

AFECTIVO-SEXUAL

MATERIAL DE LECTURA I (5º Primaria)

VOCABULARIO:

Circuncisión: Operación que se realiza en los niños u hombres para retirar la piel (prepucio) que recubre el glande total o parcialmente.

Clítoris: Pequeña protuberancia situada en la parte superior de la Vulva que crece de tamaño cuando es irrigada por la sangre.

Conductos deferentes: Conductos que comunican los testículos con el pene.

Epidídimo: Canal que transporta el semen.

Escroto: Bolsa donde están alojados los testículos.

Espermatozoide: Célula sexual masculina.

Esperma (ver semen): Sustancia compuesta por células espermáticas y líquido viscoso (aportado por la próstata y la vesícula seminal entre otros).

Eyacuación: Emisión de esperma.

Glande: Extremo o punta del pene.

Gónadas: Órganos sexuales primarios (testículos y ovarios) que producen los gametos masculinos (espermatozoides) y femeninos (óvulos)

Hormonas: Sustancias producidas por las glándulas endocrinas y transportadas por la sangre.

Hormonas sexuales: Hormonas responsables del desarrollo sexual.

Labios mayores/menores: Parte de los órganos sexuales externos femeninos.

Meato urinario: Orificio situado en la vulva, por donde sale al exterior la orina.

Ovarios: Órgano sexual interno femenino. Su misión es producir los óvulos y las hormonas

sexuales femeninas (Estrógeno y Progesterona).

Óvulo: Célula sexual femenina.

Pene: Órgano sexual masculino. A través de él salen la orina y el semen.

Prepucio: Piel que recubre el glande.

Pubis: Es el anterior de los tres huesos que componen cada mitad de la pelvis. En los adultos está recubierto de vello.

Semen: Esperma, líquido viscoso que sale del pene del hombre cuando éste eyacula. Contiene los espermatozoides.

Testículos: Órgano sexual interno masculino. Su misión es producir los espermatozoides y las hormonas sexuales masculinas (Testosterona).

Trompas de Falopio: Parte de los órganos sexuales internos femeninos. Comunican los ovarios con el útero.

Uretra: Conducto por el que sale la orina al exterior.

Útero: Matriz, órgano sexual interno femenino. Cavity musculosa situada en el bajo vientre. En ella anida el óvulo fecundado y se desarrolla el embrión. Sus paredes se llaman el Endometrio.

Vagina: Órgano sexual interno femenino. Cavity musculosa situada en el bajo vientre.

Vesícula seminal: Pequeños sacos situados debajo de la vejiga del hombre. Su misión es fabricar un líquido que facilita el movimiento a los espermatozoides.

Vulva: Conjunto de órganos sexuales externos femeninos.

APARATO GENITAL FEMENINO

-Los genitales externos son las estructuras visibles desde el exterior, cuyo conjunto se puede denominar vulva y está formado por:

-Los orificios de salida de la uretra y de la vagina.

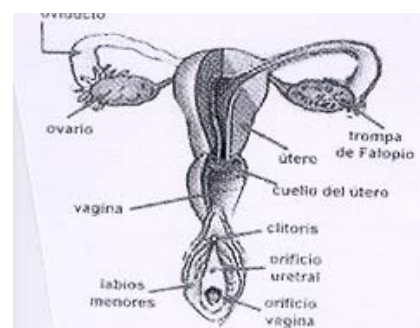
-El clítoris: consta de numerosas terminaciones nerviosas sensoriales.

-Los labios mayores y menores: son pliegues de la piel que protegen la entrada a la vagina y la uretra.

-Los genitales internos son los que se alojan en la pelvis, y son los siguientes:

-La vagina: Comunica el útero con el exterior, y es el órgano femenino del coito, pues recibe el pene y el semen durante el acto sexual. También sirve de conducto que evacua los restos de la mucosa uterina durante la menstruación.

-El útero: Es el órgano que recibe, retiene y nutre al cigoto que proviene de la Trompa de Falopio. Se conecta con la vagina por el cuello.



-Las trompas de Falopio: Comunican el útero con los ovarios y permiten al óvulo alcanzar la cavidad uterina a través del oviducto.

