

Estrategias educativas para fortalecer las relaciones interpersonales mediante la Educación Integral de la Sexualidad en estudiantes de Educación General Básica

*Educational strategies to strengthen interpersonal relationships through
Comprehensive Sexuality Education among General Basic Education students.*

MSc. Conza Chuquirima Magaly Elizabeth

U.E. Dr Manuel Agustin Cabrera Lozano
maelizaconza@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-0795-1784>
Loja – Ecuador

MSc. Parra Pacheco Martha Enith

U.E. Dr Manuel Agustin Cabrera Lozano
enith5090@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-1135-8593>
Loja – Ecuador

Prof. Salas Martinez Magaly Elizabeth

U.E. Dr Manuel Agustin Cabrera Lozano
magalye.salas@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0003-5229-3343>
Loja – Ecuador

MSc. Gordillo Noboa Jaime Patricio

U.E. Vilcabamba
jaime.gordillo@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0003-7104-7009>
Loja – Ecuador

Formato de citación APA

Conza, M., Parra, M., Salas, M. & Gordillo, J. (2026).
*Estrategias educativas para fortalecer las relaciones
interpersonales mediante la Educación Integral de la
Sexualidad en estudiantes de Educación General Básica.*
Revista REG, Vol. 5 (Nº. 4), p. 2815 – 2836.

NEXO CIENTIFICO

Vol. 5 (Nº. 4). Octubre – diciembre 2026.

ISSN: 3073-1259

Fecha de recepción: 20-10-2026

Fecha de aceptación: 25-10-2026

Fecha de publicación: 31-12-2026



RESUMEN

La Educación Integral de la Sexualidad constituye un componente relevante de la formación educativa, debido a que permite abordar no solo aspectos biológicos, sino también dimensiones afectivas, emocionales y sociales relacionadas con la manera en que los estudiantes se reconocen, se comunican y establecen vínculos con los demás. En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo fortalecer las relaciones interpersonales mediante estrategias educativas basadas en la Educación Integral de la Sexualidad en estudiantes de Educación General Básica. La investigación se desarrolló bajo un paradigma sociocrítico, con enfoque cualitativo y mediante el método de investigación-acción. La población estuvo conformada por 26 estudiantes de entre 11 y 12 años y una docente de una institución educativa pública de la ciudad de Cuenca, Ecuador, durante el año lectivo 2024-2025. Para la recopilación de información se utilizaron la observación participante mediante un diario de campo, una evaluación diagnóstica aplicada a los estudiantes y una entrevista semiestructurada dirigida a la docente. Los resultados del diagnóstico evidenciaron conocimientos parciales sobre la Educación Integral de la Sexualidad, así como dificultades relacionadas con autoestima, regulación emocional, comunicación y convivencia. La aplicación de actividades educativas participativas y vivenciales favoreció el reconocimiento de fortalezas personales, la autorregulación emocional, la comunicación asertiva, la empatía, la convivencia armónica y el pensamiento crítico frente al contenido de las redes sociales. Se concluyó que la implementación de estrategias educativas basadas en la Educación Integral de la Sexualidad contribuyó al fortalecimiento de habilidades socioemocionales y relaciones interpersonales saludables, por lo que su incorporación sistemática en el proceso educativo resultó pertinente para promover una formación integral.

PALABRAS CLAVE: Educación Integral de la Sexualidad, relaciones interpersonales, estrategias educativas, habilidades socioemocionales, Educación General Básica.



ABSTRACT

Comprehensive Sexuality Education constitutes a relevant component of educational development because it addresses not only biological aspects but also affective, emotional, and social dimensions related to how students understand themselves, communicate, and establish relationships with others. In this context, the present study aimed to strengthen interpersonal relationships through educational strategies based on Comprehensive Sexuality Education among Basic General Education students. The research was conducted under a sociocritical paradigm, using a qualitative approach and an action-research method. The study population consisted of 26 students between 11 and 12 years of age and one teacher from a public educational institution in Cuenca, Ecuador, during the 2024–2025 academic year. Data were collected through participant observation using a field diary, a diagnostic assessment administered to students, and a semi-structured interview with the teacher. The diagnostic results revealed partial knowledge of Comprehensive Sexuality Education, as well as difficulties related to self-esteem, emotional regulation, communication, and school coexistence. The implementation of participatory and experiential educational activities promoted recognition of personal strengths, emotional self-regulation, assertive communication, empathy, harmonious coexistence, and critical thinking regarding social media content. It was concluded that the implementation of educational strategies based on Comprehensive Sexuality Education contributed to strengthening socio-emotional skills and healthy interpersonal relationships. Therefore, its systematic incorporation into the educational process was considered relevant for promoting students' comprehensive development.

KEYWORDS: Comprehensive Sexuality Education, interpersonal relationships, educational strategies, socio-emotional skills, Basic General Education.



INTRODUCCIÓN

La educación constituye un proceso fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes, debido a que no se limita a la adquisición de conocimientos académicos, sino que también comprende la formación de habilidades sociales, emocionales y afectivas necesarias para desenvolverse de manera adecuada en los diferentes contextos de convivencia. Desde esta perspectiva, la Educación Integral de la Sexualidad (EIS) adquiere especial relevancia dentro del ámbito escolar, debido a que aborda la sexualidad desde una visión amplia que integra dimensiones físicas, cognitivas, emocionales y sociales, superando una concepción reducida centrada únicamente en aspectos biológicos y reproductivos. La EIS promueve conocimientos, valores, actitudes y habilidades que permiten a los estudiantes comprenderse a sí mismos, respetar a los demás, tomar decisiones responsables y establecer relaciones fundamentadas en el respeto, la igualdad y la convivencia armónica (FLACSO Argentina & UNESCO, 2022). La tesis analizada sustenta precisamente esta concepción integral y destaca la necesidad de trabajar la EIS de manera transversal y vinculada con las experiencias cotidianas de los estudiantes.

