

# LA SEXUALIDAD: UN VALOR HUMANO

## APUNTES SOBRE SEXUALIDAD PARA EDUCADORES

*Gerardo GONZÁLEZ y María José MARÍN*

*Profesores de E.G.B. y Monitores de Educación Sexual*

### INTRODUCCIÓN

**A** pesar de su importancia a nivel individual, de pareja y colectivo, a la sexualidad se le ha prestado muy poca atención desde un punto de vista serio, científico y riguroso.

La ignorancia y el desinterés que han reinado durante mucho tiempo no se han debido tanto a que la sexualidad sea algo excesivamente complicado o difícil de estudiar, como a que durante siglos nuestra cultura la ha considerado como algo pecaminoso, maligno y peligroso. Todo aquello que pudiera estar vinculado con ella aparecía, inevitablemente, etiquetado de grosero, vergonzoso, inmoral, vulgar, obsceno, sucio, etc. De este modo a las cuestiones sexuales no se las ha prestado la atención y el tratamiento que se ha otorgado a otras áreas de la vida, de la educación o de la salud. Así se explica que, hasta hace muy pocos años, de la sexualidad se desconocía casi todo, esta era una realidad profundamente incomprendida, de ahí que, como asegura J. L. GARCÍA FERNÁNDEZ, una de las características más peculiares de la cuestión sexual haya sido hasta nuestros días la confusión.<sup>1</sup>

Todo este panorama ha activado en los individuos un enorme cúmulo de sensaciones incómodas y sentimientos de culpa y temor. Un repaso de las creencias y actitudes más extendidas nos permite encontrar una sorprendente cantidad de prejuicios y de información deficiente y deformada. La desinformación reinante, la ignorancia y el miedo han dado como fruto la creación de toda una serie de mitos y creencias infundadas.

Afortunadamente, hoy en nuestra sociedad se observa un cierto avance, las actitudes negativas ante el tema sexual parecen estar cambiando. MONEY Y TUCKER han señalado algunos de los elementos que están contribuyendo a este cambio y citan los siguientes:

— Por un lado, el papel que en este cambio ha desempeñado la difusión de los anticonceptivos ha sido extraordinario.

— La lucha emprendida por muchas mujeres, que se ha planteado como objetivo la búsqueda de fórmulas para abolir la discriminación a que se veían sometidas a distintos niveles (educacional, laboral, política, económica,...).

— También, aunque de forma más lenta, son muchos los hombres que tratan de liberarse de las implacables presiones competitivas y represiones emocionales que se ejercen sobre ellos.

— Grupos de minorías sexuales (homosexuales, travestidos,...) han reivindicado también verse liberados del aprobio y castigos por adoptar conductas que no son aprobadas socialmente.

— Los jóvenes, que por su parte, han debido replantearse fórmulas de emparejamiento más adecuadas a su larga adolescencia y a las nuevas condiciones de vida social y económica. <sup>2</sup>

No obstante, y pese a este cambio, no dejamos de constatar que desde una perspectiva educativa, la sexualidad es aún un aspecto muy vulnerable. El sistema educativo tiende a tratar con reparos e incluso con hostilidad este aspecto de la realidad humana. Es indudable que los propios educadores somos hijos de una sociedad y una cultura y no nos resulta fácil desprendernos del enorme lastre que en ocasiones esto supone.

El sistema de valores que tenemos como “marco de referencia” continúa siendo el que nos fue transmitido en el pasado, esto hace que el educador ignore todo o casi todo sobre sexualidad, circunstancia que genera actitudes y situaciones de temor y de incertidumbre que nos lleva a mantenernos y a mantener otros dentro del “statu quo”, repitiendo y perpetuando viejos y erróneos planteamientos.

Con este artículo, los autores, pretendemos proporcionar una base que sea útil a la hora de elaborar una idea clara y racional de lo que es la sexualidad humana. Para ello vamos a apoyarnos en algunas de las investigaciones y estudios desarrollados en los últimos años, estos han aportado una enorme cantidad de datos nuevos que desde el horizonte educativo es necesario conocer y tener en cuenta.