-Los ovarios: Son las gónadas femeninas; a partir de la pubertad maduran los óvulos que podrán ser fecundados.

APARATO GENITAL MASCULINO

El aparato reproductor masculino también podemos dividirlo en órganos externos y órganos internos.

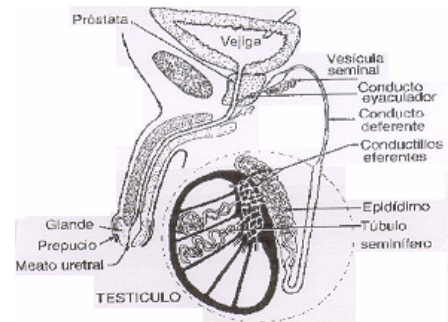
-Los órganos externos son:

-El pene: tiene la doble función de albergar la uretra y servir como órgano para la cópula. En este caso, se encarga de depositar el semen en la vagina femenina. Está formado por dos cuerpos cavernosos que producen la erección por acceso de la sangre a ellos, y un cuerpo esponjoso que protege el final de la uretra. El último tramo del pene es el glande, que está recubierto por una porción de piel llamado prepucio.

-El escroto: Parte de la piel que alberga los testículos.

-Los órganos y estructuras internas son:

-Los testículos: Son las gónadas masculinas que, gracias a los tubos seminíferos, producen los espermatozoides a partir de la pubertad.



-Epidídimo y conductos deferentes: Su función es almacenar los espermatozoides y conducirlos al exterior.

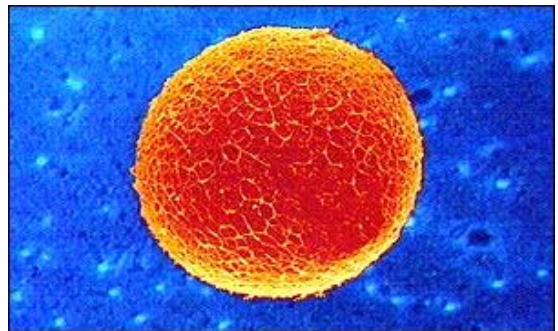
-Las vesículas seminales y la próstata: Son glándulas que segregan diversas sustancias que vierten sobre los espermatozoides, formando espermatozoides, formando espermatozoides, formando espermatozoides.

MATERIAL DE LECTURA II (5º Primaria)

LA REPRODUCCIÓN

La reproducción es la capacidad que los seres vivos tienen para perpetuarse y dar lugar a otros individuos semejantes a ellos; por eso la reproducción constituye una función básica de todo organismo.

El proceso reproductivo se inicia con la producción de las células que participan en la reproducción, o gametos. Los gametos de la mujer son los óvulos y los del hombre los espermatozoides. Cuando estas dos células sexuales se unen, se produce la fecundación y se origina un nuevo ser. Los embriones se desarrollan en el interior de la madre, concretamente en el útero.



Óvulo



Espermatozoide

Las gónadas o los órganos sexuales primarios, son los testículos en el varón y los ovarios en la mujer; son los encargados de producir los gametos. Los órganos sexuales secundarios son aquellas estructuras que maduran en la pubertad y que son esenciales en el cuidado y transporte de gametos.

Reproducción

La reproducción humana se produce mediante la unión de dos células sexuales distintas. Una que procede del cuerpo del hombre y otra que procede del cuerpo de la mujer. Las células sexuales de la mujer se llaman óvulos y se forman en los ovarios. Las células sexuales del hombre se llaman espermatozoides y se producen en los testículos.

Fecundación

La fecundación es la unión del óvulo y un espermatozoide. Una vez que el óvulo está fecundado baja hasta llegar al fondo del útero donde anidará y crecerá, formando un nuevo ser.

Embarazo

Es período que va desde que se produce la fecundación hasta el nacimiento. Dura aproximadamente 9 meses.

El feto crece muy rápidamente dentro de su madre. Durante los 2-3 primeros meses se llama embrión, después se le denomina feto.