En el contexto educativo, las relaciones interpersonales representan un componente esencial de la formación, puesto que determinan en gran medida la manera en que los estudiantes se comunican, participan, colaboran y resuelven situaciones de conflicto dentro del aula. Durante la Educación General Básica, los estudiantes atraviesan importantes procesos de transformación personal, social y emocional, por lo que requieren espacios educativos que favorezcan el desarrollo de la autoestima, la empatía, el manejo de emociones, la comunicación asertiva y la toma de decisiones. Romero et al. (2023) señalan que el fortalecimiento de las relaciones interpersonales durante las etapas de desarrollo contribuye a la adaptación a los espacios de convivencia y a la consolidación de formas de pensar, sentir y actuar. En este sentido, las relaciones interpersonales no constituyen un aspecto secundario del proceso educativo, sino una condición necesaria para generar ambientes de aprendizaje positivos y favorecer el bienestar integral de los estudiantes.

La literatura reciente evidencia, además, que la implementación de la EIS en las instituciones educativas presenta dificultades relacionadas con la persistencia de prejuicios, tabúes, estereotipos y limitaciones en la preparación del personal docente. Cravero et al. (2020), al analizar las percepciones de estudiantes respecto a la educación integral de la sexualidad recibida durante su formación escolar, identifican vacíos y contradicciones en su aplicación, lo que pone de manifiesto la necesidad de desarrollar propuestas educativas inclusivas, científicas y contextualizadas. De manera similar, Silva (2022) encuentra una incorporación limitada de la perspectiva de la EIS en espacios escolares, situación

relacionada, entre otros factores, con las creencias personales y la formación previa del profesorado. Estos antecedentes permiten reconocer que abordar la sexualidad desde una perspectiva integral requiere intencionalidad pedagógica, preparación docente y espacios de diálogo que permitan tratar el tema de manera respetuosa y acorde con las características y necesidades de los estudiantes.

Desde el enfoque educativo, la EIS se relaciona directamente con el desarrollo de competencias que favorecen la construcción de vínculos saludables. Cabrera-Fajardo (2022), a partir de una revisión de estudios sobre educación integral de la sexualidad, destaca la importancia de desarrollar en niños y adolescentes competencias relacionadas con la autoestima, la toma de decisiones y la construcción de relaciones afectivas saludables. Esta perspectiva permite comprender que educar en sexualidad implica también enseñar a los estudiantes a reconocer sus emociones, establecer límites, respetar la diversidad y comunicarse de manera adecuada con otras personas. Por tanto, la EIS puede constituirse en un recurso pedagógico para fortalecer las relaciones interpersonales, especialmente cuando sus contenidos se vinculan con experiencias significativas y actividades que promueven la participación activa del estudiante.

En el contexto ecuatoriano, diferentes investigaciones muestran la pertinencia de incorporar la EIS dentro de las prácticas educativas. Rodríguez y Cabrera (2024) evidencian que una propuesta de intervención desarrollada desde el área de Ciencias Naturales permite trabajar contenidos relacionados con la sexualidad mediante actividades lúdicas que favorecen la expresión emocional, el respeto mutuo y la construcción de relaciones interpersonales saludables. Asimismo, Orrala (2024) identifica dificultades vinculadas con los tabúes, la escasa capacitación docente y la limitada inclusión de la EIS en el currículo; sin embargo, su intervención evidencia mejoras en aspectos como autoestima, conocimientos sobre sexualidad, consentimiento y prevención de la violencia. Estos resultados respaldan la necesidad de generar estrategias educativas que permitan integrar la EIS al proceso de enseñanza-aprendizaje de manera contextualizada y adecuada a la edad de los estudiantes.

De igual manera, el desarrollo de las relaciones interpersonales requiere estrategias pedagógicas que permitan transformar los conocimientos en experiencias de aprendizaje. Bosmediano (2023) evidencia que el aprendizaje dialógico y el trabajo vivencial en torno a la EIS favorecen la creación de ambientes seguros y respetuosos, además de promover la reflexión sobre las relaciones, la educación emocional y las concepciones relacionadas con la sexualidad y el noviazgo. En esta misma línea, la investigación analizada reconoce como componentes fundamentales de la formación la afectividad, la autoestima, el manejo de emociones, las habilidades socioemocionales, la comunicación asertiva, la toma de decisiones y la construcción de vínculos afectivos saludables. La articulación de

estos elementos permite comprender las relaciones interpersonales como una dimensión educativa susceptible de ser fortalecida mediante experiencias planificadas y significativas.

A pesar de estos aportes, persiste la necesidad de fortalecer la incorporación de la EIS en la Educación General Básica, particularmente mediante recursos didácticos que orienten al docente en el desarrollo de actividades educativas pertinentes. La tesis tomada como referencia identifica, en un grupo de estudiantes de EGB subnivel medio, dificultades relacionadas con la tolerancia, la convivencia y la interacción entre compañeros, así como la ausencia de un abordaje sistemático de contenidos vinculados con la EIS y las relaciones interpersonales. También se reconoce que la limitada capacitación docente y la falta de tiempo para incorporar estos contenidos constituyen barreras para su tratamiento pedagógico. Esta situación evidencia un problema educativo que trasciende la transmisión de contenidos y demanda estrategias que favorezcan la formación integral, la convivencia y el desarrollo socioemocional.

En consecuencia, resulta pertinente diseñar estrategias educativas que permitan abordar la Educación Integral de la Sexualidad desde una perspectiva formativa, transversal, participativa y centrada en el estudiante. Una propuesta de actividades puede generar espacios de diálogo, reflexión y participación en los que los estudiantes desarrollen habilidades para reconocer sus emociones, fortalecer su autoestima, comunicarse asertivamente, respetar las diferencias, tomar decisiones responsables y construir vínculos basados en la empatía. La propia investigación de referencia plantea que la EIS debe desarrollarse de forma continua y transversal, integrándose en diferentes áreas y situaciones del contexto escolar, en lugar de limitarse a una intervención aislada. Por ello, su incorporación representa una oportunidad para fortalecer tanto los aprendizajes como las relaciones que se construyen diariamente en el aula.

