

# RA RÍO

## GUENDARUYUBI

ISSN: 2594-0562

Revista cuatrimestral | septiembre- diciembre 2019 | Volumen 3 | Número 7



Experiencias juveniles en el uso de videojuegos

Los/las jóvenes y las tareas escolares

La elección profesional en estudiantes de preparatoria

Jóvenes y sexualidad

## Jóvenes y estudiantes



UABJO

## DIRECTORIO

Dr. Eduardo Carlos Bautista Martínez  
**Rector de la UABJO**

Dr. Taurino Amilcar Sosa Velasco  
**Secretario Administrativo**

C.P. Verónica Esther Jiménez Ochoa  
**Secretaria de Finanzas**

Dr. Aristeo Segura Salvador  
**Secretario de Planeación**

### Comité Editorial Interno

Dra. María Leticia Briseño Maas  
**Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca**  
Dra. Rosa María Velázquez Sánchez  
**Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca**

### Comité Editorial Externo

Dr. Johannes Kniffki  
**Alice Salomon Hochschule, Alemania**

Dra. María Esperanza Camacho Vallejo  
**Instituto de Investigación y Formación Agraria y  
Pesquera, Consejería de Agricultura, Pesca y Desarrollo  
Rural, Alameda del Obispo, Córdoba, España**

Dr. Raúl Pável Ruiz Torres  
**Facultad de Arquitectura,  
Universidad Autónoma de Chiapas**

### Comité Científico

ÁREA I FÍSICO-MATEMÁTICAS Y  
CIENCIAS DE LA TIERRA  
**Dra. Gloria Inés González López**  
SNI I Área I Universidad Veracruzana

ÁREA II BIOLOGÍA Y QUÍMICA  
**Dra. Gabriela Mellado Sánchez**  
SNI I Área II Instituto Politécnico Nacional  
**Dr. Héctor Manuel Mora Montes**  
SNI III Área II Universidad de Guanajuato

ÁREA III MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD  
**Dr. Arturo Becerril Vilchis**  
Asesor del Director de Programas Complementarios  
REPS Oaxaca, Secretaría de Salud  
**Dr. Álvaro Muñoz Toscano**  
SNI II Área III Universidad de Guadalajara  
**Dra. Luz Eugenia Alcántara Quintana**  
SNI I Área III Universidad Autónoma de  
San Luis Potosí

### Directora Editorial

Dra. Gisela Fuentes Mascorro



**UABJO**

**Universidad Autónoma  
Benito Juárez de Oaxaca**  
Oaxaca, México

Dra. Mónica Miguel Bautista  
**Secretaria Particular**

M.E. Leticia Eugenia Mendoza Toro  
**Secretaria General**

Mtro. Javier Martínez Marín  
**Secretario Académico**

Dra. Olga Grijalva Martínez  
**Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca**  
Dr. Abraham Jahir Ortiz Nahón  
**Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca**

Dr. Alberto Muciño Vélez  
**Responsable del Laboratorio de Materiales y Sistemas  
Estructurales LMSE, Centro de Investigaciones  
en Arquitectura, Urbanismo y Paisaje, Facultad de  
Arquitectura de la UNAM**

Dr. Saadet Toker-Beeson  
**Associate Professor of Architecture University of Texas  
at San Antonio**

Dra. Diana María Betancourth Giraldo  
**Gerencia Física, Centro Atómico Bariloche**

ÁREA IV HUMANIDADES Y  
CIENCIAS DE LA CONDUCTA  
**Dra. Graciela González Juárez**  
SNI C Área IV Universidad Nacional Autónoma de México

ÁREA V CIENCIAS SOCIALES  
**Dra. María Eugenia Guadarrama Olivera**  
SNI I Área V Universidad Veracruzana  
**Dr. Naú Silverio Niño Gutiérrez**  
SNI I Área V Universidad Autónoma de Guerrero  
**Dra. Mercedes Araceli Ramírez Benítez**  
Profesora de Tiempo Completo, FES Aragón  
Universidad Nacional Autónoma de México

ÁREA VI BIOTECNOLOGÍA Y  
CIENCIAS AGROPECUARIAS  
**Dr. Julián Mario Peña Castro**  
SNI I Área VI Universidad del Papaloapan  
**Dr. José Francisco Rivera Benítez**  
SNI I Área VI Instituto Nacional de Investigaciones  
Forestales Agrícolas y Pecuarias  
**Dr. Rogerio Rafael Sotelo Mundo**  
SNI III Área VI Centro de Investigaciones  
en Alimentación y Desarrollo. A.C.

### Coordinadora del número temático

Dra. Olga Grijalva Martínez

### Editores Ejecutivos

L.C.S. Yessenia Fabiola López de Jesús  
L.C.E. Justo Díaz Ortiz

## Contenido

4 **Editorial**

9 **Experiencias juveniles en el uso de videojuegos**  
Juan Guillermo Bernardino-Hernández

16 **Los/las jóvenes y las tareas escolares**  
Gabriela Itzel Aragón-Flores

24 **La elección profesional en estudiantes de preparatoria**  
Fernando de Jesús Mendoza-Salinas

33 **Jóvenes y sexualidad**  
Brenda Reyes-García

# Editorial

En la línea de investigación que desarrollo en el Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma “Benito Juárez” de Oaxaca (UABJO), titulada “Educación, jóvenes y cultura”, junto con mis estudiantes y tesisas hemos abordado temas de interés para los y las jóvenes: amor, sexualidad, expectativas de futuro, el cuerpo y la belleza, acoso sexual callejero, entre otros. De algunos de los anteriores han derivado proyectos de investigación, se han concluido tesis de licenciatura y hemos impartido talleres para adolescentes y jóvenes en secundarias y preparatorias.

Por lo anterior, en este número de la revista *Ra Río Guendayurubi* ofrecemos contenidos relacionados con dos facetas de los y las jóvenes: su vida dentro y fuera de la escuela. El colegio es el espacio de sociabilidad en donde ellos y ellas se encuentran y llevan a cabo muchas actividades con sus pares, ya sea de tipo educativo, deportivo o de ocio. Ahí, la vida se experimenta mediante acciones que les permiten pasar más tiempo con sus amigos y amigas, o compañeros y compañeras, como *jalarse* las clases,<sup>1</sup> platicar dentro y fuera del salón, jugar, divertirse, echar relajo o estar con los amigos y amigas o con su novio o novia. Por otra parte, durante la vida escolar, muchachos y muchachas tienen que asistir a clases, prestar atención, trabajar en equipos, realizar ejercicios en el aula, hacer las tareas escolares en casa, presentar exámenes y seguir la disciplina general que la institución defina.

Entonces, en la escuela estas dos facetas entran en competencia y pueden llegar a sostener una franca batalla. En el primer año de preparatoria, sobre todo, muchos/as adolescentes recién llegados/as de secundaria van a preferir disfrutar la vida juvenil más que atender las obligaciones de la vida escolar. Acerca de este aspecto relacionado con la etapa juvenil, el primer artículo en este número, “Experiencias juveniles en el uso de videojuegos”, de Juan Guillermo Bernardino-Hernández, plantea el debate que existe sobre los efectos que se atribuyen al uso de estos equipos de entretenimiento.

---

<sup>1</sup> La frase *jalarse* las clases hace referencia a que los y las estudiantes no entran a clases porque prefieren hacer otras actividades, regularmente con sus amigos o compañeros.

A partir de datos obtenidos de entrevistas realizadas a estudiantes de preparatoria de la UABJO, nos describe cómo disminuyeron su tiempo de videojugar; entre las razones por las que lo hicieron se encuentra el surgimiento de nuevos intereses, como salir con su novia, aficionarse a un deporte o incluso el gusto por escribir y cantar rap. Otras causas fueron la adquisición de nuevas responsabilidades, como empezar a trabajar o hacer las tareas, y un tercer grupo de razones tuvo que ver con el cansancio físico y el aburrimiento que les provocaba alcanzar el nivel de dominio del videojuego.