Nuestro objetivo es contribuir a clarificar cual puede ser la sustantividad de un término que se ha revelado como uno de los más polémicos, a la vez que polisémico, de los últimos tiempos. Esperamos que esta reflexión sirva como invitación a profundizar en el conocimiento de un hecho específicamente humano, hasta hace muy poco negado, con el fin de propiciar en el educador un replanteamiento de prejuicios arraigados y de actitudes irracionales y negativas.

Decía MARCEL PROUST que el verdadero descubrimiento no consiste en buscar nuevos paisajes, sino en poseer nuevos ojos para mirar; del mismo modo, nosotros no pretendemos presentar un concepto nuevo de sexualidad, sino que intentamos ofrecer los elementos que nos lleven a mirarla con ojos distintos, desde una actitud personal diferente. Porque: «lo importante no es definir la sexualidad, sino intentar comprenderla mejor».<sup>3</sup>

## SEXO Y SEXUALIDAD

La confusión imperante ha hecho que a la hora de tratar el tema sexual hayamos metido todo lo referente al sexo y a la sexualidad «en el mismo saco tumultuoso y confuso». Por ello, es imprescindible aclarar estos dos términos.

Ha sido el sexólogo español EFIGENIO AMEZUA uno de los especialistas que más se ha esforzado por clarificar y dar un sentido a los conceptos de sexo y sexualidad, tan utilizados ambos en el lenguaje común.

El SEXO, para este sexólogo, es el resultado de la «concatenación de una serie de elementos que diferencian al individuo en masculino o en femenino. En este sentido, cuando hablamos de sexo no es para referirnos a órganos genitales, ni tampoco a pornografía, sino que estos elementos están constituidos por los distintos niveles que de forma *progresiva* y *evolutiva* van sexuando a un individuo, es decir, haciéndolo sexuado».<sup>4</sup>

J. MONEY y P. TUCKER ofrecen una visión de este largo proceso<sup>5</sup>; en síntesis, podemos resumirlo en los niveles siguientes:

**Sexo genético:** inicialmente el sexo de una persona depende del momento de la fecundación. Es entonces cuando cada una de las células sexuales femenina (ovulo) y masculina (espermatozoide) aportan a la célula original 23 cromosomas. Los 23 cromosomas del óvulo apareados con los 23 del espermatozoide proporcionan a la nueva célula 23 pares de cromosomas. Sólo uno de ellos determina genéticamente el sexo. El óvulo aporta siempre un cromosoma sexual X, en cambio en el espermatozoide éste puede ser

(X) o (Y). Si un espermatozoide con cromosoma sexual (X) se une con un óvulo tendremos un par (XX) que daría lugar a una hembra. Si, por el contrario, el cromosoma sexual del espermatozoide que fecunda el óvulo es (Y) resultará un (XY) y tendremos un varón.

Ocasionalmente pueden aparecer alteraciones cromosómicas que hagan difícil la diferenciación sexual genética.

**Sexo gonadal:** A partir de su comienzo como una sola célula fertilizada, las células se agrupan rápidamente para formar los órganos rudimentarios del embrión. Inicialmente ese embrión posee los elementos de cualquiera de ambos sexos. Hay primeramente un par de gónadas que pueden desarrollarse indistintamente como ovarios o como testículos y posee dos series de conductos genitales (estructuras de Wolf y estructuras de Muller) que al desarrollarse harán que tengamos genitales femeninos o masculinos.

Hasta la quinta o sexta semana a partir de la concepción el embrión sigue una misma ruta neutral en su desarrollo sexual. Pero hacia el final de la sexta semana, en caso de existir cromosoma sexual (Y) en el embrión, éste envía un "mensaje" a las gónadas, hasta ese momento indiferenciadas, de modo que éstas comiencen a desarrollarse en la dirección masculina. Si el embrión no tiene cromosoma sexual (Y), es decir, está constituido por el par (XX), las gónadas primitivas empezarán a definirse en el sentido femenino.

