# Los adolescentes kenianos y su sexo

La actividad sexual entre los adolescentes kenianos se ve afectada por diversos factores desde el uso de drogas y el compromiso religioso hasta la confianza en sí mismo y el vivir en el campo o en la ciudad. Estos forman parte de los resultados de un estudio de 3.000 jóvenes de entre 15 y 18 años en este país de Africa oriental.

El estudio verificó resultados anteriores que indican que una "proporción apreciable" de los adolescentes kenianos es sexualmente activa, y también reveló que los estudiantes de la secundaria tenían entre dos y cinco veces más probabilidades de haber tenido relaciones sexuales que las estudiantes.

Los investigadores Karungan Kiragu, del Johns Hopkins Center for Communication Programs (Centro para los Programas de Comunicaciones de Johns Hopkins) y Laurie Zabin, de la Johns Hopkins School of Hygiene and Public Health (Facultad de Higiene y Salud Pública de Johns Hopkins), especularon que esto se debía probablemente a una doble norma de la sociedad que a la vez que tolera la actividad sexual del hombre, estiga a la mujer por la misma conducta.

A las muchachas embarazadas muchas veces se les expulsa de la escuela, y tienen pocos recursos ante la ley para obtener un sustento del chico responsable --factor que puede también contribuir a una cierta despreocupación sexual por parte de los hombres. El estudio también demostró que los adolescentes rurales tienden a tener una mayor experiencia sexual que los de las urbes.

Kiragu y Zabin dicen que esto puede ser más que nada resultado de una "diferencia de oportunidades". En muchas comunidades rurales de Kenia, al cumplir su mayoría de edad, los hombres construyen chozas a una cierta distancia de la principal vivienda familiar y pueden así mantener una relación sexual en un lugar apartado. En las zonas urbanas, los problemas de la vivienda muchas veces hacen que la intimidad sea un bien escaso.

Los investigadores del estudio de Kenia propusieron varias iniciativas, tanto programáticas como políticas, para hacer frente al sexo entre adolescentes, sugiriendo que los estudiantes --incluyendo los estudiantes de la primaria-- se beneficiarían de los esfuerzos para abordar temas de salud reproductiva entre adolescentes, incluyendo "la abstinencia, la anticoncepción, los embarazos y las enfermedades de transmisión sexual (ETS)".

Señalando que los adolescentes pueden empezar a estar sexualmente activos cuando son "menos capaces de asumir las responsabilidades de la paternidad" y cuando los servicios preventivos que necesitan les son menos accesibles", Kiragu y Zabin aseveran que existe una imperiosa necesidad de programas exhaustivos dirigidos a los jóvenes preadolescentes. Y refiriéndose a la conclusión de que el comportamiento individual del adolescente se ve determinado en gran medida por sus iguales, los autores dicen que los programas diseñados para promover la autoconfianza, la asertividad y la toma de decisiones, ayudarían tanto a los chicos como a las chicas a afrontar las "expectativas sociales con las que se encuentran". Porque si bien a los hombres se les presiona para "demostrar su hombría" con frecuencia a las mujeres se les enseña a ser "sumisas y domésticas", dicen Kiragu y Zabin.

Asimismo, señalan los autores, se derivarían profundos beneficios de unas políticas que permitieran a la mujer continuar sus estudios después del embarazo, ofrecieran un mantenimiento del niño, hicieran comenzar la educación sobre vida familiar en la escuela primaria y encontrasen formas de aumentar el poder de la mujer frente al hombre. **(CICEP)**

# Bueno y malo del agua marina

El agua de mar y el aire marino son utilizados en forma terapéutica (baños calientes) en la talasoterapia. El principio de esta técnica se basa en la similitud que existe entre el elemento marino y el cuerpo humano.

El agua de mar contiene una cantidad de elementos que, en principio, están contenidos en igual forma en esa especie de acuario que es el organismo humano.

Cuando la persona está cansada, muchos de estos elementos disminuyen en cantidad. Los baños calientes de la talasoterapia proveen al organismo, por un método natural, de los oligoelementos que carece. Esto favorece la renovación de las células del cuerpo humano y, como usted bien sabe, la renovación es la juventud.