En cuanto al ámbito escolar, el artículo “Los jóvenes y las tareas escolares”, de Gabriela Itzel Aragón-Flores, se enfoca en el debate que existe entre investigadores/as, pedagogos/as y maestros/as sobre si son útiles las tareas en el aprendizaje, además de que comparte algunas de las condiciones en las que los y las estudiantes hacen sus deberes; cuando son en equipo, la dificultades que enfrentan con las instrucciones y también por contar o no con los materiales necesarios. Posteriormente toca el punto de la organización del tiempo cuando se hace un trabajo escolar y al final la autora formula algunas reflexiones para repensar el papel de las tareas y del ocio en la vida de los y las estudiantes.

En las escuelas, los y las jóvenes forman grupos de pares, sean de amigos/as o compañeros/as, con quienes comparten muchas actividades, entre escolares y de diversión. Según las historias que vivan juntos/as pueden llegar a sentirse identificados/as, en ocasiones casi como hermanos/as, e intercambiar los gustos en ropa, música, actividades de diversión e incluso predilecciones académicas. Es cierto que pertenecer a un grupo brinda a chicos y chicas algunos beneficios que se requieren a esa edad, como sentirse aceptados/as y conseguir la aprobación de sus pares, esto se debe a que han iniciado el proceso de separación de la familia en su camino hacia la adultez y necesitan un espacio donde puedan experimentar y aprender. El grupo de amigos/as les ayuda como soporte afectivo, porque pueden contarse sus vivencias, las que muy probablemente no les platicarían a los adultos: problemas en casa, gustos y preferencias

sexuales, conflictos con compañeros/as o maestros/as y dudas sobre la vida y la elección de la carrera.

Existe una discusión sobre la influencia que tiene el grupo de amigos/as y compañeros/as en el comportamiento de los y las jóvenes en la formación de sus gustos y criterios. Algunos estudios han confirmado que chicos y chicas se identifican con diferentes grupos de amigos/as, a unos/as les atraen más aquellos/as inclinados a la vida juvenil, otros/as se juntan por sus afinidades religiosas, otros/as prefieren los intereses escolares y algunos/as más deciden llevarse con quienes guardan un equilibrio entre la diversión y los deberes escolares. ¿Cuáles preferencias, intereses y gustos comparten en tu clan de amistades?

En análisis realizados en preparatorias encontramos que los muchachos y las muchachas escuchan al grupo de amigos/as en temas que tienen que ver con la ropa, la música, los lugares para visitar, las redes sociales y su predilección por ciertos objetos juveniles. En cambio, existe evidencia de que muchos/as aún toman en cuenta los consejos de sus madres y padres en decisiones importantes para su futuro, sobre todo si tienen una buena relación y comunicación con ellos.

Un tópico relevante para quienes están por concluir su formación media superior se toca en el artículo "La elección profesional en estudiantes de preparatoria", de Fernando Mendoza-Salinas. En su texto, el autor instruye en el proceso de escoger una carrera universitaria, explica el propósito de la orientación vocacional, la importancia de conocer nuestras habilidades y aptitudes, y las ventajas de superar algunas pruebas psicométricas. Para finalizar, recomienda buscar información sobre las carreras que sean de mayor interés y prestar atención a las actividades que realizan los/las profesionales en sus espacios de trabajo.

En esta etapa de la juventud temprana y la escuela dos temas acaparan la atención de los y las jóvenes: el amor y la sexualidad. A esa edad se establecen diferentes relaciones afectivas, a las que llaman con distintos nombres: novios, amigovios, *freeds*, fajes, aventuras, *crush*, entre otros. Tanto jóvenes heterosexuales como

homosexuales, al experimentar sus primeras relaciones amorosas o eróticas, se enfrentan a nuevos terrenos, diferentes a los de los juegos y el relajo con amigos/as, porque pueden conocer otras dimensiones de sí mismos/as y de otros/as, vinculadas con las emociones y los sentimientos.

El género y la preferencia sexual son dos condiciones que influyen sobre la manera en que los y las jóvenes ejercen su sexualidad en la escuela. En cuanto al género, existen diferencias en la forma de tratar a muchachos y muchachas cuando se trata del ejercicio de su sexualidad. Actualmente, ellas –aunque disfrutan de mayor libertad que en épocas pasadas al manifestar sus gustos– aún sufren presiones sociales y violencia por parte de sus pares, maestros/as y madres acerca de cómo deben comportarse y vestirse.

En escuelas hemos visto que las chicas reciben etiquetas ofensivas que las denigran si expresan su gusto por varios chicos, o incluso si salen con ellos. En cambio, si un muchacho sostiene dos o tres relaciones con distintas chicas no es señalado por ello. Estas desigualdades, y a la vez violencias, que pesan sobre las mujeres continúan reproduciéndose en nuestra cultura, por eso es necesario abrir espacios de diálogo entre adultos y jóvenes para discutir sobre los estereotipos y roles de género.

En el caso de chicos y chicas homosexuales o lesbianas, no tienen la misma libertad de manifestar sus sentimientos y afectos como la tienen muchachos y muchachas heterosexuales. Esto se debe a que todavía no hemos cambiado y seguimos perpetuando –como un lastre del pasado– la idea de que otras preferencias sexuales tienen algo “malo”, “no se ven bien” y, por tanto, deben ocultarse.

Los y las jóvenes, en sus relaciones afectivas, están ensayando y aprendiendo, por lo que aún requieren de apoyo y orientación por parte de los adultos sobre aspectos de autocuidado, de amor hacia sí mismos/as y, sobre todo, de la responsabilidad que implica el ejercicio de la sexualidad. Al respecto, en este número de la revista se incluye el artículo “Jóvenes y sexualidad”, de Brenda Reyes-García, en el

que aborda una serie de preguntas que los y las jóvenes se hacen. La autora menciona que algunas creencias y mitos les impiden el ejercicio de su sexualidad con plenitud. Las interrogantes versan sobre cómo fue la primera vez, la masturbación, los estereotipos de género y la homosexualidad.

Como vemos, el proceso de crecimiento está lleno de obstáculos y también de oportunidades para aprender. Los y las jóvenes no sólo van a divertirse a la escuela, también aprenden a asumir responsabilidades, a tomar decisiones entre varias alternativas y a ejercer su juicio en las situaciones que se presentan con sus compañeros/as y maestros/as (Weiss, 2012a y 2012b). El hecho de que inclinen por mucho tiempo la balanza hacia su vida fuera de la escuela los y las lleva a enfrentar circunstancias como reprobar y repetir cursos, y en casos más graves al abandono o la baja escolar. Muchos de ellos y ellas, después de las primeras experiencias de fracasos o consecuencias desagradables, también empiezan a medir los riesgos y a tratar de equilibrar el tiempo que dedican a divertirse y el que destinan a estudiar.

**Olga Grijalva Martínez**  
**Oaxaca de Juárez, Oaxaca**

#### Referencias

**Weiss, E. (coord.). (2012a).** *Jóvenes y Bachillerato*. México: ANUIES.

**Weiss, E. (2012b).** Los estudiantes como jóvenes. El proceso de subjetivación. *Perfiles Educativos*, XXXIV(135), 134-148.

# Experiencias juveniles en el uso de videojuegos

Juan Guillermo Bernardino-Hernández<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Licenciado en Ciencias de la Educación, docente titular en la Escuela Primaria "Alecrim", Oaxaca, México.  
Correo electrónico: jbernardinhernandez@gmail.com



### Resumen

Este artículo inicia con el debate que existe sobre los efectos de los videojuegos en la formación de niños y jóvenes. Entre los resultados que obtuve de entrevistas a estudiantes de preparatoria de la UABJO está que no todos los jóvenes son adictos a los videojuegos y que el tiempo que dedican a esta actividad es muy variable, depende de las circunstancias y de la edad de ellos. Varios disminuyeron su interés y dedicación a esta práctica por diversas razones, como por tener nuevos intereses, amistades o noviazgos, por asumir nuevas responsabilidades, ya sea de trabajo o estudios, o por cansancio físico y aburrimiento.

**Palabras clave:** Jóvenes, estudiantes, videojuegos, ocio.

### Abstract

This paper begins with the debate around the effects that video games have on the upbringing of children and youngsters. After interviewing UABJO high school students, I concluded that not all young people are addicted to video games, and that the time they spend playing them varies greatly, depending on their personal circumstances and age. Several youngsters lost their interest or reduced the time dedicated to video games for various reasons; some due to new interests, friendships or romantic relationships, others because they took on new responsibilities, whether work related or school related, and some more had to do with physical fatigue and boredom.

