



Viernes 7 de febrero de 2014

Escuela monográfica:

El adolescente

Moderadores:

- **Esther Serrano Poveda**
*Pediatra. CS Benicalap-Azucena. Valencia.
Coordinadora Grupo Educación para la Salud
AEPap.*
- **Juan José Morell Bernabé**
*Pediatra. CS Zona Centro. Badajoz.
Coordinador de la página web Familia y Salud.*
- **Entrevista con adolescentes.
Role playing**
José Casas Rivero
*Unidad de Adolescencia. Hospital La Paz.
Madrid.*
José Luis Iglesias Diz
*Pediatra Acreditado en Medicina de la
Adolescencia. Complejo Hospitalario
Universitario de Santiago. Santiago de
Compostela.*
- **La sexualidad en adolescentes
y jóvenes**
Carlos de la Cruz Martín-Romo
*Doctor en Psicología. Promoción de la Salud.
Ayuntamiento de Leganés, Madrid. Director
Máster Oficial en Sexología. Universidad Camilo
José Cela (UCJC).*
- **Tóxicos y alcohol en la adolescencia**
Marta Esther Vázquez Fernández
Pediatra. CS Arturo Eyries. Valladolid.
- **Patología psiquiátrica prevalente
en la adolescencia**
Patricio José Ruiz Lázaro
*Pediatra. Consulta Joven "Espacio 12-20".
CS Manuel Merino. Alcalá de Henares, Madrid.*

**Textos disponibles en
www.aepap.org**

¿Cómo citar este artículo?

De la Cruz Martín-Romo C, Fernández-Cuesta Valcarce MA. La sexualidad en adolescentes y jóvenes. En AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría 2014. Madrid: Exlibris Ediciones; 2014. p. 257-63.



La sexualidad en adolescentes y jóvenes

Carlos de la Cruz Martín-Romo

*Doctor en Psicología. Promoción de la Salud. Ayuntamiento de Leganés, Madrid. Director Máster Oficial en Sexología. Universidad Camilo José Cela (UCJC).
cruz@leganes.org*

Miguel Ángel Fernández-Cuesta Valcarce

*Pediatra de Atención Primaria. CS Juan de la Cierva. Getafe, Madrid.
miguelfcuesta@gmail.com*

RESUMEN

La adolescencia es una época de cambios a todos los niveles: corporal, intelectual y social... Y en todos, lo sexual tiene cierto protagonismo. Este texto trata de acercarse a esos cambios para conocerlos y entenderlos, y para encontrar pistas que ayuden a que el adolescente transite por esta etapa de la mejor manera posible. Pues también en esta etapa el adolescente se enfrentará a la toma de conciencia sobre la orientación del deseo, a sus primeros amores y a algunas primeras veces en sus conductas eróticas.

SEXUALIDAD EN LA PUBERTAD Y LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es un proceso de desarrollo corporal, endocrino y psicológico que va más allá de lo meramente corporal. Es frecuente que este periodo conlleve cierta inestabilidad, provocada por la brusquedad de los cambios y la lógica readaptación a los mismos. De ahí que la llamada "crisis de la adolescencia" no resulte rara y que, por el contrario, resulte mucho más extraño pasar por la adolescencia como si tal cosa.

Los cambios corporales cobran un gran protagonismo, aunque no son lo único que sucede. De hecho ese protagonismo, en muchas ocasiones, se vuelve excesivo para el chico y, sobre todo, para la chica adolescente, que se ve sometida a demasiada presión. Probablemente de esa presión todos y todas seamos en algo respon-

sables o cómplices y, por tanto, algo deberíamos hacer para mitigarla.

Las hormonas sexuales, testosterona y estrógenos, van a volver a actuar, después de muchos años de tranquilidad y reposo, provocando toda una serie de cambios en los cuerpos:

- El crecimiento se dispara (talla, peso, musculatura...): el típico “estirón”.
- Los genitales aumentan de tamaño y adquieren el aspecto y las funciones adultas.
- Se presenta la primera regla (menarquia) y la primera eyaculación.
- Aumenta el sudor.
- A veces, aparecen granos en la cara.
- Los caracteres sexuales secundarios:
 - En la chica:
 - Aumento de los pechos.
 - Ensanchamiento de las caderas.
 - Vello en el pubis y axilas...
 - En el chico:
 - Aumento de la musculatura.
 - Vello en la cara y el cuerpo.
 - La voz se hace más grave...

