

El ejercicio de la sexualidad en adolescentes de nivel medio superior: Análisis desde la Cartilla de Derechos Sexuales

Mayra Ivonne Guadarrama Cárdenas

mguadarramac@uaemex.mx

María Guadalupe Mendoza Ruíz

mgmendoza@uaemex.mx

Oscar Ferrer Gutiérrez

oferrerg@uaemex.mx

María Teresa Villegas Domínguez

mtvillegasd@uaemex.mx

Universidad Autónoma del estado de México

Recepción: 21 de noviembre de 2025

Aceptación: 16 de diciembre de 2025

Publicación: 15 de enero de 2026

Resumen

La presente investigación cuantitativa se planteó como objetivo analizar el manejo del ejercicio de la sexualidad conforme a la Cartilla de Derechos Sexuales en los adolescentes de Nivel Medio Superior de la Universidad Autónoma del Estado de México. Para ello, se analizaron algunas variables de conocimiento, toma de decisiones sobre el ejercicio de su vida sexual, así como los referentes de información confiable que consultan los adolescentes con relación a temas de sexualidad. El método empleado fue hipotético deductivo, aplicando la técnica de encuesta mediante un cuestionario de preguntas cerradas a 83 estudiantes de Nivel Medio Superior.

Los resultados ponen de manifiesto que el ejercicio sexual en los adolescentes de Nivel Medio Superior de la Universidad Autónoma del Estado de México es amplio y variado, así como una necesidad latente que no se puede negar, por lo que es mejor reconocerla y enfrentar la necesidad que tiene la juventud de contar con información confiable y fidedigna que les evite riesgos de truncar su educación y les permita el desarrollo de habilidades para vivir su sexualidad con plena responsabilidad.

Palabras Clave: Ejercicio de la Sexualidad, Cartilla de Derechos Sexuales, Adolescencia, Nivel Medio Superior

The exercise of sexuality in high school students: An analysis based on the Sexual Rights Booklet

Abstract

The objective of this quantitative research was to analyze the management of the exercise of sexuality in accordance with the Sexual Rights Booklet in high school adolescents of the Autonomous University of the State of Mexico. To this end, some variables of knowledge, decision-making regarding the exercise of their sexual life, as well as the references of reliable information that adolescents consult in relation to sexuality issues were analyzed. The method used was hypothetical deductive, applying the survey technique through a questionnaire of closed questions to 83 High School students.

The results show that sexual exercise in adolescents at the Higher Secondary Level of the Autonomous University of the State of Mexico is wide and varied, as well as a latent need that cannot be denied, so it is better to recognize it and face the need. that young people have to have reliable and trustworthy information that avoids the risk of truncating their education and allows them to develop skills to live their sexuality with full responsibility.

Keywords: Exercise of Sexuality, Sexual Rights Booklet, Adolescence, Higher Secondary Level.

Introducción

La conducta sexual en la adolescencia ha sido un tema de interés en todas las latitudes puesto que acarrea dificultades que trastocan la biografía y colocan en situación de desventaja a los jóvenes en diversos planos. Indistintamente si se tienen consecuencias no deseadas (tales como los embarazos o las infecciones de transmisión sexual) o no, la condición de vulnerabilidad inherente a la adolescencia se conjuga con los retos de un sistema social que en el plano de lo formal garantiza los derechos sexuales y

reproductivos, pero que en lo sustantivo aún le resulta complejo combatir las desigualdades de género y las concepciones estereotipadas acerca de ser adolescente y del ejercicio de la vida sexual provenientes de los significados creados al interior de los múltiples contextos y momentos históricos, reproducidos y puestos en marcha por actores tan relevantes en la vida personal como la familia, los amigos o los modelos sociales, ideales o reales (Bandura, 1987).

Con base en lo anterior, la sexualidad es una dimensión central del ser humano que está presente en todas las etapas de la vida. El disfrute pleno de la sexualidad y el placer son fundamentales para la salud y el bienestar físico, mental y social del individuo.

La atención en función de las necesidades sexuales y reproductivas de las y los adolescentes en México se establece en una serie de leyes que garantizan el goce pleno del derecho a la salud integral, tomando en cuenta la desinformación, las inequidades y las desigualdades que limitan la autonomía de los adolescentes y jóvenes que enfrentan retos significativos en su día a día.