**Keywords:** Young people, students, video games, leisure.



Los jóvenes encuentran diversas formas de ocupar su tiempo: escuchan música, leen, ven TV, navegan por internet, practican deportes, salen con amigos, bailan, juegan videojuegos, pasean, practican algún arte, etcétera; unos más que otros tienen la oportunidad de vivir su juventud según sus gustos e intereses.

En este artículo quiero hablarte de los videojuegos y su relación con los niños, adolescentes y jóvenes del sexo masculino. Tú y tus compañeros han crecido en un contexto en el que las tecnologías –como el celular, la computadora, internet y todos los servicios digitales de cine, radio y televisión– son parte de su cotidianidad. De la misma manera, los videojuegos han avanzado tanto que ahora crean comunidades virtuales globales.

Existe un debate sobre su uso y efecto, acerca de si son positivos o negativos en la formación de niños y jóvenes. Los partidarios opinan que estos juegos electrónicos promueven la creatividad, la inteligencia, la relajación, la liberación de emociones, el trabajo en equipo, el compañerismo, la convivencia y diversas formas de “estar juntos” (sociabilidad). En cambio, los detractores sostienen que provocan trastornos personales y de conducta, promueven el aislamiento, la adicción, la violencia, la agresividad, afectan el rendimiento escolar, hacen perder la noción del tiempo, desconectan de la realidad y son sexistas. ¿Qué te parecen estas opiniones? A partir de tu experiencia, ¿qué piensas al respecto?

En este estudio realizado con jóvenes de preparatoria de la UABJO (Bernardino, 2015) fue evidente que no todos son adictos a los videojuegos y que el tiempo que dedican a ello es muy variable, dependiendo de las circunstancias y la edad. El tema de la frecuencia y el lapso que los muchachos destinan a videojugar representa un problema para madres, padres, maestros y maestras. En caso de que seas videojugador, seguramente sabes de qué te hablo.

Cabe reiterar que realicé las entrevistas en una de las preparatorias de la UABJO. A modo de resumen, en el estudio encontré algunos *gamers*, aunque eran pocos en comparación con la mayoría de los jóvenes que sólo tuvieron un acercamiento a los videojuegos y rápidamente los abandonaron. Veamos qué nos cuentan de su experiencia, a continuación te presento las diferentes razones que tuvieron algunos jóvenes (de 14 a 19 años) para disminuir el tiempo a esta diversión.

Para los *gamers*, el uso de videojuegos es una práctica cotidiana de ocio que les proporciona emoción, diversión, relajación, también les impone retos que deben superar y desarrollan su creatividad (Bernardino-Hernández, 2015). Los efectos positivos en la salud, la mayor facilidad para sociabilizar y la formación personal por el uso de videojuegos han sido documentados en otros estudios (Sue, 1992). En este artículo sólo veremos la experiencia de aquellos que abandonaron los videojuegos.

### **“Una hora o una hora y media, porque luego me aburre...”**

Los videojuegos ofrecen buenos momentos de entretenimiento, emoción y diversión, pero como cualquier juego, deja de ser placentero y llega a ser aburrido: “Cada tres días, tres veces a la semana. Una hora o una hora y media, porque luego me aburre” (Paco). “Unas tres horas no más y ya, los sábados, o en la tarde, porque también luego me enfado” (Santiago). “Es no más de lograr una misión y de ahí lo apago y me voy a hacer otra cosa, es que luego ya lo sentía aburrido” (Sebastián).

El uso de videojuegos es una práctica atractiva para gran cantidad de muchachos e innegablemente forma parte de su cultura juvenil, una manera de ser joven en el tiempo libre

Con el tiempo, los videojugadores dominan trucos, acaban misiones o enfrentan retos y el juego, que en un principio era complicado y entretenido, se torna sencillo y hasta aburrido: "Igual y ya mejoré mucho mis técnicas y se me hace muy fácil" (Juan). "Con el tiempo vas aprendiendo combos especiales [trucos] y te va gustando y los vas practicando, ¡y ya!, después, cuando te sale como que te empiezas a aburrir" (Pepe). Entonces "ya no se le encuentra el chiste" a los videojuegos, "ya no divierte a quien, demasiado entrenado o hábil, gana sin esfuerzo e inevitablemente" (Caillois, 1986, p. 34).

#### **"Sentía cansancio, fatiga en los ojos, o en la mano"**

Videojugar implica una permanente concentración visual frente a la pantalla y, como suele suceder con otras actividades, con el tiempo se padecen ciertas molestias físicas: "Hace unos cuatro años yo era de videojugar a diario, de ocho a 10 de la noche, después sentía cansancio, fatiga, los ojos, o luego la mano, empezaba la irritación en los ojos" (Álex). "El Xbox a veces lo juego, pero ya no me llama la atención, porque me empezó a doler mucho la cabeza. El doctor me dijo que videojugar podría traerme ataques epilépticos por las luces" (Oliverio).

Las molestias provocaron que los jóvenes disminuyeran el tiempo dedicado a esta actividad: "lunes, martes, jueves, dos horas máximo, porque después empieza a arder la vista y ya te aburres de estar jugando" (Juan). "Aburrido por el motivo de que me cansaba estar sentado jugando, o se cansa la vista o los dedos también, de que los estás apriete y apriete" (Paco).

#### **"Ya no me dan ganas, los intereses van cambiando conforme vas creciendo"**

Al crecer, los jóvenes hacen nuevos amigos y definen distintos gustos, diferentes a los elegidos por los niños: "Mi primo tiene su Play 3, me iba con él, ahora llego y lo veo jugando y no me dan ganas... los intereses van cambiando conforme vas creciendo, ¿no?" (Irvin). "Antes lo hacía a diario y ahorita ya no, ahora estoy más en la música, amigos, salidas" (Eli). "Nos picábamos con el juego, ahora a veces no quiero jugar, pues me salgo, porque es más divertido, a estar pegado ahí" (Juan).

Algunos incluso prefieren trabajar y obtener dinero para gastar en actividades del mundo adulto: “Hay un determinado tiempo en el que te gustan los videojuegos y hay un tiempo en el que ya no, como que ya no te llaman la atención y prefieres trabajar o gastar tu dinero en otras cosas” (Memo). “Pues es que es otra etapa de tu vida, los videojuegos ya no y aprendes otras cosas... a tomar y a fumar [risas], o sales a fiestas” (Julio y Pepe).

Otros jóvenes se sintieron atraídos por actividades alternativas que realizaban sus amigos: “Le empecé a perder el interés de ir diario, me gusta escribir poesía. Me empecé a topar con unos chavos que rapean y me empezaron a inculcar en la escritura y me ocupó más en eso” (Sergio). “Ya no me llaman la atención, empecé con el BMX, trucos en bicicleta” (Oliverio). “De ahí se me fue pasando el gusto y empecé a jugar deporte” (Sebastián).

Hay quienes asumen un sentido de responsabilidad cada vez mayor, como estudiantes o como trabajadores. “Antes lo hacía diario y ahorita ya no; antes iba en la mañana a la escuela y en la tarde tenía más tiempo” (Eli). “Cada tres días, tres veces a la semana. No hay tiempo. Yo trabajo de taxista” (Paco). “Por la cuestión escolar, tengo muchas tareas” (Andrés).

### **Reflexiones finales**

El uso de videojuegos es una práctica atractiva para gran cantidad de muchachos e innegablemente forma parte de su cultura juvenil, una manera de ser joven en el tiempo libre. Como vimos en los casos presentados, no todos son adictos a los juegos y hay diversas razones por las cuales abandonan esta actividad.

Videojugar no se mantiene como una acción frecuente, intensa y permanente. Se reconoce que en algún momento el uso de videojuegos por parte de jóvenes es excesivo; sin embargo, conforme crecen, aprenden y logran regularse. Aparecen nuevos deseos y asumen algunas responsabilidades, muchos de los entrevistados

podieron moderar esta actividad para evitar que les afectara en su salud y en sus tareas escolares y laborales.