Cuando usted toma simplemente baños de mar, el paso de estos elementos no hace tanto bien, primero porque el agua es fría y la piel se contrae para formar una barrera contra el frío, barrera que impide también que los oligelementos metálicos del agua de mar penetren en los tejidos del cuerpo.

El agua de mar tiene una acción desintoxicadora sobre el organismo cuando está en contacto con la piel. No se contente con un chapuzón rápido cuando tiene calor. Después de sumergirse en forma prolongada y haciendo un poco de natación, si es posible, se sentirá renovada: el ejercicio y el agua de mar la colmarán de beneficios.

### Pequeños inconvenientes del mar

La combinación de la sal y el sol puede irritar las pieles delicadas. Los elementos marinos penetran en el organismo a través de la piel. Al comienzo, báñese con un producto impermeable, dúchese con agua dulce y, antes de acostarse, fricciónese con una leche grasa.

Cuando no se está acostumbrada, el agua de mar irrita los ojos sensibles. Protéjase del sol con un colirio y anteojos oscuros. De todas formas, enjuague su cara con agua dulce después de un baño.

El agua de mar es buena para el cuero cabelludo, pero no lo es para los cabellos mismos. Más que el agua misma, es el perpetuo cambio lo que arruina el pelo. A fuerza de mojarse y luego secarse al sol, se echa a perder.

No los deje nunca secar con la sal del agua. Enjuáguelos después de cada baño, no los seque a pleno sol. Si su cabello es frágil y muy seco, ponga un poco de aceite de oliva en las puntas antes de bañarse.

### Duración del baño

Cuando una persona entra al agua, la piel palidece porque la circulación capilar disminuye. La sangre es llevada hacia los músculos y los órganos centrales. Este enfriamiento es superficial, aunque afecta vivamente a la sensibilidad.

Alcanza sólo a la piel y al tejido celular subcutáneo, sobre todo cuando este último es rico en tejido adiposo. En resumen, la primera reacción es más sensible en los adultos. Los pulmones se llenan de sangre, la respiración es más lenta y profunda.

Esta primera sensación de frío dura dos o tres minutos y corresponde al hecho de que la temperatura periférica baja mientras que la temperatura central se eleva.

A esta primera impresión le sigue una segunda sensación, más agradable y que se llama reacción: el corazón se contrae con mayor energía y devuelve la sangre a los vasos cutáneos. Se tiene calor y, sin embargo, si la temperatura central sigue alta, la temperatura periférica continúa bajando. Esta reacción debe hacerse rápidamente. No es posible fijar la duración del baño, depende de la temperatura del agua, de su movimiento, de la temperatura del aire y de la constitución de la persona.

La duración del baño es obligatoriamente más corta en los mares fríos. Si hay olas, éstas últimas obligan a los músculos a contraerse y los bañistas deben hacer un verdadero ejercicio pasivo que acentúa la circulación al nivel de la piel. Siempre es conveniente que los primeros baños sean más cortos que los siguientes.

Si tiene tendencia a la hinchazón de las piernas, es aconsejable que camine con el agua hasta media pantorrilla. Si tiene tendencia a los resfríos, haga todos los días algunas inspiraciones por la nariz en el agua. El agua salada cauteriza las mucosas y se resfriará con menos facilidad.

El agua de mar es excelente para las uñas y el cuero cabelludo, que sane y tonifica, sobre todo si su pelo es grasoso. Reseca el cabello mismo y por eso es aconsejable enjuagarlo en la noche con agua dulce.

El agua de mar ejerce sobre los movimientos una resistencia; obliga a realizar una gimnasia de oposición sin la ayuda de un profesor; todos los ejercicios ejecutados en el agua serán mucho más eficaces que los ejercicios de gimnasia corriente. En lo posible, trate de nadar para ejercitar los músculos de todo el cuerpo.