Ante esta realidad, la atención al ejercicio sexual de los y las adolescentes reclama la práctica efectiva de políticas que refuercen la adopción de recursos cognitivos de orden formal que permitan el ejercicio responsable de la sexualidad y que, en caso de no ser así, den respaldo y protección a este grupo poblacional.

La Organización Mundial de la Salud (2020) define la adolescencia como la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, o sea desde los 10 hasta los 19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud. Por su parte Zamora (2011) refiere a la sexualidad como una serie de condiciones culturales, sociales, anatómicas, fisiológicas, emocionales, afectivas y de conducta, relacionadas con el sexo, género, identidades, orientaciones, que caracterizan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo.

Hoy en día los adolescentes y jóvenes gozan de derechos sexuales, así como de las garantías para su protección, sin distinciones motivadas por el origen étnico o nacional, género, edad, discapacidades, condición sociales y de salud, religión, opiniones, preferencia, orientación y expresión sexual, identidad de género, estado civil o cualquier otra circunstancia que atente contra la dignidad humana, los cuales se establecen en la Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes (CDSAJ,2016).

Para aportar a la problemática descrita la presente investigación se planteó como objetivo: analizar el manejo del ejercicio de la sexualidad conforme a la Cartilla de Derechos Sexuales en los adolescentes de Nivel Medio Superior de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Desarrollo

Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes

La CDSAJ está fundamentada en el marco jurídico mexicano vigente a la fecha de su publicación. Desde su primera edición en 2001, como resultado del “Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales” convocado por el Instituto Mexicano de la Juventud y que continuó con el impulso de la sociedad civil y el aval de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) para dar a conocer la importancia del reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos relacionados con la sexualidad de la población juvenil del país, a la fecha, el avance que nuestro país ha experimentado en materia de derechos humanos ha sido sustancial. En ese periodo, nuestra Constitución Política ha tenido reformas importantes, una de las cuales es justamente la Reforma Constitucional en Materia de Derechos Humanos de 2011 (CNDH, 2016).

Actualmente algunos estudios han podido identificar a través de diversas variables o constructos en el ámbito del ejercicio sexual, que el cuidado de la salud sexual debe darse a lo largo de todo el ciclo vital humano y en todos los contextos: familia, instituciones educativas y de salud, que conlleve a una adecuada toma de decisiones en

el ejercicio de la sexualidad y la reproducción, así como a minimizar las infecciones de transmisión sexual, los embarazos inesperados y los planes de vida truncados, factores que deben ser preocupación central de los programas educativos y de salud (Lema, et. al., 2009).

De igual forma, otros estudios han demostrado que la educación se constituye en un factor necesario para que el ser humano logre un conocimiento y construcción de su propia sexualidad (y por ende de su Yo sexual). Tal educación sexual debe ser abordada desde un modelo integral y no solo desde el aspecto biológico o de adquisición de conocimientos (Fallas, Artavia y Gamboa, 2012).

Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes

- **Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre el propio cuerpo y la sexualidad.**

Cada adolescente y joven tiene la libertad de tomar decisiones sobre su cuerpo, su desarrollo y su vida sexual sin presión, coerción o imposición, contando con información suficiente y veraz.

- **Derecho a ejercer y disfrutar plenamente la vida sexual.**

Toda persona joven tiene la posibilidad de vivir su sexualidad de manera placentera, responsable y segura, siempre basada en el consentimiento y el respeto mutuo.

- **Derecho a manifestar públicamente mis afectos.**

Las y los jóvenes pueden expresar cariño, afecto o vínculos emocionales en espacios públicos sin ser discriminados o violentados por ello.

- **Derecho a decidir con quién o con quiénes relacionarme afectiva, erótica y sexualmente.**

Incluye la libertad de elegir pareja(s), así como iniciar, mantener o finalizar vínculos afectivos o sexuales de manera voluntaria.

- **Derecho a que se respete mi privacidad y que se resguarde mi información personal.**

Todo adolescente y joven tiene derecho a que su vida íntima, sus decisiones y sus datos personales no sean divulgados sin permiso.