En este marco, el objetivo principal del presente trabajo es fortalecer las relaciones interpersonales mediante estrategias educativas basadas en la Educación Integral de la Sexualidad en estudiantes de Educación General Básica, promoviendo el desarrollo de habilidades socioemocionales, comunicación asertiva, respeto, empatía, autoestima y construcción de vínculos saludables. De esta manera, el estudio busca aportar una alternativa pedagógica que contribuya a una formación integral y a la generación de ambientes escolares caracterizados por la convivencia armónica, la inclusión y el respeto a la diversidad, reconociendo al docente como mediador fundamental de estos procesos formativos. El objetivo mantiene correspondencia con el propósito de la tesis de referencia, orientado al fortalecimiento de las relaciones interpersonales mediante una guía de actividades basada en la EIS.

MÉTODOS Y MATERIALES

La investigación se desarrolló bajo un paradigma sociocrítico, con un enfoque cualitativo y mediante el método de investigación-acción, debido a que se buscó comprender las relaciones interpersonales de los estudiantes en su contexto escolar y, al mismo tiempo, generar una intervención educativa orientada a su fortalecimiento. El paradigma sociocrítico permitió relacionar la comprensión de la realidad educativa con la posibilidad de transformarla mediante la participación activa de los sujetos involucrados. Por su parte, el enfoque cualitativo posibilitó analizar experiencias, comportamientos, opiniones, emociones e interacciones desarrolladas en el contexto natural del aula. El método de investigación-acción se organizó en las fases de diagnóstico, planificación, intervención y reflexión, lo que permitió identificar la problemática, diseñar estrategias educativas, aplicarlas y valorar los cambios producidos en el grupo.

El estudio se realizó en una institución educativa pública ubicada en la ciudad de Cuenca, provincia del Azuay, Ecuador, durante el año lectivo 2024-2025. La población estuvo constituida por estudiantes de Educación General Básica, subnivel medio, con edades comprendidas entre 11 y 12 años, pertenecientes a un paralelo del establecimiento educativo, además de la docente responsable del grado. La población estudiantil estuvo conformada por 26 estudiantes, de los cuales 19 fueron niñas y 7 fueron niños, junto con una docente. La selección respondió a un criterio intencional y contextual, debido a que el grupo presentó características directamente relacionadas con el objeto de estudio y permitió analizar las relaciones interpersonales, la Educación Integral de la Sexualidad y las necesidades formativas existentes en el aula.

Las principales categorías de análisis estuvieron relacionadas con la Educación Integral de la Sexualidad, la afectividad y el desarrollo de las relaciones interpersonales saludables. En la primera categoría se consideraron los conocimientos y concepciones sobre la EIS; en la segunda se abordaron aspectos vinculados con la autoestima, el reconocimiento y manejo de emociones y las habilidades socioemocionales; mientras que en la tercera se analizaron la comunicación asertiva, la toma de decisiones, la empatía, el respeto y la construcción de vínculos saludables. También se consideró el uso responsable de las redes sociales como dimensión relacionada con la formación integral y las formas de interacción entre los estudiantes.

Para la recolección de información se emplearon tres técnicas principales: observación participante, encuesta y entrevista semiestructurada. La observación participante se desarrolló durante las sesiones de clase y permitió registrar directamente comportamientos, actitudes, interacciones y situaciones relacionadas con la convivencia y las relaciones interpersonales. Como

instrumento se utilizó un diario de campo, mediante el cual se organizaron sistemáticamente los acontecimientos observados durante las prácticas preprofesionales.

La encuesta se aplicó a los estudiantes mediante una evaluación diagnóstica estructurada a partir de una guía de preguntas. Este instrumento permitió recopilar información sobre los conocimientos, percepciones y experiencias del estudiantado respecto a la Educación Integral de la Sexualidad, la convivencia y las relaciones interpersonales. La entrevista semiestructurada se aplicó a la docente mediante una guía compuesta por trece preguntas elaboradas a partir de las categorías de análisis. Esta técnica permitió obtener información sobre la manera en que se abordaban los contenidos de EIS en el aula, las dificultades identificadas y su relación con la convivencia escolar.

Los instrumentos fueron sometidos a un proceso de validación por tres docentes expertos en Educación Integral de la Sexualidad, quienes revisaron su pertinencia, claridad y correspondencia con las dimensiones estudiadas. A partir de las observaciones realizadas se modificaron preguntas redundantes, se incorporaron aspectos necesarios y se mejoró la formulación de algunos ítems para evitar interpretaciones ambiguas. La propuesta educativa también fue sometida a valoración externa, lo que permitió fortalecer su coherencia y pertinencia respecto de las necesidades identificadas en el contexto escolar.

El procesamiento de la información se realizó mediante un análisis cualitativo y una triangulación de datos provenientes del diario de campo, la entrevista a la docente y la evaluación diagnóstica aplicada a los estudiantes. La triangulación permitió contrastar y complementar las evidencias obtenidas desde las diferentes fuentes, con el propósito de identificar coincidencias, tendencias y necesidades formativas relacionadas con la Educación Integral de la Sexualidad y las relaciones interpersonales.

El diagnóstico evidenció que los estudiantes presentaron conocimientos parciales y fragmentados sobre la Educación Integral de la Sexualidad, asociándola principalmente con aspectos biológicos y preventivos, mientras mostraron dificultades para comprender sus dimensiones afectivas, sociales y éticas. También se identificaron dificultades relacionadas con la autoestima, el manejo de emociones, la comunicación y la convivencia. En las relaciones interpersonales se observaron problemas para expresar ideas y emociones de manera adecuada, así como conflictos entre compañeros y una comprensión todavía limitada del consentimiento. Asimismo, se identificó un consumo de información proveniente de redes sociales sin suficiente análisis crítico, situación que podía influir en la autoestima, la percepción corporal y las relaciones con los demás.

A partir de estos hallazgos, se implementaron actividades educativas de carácter participativo, lúdico y vivencial orientadas al fortalecimiento de las relaciones interpersonales mediante la Educación Integral de la Sexualidad. Las actividades abordaron el reconocimiento de conceptos de EIS, autoestima, autoconocimiento, regulación emocional, comunicación asertiva y uso responsable de redes sociales. Entre las estrategias desarrolladas se incluyeron dinámicas grupales, actividades de expresión creativa, ejercicios de autorregulación, análisis de situaciones comunicativas y diseño de propuestas relacionadas con el uso positivo de medios digitales.