**(EUROPA PRESS NEWS SERVICE)**


IMPORTANTE INDUSTRIA EN EL RAMO PLASTICO SOLICITA:

**FACTURISTA**

**REQUISITOS:**
- Sin problemas de horario
- Conocimiento de PC
- Preferentemente conozca S.A.E.
- Conocimientos de almacén y facturación
- Edad de 24 a 35 años
- Responsable y orientado a resultados
- Sexo masculino

**SECRETARIA DE VENTAS**

**REQUISITOS:**
- Experiencia mínima 2 años
- Excelente mecanografía
- Manejo de archivos y cartera de clientes
- Conocimientos de PC
- Excelente trato a clientes
- Edad de 20 a 35 años

Interesados presentarse en **Carr. Base Aerea No. 999** San Juan de Ocotán, o llamar al Tel. 682-13-14 con el Lic. Daniel Díaz.



**CAMARON QUE SE DUERME...**

**Lo terminado está totalmente vendido**

**PERO NO SE PREOCUPE**

YA INICIAMOS LA 4a. Y ULTIMA ETAPA. 3 TIPOS DIFERENTES DE CASAS Y PRECIOS

ESCRITURACION, APERTURA DE CREDITO Y GASTOS DE INVESTIGACION Y AVALUO **GRATIS**

**JARDINES VALLARTA**

Conozcalas y enterese el porqué tenemos todo vendido.

**NUESTRAS FACILIDADES NO TIENEN COMPETENCIA**

Fraccionamiento totalmente bardeado
Vigilancia las 24 horas.
Casa club con alberca y areas verdes.
Enfrente Parque Ecologico.

**INFORMES EN:**
**JUAN PALOMAR Y ARIAS Y AV. INGLATERRA**
**TELS: 642-80-32, 642-81-32.**



¿ TE GUSTARIA FORMAR PARTE DE UN EQUIPO DE TRABAJO ORIENTADO AL EXITO ?
IMPORTANTE CADENA DE RESTAURANTES DE COMIDA RAPIDA SOLICITA:

**GERENTE DE SUCURSAL**

**REQUISITOS INDISPENSABLES:**
- Sexo masculino
- 25 a 30 años
- Casado
- Escolaridad mínimo preparatoria terminada o licenciatura trunca
- Experiencia mínima de 3 años en área de restaurant y/o alimentos y bebidas
- Experiencia mínima de 3 años en manejo y supervisión de personal
- Sin problemas de horario

**OFRECEMOS:**
- Sueldo y prestaciones superiores a las de Ley
- Entrenamiento y capacitación inmediata en el puesto
- Oportunidades de crecimiento y desarrollo en la organización
- Excelente ambiente laboral

Interesados presentarse con curriculum y fotografía en **Santo Santiago No. 3690** Jardines de San Ignacio (2 cuadras antes de la discotec Osiris).