¿En la chica? ¿En el chico? En realidad todos los cambios se producen en ambos sexos; la diferencia es que estos cambios habitualmente se dan con más intensidad y más probabilidad en uno de los sexos que en el otro. Pero no son cambios exclusivos; la eyaculación y la menstruación sí, el resto, no.

Un ejemplo: si se presentara la aparición del vello en la cara como un cambio exclusivo de chicos ¿cómo se sentirían las chicas a quienes les puede aparecer algo de vello? ¿o los chicos a los que no les aparece en absoluto? Lo mismo podría decirse de la ginecomastia puberal fisiológica del varón. En cambio, presentándolos de otro modo se ofrecen modelos de hombre y de mujer donde efectivamente caben todos los hombres y todas las mujeres.

Las expectativas van a generar muchas incertidumbres: ¿cómo serán los cambios?, ¿en qué intensidad se producirán?, ¿a qué ritmo?, ¿cuál será el resultado?, ¿serán suficientes? Muchas de estas dudas no tendrán respuesta inmediata, necesitan de tiempo. Sin embargo otras sí. Se sabe que nadie se queda sin madurar y que sea cual sea el resultado, este será el de un cuerpo preparado para el placer y para las relaciones personales; que para la sexualidad nadie está más preparado que otros y que no hay mejores ni peores.

El chico y la chica adolescente, además, buscan que los cambios que se producen en su cuerpo confirmen su identidad sexual. Como si el ser hombre o mujer dependieran de los tamaños o las formas. Se manejan en la creencia de que para ser verdaderamente hombre o mujer hay que ser de una determinada manera y con unos determinados rasgos. Querrán, por tanto, que sus cambios ratifiquen sus expectativas, de modo que si no sucede así, a menudo, lo que se tambalea es la propia identidad sexual y con ello pueden surgir hasta dudas sobre su orientación del deseo.

Como se observa, en la adolescencia pueden brotar muchas mareas y muchas preocupaciones; por eso son importantes los cimientos que se traigan de etapas anteriores. Quien los trae sólidos tendrá donde agarrarse y las dudas, siendo inevitables muchas de ellas, solo ocuparan el espacio necesario y nada más. Las dudas no lo ocuparán todo.

De ahí que si se quiere trabajar estos temas, y ahora pensando en cambios corporales, no basta con trabajar aspectos informativos, contando que la edad de la primera regla o la primera eyaculación varía. Habrá que

trabajar también los aspectos actitudinales y los significados que se dan a los cambios.

Por otra parte, en la adolescencia no solo se ocasionan cambios físicos, también se produce un gran desarrollo intelectual. Se adquiere la capacidad de diferenciar y reflexionar sobre lo real y lo posible y, por lo tanto, el chico y la chica adolescente van a ser capaces de cuestionar todo el mundo adulto. Por tanto, si antes se decía que eran importantes los cimientos, ahora resulta que será más importante lo que se construya sobre ellos. Lo anterior se podría vivir como algo ajeno y, por lo tanto, cuestionable. Lo nuevo se vivirá como algo propio y se supone que dará coherencia y sentido a muchas cosas.

De todos modos, tener la capacidad intelectual para entender y comprender las cosas, no garantiza la coherencia en los comportamientos. Ejemplos hay muchos: el poco uso de los métodos anticonceptivos, los comportamientos homófobos o discriminatorios hacia las mujeres, etc.

Otro cambio propio de la adolescencia es el desarrollo social que acarrea, habitualmente, con un protagonismo mayor del grupo de iguales. Pues, entre otras cosas, será en esa pandilla o grupo de iguales donde el adolescente compare y afiance su identidad sexual como chico o chica. Toda esa serie de cambios corporales, psicológicos y sociales han obligado al adolescente a readaptarse a su nueva situación.

El prestigio social muchas veces se asocia a la figura corporal; de ahí su importancia. De hecho, incluso cuando esto no es cierto, el chico o la chica adolescentes habitualmente lo perciben así. Más aún en lo que respecta a su grupo. Por eso, y porque siente su figura corporal en constante cambio, pasan por momentos de mucha inseguridad e inquietud.

Los modelos de belleza vienen de fuera, están establecidos. El grupo lo único que hace es asumirlos como propios. Estos modelos de belleza, que aparecen en los medios de comunicación, revistas, cine, televisión... y con los que muchas veces somos cómplices, son muy exigentes y difíciles de conseguir para muchas personas.