- **Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.**

Implica vivir sin abuso sexual, acoso, coerción, explotación, violencia psicológica, emocional o física, garantizando seguridad y bienestar.

- **Derecho a decidir de manera libre e informada sobre la vida reproductiva.**

Incluye decidir si se desea o no tener hijas o hijos, cuándo y con quién, así como acceder a métodos anticonceptivos y servicios de salud reproductiva.

- **Derecho a la igualdad.**

Todas las personas jóvenes deben ser tratadas con equidad, sin importar género, orientación sexual, identidad de género, origen o cualquier otra condición.

- **Derecho a vivir libre de discriminación.**

Nadie puede ser excluido, maltratado o limitado en sus derechos por motivos relacionados con su sexualidad, identidad, expresión de género o situación personal.

- **Derecho a recibir información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.**

Las y los jóvenes deben contar con contenidos confiables que les permitan tomar decisiones responsables y seguras sobre su vida sexual y afectiva.

- **Derecho a la educación integral en sexualidad.**

La educación sexual debe proporcionar conocimientos, desarrollar habilidades, fomentar valores y actitudes responsables para el bienestar personal y comunitario.

- **Derecho a acceder a servicios de salud sexual y reproductiva.**

Implica recibir atención de calidad, confidencial, respetuosa y sin discriminación, así como acceder a anticonceptivos, pruebas, tratamientos y orientación profesional.

- **Derecho a la identidad sexual.**

Cada joven tiene derecho a reconocerse y expresarse según su identidad, orientación y vivencia personal de género y sexualidad, sin ser invalidado.

- **Derecho a participar en la formulación de políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.**

Las y los jóvenes pueden involucrarse en la creación, evaluación y mejora de programas y decisiones que afectan su vida sexual y reproductiva.

Estado del arte

El estudio de la conducta sexual en la adolescencia ha sido un campo ampliamente abordado debido a las implicaciones biográficas, sociales y de salud que supone esta etapa del desarrollo. La investigación reconoce que la adolescencia constituye un periodo de alta vulnerabilidad, en el que intervienen factores biológicos, emocionales, culturales y sociales que influyen en la toma de decisiones vinculadas a la sexualidad.

Diversos autores han señalado que este proceso se complejiza por la coexistencia entre el reconocimiento formal de los derechos sexuales y reproductivos y las dificultades estructurales para garantizar su cumplimiento en la vida cotidiana de las y los adolescentes.

En este sentido, Bandura (1987) destaca el papel de los modelos sociales, familiares y culturales que moldean las creencias y conductas en torno a la sexualidad, subrayando cómo los estereotipos y significados internalizados influyen en la forma en que los jóvenes ejercen su vida sexual.

Los estudios previos citados señalan varias líneas de evidencia relevantes. Lema, et al. (2009) muestran que el cuidado de la salud sexual debe abordarse de manera continua y en múltiples contextos -familiares, escolares y de salud- con el objetivo de prevenir riesgos como infecciones de transmisión sexual, embarazos no planificados y la interrupción de proyectos de vida.

Estas investigaciones coinciden en que la educación sexual integral es un factor protector esencial. No obstante, la persistencia de brechas informativas, inequidades de género y contextos socioculturales que limitan la autonomía sexual de los adolescentes, haciendo evidente la necesidad de fortalecer estrategias educativas y políticas públicas que respondan a estas problemáticas.

Las investigaciones muestran que los jóvenes suelen informarse con pares y medios que no siempre ofrecen contenidos adecuados, lo que impacta en sus prácticas y decisiones (Mosquera & Mateus, 2003; Lema et al., 2009).

Metodología

La presente investigación fue de tipo cuantitativo, con un diseño no experimental, transeccional descriptivo, ya que en los diseños no experimentales solo se miden las variables, no se manipulan. Por otra parte, es descriptivo puesto que posee una sola variable que es el Ejercicio de la sexualidad.

El método que se utilizó fue hipotético deductivo, ya que este método permite combinar la reflexión o momento racionales (la formación de hipótesis y la deducción) con la observación de la realidad o momento empírico (la observación y la verificación). La técnica de investigación empleada fue la encuesta, que consiste en el método de obtención de información primaria sociológica basado en el planteamiento de preguntas orales o escritas al conjunto de personas investigado.

