



**EDUCAR EL CARÁCTER, EDUCAR PARA AMAR**  
**La alternativa de Protege tu corazón**

Por  
Juan Francisco Vélez  
María Luisa Estrada de Vélez

Primer Encuentro Internacional sobre la educación de  
la afectividad y la sexualidad

Ciudad de México, Mayo 19 al 21 de 2006

**PROTEGE**  
**TU CORAZÓN**

## **EDUCAR EL CARÁCTER, EDUCAR PARA AMAR**

### **La alternativa de Protege tu Corazón**

**Por Juan Francisco Vélez Sierra  
María Luisa Estrada de Vélez**

Hay quienes opinan que los problemas que experimentan los adolescentes contemporáneos son culpa de los adultos, sus predecesores, que por descuido no los preparan debidamente para afrontar la vida. Otros dicen que es el ambiente, actualmente más difícil, el que coloca al adolescente apenas en formación, con escasas posibilidades para afrontar demasiada adversidad.

A unos y otros habría que contestarles que no todo depende de la herencia entregada por los mayores ni del ambiente a favor o en contra en el que le toque vivir. No se puede desconocer que buena parte de la responsabilidad corresponde a cada protagonista, de acuerdo con el buen o mal uso de su libertad. En todos los tiempos ha existido una interacción continua e inevitable entre el ambiente como influencia y la manera de reaccionar frente a él.

Terminé mi adolescencia a principios de los años 70. Los cuatro hijos mayores a mediados de los 90. Las dos hijas que les siguen la concluyeron hace dos años y la menor apenas la estrenó cinco años después de empezado el tercer milenio. Desde 1993 he tenido contacto directo con miles de adolescentes que han sido alumnos del programa Protege tu corazón y esta circunstancia me ha brindado una perspectiva privilegiada como observador de esta etapa de la vida.

El adolescente de cada época presenta unas características típicas. Sin embargo, como ser humano no deja de ser el de siempre: el que “adolesce”, el que ya no es

niño, ni tampoco adulto y por tanto, alguien que aún no ha terminado de “cuajar” su personalidad.

A mi me pasó lo que a todos ellos les ocurre. Temor para contradecir al “popular” de la clase. Inconformidad casi sistemática hacia todo lo que viniera del mundo adulto. Preguntas sobre el amor y la vida acompañadas del sorpresivo debut de los impulsos biológicos de la sexualidad. Cierta inseguridad para tratar a las primeras amigas y un nerviosismo inocultable ante la presencia de la que más me atraía. Un acento idealista para juzgar los acontecimientos, con súbitas variaciones en el estado de ánimo: de la euforia, al desaliento, de la motivación, al desencanto. Después de todo...grandes satisfacciones y algunos desengaños. Amigos y compañeros atravesamos juntos esta etapa y entre aciertos y desaciertos llegamos a adultos sin demasiados sobresaltos.

Pareciera entonces que los adolescentes no cambian mucho de una generación a otra. Somos el mismo ser humano, con las peculiaridades que nos distinguen. Sin embargo, los comportamientos que muestran buena parte de los adolescentes del tercer milenio, son distintos. Las influencias de hoy poseen una intensidad, variedad y duración que hacen diferente el ambiente en el que se desenvuelven. Las respuestas generan conductas que impactan fuertemente sus vidas. Algunos ceden con facilidad ante su fuerza y otros prefieren asumir riesgos exagerados para disfrutar de la vida, creándose a su alrededor un clima amenazador que en otras épocas no existía.

En vez de bienestar, a muchos los caracteriza un malestar que no obedece a ubicaciones geográficas, ni tendencias políticas, ni sistemas económicos. Tampoco a graves conflictos sociales, o a catástrofes naturales. Da igual que sean ricos o menos ricos, que estén en el norte o en el sur, es un malestar que está en su propia “geografía interior”.

Cuando empezamos Protege tu corazón en 1993, resultaba difícil reunir información sobre las posibles consecuencias de los comportamientos de riesgo que experimentaban los adolescentes en el manejo de la sexualidad. A pesar de ser datos aislados, ya en aquel entonces constituían informaciones preocupantes. Por lo inusual de las mismas, a muchos les parecían imposibles de creer o incluso exageradas. Desafortunadamente con el tiempo se han

multiplicado y observados los hechos bajo la perspectiva que da el tiempo, los problemas han crecido y las soluciones implementadas por la mayoría de gobiernos –enfocadas casi exclusivamente al uso del preservativo y a la anticoncepción- han agravado dichos problemas.