El caso de las mujeres es mucho más evidente en cuanto a exigencia y a dificultades. Que la anorexia sea más frecuente entre las mujeres que entre los hombres no parece ajeno a todo esto que estamos planteando. Evidentemente el modelo social de belleza es solo un invento de las modas y ha variado notablemente según épocas y culturas.

Orientación del deseo

Hasta ahora no hay ninguna explicación totalmente clara que muestre cómo evoluciona la orientación del deseo hacia heterosexual u homosexual. Es más, creemos que aunque aparezcan explicaciones, más o menos sólidas, estas no podrán aplicarse ni a todas las homosexualidades, ni a todas las heterosexualidades.

A partir de la adolescencia la orientación del deseo empieza a manifestarse. Aunque no siempre lo hace de un modo tan claro como desearía quien lo vive. Así que aunque el chico o la chica quieran una respuesta inmediata, esta no siempre es posible. La expectativa de heterosexualidad, la deseabilidad social, el miedo al rechazo y la presión de grupo, no son, precisamente, buenos aliados.

Además, ni la homosexualidad ni la heterosexualidad son compartimentos estancos. La orientación suele expresarse en términos de mayor o menor preferencia y no tanto en exclusividad; por eso, y más a estas edades, pueden abundar las zonas intermedias. No nos olvidemos por tanto de la bisexualidad. De ahí que si entendemos la orientación también como algo dinámico, podemos entender la confusión como parte del proceso.

Por cierto, hay algo que el chico o la chica ignoran con frecuencia y es que nadie es más auténtico, más hombre o más mujer; por el hecho de ser heterosexual. Así que habrá que seguir recordándolo.

En la adolescencia suceden cosas que a veces precipitan significados. Por ejemplo, surgen fantasías sexuales que pueden ir acompañadas de excitación y a veces se confunden con deseos. También puede pasar que un chico,

por ejemplo, se descubra a sí mismo curioseando cuerpos desnudos de otros chicos, en un vestuario, en un servicio, en revistas... Y puede, que al ser consciente de esa curiosidad, considere que esta viene determinada por su orientación del deseo. Una cosa es la curiosidad o la necesidad de comparar el desarrollo corporal y otra la orientación del deseo. Con las chicas puede suceder exactamente igual.

Otro ejemplo: a estas edades un chico o chica adolescente pueden haber sido acariciados o besados por alguno o alguna de su mismo sexo y haber encontrado las sensaciones agradables. De ahí que pueda pensar que, si las han encontrado placenteras, será porque su orientación es homosexual. Pero encontrar agradables esas sensaciones no significa necesariamente ser homosexual.

Estos son solo unos ejemplos, habría más. Con ellos se trata de resaltar la idea de que la orientación del deseo no es un acertijo en el que haya que interpretar bien las claves y dar una respuesta. Es algo mucho más íntimo y más peculiar. A veces brota de un modo y en ocasiones lo hace de otro. Buscar significados rápidos a las cosas que pasan puede llevarnos a cometer errores, a nosotros o nosotras como profesionales, pero también al chico o la chica a los que animamos a que lo hagan. Esos errores pueden darse tanto del lado de la homosexualidad como de la heterosexualidad.

Por cierto, no nos olvidemos de lo evidente: claro que hay chicos y chicas homosexuales con fantasías homosexuales, que sienten curiosidad y deseos por cuerpos iguales a los suyos y que encuentran agradable y placentero el contacto con la piel y los labios de personas de su mismo sexo. Tampoco olvidamos que la adolescencia es un terreno propicio para las nuevas experiencias y que, dentro de ellas, también están las eróticas.

El enamoramiento y el amor

En estas edades aparece un nuevo fenómeno: el enamoramiento, que aunque puede parecer muy individual y personal, sus características son prácticamente universales. Lo que no quita que sea importante vivirlo y entenderlo como único e intransferible.

Alrededor de este concepto hay otros que no son exactamente los mismos. El deseo sería como la energía de base, la necesidad que surge de buscar satisfacciones eróticas. La atracción, sin embargo, es otra cosa. Es la dirección que toma el deseo; por tanto, ya no hablamos solo de una necesidad, es algo más. No vale todo para calmar esa necesidad. La atracción, además, está influenciada por la propia orientación del deseo, las preferencias personales, las experiencias anteriores, la cultura, etc.