Para la recolección de datos se elaboró un instrumento (cuestionario) de 15 ítems o preguntas, las cuales todas son cerradas, mismas que nos permitieron identificar el ejercicio de la sexualidad en los adolescentes de Nivel Medio conforme a la Cartilla de los Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes. La validación de este instrumento se realizó por una experta de la Dirección de Educación Continua y a Distancia de la UAEMéx, la Dra. en Edu. Asela Monserrat Márquez Ramírez, Jefa del departamento de Educación Mixta y no Escolarizada, quien cuenta con una experiencia de 24 años en el bachillerato universitario presencial y 8 años en el bachillerato a distancia de la propia universidad.

La población total está compuesta por 105 estudiantes y la muestra aleatoria se constituyó en 83 alumnos de nivel medio superior turno vespertino del Plantel

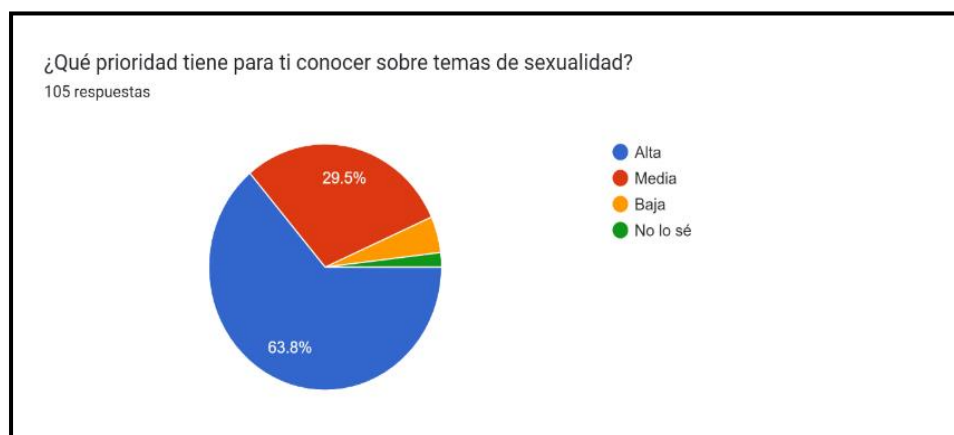
“Cuauhtémoc” de la UAEMéx en edades comprendidas entre 15 y 18 años, de un nivel socioeconómico medio; la distribución para la muestra se conformó por: 83 estudiantes (62 mujeres, 41 hombres y 2 no binarios); cabe resaltar que todos los alumnos a los que se les aplicó la encuesta tienen interés sobre temas de sexualidad. La información recopilada se organizó y analizó con métodos estadísticos con ayuda de gráficos, facilitando la interpretación de los resultados.

Resultados

A continuación, se exponen los resultados relacionados con el objeto de estudio o variable: Ejercicio de la sexualidad. Los derechos que se establecieron en el instrumento de recolección de datos fueron con base en la Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes (CNDH, 2016)¹.

Figura 1

Prioridad de conocer sobre temas de sexualidad



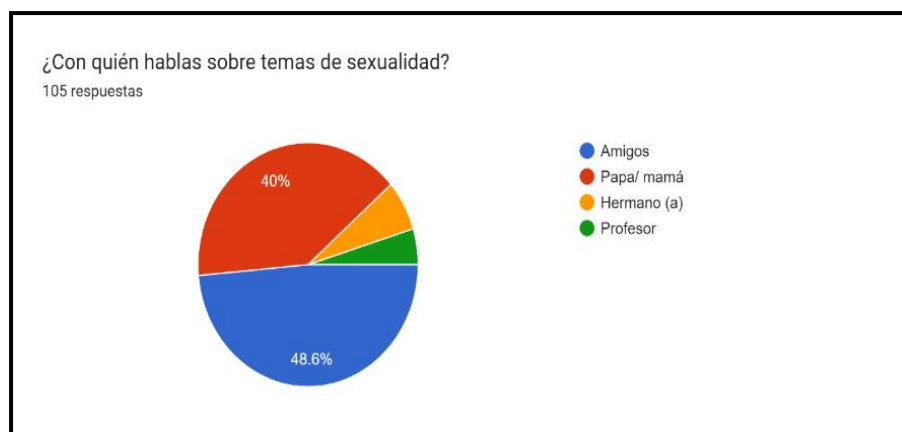
Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

