



SEXUALIDADES Y ATENCIÓN PRIMARIA

- Área: Abordaje del estigma y la discriminación asociada al VIH / Categoría: ORO
- Entidades responsables: Consejería de Salud y Servicio de Salud del Principado de Asturias
- Equipo: personal sanitario de AP, coordinadoras de Atención Educativa, personal administrativo, personal técnico, de coordinación y directivo de Consejería y SESPA... **¡Gracias!**



JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA

- **Emergencia en salud sexual:** aumento anual del 29% para sífilis y del 20% para gonorrea entre 2020-2024 (¡anual!); mitad de diagnósticos tardíos en VIH.
- La educación sexual es un **derecho humano**.
- La **evidencia** de la educación sexual: reducción ITS, ENP, mejora relaciones y prevención de violencias (también por estado serológico).

LAS CAUSAS DE LAS CAUSAS



Buenas Prácticas del SNS

2025-2026

OBJETIVOS GENERALES: Educación y salud sexual (incluye prevención de cualquier tipo de violencia).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Formar al personal sanitario en educación sexual.
- Incrementar las actividades de educación sexual en las consultas de Atención Primaria.
- Derivar a otros recursos cuando sea necesario.
- Favorecer el acceso gratuito a anticonceptivos.

Propuesta de contenidos para la educación en sexualidades

HABILIDADES

- ▶ Valores para la convivencia y los buenos tratos: diversidad, igualdad, respeto, cooperación, solidaridad, ternura.
- ▶ Claves para una comunicación efectiva. Escucha activa y empatía.
- ▶ Asertividad. Comunicación y conducta asertivas.
- ▶ Vivencia y comunicación de emociones. Comunicación afectiva.
- ▶ Toma de decisiones. Saber decir no. Saber decir sí.
- ▶ Resolución positiva de conflictos. Tolerancia a la frustración. Acuerdos.
- ▶ Inteligencia emocional.
- ▶ Gestión de la presión de grupo.
- ▶ Comprensión, empatía y valoración positiva de las otras personas y las diferencias.
- ▶ El tacto y el contacto en las relaciones humanas.

AFECTOS

- ▶ Bienestar emocional. Autoestima. Aceptación personal y de otras personas. Autoeficacia. Autoconcepto.
- ▶ Imagen corporal y diversidad: concepto de belleza, análisis crítico de los modelos de belleza, creencias y presión sobre la importancia del físico, construcción positiva de la imagen corporal.
- ▶ Familias: diversidad, buen trato, comunicación y muestras de afectos. Cuidados y corresponsabilidad.
- ▶ Afectos sociales: apego, amistad, cuidados, altruismo. Pautas para el buen trato.
- ▶ Afectos sexuales: deseo, atracción, enamoramiento y amor.
- ▶ Estereotipos y mitos en torno a los conceptos de sexualidad y amor. Los celos.
- ▶ Destrezas socio-emocionales para las relaciones afectivas. Decir no. Gestión del rechazo.
- ▶ Ética de las relaciones. Diferentes modelos de parejas y buen trato.
- ▶ Buen trato en las relaciones de pareja. El apego como vinculación en las relaciones. Estilos de apego.
- ▶ El duelo ante la pérdida de personas queridas. Dependencia emocional. Gestión de rupturas.
- ▶ Violencia de género. Situaciones de riesgo y prevención.
- ▶ Prevención de violencia de género o por razones de orientación y/o identidad. Recursos.

CUERPOS

- ▶ Cambios físicos, emocionales y sociales en la pubertad y sus diferentes vivencias.
- ▶ Autoconocimiento del cuerpo. Órganos genitales y diversidades corporales. Higiene.
- ▶ Salud sexual. Derechos sexuales y reproductivos. Prácticas y recursos para la salud sexual.
- ▶ Planificación familiar: embarazo, prácticas aconceptivas, métodos anticonceptivos, corresponsabilidad.
- ▶ Uso del preservativo masculino y femenino.
- ▶ Anticoncepción de emergencia.
- ▶ ITS y su prevención. VIH/SIDA y prevención del estigma y la discriminación.
- ▶ Cambios físicos y emocionales en la menopausia y andropausia.