Entretenerse con videojuegos depende de las circunstancias de la vida. Seguir o no seguir videojugando quedará sujeto a su capacidad de diversión y principalmente de los gustos e intereses que los jóvenes tengan. Esto nos invita a pensar que las preferencias de las personas en las distintas etapas de la vida son diferentes y pueden cambiar de acuerdo con la situación que experimenten. También es válido preguntarse si para los muchachos que entrevisté los efectos de videojugar fueron positivos o negativos.

#### Referencias

- Bernardino-Hernández, J. G. (2015).** *Usos y significados de los videojuegos en jóvenes* (Tesis de licenciatura). ICEUABJO, Oaxaca, México.
- Caillois, R. (1986).** *Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Sue, R. (1992).** *El ocio*. México: Fondo de Cultura Económica.

# Los/las jóvenes y **las tareas escolares**

Gabriela Itzel Aragón-Flores<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Egresada de la Licenciatura en Ciencias de la Educación, Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca, Av. Universidad s/n, colonia Cinco Señores, Oaxaca, México, C.P. 68120.

### **Resumen**

En el presente artículo se aborda el tema de las tareas escolares y algunas de las condiciones en que las realizan los y las jóvenes. En un primer momento se define qué son las tareas escolares y se plantea el debate existente entre distintos actores respecto de ellas, también podrás conocer las propuestas que hay sobre las tareas y las posturas pedagógicas de algunos/as investigadores/as. Enseguida se presentan tres condiciones bajo las cuales los/as estudiantes llevan a cabo sus tareas, algunas de las cuales te pueden servir para hacer las tuyas: cuando se hace trabajo en equipo, lo que ocurre con las instrucciones, el uso de materiales y la organización del tiempo.

**Palabras clave:** Jóvenes, estudiantes, tareas escolares.

### **Abstract**

This paper addresses the issue of homework and some of the conditions under which young people do it. At first, school tasks are defined, and the ongoing debate held by different points of view regarding the issue is introduced; at this point you may also know the approaches and pedagogical perspectives of some researchers about this matter. Up next, three conditions under which students do their schoolwork are presented, some of them can help you when it comes to teamwork, regarding how to follow instructions, use the given materials and organize a time schedule.

**Keywords:** Young people, students, homework.



Como estudiante de preparatoria sabes que las tareas es una de las obligaciones con la que tienes que cumplir al asistir a la escuela. Desde que ingresaste por primera vez empezaste a realizar tareas escolares en casa; ahora que estás en este nivel es de suponer que habrás hecho muchas y seguramente les habrás dedicado varias horas.

Empecemos por establecer qué son las tareas escolares: son todas las actividades que profesoras o profesores asignan para llevar a cabo en casa, fuera de la clase, cuyo objetivo principal es (o debería ser) mejorar o reforzar los contenidos vistos en el salón e introducir al o la estudiante en el aprendizaje de un conocimiento nuevo. Las tareas escolares reciben diversos nombres: actividades académicas, deberes escolares, trabajos escolares, por mencionar sólo algunos. Al comienzo de la vida educativa son simples y poco a poco los/las docentes aumentan la dificultad, conforme se avanza a otros grados educativos. Incluso en la preparatoria y universidad te pueden encargar la elaboración de proyectos que requieran mucho trabajo, tiempo, esfuerzo y dinero.

Investigadores/as, pedagogos/as y maestras/os han discutido sobre la utilidad de las tareas, si son necesarias para que los/las estudiantes aprendan. Otros puntos de debate son cuánta y qué tipo de tareas es adecuado asignar. Gracias a las teorías científicas y propuestas pedagógicas se pueden conocer distintas opiniones sobre la función que cumplen. Algunos/as investigadores/as están a favor y otros/as en contra de encomendar tareas escolares, sobre todo a los/las niños/as

Juan Amós Comenio, considerado el padre de la Pedagogía, proponía que las tareas consistieran en actividades divertidas e interesantes, a través de las cuales se pudiera ejercitar y aplicar lo aprendido

de nivel primaria. En la prensa de diversos países es noticia que las tareas escolares provocan estrés y ansiedad en los/las estudiantes (Sanmartín, 2015).

Juan Amós Comenio, considerado el padre de la Pedagogía, proponía que las tareas consistieran en actividades divertidas e interesantes, a través de las cuales se pudiera ejercitar y aplicar lo aprendido. ¿Qué te parece esta opinión? Por su parte, el educador Enrique Pestalozzi y la pedagoga María Montessori dijeron que las tareas debían relacionarse con la experiencia de los/las estudiantes y que pudieran elegir su propio trabajo de acuerdo con sus intereses y habilidades. ¿Alguna vez te dejaron escoger tu tarea escolar?, ¿te gustaría tener la oportunidad de decidir?

En cambio, en el enfoque de la Pedagogía Activa, las tareas escolares no se consideraban necesarias, porque alumnos y alumnas trabajaban lo suficiente en la escuela y el tiempo fuera de ella debía ser utilizado para hacer otras actividades: artísticas, deportivas y de entretenimiento. ¿Te imaginas una escuela con esta tendencia, en la que no encargan tareas porque es suficiente con lo aprendido y hecho en el salón de clases? En algunos países como Suecia y Holanda las tareas se han suprimido o se deja muy poco trabajo para casa durante la educación primaria. En el siguiente apartado expongo tres condiciones en las que los/las jóvenes llevan a cabo sus tareas.

### **Condiciones para realizar las tareas**

Si tienes compañeros o compañeras que además de ser estudiantes son trabajadores/as, deportistas e incluso algunos/as son madres y padres, habrás notado por ti mismo que el tiempo que dedican a realizar las tareas escolares es variable y depende de circunstancias específicas.

También diversos estudios con estudiantes de preparatoria y bachillerato se han enfocado en que quienes asisten a las aulas no solo son alumnos/as, sino también jóvenes (Weiss, 2012b); es decir, la vida



juvenil se extiende más allá de la escuela y la familia, pues pasan tiempo con su grupo de amigos y amigas, novio o novia. Incluso, se insertan en la cultura digital, en la que se conectan con sus pares (redes sociales, internet, televisión digital, teléfono celular, videojuegos). Enseguida presento la serie de condiciones que afectan las maneras en que chicos y chicas realizan las tareas escolares.

#### **a) Tareas en equipos**

Regularmente es el profesor o profesora quien decide cómo deben organizarse los y las estudiantes. En este caso, los/las jóvenes casi siempre buscan hacer equipos con sus amigos y amigas, por la afinidad en intereses y la confianza entre ellos/as. De esa forma se apoyan y se ponen de acuerdo con mayor facilidad que con otros/as compañeros/as que no conocen o no quieren conocer.

Curiosamente, los trabajos en equipos no suelen realizarse entre todos/as los/las integrantes, sino que se dividen las labores, cada quien se encarga de una parte y alguien se responsabiliza de reunirlos. Esta dinámica no es recomendable porque el trabajo no queda bien integrado, no hay conexión entre las ideas y no existe un intercambio verbal entre todos, que es uno de los objetivos.

La realización de una tarea en equipo puede suponer mayores obstáculos, sea porque no hay amistad entre los/las estudiantes,



incluso pueden no caerse bien y tener diferencias en el modo de trabajar o no participar de la misma manera. Para que una actividad en equipo pueda hacerse bien, es necesario que los/las integrantes tengan una actitud de camaradería, solidaridad y estén dispuestos/as a dar su apoyo a los/las demás.

### ***b) Instrucciones y uso de materiales***

Cuando profesores o profesoras piden una tarea, lo mejor es que detallen las instrucciones o criterios que debe cumplir el trabajo. Si las indicaciones no son claras, habrá problemas para llevarlo a cabo. Algunos docentes dan al/a la estudiante un formato rígido de cómo lo quieren y si no cumplen con algún rubro, eso puede demeritar el esfuerzo realizado o no tomarlo en cuenta (Ramírez, 2012). Un recurso que maestros y maestras pueden compartir con sus alumnos/as son las rúbricas, formato en el cual se especifican los aspectos y criterios que debe mostrar la tarea solicitada.