¹ Se anexa el enlace del instrumento de recolección de datos completo.
<https://forms.gle/oyhZEV93x6VNHVRJ9>

De acuerdo con los resultados obtenidos, en la gráfica 1 se observa que el 64% de los estudiantes tienen prioridad por conocer sobre temas de sexualidad, mientras que el 30% les otorga una prioridad media a esos temas, el 5% considera que no es tan relevante tener conocimiento al respecto y sólo el 3% lo desconoce. De acuerdo con los resultados obtenidos se muestra que la mayoría de los adolescentes concuerda con los derechos de la Cartilla de Derechos Sexuales de los Adolescentes y Jóvenes (CDSAJ).

Figura 2

Con quienes hablan sobre sexualidad



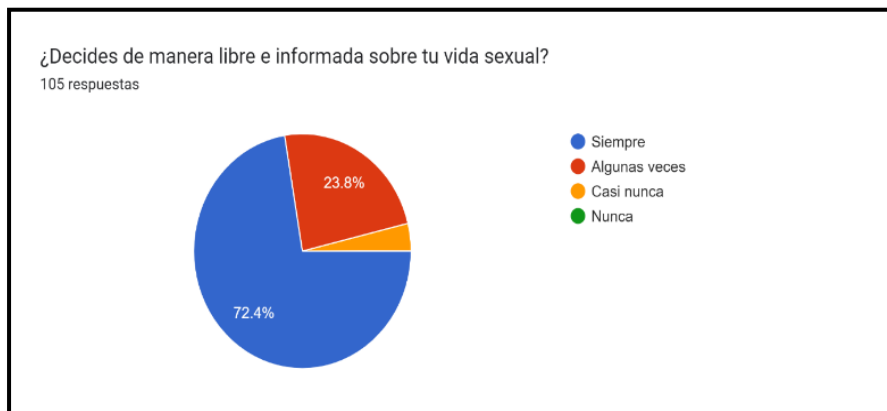
Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

Con base en los resultados obtenidos en el gráfico 2 se observa que el 49% de la población menciona que los temas sobre sexualidad los hablan con amigos, el 40% hace mención que prefieren hablarlos con sus padres, mientras que el 7% abordan estas temáticas con sus hermanos y sólo el 5% lo hablan con sus profesores. Por lo tanto, al tener conversaciones del tema con sus amigos el nivel de conocimiento carece de confiabilidad, porque depende de las fuentes de información que cada uno tenga por lo que el nivel de adquisición de fuentes es dispar.

Por otro lado, debido a que la segunda fuente de información son los padres, esta puede contener un sesgo generacional y permeado de creencias.

Figura 3

Deciden de manera libre e informada sobre su vida sexual

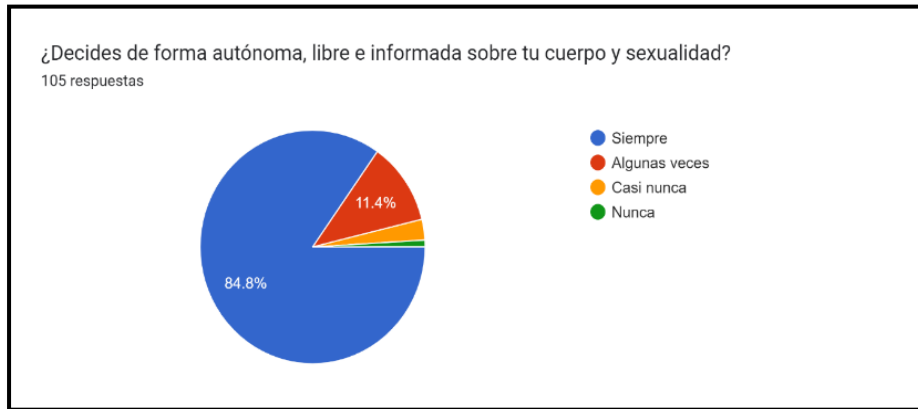


Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

En la gráfica 3 se identifica que el 73% de los adolescentes manifiestan que siempre deciden de manera libre e informada sobre su sexualidad, el 24% sólo lo hace algunas veces, el 4% casi nunca lo hace de esta forma, de acuerdo con los resultados obtenidos podemos mencionar que las decisiones relacionadas con la vida sexual del adolescente se toman de manera libre, informada y con autonomía.