Por último, aparece el enamoramiento, que supone deseo erótico, aunque no se viva de modo explícito, y atracción. Ahora la persona a la que se dirige el deseo y la atracción se convierte en única, insustituible y exclusiva. Una mirada, unas palabras, una caricia..., todo tiene un significado especial. Este fenómeno llega a convertirse en el eje central de la vida psíquica del sujeto. Hay muchos autores que afirman que el enamoramiento nace con fecha de caducidad y que esta nunca supera los dos años. A partir de ahí se evolucionaría hacia la ruptura o hacia el amor.

Necesidad de prestigio

Desde prácticamente el inicio de la pubertad todo lo relacionado con lo sexual se convierte, en cierta medida, en algo "prestigioso". O, mejor dicho, eso es lo que creen la mayoría de los chicos. Entre los grupos de chicas las cosas no son exactamente igual, pero tampoco son ajenas a la competición y, desde luego, no lo son a la búsqueda de ese "supuesto prestigio".

El desarrollo muchas veces se vive como fuente de reconocimiento. Pero no solo es el cuerpo, también cree encontrar "eco" en el grupo quien es capaz de otro tipo de demostraciones. Así, chicos y chicas rivalizarán entre sus grupos de iguales para conseguir ese reconocimiento, alardeando de ciertos logros. En unos casos chicos y chicas manejarán los mismos criterios y en otros serán distintos. La sociedad, los estereotipos y los roles darán muchas pautas. Pero precisamente por eso ni siempre son las mismas, ni afectan a todos los chicos ni a todas las chicas por igual.

El más osado contando "chistes verdes", el que maneje más información o el que sepa el significado de ciertas palabras será el que crea estar más valorado al principio. Luego, quien tenga acceso a revistas con contenido sexual, quien haya visto determinadas películas o a más personas desnudas, el que antes se masturbe o quien más veces lo haga, quién haya cogido de la mano, quien haya besado, quien haya acariciado o le hayan acariciado, quien "haya metido mano"..., así hasta llegar al coito. Aunque aquí no se suele parar: La competición continúa para muchos. Siempre hay más, quien realice otro tipo de prácticas, quien tenga más parejas, quien lo haga más veces...

Con las chicas el listado no sería el mismo, pero sí similar. Aunque, en ocasiones no se valore tanto ciertas demostraciones "explícitas", y sí en cambio cobren valor otras más implícitas como la seducción o "los que están por una". Se valora más a la que se permita leer ciertas revistas, a la que más pidan "salir" o a la que reciba más mensajes de chicos en el móvil, la que se compre determinada lencería, la que salga con chicos mayores. Después vendrá el coger de la mano, el besarse, el estar a solas, las caricias..., hasta el "inevitable" coito. Y, aunque, también en las chicas la competición continúa. Ahora muchas veces los criterios ya no son numéricos o cuantitativos. Prima lo "cualitativo", no importa tanto "los cuántos", como "los quiénes" o "el cómo".

No obstante, hay que recordar que las generalizaciones siempre son injustas y equivocadas. Que no sucede así ni en todos los chicos ni, por supuesto, en todas las chicas. De todos modos estos listados son siempre falsos. Una cosa es lo que se cree que da prestigio y otra lo que realmente lo da. Sin embargo muchas veces, quizás demasiadas, se hace como que fueran ciertos, se juega a dar por verdadera una "ficción" que no siempre se ajusta a lo real. De modo que se empieza a construir un tipo de "sexualidad pública", que es de la que se habla y se presume con el grupo. Y otro tipo de "sexualidad íntima", que es la que se vive y que, como mucho, se muestra frente a la pareja.

En los grupos de chicos (no en todos los chicos) habitualmente lo público guarda relación con lo que se hace

o con lo que se quisiera hacer; mientras que todo lo que tenga que ver con sentimientos se guarda en el cajón de lo más íntimo y privado. En los grupos de chicas (no en todas las chicas), en cambio, podemos encontrarnos situaciones similares, pero abundan también aquellas en las que los sentimientos se expresen y, al contrario, no se detallen tanto ni las conductas, ni los deseos.

En otras culturas, que conviven con la nuestra, pasa algo parecido, tienen su sexualidad íntima o privada y su sexualidad pública. Esta última a veces por duplicado. Una con los valores propios de la cultura de origen y que se muestra cuando se está con los "propios", y otra con los valores del grupo en el que se quieren integrar; probablemente los de los listados que comentábamos antes.