**DOMOS**

**ILUMINACION GUADALAJARA**

DISEÑO, FABRICACION E INSTALACION DE DOMOS PARA CUBOS DE ESCALERA, PATIOS Y CUALQUIER CLARO

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

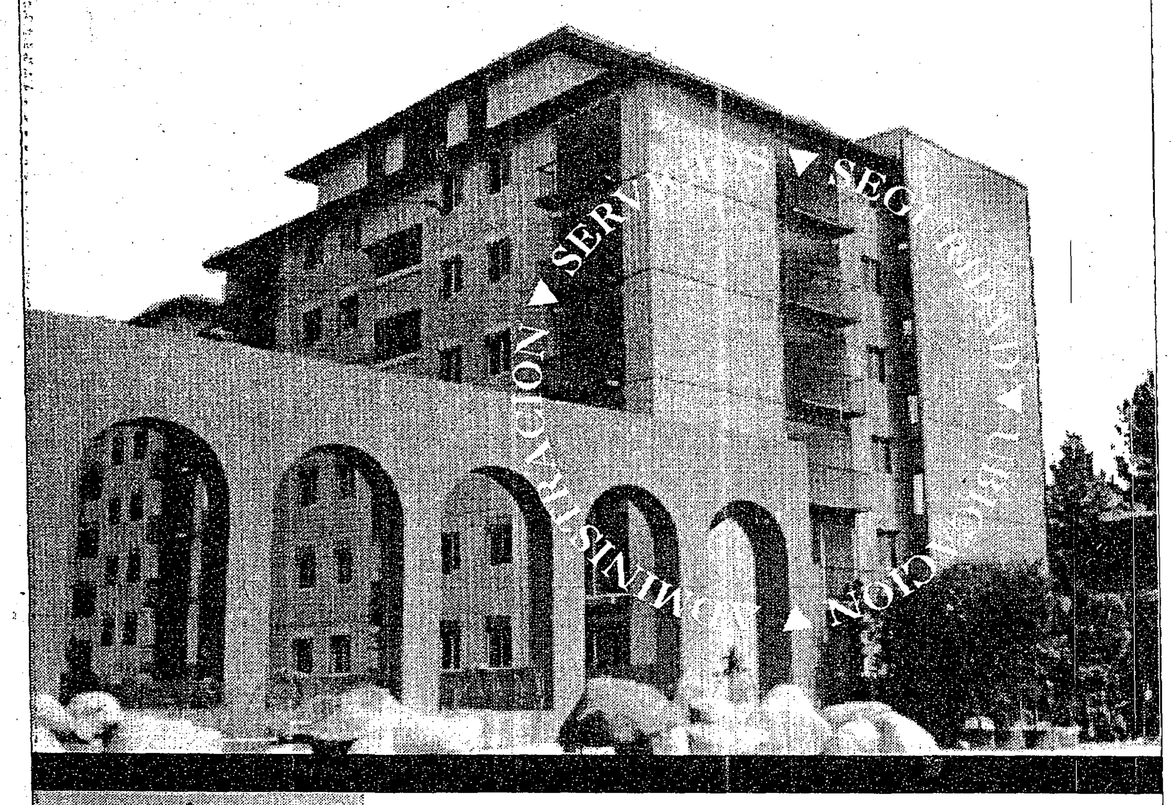
!! LLAME NOSOTROS VAMOS !!

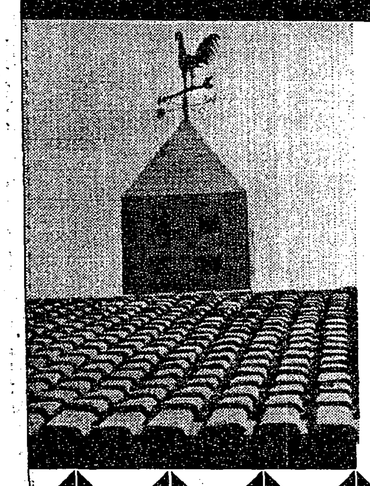
**HERRERA Y CAIRO No. 1622** - Tels. fax: **625-79-75** **625-62-47**
Instalamos en toda la Republica



RESIDENCIAL

*Américas Country*



**DEPARTAMENTOS DE LUJO**

**3** RECAMARAS CON CABLE VISION
**4** ESTACIONAMIENTOS
TELEFONO (FIBRA OPTICA)
**7000 M2** DE JARDINES, Y ALBERCAS.

AVENIDA AMERICAS **2000**

CASI ESQUINA AV. PATRIA

**INFORMES: 817 2478 817 3239**



**Venta de Halloween**

**50% de descuento**

todas las cocinetas de medidas preestablecidas de la línea Caribe

**No se deje asustar por la competencia**

**¡¡¡Venga y compruebe nuestra calidad, precios, servicio y garantía!!!**

**20% de descuento** EN TODA LA LINEA *Maxim's*

Guadalajara
**Av. Vallarta** 1291-A Tels: 625 26 50 y 625 26 90
Horario corrido de lunes a viernes,
Sábado medio día, cerramos los domingos.

**Plaza Concentro**, Av. Vallarta 6503, Col. Granja,
Local 37 zona "E" Tels: 110 09 09
Abierto de lunes a domingo, horario corrido.

**La Gran Plaza**, Av. Vallarta Nº 3959,
locales "H" 22 y 23, Col. Don Bosco Vallarta,
Zapopan, Jal. Tel: 647 28 73
Abierto de lunes a domingo, horario corrido.

**international kitchens**
...cocinas de buena madera...

Válido hasta nov. 15, 94