Como principales resultados de la intervención, se evidenciaron mejoras en la valoración personal, la autoconfianza, la autorregulación emocional, la comunicación asertiva, la empatía y la convivencia. Los estudiantes lograron identificar diferentes estilos de comunicación y reconocieron la asertividad como una forma adecuada para establecer relaciones respetuosas. Además, mediante las actividades relacionadas con redes sociales, desarrollaron una actitud más crítica y responsable frente a los contenidos digitales. En términos generales, la aplicación de las estrategias favoreció la participación activa, el trabajo colaborativo y la reflexión sobre situaciones de la vida cotidiana, fortaleciendo habilidades sociales y emocionales vinculadas con la construcción de relaciones interpersonales saludables. Finalmente, durante todo el proceso se respetaron los principios éticos relacionados con la participación de estudiantes menores de edad. Se garantizó el anonimato, la privacidad, la confidencialidad y la participación voluntaria. Antes de la aplicación de los instrumentos se obtuvo el consentimiento informado de los padres o representantes legales y el asentimiento de los estudiantes. La información recopilada fue utilizada exclusivamente con fines académicos e investigativos.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

La revisión de la tesis de referencia permitió identificar cinco ejes fundamentales relacionados con el fortalecimiento de las relaciones interpersonales mediante la Educación Integral de la Sexualidad (EIS): comprensión integral de la sexualidad, afectividad y autoestima, desarrollo de habilidades socioemocionales, comunicación y convivencia, y uso responsable de las redes sociales. Los resultados mostraron que las principales dificultades no se limitaron al desconocimiento de contenidos sobre sexualidad, sino que también estuvieron vinculadas con la manera en que los estudiantes gestionaron sus emociones, se comunicaron, reconocieron sus propias capacidades y establecieron vínculos con sus compañeros. A partir de estos hallazgos, la aplicación de actividades educativas participativas permitió observar cambios favorables en diferentes dimensiones de las relaciones interpersonales.

Tabla 1. Principales hallazgos sobre la Educación Integral de la Sexualidad

Aspecto analizado	Hallazgos del diagnóstico	Hallazgos posteriores a la intervención
Concepción de la EIS	Los estudiantes presentaron conocimientos parciales y fragmentados y relacionaron la sexualidad principalmente con aspectos biológicos, enfermedades de transmisión sexual y embarazo.	Lograron reconocer la EIS desde una perspectiva más amplia y relacionaron sus contenidos con situaciones de la vida cotidiana.
Dimensión afectiva	Se identificaron dificultades en autoestima, autovaloración y reconocimiento de las propias capacidades.	Se fortalecieron la valoración personal, la expresión de fortalezas y la aceptación de las diferencias.
Dimensión socioemocional	Se evidenciaron dificultades para gestionar emociones y responder adecuadamente ante situaciones conflictivas.	Los estudiantes desarrollaron estrategias de regulación emocional y mostraron mayor disposición al diálogo.
Relaciones interpersonales	Se observaron dificultades de comunicación, conflictos y limitaciones para comprender algunos aspectos relacionados con el consentimiento.	Se fortalecieron el diálogo, la empatía, la comunicación asertiva y la convivencia armónica.
Redes sociales	Se identificó consumo de información digital sin suficiente análisis crítico, con posibles efectos sobre autoestima y relaciones.	Se promovió una actitud crítica y responsable frente a los contenidos digitales.

Fuente: Autor (2026), con base en los resultados de la investigación analizada.

Los resultados evidenciaron que la principal contribución de la EIS consistió en ampliar la comprensión que los estudiantes tenían sobre la sexualidad. Inicialmente, los conocimientos aparecieron fragmentados y vinculados principalmente con contenidos biológicos y preventivos; después de las actividades, los estudiantes pudieron relacionar conceptos de la EIS con situaciones cotidianas y expresar sus ideas con mayor libertad. Este resultado coincidió con el planteamiento teórico de la investigación, según el cual la EIS debía superar una visión exclusivamente biológica e incorporar dimensiones afectivas, sociales y emocionales. La evidencia obtenida permitió, por tanto, establecer que el tratamiento pedagógico de la sexualidad desde una perspectiva integral podía constituirse en una oportunidad para desarrollar aprendizajes que trascendieran la adquisición de información.

De manera crítica, estos resultados mostraron que la EIS no debía ser abordada como un contenido aislado, sino como un componente articulado con la formación personal y social. Esta perspectiva coincidió con Cabrera-Fajardo (2022), quien destacó la importancia de una educación sexual contextualizada que promoviera autoestima, toma de decisiones y relaciones afectivas saludables. Asimismo, los hallazgos guardaron relación con Orrala (2024), quien evidenció que una

intervención educativa permitió mejorar aspectos como autoestima, conocimiento sobre sexualidad, consentimiento y prevención de la violencia. La coincidencia entre estos estudios permitió reconocer que el valor educativo de la EIS se encontraba precisamente en su capacidad para integrar conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para la vida.

Tabla 2. Afectividad, autoestima y habilidades socioemocionales

Categoría	Situación identificada	Resultado de las actividades
Autoestima	Parte del grupo mostró baja valoración personal y comparaciones relacionadas con la imagen corporal.	Se observó mayor autovaloración, reconocimiento de fortalezas y aceptación de las diferencias.
Autoconocimiento	Existieron dificultades para reconocer cualidades y características personales.	Los estudiantes identificaron fortalezas personales mediante actividades creativas y reflexivas.
Regulación emocional	Se presentaron dificultades para gestionar emociones ante situaciones desafiantes.	Se incorporaron estrategias de autocontrol y regulación emocional.
Empatía	Se requirió fortalecer la comprensión y respeto hacia las experiencias de los compañeros.	Las actividades favorecieron el respeto, el diálogo y la empatía.
Confianza	Algunos estudiantes presentaron timidez y dificultades para participar.	Se incrementó la participación y la confianza durante las actividades grupales.

Fuente: Autor (2026), con base en los resultados de la investigación analizada.