### Hechos y consecuencias

Las estadísticas reflejan un incremento significativo de las relaciones sexuales antes del matrimonio, de los embarazos entre adolescentes<sup>1</sup> y de las enfermedades de transmisión sexual.<sup>2</sup> Se hace tanta promoción al recurso del “sexo seguro” que el adolescente termina inducido a la promiscuidad.

¡Y estos no son los únicos efectos! Existen otros, que pasan desapercibidos, pero igualmente importantes. Se trata de consecuencias emocionales y sociales de las

---

<sup>1</sup>-La política sexual y reproductiva planteó en el año 2003 reducir del 19% al 14 % el embarazo en la adolescencia pero la tendencia muestra un incremento sostenido: 17% en 1995, 19% en el 2000, y al 2005 la cifra estaba en 21% . Periódico Salud. Bogotá, Colombia. Febrero 2006.

-En México, 126 por cada mil adolescentes dan a luz. Periódico Reforma, Ciudad de México, mayo 10 de 2004

- En el 2.002, 52 adolescentes entre 15 y 19 años por cada 1000 dieron a luz en EEUU; 30 por 1000 en Inglaterra. Datos de UNICEF 2.002 citados por Infoprensa. Bogotá, Sección IV, Enero de 2.003

<sup>2</sup> - “Estamos viviendo una epidemia: aproximadamente 15 millones de estadounidenses contraen ETS cada año. La cuarta parte son menores de 25 años. Algunas son mortales, otras contribuyen a la infertilidad y al cáncer”. Dr. McIlhaney. The Medical Institute, Austin, TX, [www.medinstitute.org](http://www.medinstitute.org)

- “Ginecólogos malagueños detectan un rebrote de los tumores de cuello de útero debido a contagios en las relaciones sexuales.” La Opinión de Málaga, Sección Salud, Octubre 25 de 2.003

- “La sífilis reaparece con fuerza en el País Vasco después de 20 años”. El Correo, Bilbao, Noviembre 25 de 2.003

- Según datos aportados por Marina Geli, Consejera de Salud de la Generalitat de Cataluña, el aumento de la sífilis entre 2.002 y 2.003 fue de 36.6%; el de la gonorrea de un 8.3% y el de la clamidia de un 55.5%. “Nuevo fracaso de las campañas del preservativo: aumentan las enfermedades sexuales”.

[www.sinsida.com](http://www.sinsida.com), Mayo 11 de 2.005

relaciones sexuales prematrimoniales, independientemente de que deriven en embarazo, y que están aumentando el malestar de los adolescentes.

Consecuencias emocionales:<sup>3</sup>

- Sentimientos de culpa
- Temor al embarazo o una ETS
- Sentirse usado o usada
  
- Incremento de las riñas, celos, malos tratos lo cual produce inestabilidad y rompimientos
- Ansiedad, baja autoestima
- Inseguridad para asumir compromisos en el futuro.

Efectos sociales:

- Matrimonios precipitados
- Madres solteras sin apoyo del padre <sup>4</sup>
- Niños y niñas con serias dificultades para la crianza y la educación
- Recurso al aborto
- Alta correlación entre sexo prematrimonial y tasa de divorcios <sup>5</sup>

Otro efecto muy concreto, en el terreno intelectual, es que la sexualidad reducida a “prevención de enfermedades” suele confundir al adolescente, quien -víctima de estas campañas- empieza a creer que el amor es exclusivamente orgánico, reducido a actividad sexual con protección y esto lo incapacita para amar y ser amado verdaderamente.

---

<sup>3</sup> Thomas Lickona, “The neglected heart”, ASK, National Abstinence Clearinghouse, 2001

<sup>4</sup> El 34% de las adolescentes en México que son madres, lo son sin pareja. Periódico Reforma, México DF, Mayo 10 de 2.004

<sup>5</sup> -El 58% de los matrimonios se divorcian en México, Periódico El Norte, Febrero 14, 2.004.

