

# Conductas sexuales responsables



Contenido curricular indispensable: Argumenta en favor de la detección oportuna de cáncer de mama y las conductas sexuales responsables que inciden en su salud: prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual (ITS), como el virus de inmunodeficiencia humana (VIH).



## Antes de empezar

1. Escribe lo que conoces sobre el cáncer.

---



---



---



---

2. Anota cuáles son las maneras de detectar el cáncer de mama a tiempo. Descríbelas.

3. Señala si las afirmaciones son verdaderas (V) o falsas (F).

El cáncer de mama puede afectar a los hombres.

El cáncer de mama solo afecta a las personas mayores.

La autoexploración constante es vital, ya que permite el diagnóstico oportuno y un pronto tratamiento.

El cáncer de mama es una enfermedad contagiosa.

- Comparte con un compañero tus respuestas y argumenta a favor de ellas. Luego, convierte las expresiones falsas en verdaderas.

---



---



---



## Repaso lo que aprendí

### Cáncer de mama, un peligro de muerte en México

El cáncer es una enfermedad que afecta a las personas, sin importar edad, sexo o condición social.

Cuando las células del cuerpo son alteradas, comienzan a dividirse sin control y forman masas de células o tumores; en algunos casos, estos tumores se convierten en cáncer, que puede causar la muerte si no se detecta a tiempo.

El cáncer de mama es una de las principales causas de muerte dentro de la población mexicana de mujeres; por ello, el sector salud ha implementado programas para detectarlo a tiempo y así poder combatirlo:

**Mastografía.** Son radiografías especiales de las glándulas mamarias.

**Autoexploración.** Por observación y palpación se puede detectar en los senos cambios que puedan ser indicadores de tumores o cáncer.



Con los brazos abajo, revisa si alguno de tus senos está deformado, cambió de color o si el pezón está hundido.



Coloca las manos en tus caderas. Inclínate hacia adelante y busca alguno de los cambios mencionados.



Observa los mismos cambios, pero con los brazos extendidos hacia arriba.



De pie, con una mano detrás de la cabeza, explora la mama con movimientos circulares.



Repite el movimiento anterior, pero ahora acostada. Empieza en la axila.



Termina la exploración apretando el pezón. Observa si hay alguna secreción.

1. **Elabora un cartel para informar a las personas sobre el cáncer de mama y cómo detectarlo oportunamente. Agrega dibujos.**

 Aprende en casa



[bit.ly/3BLu02E](https://bit.ly/3BLu02E)

## Conductas sexuales responsables

La sexualidad es una característica de todos los seres humanos. Se nace con ella, pero también se siente, se aprende y se decide.

La sexualidad se compone de tres aspectos que se relacionan entre sí: **aspectos físicos** y funcionales, es decir, el sistema reproductor y el proceso de la reproducción; **aspectos psicológicos**, que se refieren a los sentimientos y cómo los expresamos, y **aspectos sociales**, como la forma de vivir, y cómo nos comportamos y relacionamos con otras personas.

Es importante contar con la información necesaria a fin de tomar decisiones adecuadas; las principales consecuencias de no hacerlo son el contagio de infecciones de transmisión sexual (ITS) y los embarazos no deseados.



Las conductas sexuales responsables son:

- **Abstinencia**, es decir, evitar las relaciones sexuales; así como iniciarlas cuando se es mayor.
- Usar métodos anticonceptivos, como el condón, para evitar el embarazo y algunas infecciones de transmisión sexual.
- Solo tener una pareja sexual para reducir las probabilidades de contraer infecciones de transmisión sexual.

Tener relaciones sexuales sin protección durante la adolescencia puede tener implicaciones adversas. Por ejemplo, un embarazo modifica los planes de vida y limita su desarrollo personal pues, muchas veces, los jóvenes deben dejar de estudiar.

Por su parte, las infecciones de transmisión sexual (ITS) son enfermedades que se contagian al tener relaciones sexuales sin protección; algunos ejemplos son:

- **VIH-sida**. Es causado por un virus que se adquiere al tener relaciones sexuales sin protección y mediante jeringas o sangre contaminada; no tiene cura y es mortal.
- **Papiloma humano**. También es causado por un virus; puede propiciar que la mujer desarrolle cáncer cérvico-uterino, que es otra de las causas principales de muerte en México.

### 1. Subraya los actos responsables.

- Hay parejas que toman la decisión de esperar hasta casarse para iniciar las relaciones sexuales y planear un embarazo.
- Algunas mujeres no se interesan en conocer los métodos anticonceptivos, porque consideran que es asunto de hombres.
- Algunas parejas que tienen vida sexual activa no pueden afrontar el cuidado y manutención de un hijo; sin embargo, no usan anticonceptivos.
- Hay parejas jóvenes que, aunque no han comenzado una vida sexual activa, ya conocen métodos anticonceptivos y de prevención de las ITS.

### 2. Explica las consecuencias de tener relaciones sexuales en la adolescencia.

---



---



---



---



### Quiero saber más

Si deseas saber más sobre las infecciones de transmisión sexual, en especial sobre el VIH, consulta el texto y los videos de este sitio web: [bit.ly/3cKleRp](https://bit.ly/3cKleRp)

3. Rodea las medidas para prevenir las ITS y el embarazo.

La abstinencia	Tener relaciones sexuales durante la menstruación
Nunca tener novio/a	Usar preservativo
Retrasar el inicio de la vida sexual	Evitar tener varias parejas sexuales

4. Marca con una X las consecuencias de un embarazo no planeado.

- Destinar gran parte del tiempo para alimentar, asear y cuidar al bebé.
- Fomentar el cariño y la unión de la pareja.
- Obtener una beca escolar para apoyar con los gastos de la familia.
- Conseguir empleo para cubrir todas las necesidades del bebé.

5. Relaciona la descripción de cada ITS con su nombre.

Es una infección viral que se transmite a través del contacto sexual. La lesión por este virus se manifiesta como un racimo único o múltiple en el área genital. En la mujer está asociado con el cáncer cérvico-uterino.	Gonorrea
Esta infección es provocada por una bacteria (gonococo) que se transmite por contacto sexual. En los hombres se presenta ardor al orinar y secreción blanca. En la mujer acarrea serias complicaciones en los órganos sexuales.	Sífilis
Esta enfermedad bacteriana es de transmisión sexual. Primero se desarrolla una úlcera (chancro) en el lugar de la infección. Las etapas posteriores son sumamente graves.	VIH-sida
Es una infección viral que ataca el sistema inmunitario y debilita los sistemas de prevención y defensa contra otras infecciones y algunos tipos de cáncer. Se transmite por vía sexual, sanguínea y perinatal.	Papiloma humano

Para profundizar en este aprendizaje, puedes consultar:

LTG, sexto grado, páginas 36 a 43.