Figura 4

Deciden de forma autónoma, libre e informada sobre su cuerpo y sexualidad

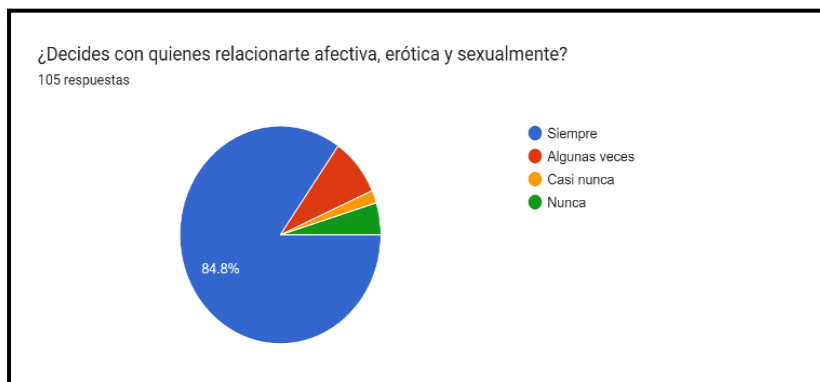


Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

De acuerdo con los resultados obtenidos en la gráfica 4, se distingue que la gran mayoría (85%) de los adolescentes deciden de forma autónoma, libre e informada sobre su cuerpo y sexualidad, mientras que el 12% considera que sólo decide algunas veces y el 3% casi nunca, aunque existe un 1% que nunca decide, situación que genera preocupación, aunque únicamente solo sea una persona quien lo manifieste, ya que se puede inferir que es violentado su derecho. Con base a esta información podemos mencionar que los derechos de los adolescentes son sustantivos para el ejercicio de una sexualidad libre, autónoma e informada sin injerencias arbitrarias de terceros, como lo establece el primer derecho de la CDSAJ.

Figura 5

Decisión de con quienes relacionarse afectiva, erótica y sexualmente

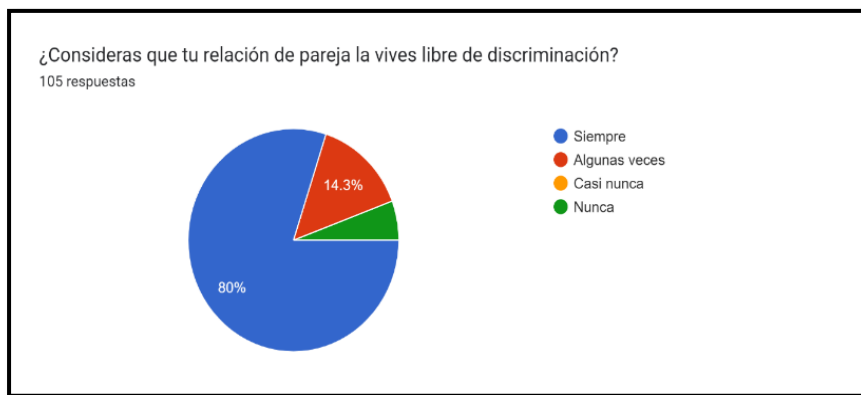


Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

Según los datos vertidos por los adolescentes podemos mencionar que el 85% decide con quiénes relacionarse afectiva, erótica y sexualmente; el 9% indica que sólo algunas veces lo deciden, el 5% señala que nunca decide con quién relacionarse y sólo el 2% casi nunca lo decide. Dichos resultados podemos correlacionarlos con el gráfico 4 debido a que la mayoría de la población coinciden en decir y ejercer sus propias decisiones sobre sus relaciones.