-Varios estudios presentan índices de divorcios del 40% al 85% entre quienes han cohabitado antes del matrimonio. Smart Marriages, Sep. 28, 2.004, citado en [www.divorcereform.org](http://www.divorcereform.org), 9 de mayo de 2.006

La facilidad para adquirir alcohol y la propagación de su consumo entre los adolescentes se presenta a edades cada vez más tempranas. Su abuso se ha convertido en problema de seguridad ciudadana. En Monterrey, México, 90 mil jóvenes entre 12 y 19 años cada fin de semana consumen alcohol hasta la embriaguez y la mayoría de ellos conduce o viaja en un auto conducido por una persona ebria. La primera causa de muerte entre la población joven en esta ciudad son los accidentes causados por estos conductores.<sup>6</sup>

Italia redujo su consumo general de alcohol a la mitad en los últimos 25 años, pero su gente joven se está moviendo en la dirección contraria. Los

adolescentes italianos reportan la edad más baja en el inicio de consumo: 12.2 años comparado con la media europea de 14.6.<sup>7</sup>

Otro dato significativo es que los adolescentes entre los 12 y 19 años están expuestos a 9 escenas de sexo por hora en la programación de televisión<sup>8</sup>, lo cual despierta curiosidad e induce a la experimentación. Se sabe que la pornografía puede presentar fenómenos adictivos. Uno de cada cuatro niños menores de once años, llega por accidente a la pornografía y sólo un 25% lo comenta con sus padres.<sup>9</sup>

### **¿Cuál es la estrategia más eficaz?**

Un argumento muy utilizado para justificar el “sexo seguro” es que los jóvenes no son capaces de controlarse. Si empleáramos este mismo argumento aplicado al deporte que tanto les gusta, sería como afirmar que es mejor desanimarlos a practicarlo, porque son flojos y no soportan grandes esfuerzos.

---

<sup>6</sup> Datos de “Nace: No a Conducir Ebrio” [www.nace.com.mx](http://www.nace.com.mx) citados por Periódico el Norte, Monterrey, México, Febrero 13 2.006

<sup>7</sup> Time Magazine (Europe). The British Disease, [www.time.com](http://www.time.com), Mayo 5, 2.006

<sup>8</sup> Estudio realizado por The Parents Television Council, "MTV Smut Peddlers: Targeting Kids with Sex, Drugs and Alcohol," Febrero 2005, [www.abstinence.net](http://www.abstinence.net)

<sup>9</sup> Donna Rice Hughes, Kids on line, Fleming H. Revell, USA, 1998

Debido a la impulsividad que caracteriza a los adolescentes, los sentimientos tienen sobre ellos una fuerza muy grande que influye en lo que hacen o dejan de hacer. Basarse exclusivamente en estos para tomar decisiones puede conducirlos, sin darse cuenta, a comportamientos que nos les convienen. Pero no se trata de que eliminen los sentimientos, algo imposible e inhumano. Con ellos descubren si algo les gusta o no les gusta. Con la inteligencia se ubican en un nivel superior: si es conveniente o no lo es. El secreto estará en armonizar sentimientos, con inteligencia y voluntad para tomar las mejores decisiones, aunque supongan esfuerzos.

Nadie necesita aprender a respirar, a ver, a comer o a andar, porque son actos naturales que se realizan a medida que se desarrolla el organismo. Para

realizar actos sexuales tampoco se necesita una instrucción especial. La enseñanza se requiere precisamente para vivir con responsabilidad el sentido que tiene la sexualidad <sup>10</sup> y para esto resulta necesario que los adolescentes adquieran un dominio estable sobre sus impulsos.

Estos impulsos sexuales son rebeldes y explosivos, no se subordinan fácilmente, porque tienden a ser satisfechos de inmediato. <sup>11</sup> Conllevan una dificultad muy grande que debe ser contrarestanda por la inteligencia habituada a elegir lo que conviene y una recia voluntad con virtudes. En este contexto, carácter y virtud se confunden: un adolescente con carácter, es un adolescente virtuoso.

Para un adolescente y para todo ser humano, formarse un buen carácter “entraña una paradoja debido a que en cierto modo el hombre debe darse a sí mismo aquello de lo que carece”. <sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Victor García Hoz y otros. La Educación Sexual. Editorial Minos. México, D.F., 1994, pag. 91

<sup>11</sup> Cormak Burke. Felicidad y entrega en el matrimonio. Rialp, Madrid, 1990, pag. 159

<sup>12</sup> Carlos Llano Cifuentes. Formación de la Inteligencia, la Voluntad y el Carácter. Trillas, México D.F., 1999, pag. 178

Conocer esas carencias, nos dará muchas luces para ayudarles, porque a pesar de ellas, mejor aún, por ellas, los adolescentes son capaces de grandes retos. No podemos tratarlos como retrasados mentales... porque son tan inteligentes como los adultos. Dado el ambiente en el que se les ha tocado vivir, necesitan aun más nuestra guía y apoyo para coronar esta etapa con la madurez que les pide la vida.