Otro factor que afecta la realización de las tareas escolares es el costo de los materiales ocupados, que no siempre es posible cubrir. Los/las estudiantes que provienen de familias con mayores recursos económicos están en ventaja sobre quienes tienen menos ingresos. Debido a que en la actualidad las tareas escolares cada vez más implican el uso de diversos insumos, como son computadora, conexión

a internet, copias, libros, mesa o escritorio, silla y diversos materiales de papelería, por lo que las desventajas pueden ser mayores entre ellos y ellas.

### **c) Organización del tiempo**

Una de las quejas que expresan los/las estudiantes es que no saben organizar su tiempo ni planificar las tareas y actividades diarias, por lo que se ven en aprietos cuando llega la fecha límite para entregar sus tareas. Seguramente has tenido la experiencia de hacer tu tarea una o dos noches antes del plazo de entrega. Los/las investigadores/as han señalado que esto es algo común que ocurre en el mundo, lo que provoca en los/las jóvenes mucha ansiedad y estrés. Cuando una tarea se realiza sin planeación y se entrega sólo para cumplir, entonces no logrará su objetivo: el aprendizaje de un contenido.

En un estudio llevado a cabo en una preparatoria, se encontró que había grupos de estudiantes que preferían divertirse y realizar actividades afuera del salón de clases, no presentaban la tarea a tiempo y algunos/as habían reprobado materias o un semestre. Otros grupos de estudiantes eran dedicados/as, cumplían con sus tareas y obtenían buenas calificaciones. Para los/las maestros/as eran estudiantes "modelo"; en cambio, para sus compañeros eran "matados/as" o *nerds* que no se divertían. Una tercera postura la adoptaban otros grupos de jóvenes que cumplían con las tareas, sin llegar a ser "matados/as", y que se daban tiempo de salir con amigos/as y divertirse (Weiss, 2012a). Seguramente en tu escuela hay diversidad de estudiantes con mayor o menor dedicación hacia las tareas escolares.

### **Reflexiones finales**

Acerca del tema abordado hay mucho que decir. En lo particular, me parece que las autoridades educativas y los/las docentes necesitan escuchar las opiniones que tienen los/las estudiantes sobre las condiciones en que efectúan sus tareas escolares. En algunas escuelas encargan muchas tareas sin mostrar empatía ante las necesidades de chicos y chicas, quienes también requieren un tiempo de ocio y descanso.

Los/las estudiantes, aunque no trabajen, no nada más cumplen con este papel, tienen otros roles en sus casas y espacios en que interactúan con sus amigos y amigas. Entonces, realizar sus tareas escolares muchas veces les dificulta hacer otras actividades que también desean llevar a cabo.

#### Referencias

- Ramírez S., A. (2012).** *Los estudiantes y la escritura universitaria*. México: Universidad Pedagógica Nacional.
- Sanmartín, O. R. (2015).** *La OMS avisa: los niños españoles se sienten presionados por los deberes*. Recuperado de <https://www.elmundo.es/sociedad/2016/03/15/56e7f28946163f00378b4572.html>
- Weiss, E. (coord.). (2012a).** *Jóvenes y Bachillerato*. México: ANUIES.
- Weiss, E. (2012b).** Los estudiantes como jóvenes. El proceso de subjetivación. *Perfiles Educativos*, XXXIV(135), 134-148.

# La elección profesional en **estudiantes de preparatoria**

Fernando de Jesús Mendoza-Salinas<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Egresado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación, profesor de Asignatura en la Preparatoria Federal por Cooperación 181 "Ricardo Flores Magón", calle Kiindui s/n, col. Jacarandas, Santos Reyes Nopala, Oaxaca, México. Correo electrónico: fm3237319@gmail.com

**Resumen**

El propósito de este artículo es brindar información a estudiantes de preparatoria sobre cómo elegir una carrera profesional. En el primer apartado abordo el tema de la orientación vocacional; en el segundo desarrollo las etapas del proceso para elegir la carrera universitaria, según los intereses y condiciones de cada joven; en el tercero y cuarto apartado se sugiere imaginar a futuro la realización de actividades o tareas que implica esa profesión; por último, hablo de la importancia de revisar los programas de licenciatura que ofrecen diferentes universidades y, sobre todo, que platiques con tu familia y personas allegadas para tomar esta decisión.

**Palabras clave:** Estudiantes, preparatoria, orientación vocacional.

**Abstract**

The goal of this paper is to provide information to high school students on how to choose a professional career. In the first section I address the topic of vocational guidance. In the second section I elaborate on the stages of the process followed to choose a major in college, according to the interests and conditions of each student. In the third and fourth section, it is suggested that you imagine yourself in the future, going about the activities or tasks that such profession implies, and finally I talk about the importance of reviewing the degree programs offered by different universities, and I underscore that you talk to your family and close friends before making this decision.

**Keywords:** Students, high school, vocational orientation.



Como estudiante de bachillerato seguramente la gente a tu alrededor a menudo te pregunta qué quieres estudiar en un futuro, que ya no está tan lejano. La conclusión de tus estudios de bachillerato y el ingreso a la universidad se ha vuelto la “búsqueda de un sueño” y algo que parece inalcanzable para miles de jóvenes en este país. Alcanzar el siguiente nivel puede convertirse en una experiencia empañada por diversos factores, como la falta de espacios en las universidades públicas o el desconocimiento para elegir la carrera más adecuada.

Tal vez hayas recibido apoyo en tu bachillerato en cuanto a orientación vocacional y si no fue así, aquí brindaré algunas opciones y recomendaciones que hacen los/las psicólogos/as y orientadores/as educacionales. Lo primero que tienes que saber para elegir tu carrera profesional es que existen herramientas que pueden ayudarte a concretar tu elección, desde hacer pruebas psicométricas hasta tener un acercamiento en áreas del campo laboral.

Es necesario que al encontrarte frente a esta situación busques ayuda profesional y te prepares con anticipación para llevar a cabo el proceso; los psicólogos/as y orientadores/as son profesionales que pueden auxiliarte. En algunas escuelas preparatorias y bachilleratos, la orientación vocacional se imparte en el último año de estudios. A continuación, te mostraré tres pasos que te serán útiles para saber un poco más sobre cómo escoger tu carrera profesional:

*Tabla 1.* Historia de José Hernández

José Hernández Moreno	
	<p>La historia de José, el mexicano que logró llegar a la NASA, comenzó en los campos de cultivo de Stockton, California, mientras escuchaba en un programa de radio que Franklin Chang-Díaz, originario de Costa Rica, había sido nombrado parte importante del Programa de Astronautas de la NASA.</p>
<p>De la curiosidad a la realidad, así fue la vida de José, quien se preparó profesionalmente en la Universidad del Pacífico, en California, graduado de Ingeniería Eléctrica y posteriormente egresado de la Maestría en Ciencias en Ingeniería Eléctrica. El ahora astronauta de la NASA recuerda que su sueño era llegar al espacio y se preparaba cada día para ese momento.</p>	
<p>Como esta historia existen muchas más que se escriben día a día y se cuentan en la mesa de cada hogar mexicano, y lo mejor de todo es que esta historia también puede ser la tuya.</p>	
<p>Soñar y trabajar todos los días para cumplir nuestras metas es determinante en nuestra vida.</p>	
<p>Los padres de José son originarios de La Piedad, Michoacán, y él fue galardonado en 2006 con el Doctorado <i>Honoris Causa</i> por la Universidad del Pacífico.</p>	

### **El diagnóstico**

Lo primero que se recomienda hacer ante esta situación es un análisis minucioso de tu persona. Conocerte a ti mismo/a representa el primer paso de la escalera que habrás de subir; es decir, explora tus intereses y hazte una serie de preguntas como las siguientes: ¿cómo me veo

en 10 años?, ¿me sentiría cómodo/a asistiendo a mi trabajo?, ¿tengo vocación para esta profesión? Responder con total sinceridad te puede ayudar en el proceso de elección.

Empieza a observar las actividades que realizas en tu día a día, considera cuáles te gustan más, cuáles disfrutas más y tal vez algunas de ellas pueden estar indicándote la profesión que debes elegir. También te ayudará hablar con familiares, amigos/as y profesionistas acerca de tus gustos y preferencias, escuchar sus opiniones puede abrir otras alternativas que no habías pensado.

