



BIENESTAR PSICOLÓGICO Y COMPORTAMIENTO SEXUAL DE PROTECCIÓN EN ADOLESCENTES

Jesús Manuel Guerrero Alcedo

Psicólogo, Docente del Programa de Psicología,
Decanato Experimental de Humanidades y Artes,
Universidad Centrocidental Lisandro Alvarado,
Barquisimeto - Venezuela.

Resumen

Dentro del área del comportamiento sexual existen factores que protegen a los adolescentes de llevar comportamiento sexual de riesgo; dentro de ellos tenemos el bienestar psicológico, el cual es un factor multidimensional que junto a factores individuales e interpersonales parece ser la razón más convincentes para promover comportamientos sexuales saludables entre los adolescentes e implementar programas educativos que se orienten a fortalecer prácticas sexuales con mayor responsabilidad lo cual es indispensable a la hora de prevenir enfermedades y consecuencias no deseadas para los adolescentes.

Palabras Claves: Bienestar psicológico, comportamiento sexual de protección, psicología positiva, factores protectores.

Abstract

Exist within the area of sexual behavior factors that protect adolescents from risky sexual behavior carry within them have the psychological well-being, which is a multidimensional factor with individual and interpersonal factors seems to be the most compelling reason to promote behaviors sexual health among adolescents and implementing educational programs that aim to strengthen sex with more responsibility which is essential when it comes to preventing disease and unwanted consequences for adolescents.

Keywords: Psychological wellbeing, sexual behavior protection, positive psychology, protective factors.

Introducción

La sexualidad es considerada como el conjunto de características biológicas, psicológicas y socioculturales que se encuentran presentes a lo largo de la vida de una persona. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos,

fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas prácticas y relaciones interpersonales. Por lo que este concepto se ve influido por la interacción de diversos factores como biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, histórico, religiosos y espirituales (Cañizo & Salinas, 2010; Organización Mundial de la Salud, 2000).

Es evidente entonces, que las conductas sexuales de los adolescentes de este siglo han dado un vuelco interesante, y desde diversas posturas las repercusiones que estas traen son preocupantes. Las estadísticas muestran un incremento de embarazos adolescentes, oferta sexual a través medio de comunicación y el internet, incidencia de infecciones de transmisión sexual, abortos provocados y una disminución de la demanda de servicios sanitarios a pesar del incremento de la población adolescente, además de las críticas morales. Todas estas consecuencias hacen énfasis en una población tan vulnerable como son los adolescentes.

Y es que debido a su dinámica evolutiva y por las exigencias del medio en el cual se desenvuelve, los llevan a presentar desajustes entre él y su medio, tales desajustes producen situaciones estresantes que ponen en marcha recurso propios para hacerle frente; si esto no se logra, puede ocasionar conflictos, confusiones, contradicciones y en algunos casos temores, llevándolos a cometer comportamientos de riesgos (Castro y Casullo, 2000).

En este sentido, los comportamientos de riesgo son fenómenos complejos y multifactoriales, en ellos es importante considerar los aspectos propios del desarrollo de esta etapa evolutiva y los factores de riesgo y de protección; considerando que, la mayor vulnerabilidad que experimenta este grupo está determinada por la combinación de varios factores de riesgo, lo que hace a los adolescentes más propensos a determinadas conductas de riesgo, en este caso los comportamientos sexuales riesgosos (Hidalgo & Júdez, 2007).

Es importante destacar que, en la sexualidad influyen diversos factores que dan paso a las conductas sexuales de riesgo en los adolescentes; tenemos los de carácter comunitario (tasas de desempleo, pobreza, nivel educativo, entre otros), familiares (nivel socioeconómico, carencia de supervisión por parte de los padres, la calidad de la relación padre-hijo, entre otras) e individuales (riesgo

percibido, conocimiento sobre enfermedades de transmisión sexual, habilidades, creencias, normas de grupo de iguales, factores biológicos, características de la relación con las parejas sexuales) (Teva, Bermúdez & Buela-Casal, 2011).

Durante mucho tiempo el énfasis en psicología se ha centrado en el estudio de la patología, descuidando los aspectos positivos del ser humano, como resultado se ha generado un movimiento en la Psicología; enmarcado en el modelo salugénico denominado Psicología Positiva, que conceptualiza el bienestar integrado tanto por la satisfacción con la vida, como por fortalezas o rasgos positivos, considerando estas dimensiones como factores promotores de la salud (Garassini & Zavarce, 2010).

La Psicología Positiva se propone mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional, para prevenir la aparición de trastornos mentales y psicopatologías, asimismo, desarrollar competencias emocionales que preparen para la vida. Además, juega un papel clave en la promoción de la salud mental, mediante la prevención de conductas que producen psicopatologías y la promoción del bienestar psicológico y emocional. Desde la Psicología Positiva se pretende desarrollar un modelo centrado en la promoción de salud, tanto física como mental (Font de Mora, 2010).

En los últimos años, se ha venido produciendo un cambio en la investigación en psicología, que evidencia una tendencia a abordar las variables positivas y preventivas en lugar de los aspectos negativos y patológicos que tradicionalmente se estudian (Simonton & Baumeister, 2005). Dentro de esta variable positiva se encuentra el bienestar psicológico, caracterizado por ser un factor de protección ante el riesgo sexual.