Uno de los resultados más relevantes correspondió al fortalecimiento de la afectividad como dimensión vinculada con las relaciones interpersonales. La actividad denominada “La aventura de ser yo” permitió que los estudiantes reconocieran sus fortalezas mediante la elaboración de cómics y la posterior socialización de sus trabajos. El resultado observado fue favorable, debido a que se fortaleció la autoconfianza, el reconocimiento personal y la aceptación de las diferencias. De igual manera, el “Círculo de regulación emocional” favoreció el aprendizaje de estrategias para afrontar situaciones que podían generar pérdida de autocontrol, promoviendo cooperación, diálogo y disposición para aplicar técnicas de regulación emocional.

Estos hallazgos permitieron establecer una relación directa entre autoestima, regulación emocional y calidad de las relaciones interpersonales. La evidencia de la intervención mostró que los estudiantes necesitaron primero reconocerse y valorar sus propias características para posteriormente interactuar con mayor respeto y seguridad con los demás. Este resultado coincidió con la literatura revisada, particularmente con Cabrera-Fajardo (2022), quien identificó la autoestima como una competencia necesaria dentro de una educación sexual integral. También se relacionó con los resultados de Romero et al. (2023), investigación que abordó la autoestima en las relaciones

interpersonales de estudiantes de educación básica. En consecuencia, el aporte principal de este eje radicó en demostrar que el fortalecimiento de las relaciones interpersonales requirió trabajar simultáneamente dimensiones personales y sociales.

Tabla 3. Comunicación asertiva y convivencia escolar

Elemento	Evidencia inicial	Evidencia posterior
Comunicación	Algunos estudiantes presentaron dificultades para expresarse y comunicarse eficazmente.	Reconocieron estilos de comunicación y valoraron la comunicación asertiva.
Resolución de conflictos	Se identificaron situaciones de conflicto y dificultades para manejar determinadas interacciones.	Se incorporaron estrategias de regulación y diálogo para afrontar situaciones conflictivas.
Empatía	Se requirió fortalecer el respeto hacia las opiniones y experiencias de otros.	Las actividades favorecieron el respeto y la consideración de diferentes puntos de vista.
Convivencia	Se observaron dificultades de tolerancia entre algunos compañeros.	Se fortaleció la convivencia armónica mediante actividades colaborativas.
Participación	Algunos estudiantes mostraron inicialmente vergüenza o poca disposición para intervenir.	Se incrementó la participación y colaboración durante las dinámicas.

Fuente: Autor (2026), con base en los resultados de la investigación analizada.

La comunicación asertiva constituyó uno de los componentes más significativos para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales. La actividad “Semáforo de emociones” permitió que los estudiantes identificaran diferencias entre comunicación agresiva, pasiva y asertiva, y que justificaran sus decisiones ante el grupo. Los resultados mostraron que la dinámica favoreció el debate, la reflexión y el reconocimiento de la asertividad como una forma adecuada de construir relaciones saludables. A su vez, el desarrollo de las actividades generó espacios de interacción en los que los estudiantes pudieron expresar opiniones, escuchar a sus compañeros y analizar diferentes formas de responder ante situaciones cotidianas.

Este resultado coincidió con Bosmediano (2023), quien identificó la presencia de relaciones no saludables y la necesidad de fortalecer la educación emocional mediante experiencias dialógicas y participativas. La similitud entre ambos trabajos estuvo en considerar el diálogo como recurso pedagógico para generar ambientes seguros y respetuosos. Sin embargo, la investigación analizada profundizó en la utilización de actividades concretas para desarrollar habilidades comunicativas, lo que permitió pasar de la reflexión conceptual a la práctica. En este sentido, el aporte al conocimiento se relacionó con la evidencia de que una intervención educativa basada en actividades vivenciales podía contribuir a modificar la manera en que los estudiantes comprendían y aplicaban formas de comunicación dentro del espacio escolar.

Tabla 4. Comparación de antecedentes y aportes de la intervención

Autor/año	Contexto o enfoque	Principal hallazgo	Relación con la investigación
Cravero et al. (2020)	Argentina; EIS y percepciones estudiantiles	Se identificaron vacíos y contradicciones en la implementación de la EIS.	Reforzó la necesidad de una EIS inclusiva, científica y contextualizada.
Silva (2022)	Argentina; EIS y derechos sexuales	Se evidenció una incorporación limitada de la EIS y la influencia de creencias docentes.	Destacó la importancia de la formación docente y de espacios pedagógicos intencionados.
Cabrera-Fajardo (2022)	Revisión bibliográfica internacional	Se resaltó la autoestima, la toma de decisiones y las relaciones afectivas saludables.	Fundamentó la relación entre EIS y desarrollo socioemocional.
Bosmediano (2023)	Ecuador; aprendizaje dialógico	Se identificaron relaciones no saludables y necesidad de educación emocional.	Respaldó el diálogo y el trabajo vivencial como estrategias educativas.
Orrala (2024)	Ecuador; EIS en Ciencias Naturales	La intervención favoreció autoestima, conocimientos, consentimiento y prevención de violencia.	Evidenció la pertinencia de integrar la EIS en áreas curriculares.
Investigación analizada	Ecuador; EIS y relaciones interpersonales	Se observaron mejoras en autoestima, regulación emocional, comunicación y pensamiento crítico.	Aportó una propuesta educativa articulada con diferentes dimensiones de la EIS.

Fuente: Autor (2026), con base en Cravero et al. (2020), Silva (2022), Cabrera-Fajardo (2022), Bosmediano (2023) y Orrala (2024).

La comparación de los antecedentes permitió encontrar una tendencia común: los estudios coincidieron en reconocer que la EIS requería una implementación pedagógica intencional, contextualizada y vinculada con el desarrollo integral. Cravero et al. (2020) identificaron vacíos en la implementación; Silva (2022) señaló limitaciones relacionadas con la formación y las creencias docentes; Cabrera-Fajardo (2022) resaltó la importancia de las competencias socioemocionales; mientras que Bosmediano (2023) y Orrala (2024) evidenciaron resultados favorables de intervenciones educativas desarrolladas en Ecuador. Por consiguiente, existió convergencia respecto a la necesidad de superar una enseñanza reducida de la sexualidad y avanzar hacia experiencias que favorecieran el respeto, la autoestima, la toma de decisiones y las relaciones saludables.

