de risc. Així mateix, implica la consideració de la salut sexual com l'actitud i la capacitat de viure la sexualitat amb plaer i satisfacció, d'acord amb una ètica personal i social basada en els valors de la diversitat, la igualtat i el respecte dels drets humans, amb absència de temors, de sentiments de vergonya i de culpabilitat, de creences infundades i altres factors psicològics que inhibeixin la vivència de la sexualitat o pertorbin les relacions sexuals.

4. L'ESI s'ha de sustentar en fonaments científics sobre el que és saludable i el que no ho és

L'ESI s'ha de realitzar utilitzant informació científicament contrastada, amb honestat, precisió i naturalitat, i sustentada en un enfocament de gènere. Durant el procés de l'ESI s'ha de diferenciar entre el que és saludable o no, del que cada persona consideri apropiat fer o no, segons els seus valors i creences.

5. L'ESI ha d'avançar-se als esdeveniments

La informació sobre els canvis propis del desenvolupament sexual s'ha d'oferir amb antelació. Aquesta informació actua com un factor de protecció i permet afrontar els canvis de forma natural i amb serenitat.

6. Per gaudir d'una sexualitat saludable és necessari conèixer-se, estimar-se i acceptar-se

Les persones tenim dret a saber sobre els nostre cos: com és, com funciona i quines potencialitats i limitacions funcionals té.

També és necessari que coneguem com anam conformant l'autoestima, com la podem cuidar i com està la nostra autoestima en cada moment de la nostra vida.

Igualment és imprescindible saber quins valors i creences utilitzam per guiar la nostra vida i com gestionam habitualment les nostres emocions.

Quan ens coneixem bé, estam en millor disposició per prendre decisions saludables sobre la nostra sexualitat i la forma de relacionar-nos amb les altres persones.

7. Una sexualitat sana ha d'estar arrelada en els principis ètics de les relacions

L'ESI ha de tenir presents els principis ètics de tota relació humana: el consentiment, el plaer i el benestar compartits, la igualtat, l'honestedat en les relacions i la consideració de la pròpia salut i la de la persona amb qui ens relacionam.

8. L'ESI s'ha de realitzar en un clima de confiança, participació i respecte

Això vol dir tractar totes les persones implicades en el procés d'aprenentatge com individus capaços de realitzar aportacions valuoses i de prendre decisions en les seves vides.

L'ESI S'ha d'adaptar al nivell de desenvolupament i comprensió de cada edat i utilitzar mètodes participatius i d'aprenentatge significatiu. És preferible ajudar les persones a explorar les possibles trampes de les seves actituds en comptes de dir-los el que han de creure o fer. D'aquesta manera poden assumir la responsabilitat del seu propi aprenentatge.

BIBLIOGRAFIA

- AMEZÚA, E. «La sexología como ciencia: esbozo del hecho sexual humano». *Revista Española de Sexología*, núm. 1. Publicaciones del Instituto de Sexología. Madrid, 1979.
- «Cuestiones históricas y conceptuales: el paradigma del hecho sexual, o sea de los sexos, en los siglos XIX y XX». *Anuario de Sexología*, núm. 4. Ed. AEPS, p. 5-21. Valladolid, 1998.
- GARZÓN FERNÁNDEZ, A. «La educación sexual, una asignatura pendiente en España». *Revista bio-grafía. Escrito sobre la Biología y su enseñanza*. Vol. 9, núm. 16, gener-juny de 2016, p. 195-203 [en línia].
<<https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/bio-grafia/article/view/4510/3723>>
- INSTITUT PER A LA CONVIVÈNCIA I ÈXIT ESCOLAR. *Pla de Coeducació de les Illes Balears 2019-2022*. Conselleria d'Educació, Universitat i Recerca. Direcció General de Primera Infància, Innovació i Comunitat Educativa, 2019 [en línia].
<https://intranet.caib.es/sites/convivexit/ca/igualtat_i_dona/archivopub.do?ctrl=MCRST8146ZI306051&id=306051>
- ONUSIDA. *Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad. Vol. I Justificación de la educación en sexualidad*. UNESCO. Santiago de Chile, 2010 [en línia].
<https://educacionsexual.mineduc.cl/docs/2010_%20UNESCO_OrientacionesEdSexualUnesco.pdf>
- UNESCO, ONU MUJERES, ONUSIDA, OMS, UNFPA, UNICEF. *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: un enfoque basado en la evidencia*. UNESCO. Suïssa, 2018 [en línia].
<<https://www.who.int/reproductivehealth/publications/technical-guidance-sexuality-education/es/>>
- TOMÀS VIDAL, A. M.; ORDINAS VAQUER, M.; CALDÉS I ADROVER, L., ARANGUREN BALERDI, R. M. «Amb tots els sentits». *Educació afectiva i sexual a l'adolescència. Document de consulta per al professorat*. Palma: Conselleria de Salut. Direcció General de Salut Pública i Participació, 2017 [en línia].
<http://www.caib.es/sites/salutsexual/ca/amb_tots_els_sentits/>
- TOMÀS VIDAL, A. M.; ORDINAS VAQUER, M.; CALDÉS I ADROVER, L., ARANGUREN BALERDI, R. M. «Amb tots els sentits». *Educació afectiva i sexual a l'adolescència. Guia didàctica*. Palma: Conselleria de Salut. Direcció General de Salut Pública i Participació, 2017 [en línia].



<[www.caib.es/sites/salutsexual/ca/amb_tots_els_sentits/archivopub.do?ctrl=MC
RST7505ZI242579&id=242579](http://www.caib.es/sites/salutsexual/ca/amb_tots_els_sentits/archivopub.do?ctrl=MC&RST7505ZI242579&id=242579)>

TOMÀS VIDAL, A. M.; ORDINAS VAQUER, M.; CALDÉS I ADROVER, L., ARANGUREN BALERDI, R. M. «*Amb tots els sentits*». *Educació afectiva i sexual a la infància i a la pubertat. Document de consulta per al professorat*. Palma: Conselleria de Salut i Consum. Direcció General de Salut Pública i Participació, 2020 [en línia].
<http://www.caib.es/sites/salutsexual/ca/amb_tots_els_sentits/>