Los estudios más actuales acerca del bienestar psicológico lo muestran como un concepto multifacético y dinámico que incluye dimensiones subjetivas, sociales, y psicológicas así como comportamientos relativos a la salud (Romero, García-Mas & Brustad, 2009). Basándose en esta perspectiva multidimensional, Molina & Meléndez (2006) conciben el bienestar psicológico como una construcción personal que descansa en el desarrollo psicológico del individuo y

en su capacidad para interactuar de manera armoniosa con las circunstancias de la vida.

Dentro de los comportamientos sexuales, el bienestar psicológico se ve influido por factores de riesgo sexual, por lo que puede verse comprometida la salud física y mental afectando directamente la consecución de los valores de salud o la capacidad de la persona para obtener satisfacción en sus interacciones con el entorno.

Existen por lo tanto, los riesgos para la salud física, que pueden originarse como consecuencia del comportamiento sexual sin protección, y los riesgos para el bienestar psicológico. Este último estaría marcado por las consecuencias negativas del comportamiento, desde los factores que motivan la realización hasta el posible arrepentimiento posterior (Piko, 2001).

En la literatura se puede evidenciar que el bienestar psicológico puede ser predicho por variables individuales como la autoestima sexual, motivación sexual y estilos de afrontamiento; y variables interpersonales como apoyo social, resiliencia y autoeficacia para la prevención del VIH. Estas variables están moderadas por factores demográficos como la edad y el género (Guerrero, 2013).

La importancia de los factores individuales e interpersonales asociados al bienestar psicológico depende del carácter individualista o colectivista de la cultura, siendo las variables individualistas las que mejor predicen el bienestar psicológico cuando ésta predomina sobre las colectivas (Diener & Diener, 1995).

Los estudios empíricos sugieren que los adolescentes que hacen uso de estilos de afrontamiento positivo, tienen apoyo social percibido de su pareja, familia, amigos y prestadores de servicio de salud para practicar el sexo seguro, además de tener sentimiento de capacidad y estima personal elevado y autoeficacia para llevar a cabo conductas sexuales de protección, favorece la práctica de comportamientos sexuales seguros a través de los factores de protección individual, familiar y social, contrarrestando los efectos negativos del riesgo sexual y los relacionados con la etapa de la adolescencia. Logrando así, que estos puedan manejar con seguridad el estrés producido por los cambios propios de la etapa, permitiéndole de esta manera tomar decisiones sobre sexo

protegido. Se considera que el riesgo no está relacionado con la enfermedad sino con los cambios físicos, psicológicos y sociales propios de la etapa de la adolescencia que provocan incertidumbre (Castillo & Benavides, 2012).

En este sentido, se considera que el abordaje preventivo se debe realizar a través de acciones claramente definidas, considerando que el objetivo debe favorecer el desarrollo de los adolescentes, combinando acciones multiprofesionales, partiendo de la salud como una concepción integral y que por ende amerita, la atención interdisciplinaria que involucre la participación social, de los padres y profesores en pro de la salud de los adolescentes, puesto que las dificultades de este grupo se manifiestan en diferentes culturas y estratos sociales, sin diferenciación, por lo que continúan generando preocupación actual los diferentes ámbitos que los involucra (Páramo, 2011).

Referencias

- Cañiso, E., & Salinas, F. (2010). Conductas sexuales alternas y permisivas en jóvenes universitarios. *Enseñanzas e investigación en Psicología, 15* (2), 285-309.
- Castillo-Arcos, L., & Benavides-Torres, R. (2012). Modelo de resiliencia sexual en el adolescente: teoría de rango medio. *Aquichan, 12* (2), 169-182.
- Castro, A., & Casullo, M. M. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología, 18* (2), 35-68.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 653-663.
- Garassini, M., & Zavarce, P. (2010). Historia y marco conceptual de la Psicología Positiva. En Garassini, M., Camilli, C., Millán, A. (Eds). *Psicología Positiva: estudios en Venezuela*. Caracas: Publicaciones Monfort.
- Guerrero, J. (2013). Comportamiento sexual de protección en adolescente: un enfoque desde la psicología positiva. *Mayéutica, Revista Científica del Decanato Experimental de Humanidades y Artes, 1* (1), 20-39.
- Font de Mora, A. (2010). Aplicaciones educativas de la Psicología Positiva. Alicante, España: Generalitat Valenciana.
- Hidalgo, M., & Júdez, J. (2007). Adolescencia de alto riesgo. Consumo de drogas y conductas delictivas. *Revista Pediátrica Integral, 11*(10), 895-910.
- Molina, C. J., & Meléndez, J. C. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. *Geriátrika, 22*, 97-105.
- Organización Mundial de la Salud (2000). Promoción de la salud sexual: recomendaciones para la acción. Recuperado de: <http://www.infoabu.com/salud-sexual-promocion.PAHO-OMS.pdf>.
- Páramo, M. (2011) Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. *Terapia Psicológica, 29* (1), 85-95.

- Piko, B. (2001). Gender differences and similarities in adolescents' ways of coping. *The Psychological Record*, 51, 223-235.
- Romero, A., García-Mas, A., & Brustad, R. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de Bienestar Psicológico en Psicología del Deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41 (2), 335-347.
- Simonton, D.K., & Baumeister, R. (2005). Positive Psychology at the summit. *Review of General Psychology*, 9 (2), 99-102.
- Teva, I., Bermúdez, M., & Buela - Casal, G. (2011). Búsqueda de sensaciones sexuales, estilos de afrontamiento, estrés social y su relación con la conducta sexual adolescente. *Anales de Psicología*, 27 (1), 35-46.