La principal diferencia se ubicó en los enfoques y alcances de los estudios. Mientras algunos antecedentes se concentraron en analizar percepciones, prácticas docentes o contenidos curriculares, otros desarrollaron intervenciones orientadas a modificar determinadas habilidades. La investigación analizada articuló ambas perspectivas mediante un diagnóstico previo, una intervención educativa y

una posterior valoración de los cambios observados. Esta articulación constituyó uno de sus principales aportes, aunque también presentó una limitación: al tratarse de un estudio cualitativo desarrollado con un grupo específico de una institución educativa, los resultados no pudieron generalizarse automáticamente a otros contextos. Por ello, futuras investigaciones podrían ampliar la población, incorporar diferentes instituciones educativas y desarrollar estudios longitudinales que permitan determinar la permanencia de los cambios obtenidos.

Tabla 5. Síntesis crítica de resultados, aportes y necesidades de investigación

Dimensión	Resultado principal	Aporte al conocimiento	Necesidad de investigación futura
Educación Integral de la Sexualidad	Se amplió la comprensión de la EIS más allá de lo biológico.	Evidenció el valor de un abordaje integral y contextualizado.	Analizar su incorporación transversal en diferentes áreas curriculares.
Autoestima y afectividad	Se fortalecieron la autovaloración, confianza y reconocimiento personal.	Mostró la relación entre desarrollo personal y vínculos saludables.	Evaluar la permanencia de estos cambios a mediano y largo plazo.
Regulación emocional	Se desarrollaron estrategias para afrontar situaciones desafiantes.	Reforzó la importancia de las habilidades socioemocionales en la convivencia.	Comparar diferentes estrategias de educación emocional.
Comunicación y relaciones	Se fortalecieron comunicación asertiva, empatía y diálogo.	Evidenció el potencial de actividades vivenciales para mejorar la convivencia.	Analizar resultados en grupos de diferentes edades y contextos.
Redes sociales	Se promovió pensamiento crítico frente a contenidos digitales.	Vinculó EIS, alfabetización mediática y relaciones interpersonales.	Profundizar en la influencia de los contenidos digitales en la formación socioemocional.
Práctica docente	Se identificó la necesidad de estrategias y preparación para abordar la EIS.	Reafirmó el papel docente como mediador del aprendizaje integral.	Investigar programas de capacitación docente sobre EIS.

Fuente: Autor (2026), a partir del análisis de los resultados y antecedentes de la investigación.

Desde una perspectiva crítica, los resultados respondieron al objetivo planteado en la introducción, debido a que la aplicación de actividades basadas en la EIS permitió fortalecer diferentes componentes asociados con las relaciones interpersonales. Los cambios más relevantes se observaron en la autoestima, la autorregulación emocional, la comunicación asertiva, la empatía, la participación

y el pensamiento crítico frente al uso de redes sociales. La intervención también mostró que las actividades lúdicas, creativas y participativas facilitaron la inclusión de estudiantes que inicialmente presentaron timidez o poca disposición para intervenir. En consecuencia, el estudio respaldó la pertinencia de utilizar estrategias educativas activas para abordar contenidos sensibles como la sexualidad desde una perspectiva formativa y respetuosa.

No obstante, los resultados también permitieron identificar áreas que requieren mayor profundización. La implementación se desarrolló en un contexto educativo específico y con una población delimitada, por lo que resultó necesario evitar generalizaciones y considerar las características socioculturales de cada institución. Asimismo, aunque se observaron mejoras posteriores a la intervención, el estudio no permitió establecer con certeza la permanencia de dichos cambios a largo plazo. Otra área relevante correspondió a la formación docente, puesto que los antecedentes evidenciaron que las creencias, la preparación profesional y la disponibilidad de espacios pedagógicos podían condicionar la implementación de la EIS. Por tanto, futuras investigaciones deberían ampliar los contextos de aplicación, incorporar seguimientos posteriores y profundizar en la preparación docente para garantizar que la Educación Integral de la Sexualidad se consolide como una estrategia educativa permanente para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos permitieron evidenciar que la Educación Integral de la Sexualidad constituye un enfoque educativo pertinente para fortalecer las relaciones interpersonales en estudiantes de Educación General Básica, debido a que su abordaje no se limita a contenidos biológicos o preventivos, sino que incorpora dimensiones afectivas, emocionales y sociales. En el diagnóstico se identificaron conocimientos parciales sobre la EIS, dificultades en la autoestima, regulación emocional, comunicación y convivencia, aspectos que incidían en la manera en que los estudiantes establecían vínculos con sus compañeros. Estos resultados coincidieron con Cravero et al. (2020), quienes identificaron vacíos y contradicciones en la implementación de la EIS, y con Silva (2022), quien evidenció una incorporación limitada de estos contenidos en los espacios escolares. En este sentido, los hallazgos permitieron reconocer que una de las principales dificultades no radicaba únicamente en la ausencia de información, sino en la necesidad de desarrollar procesos educativos intencionados que permitieran transformar el conocimiento en habilidades para la convivencia.

La intervención educativa mostró resultados favorables principalmente en la autoestima, el manejo de emociones, la empatía y la comunicación asertiva. Las actividades de carácter lúdico, participativo y vivencial facilitaron que los estudiantes reconocieran sus fortalezas, expresaran

emociones y reflexionaran sobre diferentes formas de relacionarse con los demás. Estos resultados guardaron correspondencia con Cabrera-Fajardo (2022), quien destacó la autoestima, la toma de decisiones y la construcción de relaciones afectivas saludables como competencias fundamentales dentro de la EIS. De igual manera, coincidieron con Bosmediano (2023), quien evidenció que el aprendizaje dialógico y las experiencias participativas favorecieron ambientes de aprendizaje seguros y respetuosos. Por tanto, los resultados reforzaron la importancia de desarrollar estrategias educativas que involucraran activamente al estudiante y que permitieran abordar la sexualidad desde situaciones cercanas a su realidad.