Mientras el feto está dentro de la madre no necesita comer ni respirar, ya que toma el oxígeno y la comida de la sangre de la madre. Esto se realiza por medio de la placenta. El feto está unido a la placenta por un conducto que sale de su ombligo, el cordón umbilical.

Dentro del útero, el feto está rodeado por una bolsa (saco amniótico) la cual aguanta los movimientos bruscos que pudiera hacer la mamá. También ayuda a mantener al feto a una temperatura agradable y le permite crecer y moverse libremente.

Cuidados más importantes de la mujer embarazada

Realizar ejercicios físicos suaves diariamente (pasear, nadar, etc). Le ayudarán a estar relajada, y facilitarán el desarrollo del feto y el parto.

Dormir un número adecuado de horas (8 horas). Comer alimentos variados y frescos.

Hacerse regularmente una revisión médica para saber cómo va el feto.

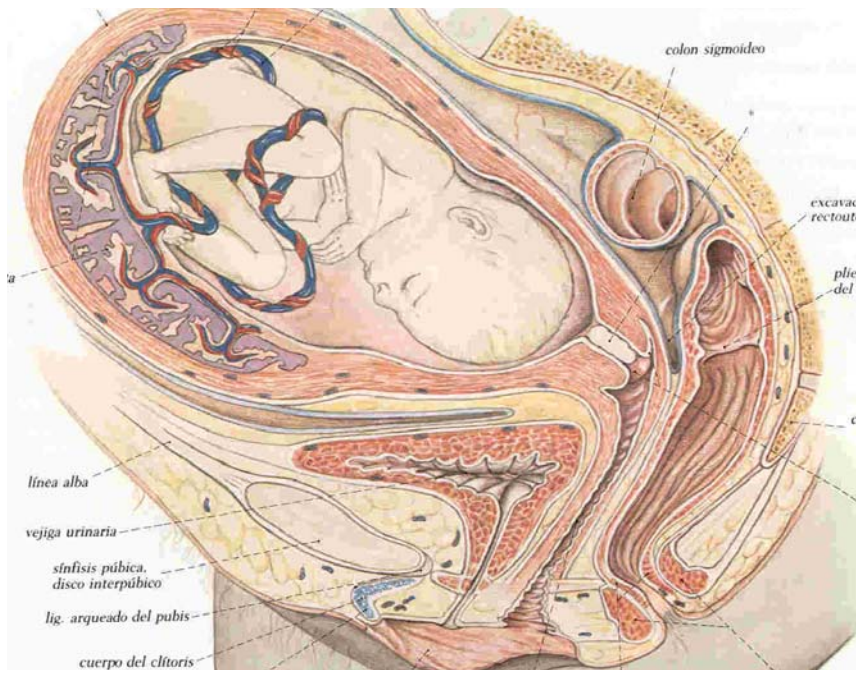
No debe fumar ni tomar bebidas alcohólicas; el feto se alimenta de su madre y esto es muy perjudicial para él.

Parto

El parto es el proceso por el cual el bebé deja el útero de su madre para salir al exterior. Esta salida puede ser por la vagina o abriendo la barriga y el útero de la mamá, lo que llamamos cesárea. Esta última forma sólo se realiza si la mujer no puede expulsarlo por la vagina.

El papel del padre durante el embarazo y el parto es muy importante. Debe cuidar y colaborar con la mujer embarazada. Esto ayudará a que el feto se desarrolle más satisfactoriamente y a que la futura madre se sienta acompañada y apoyada en todo este proceso.

Pero las funciones del padre comienzan, verdaderamente, después del nacimiento del niño. Una vez que nace, el bebé depende para vivir y crecer de las personas adultas. El padre debe participar en las tareas del cuidado del bebé: cambiarle los pañales, darle el biberón, jugar y hablar con él o ella, etc.



PREVENCIÓN

RECUERDA

1ª Sesión

Droga es toda sustancia que, introducida en el cuerpo produce cambios que afectan negativamente a la salud de las personas en lo físico y/o en lo psíquico. Además todas crean algún tipo de dependencia.