Hay que ayudarles a conocerse, a elegir bien, a ser responsables, a trazarse un futuro con metas ambiciosas y a tener disciplina para lograrlas, a entender su mundo emocional y aprender a manejar los vaivenes de su afectividad. Todos son rasgos importantes del buen carácter.

La conclusión lógica salta a la vista: si se les anima a fortalecer su carácter, los adolescentes serán capaces de vivir una sexualidad inteligente.

### **Carencias típicas y cómo superarlas**

- El adolescente no se conoce bien

Tarde o temprano los seres humanos nos hacemos preguntas sobre la existencia: ¿Quién soy? ¿Para qué vivo? ¿Qué se espera de mí? ¿Quién quiero ser? Actualmente hay un riesgo mayor de dejar pasar los años sin dar respuesta satisfactoria a estos interrogantes. Por eso es conveniente hacerlo durante la etapa de su adolescencia para que empiecen a hacer propio lo que piensan de sí mismos. Entender que el ser humano posee *cinco dimensiones*: física, emocional, social, racional y trascendente, lo lleva a apreciarse más a si mismo y por consiguiente apreciar y respetar más a otros. Entiende qué significa ser persona y los lleva a exclamar admirados: "No me había dado cuenta de lo valioso que soy"

- No prevé consecuencias

El adolescente es muy dado a decidir a la ligera sin analizar las posibles consecuencias. Por eso es necesario ayudarlo a que *tome buenas decisiones*. A que descubra que la mejor decisión es hacer lo que más me conviene en relación con las cinco dimensiones, no solo lo que más me gusta.

- Tiene afán de ser aceptado

La necesidad de ser aceptado, lo hace vulnerable a las *presiones de grupo*. Los amigos pueden presionar para beber, fumar, escaparse de clase, tener relaciones sexuales, dejar de estudiar, copiarse en un examen, vestirse con cierto tipo de ropa, maltratar a un compañero, decir mentiras, hurtar, etc. Y por caer bien, puede acceder.

Es necesario que reconozca la amenaza que esas presiones representan para sus metas. Este será el primer paso para enfrentar la defensa de sus propios valores.

- Es impulsivo

La impulsividad lo mueve a actuar más por el efecto inmediato que por un objetivo de largo plazo. Por eso, educar la afectividad incluye no solo conocerse a sí mismo sino también desarrollar el *autodominio*, para que los sentimientos y emociones no echen al traste sus ideales. El equilibrio emocional se logra usando cabeza y corazón. En las relaciones con los demás, se traducirá en empatía para reconocer y comprender sus sentimientos.

- Busca la gratificación inmediata

“*No te prives de...*”, “*disfruta el momento*”, son mensajes que el adolescente recibe de la publicidad, la moda, el cine, Internet, estrechamente unidos al despertar de su impulso sexual, a la curiosidad y a la presión de los amigos. Por eso hay que ofrecerle razones suficientemente poderosas para que aprenda a vivir el autocontrol y quiera elegirlo. En el estudio, la diversión, la sexualidad, se necesitan motivos que impulsen hacia la acción adecuada. Todos sueñan con el “*fueron felices para siempre...*” El *amor verdadero* es la idea que más los reta si se les sabe exponer. Controlar -voluntaria y alegremente- las emociones sexuales por

amor a otra persona y a sí mismo, los prepara para ese amor. Es un hábito que se fortalece si hay ocasiones de espera para comprarse un par de zapatos o de prescindir de un antojo, de un celular que desea, Conseguir metas grandes implica reemplazar la búsqueda de la gratificación inmediata por gratificaciones duraderas.

- Confunde amor con sentimiento

Al preguntar a los adolescentes ¿qué es amor? responden: *“el amor es un sentimiento muy profundo que sientes por alguien y que puede desaparecer en cualquier momento...”* Lo relacionan con sentimiento. Les cuesta descubrir que más que sentir, el amor es hacer algo en favor del otro. El amor no es igual a sentimiento, aunque el sentimiento esté contenido en el amor.