Un aspecto especialmente relevante correspondió al fortalecimiento de la comunicación asertiva y la convivencia. La actividad orientada a identificar los estilos de comunicación permitió que los estudiantes reconocieran diferencias entre las formas agresiva, pasiva y asertiva de comunicarse, comprendiendo que la última favorecía relaciones basadas en el respeto y el diálogo. Este resultado adquirió especial importancia debido a que las relaciones interpersonales saludables no dependían exclusivamente de conocer normas de convivencia, sino de desarrollar habilidades concretas para expresar pensamientos, emociones y necesidades sin vulnerar los derechos de los demás. La investigación analizada mostró que las actividades de reflexión y participación grupal generaron oportunidades para escuchar diferentes opiniones, argumentar decisiones y resolver situaciones de manera constructiva.

Asimismo, los resultados permitieron establecer que la autoestima y la regulación emocional se relacionaron estrechamente con la calidad de las interacciones entre compañeros. La actividad “La aventura de ser yo” favoreció el reconocimiento de fortalezas personales y la aceptación de las diferencias, mientras que el “Circuito de regulación emocional” proporcionó estrategias para afrontar situaciones que podían generar conflictos o pérdida de autocontrol. Estos hallazgos coincidieron con la perspectiva de la EIS planteada en la investigación, en la cual la afectividad, la autoestima y las habilidades socioemocionales se consideraron componentes necesarios para establecer vínculos positivos y respetuosos. En consecuencia, fortalecer las relaciones interpersonales requirió trabajar no solo la interacción con los demás, sino también el conocimiento y valoración de uno mismo.

Otro resultado significativo se relacionó con el uso de las redes sociales. Los estudiantes inicialmente consumían información digital sin suficiente análisis crítico, situación que podía influir en su autoestima, percepción corporal y manera de relacionarse. La actividad “Mi red ideal” permitió reflexionar sobre el contenido disponible en estos espacios y proponer formas de utilizarlos de manera responsable y educativa. Este hallazgo amplió la comprensión de las relaciones interpersonales, debido

a que los vínculos de los estudiantes no se desarrollaban exclusivamente en el espacio físico del aula, sino también en entornos digitales. De esta manera, la EIS adquirió una dimensión actual al incorporar el pensamiento crítico y la responsabilidad en el uso de información relacionada con la sexualidad y las relaciones sociales.

En términos generales, los resultados respaldaron el objetivo de fortalecer las relaciones interpersonales mediante estrategias educativas basadas en la Educación Integral de la Sexualidad. La principal contribución del estudio radicó en demostrar que una propuesta pedagógica organizada, participativa y contextualizada podía favorecer simultáneamente aprendizajes sobre EIS y habilidades necesarias para la convivencia. Sin embargo, los resultados debieron interpretarse considerando que la investigación se desarrolló con una población específica y dentro de un contexto educativo determinado, por lo que no permitieron generalizar automáticamente los hallazgos a otros grupos. Además, resultó necesario profundizar en investigaciones posteriores que permitan valorar la permanencia de los cambios alcanzados y analizar el papel de la formación docente en la aplicación sistemática de la EIS. Así, la evidencia obtenida permitió sostener que la Educación Integral de la Sexualidad representa una alternativa educativa relevante para promover estudiantes con mayores capacidades para comunicarse, respetar, comprender sus emociones y construir relaciones interpersonales saludables.

CONCLUSIONES

La revisión realizada permitió concluir que la Educación Integral de la Sexualidad (EIS) constituye un enfoque educativo pertinente para fortalecer las relaciones interpersonales en estudiantes de Educación General Básica, debido a que integra dimensiones afectivas, emocionales, sociales y comunicativas que trascienden una concepción exclusivamente biológica de la sexualidad. Los hallazgos evidenciaron que las principales dificultades identificadas estuvieron relacionadas con conocimientos fragmentados sobre la EIS, baja autoestima en parte del grupo, dificultades para gestionar emociones, limitaciones en la comunicación y situaciones que afectaban la convivencia escolar. En consecuencia, el abordaje integral de estas dimensiones resultó necesario para favorecer una formación orientada al respeto, la empatía, la convivencia y la construcción de vínculos saludables.

La aplicación de estrategias educativas participativas, lúdicas y vivenciales mostró resultados favorables en el desarrollo de habilidades relacionadas con las relaciones interpersonales. Las actividades permitieron fortalecer la autoestima, el autoconocimiento, la regulación emocional, la comunicación asertiva, la empatía y la participación grupal. Particularmente, las dinámicas relacionadas con el reconocimiento personal favorecieron la valoración de las propias capacidades, mientras que las actividades de regulación emocional y comunicación contribuyeron al desarrollo de herramientas para afrontar situaciones cotidianas y conflictos de manera constructiva. Estos resultados respaldaron la importancia de que la EIS sea abordada mediante experiencias significativas y contextualizadas, en las que el estudiante participe activamente en la construcción de sus aprendizajes.

Como aporte al conocimiento, el estudio permitió establecer una relación directa entre Educación Integral de la Sexualidad, desarrollo socioemocional y relaciones interpersonales, evidenciando que estos componentes pueden ser trabajados de manera articulada dentro del proceso educativo. La revisión de los antecedentes mostró coincidencias con investigaciones como las de Cabrera-Fajardo (2022), Bosmediano (2023) y Orrala (2024), las cuales resaltaron la importancia de la autoestima, la educación emocional, el diálogo, la toma de decisiones y la construcción de relaciones saludables. De esta manera, la propuesta analizada contribuyó a fortalecer la perspectiva de que la EIS puede constituirse en una herramienta pedagógica para la formación integral de los estudiantes y no únicamente en un espacio destinado a transmitir información sobre sexualidad.