Parece ser que el papel de los cromosomas sexuales termina una vez que el "mensaje" determinante del sexo ha llegado a las gónadas. El hecho es que a las nueve semanas de embarazo existen ya unas estructuras claramente definidas, de forma que el sexo genético y el gonadal coinciden plenamente.

**Sexo hormonal:** Una vez que las gónadas se han diferenciado como ovarios o como testículos, empiezan a fabricar hormonas sexuales, éstas van a tener un papel fundamental en la sexualización global de todo el organismo.

Si las gónadas se han definido como testículos producirán fundamentalmente andrógenos, y entre éstos la testosterona, éstas son hormonas masculinizadoras. Por el contrario, si se han constituido en ovarios comenzarán a producir estrógenos, es decir, la feminizadora. Un tercer tipo de hormona es la progesterona, también llamada hormona del embarazo porque su nivel aumenta en la mujer durante la gestación.

Es importante saber que todas las personas, mujeres u hombres, tenemos en circulación estas tres hormonas, la diferencia reside en la proporción de la mezcla. En el varón dominan los andrógenos producidos por los testículos y en la mujer es superior el nivel de estrógenos.

**Sexo genital:** Va a ser la combinación de hormonas la que servirá de estímulo para que una de las dos series primarias de conductos genitales que posee el embrión (estructura de Wolf, o masculina; y estructura de Muller, o femenina) comiencen a desarrollarse y la otra a marchitarse.

Si en la mezcla prenatal de hormonas predominan los andrógenos se desarrollarán las estructuras de Wolf que darán origen al epidídimo, a los conductos deferentes y al conducto eyeculador, elementos propios del aparato genital del varón, y se inhiben las estructuras femeninas. De no ser así se inicia la diferenciación de los elementos que configuran el aparato genital femenino: útero y trompas de Falopio, y se atrofia la serie masculina. El modelado femenino no necesita de estímulo hormonal, basta con la ausencia de hormona masculina.

Con este proceso se inicia el modelado de los genitales externos.

**Sexo somático:** Vendría determinado por los caracteres sexuales secundarios. Su formación prosigue un proceso evolutivo, pero será en la pubertad cuando alcance su desarrollo más visible y espectacular. Igualmente, este es un proceso controlado por las hormonas sexuales.

**Sexo citológico:** La capacidad de producir células sexuales comienza en la pubertad, a partir de ese momento, un hombre produce células sexuales masculinas (espermatozoides) y una mujer células sexuales femeninas (óvulos).

**Sexo psicosocial:** Existe, además, lo que podríamos llamar "sexo asignado". A partir del nacimiento la presión que la sociedad va a ejercer sobre el individuo será extraordinario y van a aparecer toda una serie de factores nuevos capaces de reforzar, modificar o incluso alterar por completo un resultado que hasta ese momento era meramente biológico.

La importancia de los factores culturales y sociales es tal que llevó a la filósofa y novelista francesa SIMONE DE BEAUVOIR a afirmar que «mujer no se nace, se llega a serlo», y añadía que «la intervención de los otros en la vida de la niña es la que impone su vocación, su sexo»<sup>6</sup>. Simone de Beauvoir escribía lo anterior desde una óptica feminista, pero el hecho cierto es que otro tanto puede decirse del hombre.

Sociedad y cultura imponen roles, pautas de conducta, estereotipos, y deciden qué cosas son masculinas y cuáles femeninas; es aquí donde la educación entra a jugar su papel.

Parece claro que una niña o un niño pueden establecer su *rol* sexual antes de los dos años de edad. Constantemente, mediante la indumentaria, el cabello, los hábitos y costumbres, los juguetes, las expresiones y las comparaciones entre niños y niñas, se recuerda a unos y otras cual es su *rol* sexual, marcando imperativamente el desarrollo sexual en la vida adulta y ello independientemente de sus órganos genitales o de la situación hormonal.

## ¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD?

Si el sexo ha sido una realidad incomprendida, la sexualidad no lo ha sido menos. En multitud de ocasiones ambos conceptos han sido utilizados como sinónimos, la mayoría de las veces, también, con un claro matiz peyorativo.

En algunos de los ciclos de Educación Sexual que hemos desarrollado planteábamos a los asistentes la siguiente pregunta: ¿Para vosotros, qué es la sexualidad?, la respuesta más general que hemos encontrado ha sido el encogerse de hombros, no saber qué contestar, o contestar de forma abstracta o ambigua.

Es importante clarificar el concepto de sexualidad, saber a qué nos estamos refiriendo cuando utilizamos esta palabra. De nuevo retomamos a AMEZUA cuando señala que «la sexualidad no es una cosa, ni un instinto, ni la pornografía...», y la define de manera muy simple: «la sexualidad es el *modo* con que cada persona sexuada vive su propio sexo»<sup>7</sup>; es decir, su condición de hombre o mujer. Podemos decir entonces que la sexualidad vendría a ser la *CALIDAD* que cada cual da al propio sexo, así, mientras que éste constituiría básicamente una categoría objetiva, una estructura integrada en la personalidad del individuo; la sexualidad se constituye como una categoría subjetiva que «hace referencia al propio modo de verse, sentirse y vivirse como sexuado», de ahí que su papel en el desarrollo equilibrado de la persona es imprescindible y esencial.

Desde esta perspectiva, nuestra visión de la sexualidad nos conduce a destacar cuatro aspectos que consideramos básicos:

**a) Sexualidad tenemos y vivimos todos/as**, esto es así por que todos somos individuos sexuados, es decir, somos hombres y mujeres, y en consecuencia, vivimos como tales. Sólo excepcionalmente algunas personas tienen dificultad para definir su sexo.

**b) Se trata de una vivencia que nos acompaña a lo largo de toda la vida, desde el nacimiento hasta la muerte.** Todavía existe mucha gente que cree que la sexualidad es algo exclusivamente de “personas adultas”, que

comienza con la juventud y acaba al llegar a la vida anciana. Esta es una creencia falsa ya que la sexualidad empieza a tener gran importancia desde el momento mismo del nacimiento. Sin embargo, la aceptación de la sexualidad infantil es un hecho relativamente reciente, hasta hace bien poco se pensaba que los niños/as pequeños eran seres "inocentes", se creía que la experiencia sexual se iniciaba en la adolescencia.

SIGMUND FREUD, al estudiar el desarrollo infantil, ya descubrió que niños y niñas, desde muy pequeños, son seres sexuales y experimentan sensaciones eróticas.

Ahora sabemos que las sensaciones y conducta eróticas empiezan desde el nacimiento y pasan por un largo proceso de desarrollo como todas las demás funciones humanas. El propio Freud, advirtió que las necesidades eróticas del niño/a deben ser respetadas y que no debe hacerse sentir atemorizado ni culpable a causa de ellas. En su introducción al psicoanálisis, Freud, describió la actividad sexual infantil como fundamento de la sexualidad adulta; según el creador del psicoanálisis son las experiencias de la primera infancia la que configuran el carácter individual del adulto; muchos de los problemas psíquicos hunden sus raíces en los conflictos sexuales creados al individuo desde una edad temprana<sup>8</sup>. Como es sabido, las opiniones de Freud sobre sexualidad infantil supusieron un revulsivo para la sociedad de la época.