Figura 6

Relación de pareja libre de discriminación

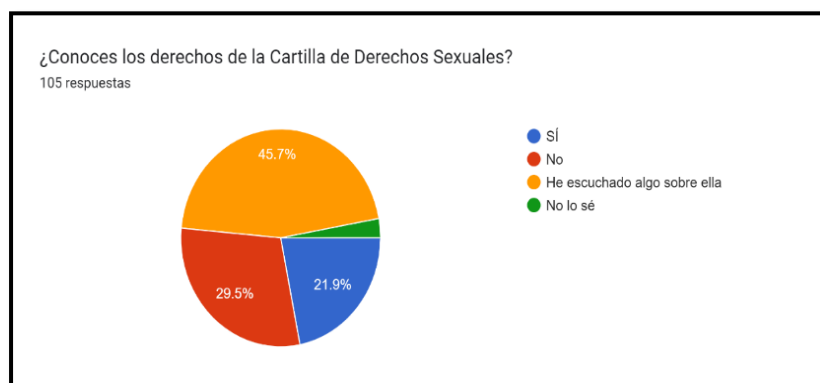


Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

La información presentada en la gráfica 6 nos indica que el 80% de los adolescentes vive libre de discriminación su relación de pareja, el 14% considera que sólo algunas veces la vive de esa manera y finalmente el 6% menciona que nunca es de este modo. En este sentido se toma en cuenta que el adolescente tiene diferentes formas de expresar su identidad sexual, así como de ejercerla sin que se le discrimine por su edad, origen étnico, sexo; entre otros; dando consistencia a lo plasmado en el derecho número 9 de la CDSJA.

Figura 7

Conocimiento sobre la Cartilla de Derechos Sexuales



Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida

En este último gráfico se interpreta mediante los resultados obtenidos que el 46% ha escuchado algo sobre la Cartilla de Derechos Sexuales de los Jóvenes y Adolescentes, mientras que el 30% menciona que no tiene conocimiento sobre esta; el 22% de la población sí conoce los derechos de la misma y sólo el 3% no lo sabe.

Por lo anterior, siendo uno de los temas que para los jóvenes y adolescentes es de alta prioridad conocerla, pues esta les permite ejercer sus derechos sexuales con conocimiento de manera autónoma, inclusiva y responsable.

Discusión

Una vez concluido el análisis de los resultados de la investigación se pudo apreciar que los adolescentes son conscientes de la importancia que tiene la toma de decisiones en su ejercicio sexual, ya que les permite gozar de sus derechos sexuales, así como garantizar su protección sexual sin distinciones motivadas por su origen étnico, edad, identidad de género, nacionalidad, discapacidad, nivel educativo, estado civil o cualquier otra circunstancia que atente contra la dignidad humana.

De acuerdo con los resultados derivados de la investigación realizada por González, González y Sánchez (2009) la cual sustenta que la necesidad de una educación integral

en sexualidad y anticoncepción dirigida a jóvenes es una prioridad, tanto las escuelas como las familias y los profesionales sanitarios son fuentes de educación para la salud sexual y reproductiva plena del adolescente.

En torno al tema, Flores y Soto (2008) agregan que “el conocimiento de temas relacionados con la salud sexual y salud reproductiva indica vacíos importantes en todos los países en cuanto a la fisiología de la reproducción, y además un desconocimiento en los países de transición rezagada” (p.30).

Entre los estudios más recientes se encuentran la Encuesta Nacional sobre Sexualidad y Familia en Jóvenes de Educación Media Superior 2000, cuyos resultados en los temas relacionados con la vida sexual de las y los adolescentes otorgan datos importantes a tomar en cuenta en los programas educativos y de salud sexual, tomando en cuenta las propuestas de ley y regulación jurídica para el avance de las condiciones de posibilidad para el ejercicio de sus derechos sexuales. La encuesta del 2000 indagó sobre la frecuencia con que los jóvenes han tenido relaciones en los últimos tres meses, dando como resultado que seis de cada diez jóvenes respondieron que lo hacen entre una y tres veces por semana. Es interesante que más mujeres (46%) que hombres (36%) reportó tener relaciones sexuales de una a tres veces por semana; y por otro lado, más hombres (26%) que mujeres (19%) reportó no haberlas tenido en los últimos tres meses. Estos resultados permiten observar la necesidad de profundizar más en la información sobre cuidados en las relaciones sexuales por parte de los adolescentes, identificando particularidades de género que intervengan en el ejercicio de su sexualidad y las elecciones para ejercer sus derechos en términos de la autodeterminación y la prevención de consecuencias no deseadas.