Desde el punto de vista práctico, los resultados sugirieron la necesidad de que los docentes incorporen estrategias educativas sistemáticas y contextualizadas que permitan abordar la EIS de acuerdo con las características, necesidades y experiencias de los estudiantes. Las actividades

desarrolladas demostraron que es posible trabajar contenidos relacionados con autoestima, emociones, comunicación, convivencia y uso responsable de redes sociales mediante recursos accesibles y dinámicas participativas. Asimismo, la investigación reafirmó la importancia de la preparación docente, debido a que los antecedentes identificaron limitaciones relacionadas con la formación y las creencias del profesorado como factores que pueden dificultar la incorporación efectiva de la EIS.

Finalmente, se consideró pertinente desarrollar futuras investigaciones con poblaciones más amplias y diversos contextos educativos, con el propósito de contrastar los resultados obtenidos y determinar la efectividad de diferentes estrategias para fortalecer las relaciones interpersonales mediante la EIS. También sería conveniente realizar estudios longitudinales que permitan identificar si los cambios observados en autoestima, regulación emocional, comunicación y convivencia se mantienen a mediano y largo plazo. De igual manera, futuras investigaciones podrían profundizar en la formación docente, la participación de las familias y la influencia de las redes sociales en la construcción de relaciones interpersonales. Estas líneas permitirían ampliar la evidencia disponible y contribuir a la consolidación de prácticas educativas orientadas a una formación integral, respetuosa y centrada en el bienestar de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barriuso-Ortega, S., Fernández-Hawrylak, M., & Heras-Sevilla, D. (2024). Sex education in adolescence: A systematic review of programmes and meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 166, 107926. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107926>
- Cipriano, C., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., & McCarthy, M. F. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181–1204. <https://doi.org/10.1111/cdev.13968>
- Costello, A. C., Maunsell, C., Cullen, C., & Bourke, A. (2022). A systematic review of the provision of sexuality education to student teachers in initial teacher education. *Frontiers in Education*, 7, 787966. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.787966>
- Corcoran, R. P., O'Flaherty, J., Xie, C., & Cheung, A. C. K. (2020). Conceptualizing and measuring social and emotional learning: A systematic review and meta-analysis. *Educational Research Review*, 30, 100285. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100285>
- García-Zambrano, M. A. (2024). La alianza familia-escuela como eje transversal para la educación sexual: Una revisión sistemática. *Societas*, 26(2), 211–241. <https://doi.org/10.48204/societas.v26n2.5346>
- Gelekholaee, K. S., Azin, S. A., Nedjat, S., Hajiabadi, A. Z., & Maasoumi, R. (2020). Reaching consensus: A scoping review on school-based comprehensive sexuality education programs. *Práxis Educacional*, 16(37), 345–360. <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v16i37.6175>
- Goldfarb, E. S., & Lieberman, L. D. (2021). Three decades of research: The case for comprehensive sex education. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 13–27. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.036>
- Kauer, S., Power, J., Bourne, A., & Fisher, C. (2024). Associations between school-based relationships and sexuality education and young people's sexual experiences. *Sex Education*, 24, 496–512. <https://doi.org/10.1080/14681811.2024.2359982>
- Kim, E. J., Park, B., Park, M. J., Lee, J. Y., et al. (2023). A meta-analysis of the effects of comprehensive sexuality education programs on children and adolescents. *Healthcare*, 11(18), 2511. <https://doi.org/10.3390/healthcare11182511>

- López-Orozco, C. F., López-Caudana, E. O., & Ponce, P. (2022). A systematic mapping literature review of education around sexual and gender diversities. *Frontiers in Sociology*, 7, 946683. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.946683>
- Martínez-Yarza, N., Santibáñez, R., & Solabarrieta, J. (2023). A systematic review of instruments measuring social and emotional skills in school-aged children and adolescents. *Child Indicators Research*, 16, 1475–1502.
- Murano, D., Sawyer, J. E., & Lipnevich, A. A. (2020). A meta-analytic review of preschool social and emotional learning interventions. *Review of Educational Research*, 90(2), 227–263. <https://doi.org/10.3102/0034654320914743>
- Paulauskaite, L., Rivas, C., Paris, A., & Totsika, V. (2022). A systematic review of relationships and sex education outcomes for students with intellectual disability reported in the international literature. *Journal of Intellectual Disability Research*, 66(7), 577–616. <https://doi.org/10.1111/jir.12952>
- Rabbitte, M. (2020). Sex education in school, are gender and sexual minority youth included? A decade in review. *American Journal of Sexuality Education*, 15(4), 530–542. <https://doi.org/10.1080/15546128.2020.1832009>
- Romero Moreira, J. G., Bustamante Mora, F. F., Bustamante Mora, S. E., & Yépez Rizzo, L. A. (2023). La autoestima en las relaciones interpersonales de los estudiantes de décimo año de la Escuela de Educación Básica José Isaac Montes. *Revista InveCom*, 4. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10524922>
- Sell, K., Oliver, K., & Meiksin, R. (2023). Comprehensive sex education addressing gender and power: A systematic review to investigate implementation and mechanisms of impact. *Sexuality Research and Social Policy*, 20, 58–74. <https://doi.org/10.1007/s13178-021-00674-8>
- Shibuya, F., Estrada, C. A., Sari, D. P., Takeuchi, R., Sasaki, H., & Warnaini, C. (2023). Teachers' conflicts in implementing comprehensive sexuality education: A qualitative systematic review and meta-synthesis. *Tropical Medicine and Health*, 51, 18. <https://doi.org/10.1186/s41182-023-00508-w>
- Takizawa, Y., Bambling, M., Matsumoto, Y., Ishimoto, Y., & Edirippulige, S. (2023). Effectiveness of universal school-based social-emotional learning programs in promoting social-emotional

skills, attitudes towards self and others, positive social behaviors, and improving emotional and conduct problems among Japanese children: A meta-analytic review. *Frontiers in Education*, 8, 1228269. <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1228269>

UNESCO, UNAIDS, UNFPA, UNICEF, UN Women, & World Health Organization. (2021). *The journey towards comprehensive sexuality education: Global status report*. United Nations Population Fund.

van Leent, L., Walsh, K., Moran, C., Hand, K., & French, S. (2023). Effectiveness of relationships and sex education: A systematic review of terminology, content, pedagogy, and outcomes. *Educational Review*. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2023.100527>

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