Otro paso importante es conocer tus competencias, éstas se dividen en conocimientos, habilidades y actitudes. Existen muchos cuestionarios, test o pruebas a través de los cuales es posible distinguir las capacidades que posees y en las que sobresales. Te sugiero que visites la página electrónica del Instituto Mexicano para la Competitividad A. C., donde encontrarás datos sobre las carreras y su empleabilidad.<sup>2</sup> Otra opción es la página electrónica de la Secretaría de Educación Pública, en su sección ¡Decide tus estudios! (SEP, 2019),<sup>3</sup> que cuenta con varios test que puedes contestar. Si tienes posibilidades, acude con un/una psicólogo/a u orientador/a para que te aplique las pruebas. Existe una variedad de ellas: de inteligencia, de personalidad y aptitudes, de intereses y de valores.

El test de inteligencia más conocido es el de Terman Merrill, el cual está compuesto por una serie de preguntas que van desde áreas generales hasta específicas, como matemáticas y lógica; el test Zavic evalúa los intereses y valores, y el de Allport mide valores; el de Cleaver pertenece a los de personalidad y te facilitará relacionar la tuya con un puesto, además de proyectar tu comportamiento ante diferentes situaciones. Otros que existen para medir inteligencias son el Dominó, el de Raven y el Wais.



<sup>2</sup> Disponible en <https://imco.org.mx/comparacarreras/>

<sup>3</sup> Disponible en <http://www.decidetuestudios.sep.gob.mx/>

Los resultados que obtengas en las diferentes pruebas son una guía para que consideres la decisión que vas a tomar. Recuerda que en cada carrera se necesitan ciertas competencias, es por eso que te propongo contestar un test, de este modo sabrás en qué áreas te podría ir mejor. En caso de que te interese una carrera científica como Física o Matemáticas y no tengas las calificaciones más altas en las aptitudes que se requieren, toma en cuenta que será necesario hacer un mayor esfuerzo para estudiar y aprobar. El diagnóstico inicial en la elección de la carrera profesional es muy importante, pues de este modo evitarás un fracaso.

Descubre más sobre los test en las siguientes direcciones, respóndelos e interpreta tus resultados:

Test de Cleaver: <https://sites.google.com/site/herramientasrh1/pruebas-de-seleccion-de-personal>

Test de Zavic: <https://www.questionpro.com/a/q/zavic-4045065>

### **Plan de vida**

Las personas que se proponen cumplir sus metas en determinado tiempo y logran hacerlo con éxito, sienten una gran satisfacción. Escoger la carrera profesional tiene que ver precisamente con planificar el futuro, trazar rutas acertadas y proponer alternativas. Las expectativas que tengas acerca de tu formación académica es un factor determinante en el proceso de elección, pues de este modo podrás visualizarte en el desenvolvimiento de las actividades o tareas que implica ese campo laboral; considera que dichas actividades van a delinear el estilo de vida que podrías llevar. La carrera profesional debe estar incluida en los sueños o propósitos que tienes en las áreas personal y social.

*Tabla 2.* Las carreras con el mejor futuro en México de acuerdo con el Observatorio Laboral, el Servicio Nacional del Empleo y la Secretaría de Trabajo y Previsión Social

Las carreras con el mejor futuro en México				
Pre-ecologistas	Desarrollo sustentable	Nuevas tecnologías	Medicina	Relaciones humanas
- Ingeniería ambiental y sustentabilidad	- Geomicrobiólogo	- Ingeniería en producción musical digital	- Bioinformático	- Gestor de comunidades
- Especialista en cambio climático	- Productor de alimentos orgánicos	- Ingeniería en Sistemas digitales y Robótica	- Nanomédico	- Broker de talento
- Gerente de sostenibilidad	- Ciencias de la Tierra	- Licenciatura en Negocios electrónicos	- Consejero médico genético	- Gerente de bienestar
- Ecologista de datos	- Ingeniería del agua		- Criminólogo	
	- Técnico en eficiencia energética			

Nota: Para conocer más sobre estas áreas de estudio y las carreras, te sugerimos consultar la página del Observatorio Laboral de la Secretaría de Trabajo y Previsión Social (2019).

### **Análisis profesiográfico**

Después de tener en claro tus intereses, habilidades y actitudes es momento de que eches un vistazo a las carreras del área profesional que quieres elegir. En este paso te será muy útil buscar información en internet, en las redes sociales, en las páginas de las universidades más cercanas y de aquellas que no lo están tanto, o acudir personalmente a ellas, además de acercarte a diferentes profesionales, quienes podrán compartirte su experiencia.

Para conocer más sobre una carrera, te recomiendo que leas los trípticos de aquellas que te interesan, pon atención al perfil de ingreso y egreso, revisa su propósito y objetivos

Te invito a que asistas a las pláticas individuales, grupales e incluso a las ferias de orientación vocacional que se llevan a cabo en tu bachillerato, en las cuales te expondrán un panorama de las carreras profesionales que ofrecen distintas escuelas. Para conocer más sobre una carrera, te recomiendo que leas los trípticos de aquellas que te atraen, pon atención al perfil de ingreso y egreso, revisa su propósito y objetivos. También es importante que identifiques las materias que la integran y considera si se apegan a tus intereses y habilidades.

El siguiente paso es ubicar la oferta educativa en las universidades que más te convengan, pueden ser públicas o privadas, esto dependerá únicamente de la decisión que se tome dentro de tu familia. Lo que debes tener en cuenta para la elección de la universidad es la cercanía a tu casa, los servicios que ofrece para el desarrollo de las tareas propias de la carrera y la infraestructura con que cuenta.

Gráfico 1. Cinco carreras con mayor ocupación en México



Nota: El estudio se se hizo entre personas jóvenes de 20 a 24 años, de acuerdo con el *top ten* de la OLA-STPS. Los porcentajes asignados son sobre 100%. Información completa, disponible en <https://www.observatoriolaboral.gob.mx/#/jovenes-top-ten>



### Para finalizar

Ofrecer orientación vocacional resulta de mucho beneficio para los/as estudiantes que aspiran a ingresar a la universidad y no contar con esta ayuda favorece altos índices de abandono escolar.

Considero muy importante la etapa de desarrollo en la que te encuentras, en la cual necesitas de consejos para elegir tu carrera, por ello te hago distintas recomendaciones, para que en la medida de lo posible sigas un proceso de elección claro y, sobre todo, apegado a tus intereses.

### Referencias

**Secretaría del Trabajo y Previsión Social.** *Observatorio Laboral.* Recuperado de [https://www.observatoriolaboral.gob.mx/static/acercaola/Quienes\\_somos.html](https://www.observatoriolaboral.gob.mx/static/acercaola/Quienes_somos.html)

**Secretaría de Educación Pública. (2011).** *Siguele, caminemos juntos.* Programa de Orientación Vocacional para el Bachillerato general, tecnológico y profesional técnico. México: autor. Recuperado de [https://www.dgb.sep.gob.mx/acciones-y-programas/siguele/Programa\\_Orientacion\\_Vocacional.pdf](https://www.dgb.sep.gob.mx/acciones-y-programas/siguele/Programa_Orientacion_Vocacional.pdf)

**Secretaría de Educación Pública. (2019).** *Decide tu futuro.* Recuperado de <http://www.decidetu-sestudios.sep.gob.mx/vista/test-vocacional/>

# Jóvenes y **sexualidad**

Brenda Reyes-García<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Egresada de la Licenciatura en Ciencias de la Educación, Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca, Av. Universidad s/n, colonia Cinco Señores, Oaxaca, México, C.P. 68120. Correo electrónico: brendis.rg11@gmail.com



### Resumen

En este artículo se abordan diversos mitos e ideas erróneas sobre la sexualidad, los cuales han sido expresados por los y las adolescentes en diversos talleres. A fin de que conozcas algunos de ellos que impiden el pleno desarrollo humano, te presentamos las preguntas que ellos se hacen, así como las respuestas que diversos estudios ofrecen. También abordaremos el tema de los estereotipos de género asignados principalmente a las mujeres. Por último, reafirmamos que la sexualidad es un aspecto importante de la vida y su ejercicio implica responsabilidad hacia tu propio cuerpo, que se extiende al cuidado de la otra persona.