Finalmente, para la mayoría de los adolescentes, tales temas son conocidos, pero poco comprendidos, por la falta de información y educación sexual, lo cual es afirmado por Mosquera y Mateus, para quienes los jóvenes poseen conocimientos inapropiados acerca de los Métodos de Planificación Familiar y esto se refleja en sus prácticas, lo que

sugiere que es necesario reforzar los procesos de educación y comunicación con los (as) jóvenes y sus padres (2003).

A partir de lo anterior y aunado a los resultados de esta pesquisa resulta preocupante que la primera instancia con la que hablan los jóvenes sobre temas de sexualidad son sus amigos ya que esta fuente resulta no confiable por la falta de información al respecto.

Conclusiones

Los resultados obtenidos permiten afirmar que el ejercicio de la sexualidad en adolescentes y jóvenes constituye un fenómeno complejo, diverso y profundamente arraigado en su desarrollo biopsicosocial. Reconocer esta realidad implica superar perspectivas reduccionistas y asumir que la sexualidad es una dimensión inherente al ser humano que exige información veraz, educación sexual integral y el fortalecimiento de competencias para la toma de decisiones autónomas, críticas y responsables. En este sentido, garantizar entornos formativos que promuevan conocimientos actualizados y libres de prejuicios se convierte en una condición indispensable para prevenir riesgos y favorecer el bienestar integral de la población adolescente.

La persistencia de brechas informativas, mitos socioculturales y prácticas de riesgo obliga a reforzar la difusión, apropiación y ejercicio efectivo de los derechos sexuales establecidos en la Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes. Solo mediante políticas y estrategias interinstitucionales coherentes, sostenidas y con enfoque de derechos es posible garantizar que los y las adolescentes cuenten con las condiciones necesarias para vivir su sexualidad de manera plena, segura y digna.

Referencias

Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción: Fundamentos sociales*. Ediciones Martínez Roca.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2016). *Cartilla de los Derechos Sexuales*

<https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/11/5077/1.pdf>

Consejo Nacional de Población (2000). *Encuesta Nacional sobre Sexualidad y Familia en Jóvenes de Educación Media Superior 2000*. CONAPO.

Fallas, M. A., Artavia, C. y Gamboa, A. (2012). Educación sexual: Orientadores y orientadoras desde el modelo biográfico y profesional. *Revista Electrónica Educare*, 16, 53–71. <http://www.redalyc.org/pdf/1941/194124704004.pdf>

Flores, C., Soto, V. (2008). El estado de la salud sexual y reproductiva en América Latina y el Caribe: Una visión global. Banco Interamericano de desarrollo. <https://publications.iadb.org/es/publications/spanish/viewer/El-Estado-de-la-Salud-Sexual-y-Reproductiva-en-Am%C3%A9rica-Latina-y-el-Caribe-Una-Visi%C3%B3n-Global.pdf>

González, A, Gonzales, C, Sánchez J. (2009). Educación integral en sexualidad y anticoncepción para los/las jóvenes. *Revista Enfermería Clínica*, 19, 221-224.

Landers, R. N. (2014). Developing a Theory of Gamified Learning: Linking Serious Games and Gamification of Learning. *Simulation & Gaming*, 45 (6), 752–768. <https://doi.org/10.1177/1046878114563660>

Lema, S. L., Salazar T. I., Varela, A. M., Tamayo, C. J., Rubio S. A. y Botero, P. A. (2009). Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. *Pensamiento Psicológico*, 5 (2), pp. 71-87.

Mosquera, J. y Mateus, JC. (2003) Conocimientos, actitudes y prácticas sobre métodos de planificación familiar, VIH-SIDA y el uso de los medios de comunicación en jóvenes. *Rev. Colombia Médica*, 34 (4) 206-212. <http://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/275/278>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2020). *El embarazo en la adolescencia*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>

Zamora, B. (2011). Conceptos básicos sobre sexualidad humana. http://es.slideshare.net/janis_nerbet/conceptos-bsicos-sobre-sexualidad-humana-7302988