Son ecuaciones falsas que manejan influenciados por los medios de comunicación y el ambiente en general. No es extraño que tomen decisiones equivocadas que llevan a profundas decepciones.

El amor es buscar el bien del otro en sus cinco dimensiones, y pasa por encima de sentimientos o dificultades. Se aprende en pequeños detalles con los padres, los hermanos, los amigos, las personas que conocemos o desconocemos. Escuchar a alguien; explicar matemáticas al amigo que no entiende nada; acompañar a la abuelita mientras nos cuenta la historia de siempre; compartir el paquete de dulces con los hermanos. A fuerza de sumar esos detalles se aprende el arte de amar. Es una ecuación diferente cuyo resultado es inequívoco: generosidad + comprensión + paciencia + cariño = amor. Sacarlos de esta confusión es una tarea clave para los educadores.

En resumen, lo que el adolescente necesita es conocerse a sí mismo, aprender a resistir las presiones negativas y a aceptar las positivas. Adquirir mayor habilidad para manejar las emociones, diferenciar el amor verdadero del enamoramiento, reemplazar las gratificaciones inmediatas por la realización a largo plazo. No trunquemos su destino con soluciones aparentes que van en detrimento de toda su persona. En cuatro palabras: sería aumentar su malestar.

La experiencia de Protege tu corazón durante trece años, en contacto directo con cerca de 130.000 adolescentes y padres de varios países lleva a pensar con certeza que la solución óptima es la educación que fortalece el carácter. El cambio de actitud de los adolescentes encuestados antes y después de las sesiones del programa ofrece resultados alentadores. En relación al cambio de actitud de esperar hasta casarse para tener relaciones sexuales, la media arroja un cambio a favor del 72%.

La estrategia ABC aplicada en Uganda es ejemplo claro de soluciones en esta dirección. Con énfasis en la abstinencia y en la fidelidad han conseguido reducir la incidencia del VIH/SIDA. Entre 1991 y 2001 las tasas de infección

declinaron de un 15% a un 5%.<sup>13</sup> Programas semejantes aplicados en Estados Unidos y otros países arrojan resultados igualmente positivos.<sup>14</sup>

Estos enfoques educativos enseñan a respetarse y a valorarse a sí mismos y a los demás, a preservar la salud física y emocional, a encontrar y vivir el amor verdadero, a tener metas y sueños grandes en la vida. De esta manera, los adolescentes quedarán mejor preparados para construir matrimonios sólidos y duraderos, que contribuyan con mayor eficacia a la realización personal, al

---

<sup>13</sup> The White House Initiative to combat AIDS: Learning from Uganda. Artículo publicado por Heritage Foundation. Septiembre 29 de 2.003. Entre mujeres embarazadas de Kampala, la capital, la prevalencia del VIH decayó de un 30% a un 10% en el mismo período. Un 93% de los ugandeses han cambiado sus comportamientos sexuales para prevenir el SIDA. Muchas son las lecciones que se pueden aprender de esta estrategia. 1) Los comportamientos sexuales de riesgo pueden ser reemplazados por estilos de vida más sanos. 2) La abstinencia y la fidelidad matrimonial son los factores más importantes a la hora de prevenir la expansión del SIDA. 3) Los preservativos no juegan el papel principal en la reducción del VIH/SIDA.

<sup>14</sup> Para ampliar esta información sugerimos leer el artículo Why Wait: The Benefits of Abstinence Until Marriage. Bridget Maher. [www.frc.org](http://www.frc.org)

progreso de la sociedad y como si fuera poco, hasta importantes beneficios económicos.<sup>15</sup>

En el caso de PTC, los adolescentes no solo agradecen estas propuestas exigentes, sino que expresan el deseo de contagiarlas a sus amigos, de compartir y multiplicar el mensaje que reciben. Dicen que hemos “tocado sus vidas” y abierto un horizonte nuevo. Que al creer en ellos se les ha dado la oportunidad de soñar en grande.

¡La educación del carácter sí funciona! Toda civilización está construida sobre este cimiento. ¡El riesgo sería perderla!

---

<sup>15</sup> Ver Estudios de Patrick Fagan, Estimulando El Matrimonio y Desalentando El Divorcio, Marzo 26, 2001 (Backgrounder #1421) Heritage Foundation, Washington. The Effect of Marriage on Child Poverty, abril 15 de 2002. [www.heritage.org](http://www.heritage.org)