**Palabras clave:** Mitos, sexualidad, jóvenes, padres y madres de familia.

### Abstract

This paper addresses several myths and misconceptions about sexuality, as expressed by teenagers in several workshops. In order to show some of these myths that prevent full human development, the authors bring up some questions that teenagers ask themselves, as well as the respective answers given by various studies. The authors also address the issue of gender stereotypes aimed primarily at women. Finally, this paper reasserts that the exertion of one's sexuality is an important vital function, implying a responsibility towards your own body, which also extends to the care of your sexual partner.

**Keywords:** Myths, sexuality, teenagers, parents.

Oaxaca es uno de los estados con mayor pobreza y rezago educativo en México. La mayoría de los y las jóvenes reciben una educación sexual conservadora en sus hogares, tamizada por las creencias religiosas y una cultura machista acendrada. Esta educación, reforzada en la escuela, es bastante restringida, vista desde un enfoque biológico y asociada a la reproducción humana. Las enfermedades de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos son temas que se abordan con mayor frecuencia, en cambio otros pasan desapercibidos, como el afecto, el enamoramiento y el disfrute pleno de la sexualidad.

¿Sabías que existe la *Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes?* (CNDH, 2016), está compuesta por 14 derechos, dos de ellos mencionan que muchachos y muchachas tienen “derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad” y “a ejercer y disfrutar plenamente [su] sexualidad” (CNDH, 2016, p. 10). Para lograrlo es necesario documentarte en temas relacionados con tu sexualidad y tu cuerpo.

El primer acercamiento a la información sobre la sexualidad debería ocurrir en la familia, sin embargo, muchos de los padres y las madres no están suficientemente preparados/as para hablar de los mitos, prejuicios y algunos tabúes sobre la sexualidad. En general, los y las jóvenes conocen al respecto a través de amigos/as, internet y la pornografía, de modo que no todos los contenidos son confiables y pueden estar muy distorsionados. Muchas veces, los adultos no comprenden las inquietudes y dudas que tienen los y las jóvenes sobre esta temática.

Durante la adolescencia, chicos y chicas viven diferentes cambios biológicos, psicológicos y sociales; tienen muchos deseos de expresarse y disfrutar cada momento, sobre todo de conocer y ejercer su sexualidad.

En las escuelas dicho tema está vetado y cuando se toca, se hace desde una perspectiva biológica. No es de sorprender que en el hogar tampoco se hable del asunto, debido a las creencias religiosas o a los prejuicios e ideas equivocadas.

Estas creencias o mitos pueden causar malas experiencias en tu vida sexual, como le ha sucedido a muchos/as jóvenes y adolescentes en bachilleratos y secundarias que he visitado, de ahí la importancia de conocerlos y aclararlos.

### **La primera vez y sus consecuencias**

Uno de los mitos es si la primera relación sexual trae cambios físicos visibles en el cuerpo. En los talleres, los/las jóvenes han expresado su preocupación por el hecho de que sus padres y madres puedan detectar a simple vista que han iniciado su vida sexual.

Al respecto, el GEISHAD (s.f.) nos dice que no hay forma de saber visualmente si una persona ya ha tenido o no su primera relación sexual, ni mucho menos el número de veces, por lo que este mito no debe causar pánico; sin embargo, es importante que tomes con cuidado y responsabilidad el inicio de tu vida sexual, por eso sugiero que antes te informes sobre el uso de preservativos o de anticonceptivos, para evitar un embarazo a temprana edad o contraer una enfermedad de transmisión sexual.



De igual manera, debes recordar que si bien se trata de una decisión personal, también es necesaria la disposición de la pareja, por lo que no debe existir algún tipo de presión hacia ti o hacia el otro o la otra; nadie tiene derecho a tomar esa decisión por ti y no tienes que cumplir con las expectativas de los demás.

Es importante que tomes con cuidado y responsabilidad el inicio de tu vida sexual, por eso sugiero que antes te informes sobre el uso de preservativos o de anticonceptivos

### **La bisexualidad es algo “sucio”**

La homosexualidad ha empezado a ser aceptada en algunas sociedades; no obstante, aún existen prejuicios acerca de este tema. Las opiniones son divergentes y en ocasiones de rechazo en distintos grupos sociales, principalmente en los sectores más conservadores de la sociedad.

La bisexualidad es otra expresión de la diversidad sexual, debe su nombre a la preferencia de permitirse el gusto o afecto tanto hacia personas del sexo opuesto como del propio; es decir, se puede sentir atracción hacia hombres o mujeres por igual. El Instituto Asturiano de la Juventud (2008, p. 5) afirma que “aunque hay personas que no lo comprenden y piensan que es un tipo de perversión o una enfermedad, en realidad no es más que una de las formas en que puede expresarse la sexualidad. Existen diversas opciones y debemos respetarlas”.

Todavía hay gente que piensa que la bisexualidad es “algo malo”, una enfermedad y discriminan o hasta violentan a quienes tienen esta orientación sexual. Los estudios han demostrado que hay un conjunto de manifestaciones sobre este tema y que la orientación sexual es distinta a la asignación biológica sexual. Por tanto, ten presente que no se trata de una enfermedad, sino de una preferencia.

### **La masturbación es inmoral**

La masturbación suele ser un tema del que no se habla en la familia o en la escuela y hasta cierto punto lo más aceptado en diversos espacios es la masturbación masculina, no así la femenina. Todavía muchas personas, entre ellas adolescentes, jóvenes y adultos, pueden pensar que es una conducta mala, o peor aún, que hacerlo con frecuencia afecta nuestro cuerpo.

Al respecto, el Instituto Nacional de las Mujeres (2009, p. 23) afirma que “Más allá de algunas creencias, masturbarse no causa ningún daño físico o psicológico, al contrario, te ayuda a conocer tu cuerpo y descubrir qué es lo que más te gusta”. Entonces, la masturbación no es

una práctica vergonzosa o mala, ni puede traer consecuencias dañinas, sólo hay que tomar en cuenta que no todas las personas la ejercen y que incluso a algunos/as les desagrada y es importante respetarlo.

## Estereotipos de género



En el entorno familiar comúnmente se normalizan frases como las siguientes: “El hombre llega hasta donde la mujer lo permite”, “Una mujer no se debe dar tan fácil”, “La mujer es culpable si un hombre no la respeta”, “No vistas tan corto, si no quieres que te pase algo”. Estas expresiones se han usado por décadas para responsabilizar a las mujeres cuando sufren un abuso físico, emocional y sexual por parte de los hombres, además de que también las colocan en un rol pasivo, de culpables o víctimas.

Los dichos mencionados aluden a ciertos estereotipos sobre las mujeres, el primero tiene que ver con el hecho de que ellas no deben expresar libremente sus deseos sexuales, ya que no está aceptado socialmente. Así, se piensa que no pueden tomar la iniciativa y decir qué es lo que quieren o necesitan en sus relaciones de pareja, incluso su manera de vestir está bajo vigilancia de los/as otros/as.

Muchas mujeres en el mundo, a través de la historia, han luchado por lograr igualdad de derechos en la vida pública y privada. Aunque se han hecho incontables esfuerzos para reeducar a hombres y mujeres, y hacer visibles las desigualdades entre niñas, niños, adolescentes, varones y mujeres, todavía falta mucho por hacer. Las mujeres de todas las edades tienen el derecho de vivir a plenitud, de dar el primer paso en una relación si así lo desean, de manifestar sus deseos sexuales o vestir como decidan.

### **Para finalizar**

Como has visto, la educación sexual no consiste solamente en hablar de temas biológicos, sino también de aspectos sociales, como los prejuicios y estereotipos que se van normalizando. La sexualidad es una necesidad básica que se puede ejercer sin miedos ni remordimientos y con el fin de conseguir bienestar, salud y placer. No se debe reprimir, pero sí es importante que se base en el respeto y amor hacia tu persona y tu cuerpo.

### **Referencias**

- Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH). (2016).** *Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.* México: autor. Recuperado de <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>
- GEISHAD. (s.f.).** *Las preguntas de otro rollo: Mentiras sobre tu sexualidad.* México: Grupo Educativo Interdisciplinario en Sexualidad Humana y Atención a la Discapacidad A. C. Recuperado de <http://www.geishad.org.mx/dudas-sobre-sexualidad/>
- Instituto Nacional de las Mujeres (INMujeres). (2009).** *Guía en sexualidad y género para adolescentes.* Uruguay: autor.
- Instituto Asturiano de la Juventud. (2008).** *Cuadernos de orientación: Tu sexualidad.* Asturias: autor.