Todo sería distinto si chicos y chicas en vez de competir y puntuar los coitos y "lo que se hace" o "lo que se aparenta", aprendieran a valorar la necesidad de conocerse y de conocer al otro, la necesidad de sentir, la de descubrir y permitir que floren los deseos, la de experimentar sin obligaciones, la de permitirse amar y ser amado, la de hablar de los propios sentimientos y la de escuchar hablar a los demás, el aprender a estar juntos, a tocarse, a pasear, a respetar los ritmos, a besarse, etc.

En definitiva se trata de aprender que los únicos criterios o, al menos los más importantes, son los criterios personales; pero los que se construyen con información y reflexión, los que ayudan a dar significados a lo que se hace, y que, por tanto, aportan la coherencia que permite disfrutar; por supuesto, también de los coitos.

Las conductas eróticas

En todas las etapas han existido conductas que tienen que ver con lo sexual o con la expresión erótica. Pero ahora estas van a cobrar nuevos significados y sobre todo, aparentemente, mayor importancia.

La masturbación es el ejemplo de la conducta típica de este periodo, aunque sabemos que ni mucho menos es exclusiva del mismo. Se utiliza para hablar de cómo el

chico y la chica adolescente aprenden a conocer y a sentir placer con su cuerpo. Ahora los deseos y la atracción dan significados a la masturbación que antes no tenía y sin que la orientación del deseo influya en su mayor o menor frecuencia.

Desde el mundo adulto se suele ver con cierta complicidad la masturbación, especialmente la de los chicos, de modo que ya no son tan frecuentes ciertos mensajes "represivos" como antes. A veces, desde esta complicidad adulta, el mensaje que se da es el de que la masturbación es un buen desahogo, en la medida en que aún no es el momento para practicar coitos.

Es fácil caer en la cuenta de que la erótica es muy rica y de que son muchas las posibilidades. Pero después, casi siempre se acaba con la sensación de que "todo eso está muy bien, pero que al final lo único que importa realmente es el coito". Eso es lo que sucede cuando se aceptan "relaciones sexuales" como sinónimo de coito cuando se habla de una única "primera vez". A sabiendas de que las posibilidades de relación erótica son muchas, y que por consiguiente habrían de ser muchas las primeras veces. Sin embargo, sucede lo contrario. Solo el coito tiene el privilegio de convertirse en frontera, en marcar un antes y un después. ¿No se debería dedicar algún tiempo, dentro de los programas de educación sexual, a otras primeras veces? No hay que olvidar además que cada una se construye sobre la anterior; y hablar del primer coito prescindiendo de "las otras primeras veces" es convertir los coitos en "bricolaje". Además después del primer coito sigue habiendo "otras primera veces".

Hablar de "preliminares" o de la importancia del "antes" es otra trampa. Los besos, las caricias, el abrazarse desnudos, el recorrer la piel con la boca y la lengua, el masajearse o el mirarse serán importantes porque "lo son", pero no solo por que puedan anticipar a un coito. Se supone que se ha de disfrutar de ello mientras se hace y no por lo que pueda venir después.

Las trampas continúan si la educación sexual se reduce a prevenir el riesgo de embarazo, se reduciría a hablar de reproducción y por tanto exclusivamente del coito. Pues

de todas las posibles formas de expresión erótica, que ya sabemos que son muchas y muy placenteras, la única que puede desembocar en un embarazo es el coito vaginal. Si habláramos de la transmisión del VIH o de alguna otra ETS, sucedería igual aunque incorporáramos alguna otra práctica más (penetración anal y caricias buco-genitales).

Lo contrario tampoco sería la solución, hablar de sexualidad como si el coito no existiera o como si solo pudiera ser el resultado de un encuentro entre personas sin imaginación. Prescindir de la posibilidad de un embarazo o de un contagio sería, simplemente, prescindir de la realidad.

De todos modos cuando se habla del coito se suele hablar de placer y en este punto es importante recordar que disfrutar de los coitos no basta con tenerlos, ni con poner buena voluntad. Hacen falta más cosas. Por cierto, con el resto de relaciones eróticas sucede lo mismo. Por supuesto que hará falta el deseo, que sea con quien tú quieres, que el sitio y el momento sean los adecuados, estar seguro de que quieres hacerlo... Habrá también quien necesite sentir amor y sentir que le aman; afectos compartidos, cariño, comunicación, ternura, sinceridad, poder mostrarte como eres... Son muchos los ingredientes que se pueden necesitar para disfrutar:

Por supuesto que cada chico y cada chica son distintos. Como también son distintas las circunstancias. Por eso no todo el mundo necesita de iguales ingredientes, ni necesariamente una misma persona siempre necesita lo mismo. Lo que es claro es que hace falta "algo más". Ese algo más que permite estar relajados y sentir seguridad en si mismo y en lo que se hace. Por supuesto, que al hablar de algo en lo que participan dos personas es preciso que, al menos, haya "compatibilidad" entre ingredientes; para evitar que uno o una se sientan perjudicados y que, por lo tanto, no disfruten.