PLACERES

- ▶ Tipos de respuesta sexual humana y sus componentes.
- ▶ Conceptos clave relacionados con los placeres: erecciones, orgasmos, lubricaciones...
- ▶ Zonas erógenas y deseos. La masturbación.
- ▶ Erótica: deseos, fantasías y conductas. Roles y estereotipos de género.
- ▶ Diversidad de prácticas eróticas. Comunicación, límites y acuerdos. Coitocentrismo y alternativas.
- ▶ Primeras veces. Motivaciones para tener prácticas y elementos para decidir. Consentimiento.
- ▶ Influencia de medios, internet y redes en prácticas de chicas y chicos, mujeres y hombres.
- ▶ Influencia de la pornografía en los modelos de relaciones eróticas.
- ▶ Relaciones afectivas y eróticas a lo largo de la vida.



IDENTIDADES

- ▶ Sexualidades, sexo y sexuación.
- ▶ Género, roles sexistas y estereotipos de género. Concepto de feminismo.
- ▶ Orientaciones del deseo. Las personas LGBT+ en la historia y en distintas culturas.
- ▶ Identidad sexual. Identidades de género. Identidades no binarias/no normativas.
- ▶ Heteronormatividad y mitos sobre las diversas orientaciones/identidades.
- ▶ Redes y construcción de identidades digitales. Recursos y usos positivos.

Buenas Prácticas del SNS

2025-2026

ACCIONES DEL PROYECTO:

- Formación: Educación sexual nivel básico (40 horas), intermedio (25 horas), avanzado (25 horas), Educación sexual 4.0 (15 horas), Sexualidades y AP (25 horas), Sexualidades y Pediatría (25 horas).
- 10 posibles intervenciones a desarrollar en el centro de salud, con apoyo de guías. 
- Derivación a otros recursos.
- Reparto de materiales y condones. 



Marca la opción correcta:

- AFAYADIZU**
Con teunoloxía HEX pa máxima sensibili
- CORRESPONSABLE**
Prevenir embarazos ye cosa de dos
- INFLABLE**
¡Que nun ye un globul!
- ERÓTICU**
Pa sugar, gociar, experimentar...
- SEGURU**
Evita infeiciones de tresmisión sexual
- PA LA MOCEDÁ**
Ye pa toles edaes y sexos
- GRATIS**
Con repartu en centros colaboradores
- POL BON TRATU**
Si una mujer nun diz sí, lo demás ye non

*Probablemente'l
mejor preservativu
asturiano
del mundu*



RESULTADOS:

- Pilotaje (2019) en consulta con 92 mujeres y 43 hombres (0 a 84 años): satisfacción > 90% en contenidos, tiempo, expresar dudas, comodidad y materiales.
- Formación (2022-25): 197 en Educación sexual básica, 91 en intermedia, 57 en avanzada; 63 en Sexualidades y AP; 93 en Sexualidades y Pediatría. Evaluación: >4 (sobre 5).
- 2025: 141 profesionales de Atención Primaria participan en el proyecto con actividades en consulta y 544 talleres grupales (1088 horas).
- Materiales (hasta 2025): 400 guías “Talleres externos”, 300 guías “Sexualidades y AP”, 200 guías “Educación sexual en Pediatría”, 40.000 fichas para menores, 40.000 folletos para familias, 4.000 folletos para población adulta y 44.000 condones “prestosu”.



BUENA PRÁCTICA:

- ✓ Basada en la evidencia: la efectividad de la educación sexual.
- ✓ Diseño participativo y metodología participativa de la intervención.
- ✓ Enfoque de equidad: distintas intervenciones para realidades diferentes (DSS), perspectiva feminista y de diversidad.
- ✓ Modelo sostenible: educación sexual en consulta y en actividades grupales.
- ✓ Eficiencia alta: inversión aproximada de 50.000 euros en costes directos (prevención de un caso de VIH supone un ahorro de 10.000 euros anuales).
- ✓ Transferible a otros centros del SNS sin recursos extraordinarios.