El tabaco es una de las sustancias más perjudiciales para el cuerpo humano. Algunas personas dicen que no es una droga, quizá porque sus efectos negativos se notan más a medio y a largo plazo que en los primeros años de su consumo (aunque desde el principio se puede detectar a un fumador por las manchas amarillas y el olor que desprende su ropa y algunas partes de su cuerpo, además de reducir casi de inmediato la capacidad deportiva del individuo y disminuir el sentido del sabor en la lengua).

Pero lo cierto es que no aporta ningún beneficio para la salud y produce serias enfermedades en distintos órganos del cuerpo. El *Alquitrán* (causante de diferentes clases de cáncer), la *Nicotina* (responsable de la adicción o dependencia) y el *Monóxido de Carbono* (CO) que se desprende al inhalar el cigarro y que desplaza al oxígeno que respiramos en nuestro organismo, son los principales compuestos negativos del tabaco. En cualquier caso, todos los “fumadores pasivos” o personas que están alrededor de los que fuman tienen derecho a que se respete su derecho a un espacio libre de humos. Por eso la Ley actual prohíbe fumar en todos los sitios públicos y en los espacios cerrados (los bares y restaurantes son una excepción a esta norma pero han de reservar un espacio diferenciado para no fumadores o advertir en la entrada si se puede fumar o no en su interior).

El alcohol, en pequeñas dosis, es una sustancia que el organismo metaboliza de mejor forma (controla, digiere y elimina) a partir de una edad adulta. En la infancia y la adolescencia, el hígado del ser humano no está aún formado para aceptar el alcohol sin perjudicar su desarrollo.

En cualquier caso, el abuso del consumo de alcohol, aún en los adultos, puede causar, y normalmente causa, muchas enfermedades (cáncer de hígado, cirrosis, trastornos de personalidad, etc.), así como aumento de la agresividad, dificultades graves en la conducción y es la primera causa de siniestralidad laboral.

Las medicinas, en sí, aunque son consideradas algunas de ellas “drogas” por sus efectos de dependencia física y psíquica, pueden favorecer la salud si se suministran bajo

control médico. Sin embargo, el abuso, la ingestión de dosis no controladas por un médico, o la mezcla con otras sustancias convierten a las medicinas en sustancias sumamente peligrosas.

RECUERDA

2ª Sesión

Tenemos que ser conscientes de que en la calle existen posibilidades atractivas y divertidas, pero también riesgos y problemas. Entre otros, podemos encontrarnos con una pelea que se produzca cerca de nosotros, que nos roben el móvil, el dinero o toparnos con una banda urbana que nos provoque o insulte, por citar algunas posibilidades.

¿Qué podemos hacer? En primer lugar *nunca* debemos responder a una provocación.

Lo más prudente es alejarse del riesgo. Si ello no es posible, debemos pedir ayuda a un adulto, conocido o desconocido. Si hay algún agente de la autoridad próximo, solicitar su ayuda.

Si nos roban, es un error intentar perseguir al ladrón, porque podríamos sufrir un mal mayor. Lo que sí podemos hacer es recordar sus características físicas, acento, ropa, edad, matrícula si va en vehículo, etc., para comunicárselo a nuestros padres y a la policía si después denunciamos.

La cautela es muy importante para nuestra forma de actuar en la vía pública. Así, por ejemplo, evitar transitar por lugares solitarios como descampados o con escasa luz y no acudir a zonas donde sepamos que hay ciertos peligros (una obra, sitios subterráneos, medios de transporte públicos como el Metro a partir de cierta hora, etc.) tanto si se va solo como si se va acompañado.

El disfrute de la vida en la calle (un parque de atracciones, un espectáculo público, un festival) no está reñido con la prudencia (como no soltarse el cinturón, coger artilugios del suelo o cruzar la calle siempre por un paso de cebra).

Este tipo de estrategias deben prevalecer sobre las posibles opiniones contrarias (más osadas) de nuestros propios amigos. Es más importante nuestra propia seguridad que seguir los comportamientos irresponsables de quien nos acompaña.

Y, sobre todo, saber que la mejor táctica para evitar un riesgo es *no estar allí*. Es preferible no acudir a lugares o acontecimientos en los que podamos sospechar que nos podemos encontrar con problemas, que correr el riesgo de vernos en un apuro.