Si se habla de coitos vaginales no será suficiente con la seguridad en si mismo y en lo que se hace. Se hará necesaria otra seguridad: "saber que estamos evitando los embarazos"; a la que, por cierto, habría que sumar la de

“evitar el contagio de enfermedades”, el SIDA entre ellas. Parece un poco tonto recordar esto. Pero tenemos la impresión de que son muchas las veces que se practican coitos muy poquito placenteros, precisamente por el miedo al embarazo.

Naturalmente que hay también muchos chicos y chicas que tienen clarísimo para qué tienen sus relaciones eróticas o sus coitos. Son todos aquellos y aquellas que disfrutan de sus coitos con seguridad, incluyendo métodos anticonceptivos que espanten los fantasmas del miedo al embarazo. Otros en cambio prefieren prescindir del coito vaginal, sin que eso signifique renunciar a sus relaciones eróticas, pues las posibilidades que les quedan siguen siendo muchas.

En definitiva, si lo que se persigue es el placer, el disfrutar, el sentirse bien consigo mismo, satisfecho o satisfecha, lo sensato sería hacer las cosas de modo que eso fuera posible. Si el coito, sin la suficiente protección, incrementa los miedos parece un mal apaño. En cambio las alternativas al coito o la protección en este parecen dos buenas soluciones para lograr acercarse a los placeres.

La seguridad frente al embarazo es un requisito para poder disfrutar en condiciones, pero tampoco lo garantiza. Que nadie crea que por utilizar un preservativo ya está todo resuelto. A veces hay que seguir espantando fantasmas. Cada uno tiene los suyos y merece la pena afrontarlos: temor a que “te pillen”, a parecer inexperto, a no saber dar placer a tu pareja, a que sea demasiado pronto, a no estar del todo seguro, el miedo al desnudo, a parecer nervioso, etc. Alguno de estos fantasmas se espantan “dando palmadas”; basta con poder hablar de ellos o reconocerlos. Otros en cambio necesitan de más tiempo y cuidado, pero mejor afrontarlos que fingirlos. El placer y la coherencia están en juego.

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- American Academy of Pediatrics: Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health and Committee on Adolescence. Sexuality education for children and adolescents. *Pediatrics*. 2001;108:498-502.
- Amezúa E. Teoría de los Sexos, la letra pequeña de la sexología (monografía). *Rev Esp Sexol*. 1999;95-96:1-279.
- Colomer J, Grupo Previnfad. Prevención de embarazo no deseado y de las infecciones de transmisión sexual en adolescentes. Recomendaciones Previnfad/PAPPS; 2013. [Fecha de acceso 21 nov 2013] Disponible en http://www.aepap.org/previnfad/pdfs/previnfad_endits.pdf
- De la Cruz C, Sáez S. Prevención del VIH/SIDA. Claves educativas. Madrid: Cruz Roja Juventud; 2003.
- De la Cruz C, y Suárez AM. Educación Sexual desde la Familia. Secundaria. Madrid: CEAPA; 2005.
- De la Cruz C. Expectativa de Diversidad, ideas y dinámicas. Madrid: CJE; 2005.
- De la Cruz C. Nueva Educación de las Sexualidades. Madrid: Universidad Camilo José Cela; 2010.
- De la Cruz C. Situaciones embarazosas. Claves para situarse y prevenir embarazos no deseados. Madrid: CJE; 2002.
- González Marcos MI. Anticoncepción desde la consulta del pediatra. En: AMPAP, ed. II Curso Primavera 2007. Madrid: Exlibris Ediciones; 2007. p. 43-54.
- López F. Educación sexual de adolescentes y jóvenes. Madrid: Siglo XXI Editores; 1995.
- Martínez González C. Problemas éticos y legales en la atención al adolescente. En: AMPap, ed. I Curso Primavera 2006. Madrid: Exlibris Ediciones; 2006. p. 25-30.