LIMITACIONES:

- ✓ Voluntariedad profesional.
- ✓ Sobrecarga del sistema sanitario.
- ✓ Alta rotación del personal.



DATOS MUY PREOCUPANTES EN ADOLESCENTES:

- ✓ ITS en > de 20 años se han disparado e IVE también sube.
- ✓ Violencia de género aumenta un 87 % en 2018-2022 y es más grave (75 % alta gravedad y 58 % alta urgencia).
- ✓ 103 delitos de odio con autoría de personas menores en 2022 (más por orientación e identidad de género).
- ✓ «Barómetro 2023»: 31 % con agresividad, somnolencia o ataques de ansiedad frecuentes; 16 % toma psicofármacos por su cuenta (y otro 12 % con receta) y 16 % reconoce problemas de salud mental.
- ✓ 23% de menores de 5 a 18 años reconoce haber sufrido acoso escolar en 2023 (85% en el colegio).

Buenas Prácticas del SNS

2025-2026

PROPUESTAS:

- ✓ Educación sexual en el ámbito educativo: materia curricular y obligatoria en Infantil, Primaria y Secundaria sobre Salud y Bienestar.
- ✓ Intervenciones comunes de Educación para la Salud en Atención Primaria del SNS.

¡MUCHAS GRACIAS!

sexualidades@asturias.org



Principado de
Asturias

Consejería
de Salud



SERVICIO DE SALUD
DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

Nota: Las referencias usadas están en el anexo correspondiente.

Gráfico 2. Número de abortos al año en mujeres jóvenes, de 2000 a 2009, en Estonia

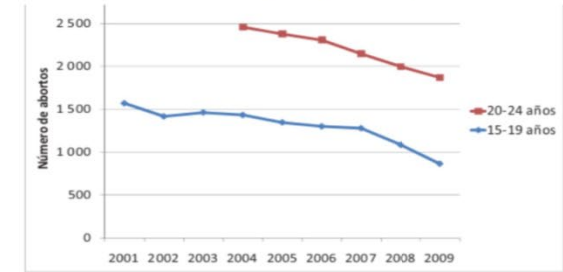


Gráfico 3. Número de ITS al año en población joven, de 2000 a 2009, en Estonia

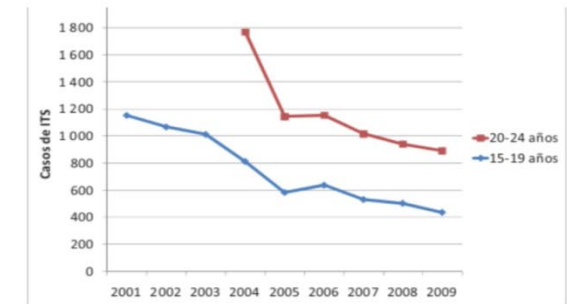
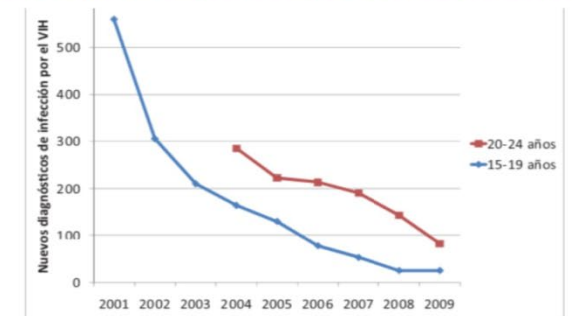


Gráfico 4. Infecciones al año por VIH en población joven, de 2000 a 2009, en Estonia



Fuente de gráficos 3, 4 y 5: "Programas escolares de educación sexual. Análisis de los costos y la relación costo-eficacia en seis países" (UNESCO, 2012)⁷⁷.