Te invitamos a leer otros números de la revista  
*Ra Rió Guendaruyubi*



Disponibles en el siguiente link:  
<http://www.uabjo.mx/revistas-de-divulgacion-investigacion-e-innovacion>

## Normas editoriales para publicar en *Ra rió guendaruyubi*

*Ra rió guendaruyubi* ("donde hay búsqueda"), revista de divulgación dirigida a estudiantes de bachillerato y público en general. Cada número desarrolla un tema específico, explicado de manera clara y sencilla por investigadores/as, estudiantes de la Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca (UABJO) y de la comunidad científica de México y el mundo. Es una publicación cuatrimestral, editada y distribuida por la UABJO.

Objetivo: Ser un espacio para compartir conocimientos y experiencias en lenguaje sencillo, acorde con el nivel de estudios de estudiantes de bachillerato y el público interesado, con el objetivo de que los/as lectores/as obtengan un conocimiento básico, ordenado y veraz del tema que se desarrolla en cada número.

Convocatoria de artículos: La convocatoria está dirigida a investigadores/as, estudiantes y egresados/as de las diferentes áreas del conocimiento de la Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca y de la comunidad científica de México y el mundo.

*Ra rió guendaruyubi* recibe artículos originales e inéditos bajo convocatoria anual, por lo que los/as autores/as que contribuyan en ella deberán apegarse a las siguientes normas:

1. La revista aceptará trabajos escritos en español o en una lengua indígena de las que cuentan con lenguaje escrito reconocido oficialmente.
2. Los archivos deberán enviarse en formato Word 97-2013, en hoja tamaño carta, fuente Arial a 12 puntos. Los márgenes superior e inferior de la página deben ser de 2.5 cm y de 3 cm para el derecho izquierdo, con un interlineado de 1.5. La extensión de los artículos será definida por el/la responsable del número, considerando que la revista tiene un máximo de 30 cuartillas (páginas) en word.
3. En la redacción se respetarán las normas internacionales relativas a las abreviaturas, a los símbolos, a la nomenclatura anatómica, zoológica, botánica, química, a la transliteración terminológica, sistema de unidades, etcétera.
4. Todo trabajo deberá incluir las siguientes secciones, con las características especificadas.

### 4.1 En la primera página:

- a. Título del trabajo en español, inglés o en una lengua indígena. El título deberá ser tan corto como sea posible, siempre que contenga las palabras clave del trabajo, de manera que permita identificar la naturaleza y contenido de éste, aun cuando se publique en citas e índices bibliográficos. No se deben utilizar abreviaturas.
- b. Nombre completo del o los/as autores/as, iniciando con el (los) nombre(s) de pila, luego

los apellidos paterno y materno; ejemplo: Andrés Hernández Scandy, Mariana Tafoya-Parra. El/la autor/a de correspondencia debe estar identificado con un asterisco e incluir su correo electrónico.

c. Institución a la que representan, sin abreviaturas y la dirección completa de la misma (en una nota a pie), especificando el país.

4.2 Resumen en español o lengua indígena y abstract con un máximo de 150 palabras. Luego de cada resumen se anotarán de tres a cinco palabras o frases cortas-clave (key words) que ayuden a clasificar el artículo.

4.3 Notas a pie de página: a 10 puntos con las mismas características que el cuerpo del texto, deberán ser únicamente aclaratorias o explicativas, sólo servirán para ampliar o ilustrar lo dicho en el cuerpo del texto.

4.4 El trabajo puede incluir fotografías, gráficos, imágenes, cuadros y mapas que ilustren el contenido, en el texto se debe mencionar dónde se insertarán y deberán enviarse por separado de manera electrónica y con sus respectivas fuentes de información.

4.5 Se recomienda presentar cada cuadro y figura en hojas separadas; los cuadros deberán estar numerados, tener título o leyenda explicativa, de manera que se comprendan por sí mismos sin necesidad de leer el texto.

a. Se entiende por cuadro al conjunto de nombres, cifras u otros datos presentados ordenadamente en columnas o renglones, de modo que se advierta la relación existente entre ellos. Deberán ser enviados en archivos individuales, en formato Word, con líneas horizontales y verticales, a fin de que pueda corregirse la ortografía o modificar su tamaño.

b. Las figuras (gráficas, imágenes, dibujos, etcétera) deberán enviarse en los programas Excell para Windows, Corel Draw o Harvard Graphics, y presentarse en archivos individuales con el número progresivo correspondiente y pie de figura que la explique.

c. Las fotografías deberán enviarse en archivos individuales con alta resolución (300 píxeles por pulgada), en formatos gif, tiff, jpg. Se deben especificar los diámetros de aumento en las microfotografías que se incluyan.

4.6 Por la naturaleza de la revista, es recomendable que el/la autor/a no escatime en el material gráfico a incluir y que éste sea original.

4.7 De requerir la inclusión de archivos de audio, se solicita comunicarse con el/la coordinador/a del número, para detallar las características del archivo.

4.8 Se pueden incluir videos cortos, para lo cual es necesario comunicarse con el/la coordinador/a del número, quien proporcionará las características correspondientes.

4.9 Citas y referencias: al final del texto, las referencias deben separarse de acuerdo con el tipo de material que se consulta: bibliografía, hemerografía, referencias electrónicas, etcétera, en orden alfabético.

La forma de citar dentro del texto se apegará al formato APA 2016: entre paréntesis se anotará el primer apellido del/la autor/a o autores/as, separado con una coma del año de la publicación citada, luego una coma y la abreviatura "p.", y enseguida la página de donde fue tomada la cita: (Castañón, 2014, p. 25). En caso de que sólo se mencione algún trabajo de otro/a autor/a o no se trate de una cita textual, se deberá anotar de esta forma: (Castañón, 2014) o bien dentro de la redacción: Como afirma Castañón (2014)...

Las referencias se consignarán de la siguiente manera:

### Artículo impreso:

Apellido, A. A., Apellido, B. B. & Apellido, C. C. (Año). Título del artículo. *Título de la publicación, volumen*(número), pp-pp.

### Libro:

Apellido, A. A. (Año). *Título*. Ciudad: Editorial.

Capítulo de libro: Apellido, A. A. & Apellidos, A. A. (Año). Título del capítulo. En A. A. Apellido (Ed., Coord., etc.), *Título del libro* (pp-pp). Ciudad: Editorial.

### Versión electrónica de libro impreso:

Apellido, A. A. (Año). *Título*. Recuperado de <http://www.ejemplo.com>

Simposios y conferencias: Apellido, A., & Apellido, A. (mes, año). Título de la presentación. En A. Apellido del/la Presidente(a) del Congreso (Presidencia), Título del simposio. Simposio dirigido por nombre de la Institución organizadora, lugar.

### Tesis:

Apellido, A. & Apellido, A. (Año). *Título de la tesis* (Tesis de pregrado, maestría o doctoral). Nombre de la institución, lugar. Recuperado de [www.ejemplo.com](http://www.ejemplo.com)

5. El Comité Editorial enviará los artículos que reciba a arbitraje con dos pares externos de reconocido prestigio nacional e internacional.
6. Si el artículo fue aceptado con correcciones y/o adaptaciones, éste deberá ser devuelto corregido a la revista en un plazo no mayor a 15 días naturales.
7. El dictamen final será inapelable. Los/as autores/as serán contactados/as vía correo electrónico.
8. *Ra rió guendaruyubi* solicitará una carta de autorización firmada por todos los/as autores/as en la que declaren estar de acuerdo con que su artículo sea publicado en la revista. En caso de ser coautores/as, indicarán en qué consistió su participación.
9. Los artículos contenidos en esta revista serán responsabilidad exclusivamente de los/as autores/as.
10. Cualquier circunstancia no contemplada en la presente convocatoria será resuelta por el Comité Editorial de Publicaciones UABJO y de *Ra rió guendaruyubi*.

# RA RÍO

GUENDARUYUBI



UABJO