Para JAMES y JONGEWARD, los niños y niñas son seres sexuales que buscan activamente descubrir su sexualidad explorando todas sus partes, hasta llegar a descubrir que sus órganos genitales son una fuente de sensaciones agradables y placenteras.<sup>9</sup>

Por otro lado, también está muy difundida la creencia de que la capacidad sexual se desgasta y se llega a marchitar con los años. Ante la sexualidad de un anciano o anciana nuestra sociedad reacciona de forma burlona e hiriente (recuérdense sino algunas de las expresiones que han sido acuñadas en este sentido como «viejo verde» y otras de carácter similar). Esto es así porque se nos ha inculcado la idea de que las relaciones eróticas y sexuales son propias de la juventud y la belleza física, así la sexualidad de los ancianos/as (y la de otros grupos, como los deficientes psíquicos) se ha visto sometida al aprobio y al desprecio.

Esta es igualmente una idea absolutamente equivocada. En el caso de mujer, con la menopausia se llega al fin de la capacidad reproductora, pero no de la sexual, y esto es así hasta el punto de que existen mujeres que es

precisamente en el momento en que se ven libres del riesgo de embarazo cuando empiezan a disfrutar del sexo.

En el caso de los hombres, al llegar a una cierta edad, en torno a los cincuenta años, la espermatogénesis y la capacidad de erección disminuyen, pero no desaparecen por completo.

MASTERS y JOHNSON, opinan que los ancianos conservan su sexualidad y que ésta es una "función" que al igual que la respiración no debería detenerse hasta la muerte<sup>10</sup>. En las personas de edad la capacidad sexual cambia, se hace distinta y varía notablemente de unas a otras, pero lo cierto es que no tiene por qué desaparecer con los años.

La realidad es que tanto niños como ancianos son seres sexuales, que viven y manifiestan su sexualidad de distinto modo, si bien hasta hoy la ignorancia y los prejuicios han supuesto un fuerte obstáculo para ésta.

En síntesis podemos decir que las personas vivimos la sexualidad en la niñez, juventud, vida adulta y también cuando envejecemos. Somos seres en constante evolución y en consecuencia nuestra vivencia sexual evoluciona y cambia también.

**c) Afecta a todo el individuo, de forma integral.** Cada persona está dotada de sexo, se existe en tanto que ser sexuado en todo momento y en todo lugar, y expresamos nuestra sexualidad a través de todo nuestro cuerpo, de pies a cabeza.

Y esto es preciso señalarlo porque tradicionalmente, esta, ha sido vinculada exclusivamente a los órganos genitales, a la reproducción, al coito o al orgasmo. Se trata también de una visión parcial y errónea, dado que la sexualidad incide en todas nuestras manifestaciones como personas. En el desarrollo y evolución del ser humano, la dimensión sexual, tiene gran importancia, ya lo hemos dicho, y esto es así porque afecta a la totalidad de la persona y no es posible escindirla de la globalidad del individuo.

MAIDEU ha escrito que la sexualidad «no debe ser contemplada como un compartimento estanco, sino como un mecanismo transcendental en el engranaje de la personalidad, imposible de someter a un despiece»<sup>11</sup>. TORDJMAN, por su parte, afirma que «la sexualidad pone en juego nuestra personalidad en su globalidad»<sup>12</sup>. Por medio de ella demostramos que estamos a gusto (o no) con nuestro cuerpo y gracias a ella gozamos de la libertad para disfrutar de todos nuestros sentidos; AMEZUA indica que el sexo no es una función como lo es la sanguínea o la nutrición, sino que es una "dimensión" que impregna la existencia de todo el individuo.

Como conclusión, en este punto, podemos asegurar que la sexualidad no puede ser entendida como algo aparte de nuestra vida, sino que, por el contrario, afecta a la persona en su conjunto.

d) Hay que señalar, por último, que **cada uno vive la sexualidad, "su sexualidad, de un modo personal y distinto**. Ya hemos indicado que nos encontramos ante una categoría subjetiva, basada en la experiencia y vivencia individuales.

Está claro que no es igual la sexualidad femenina que la masculina; una mujer vive su sexualidad de forma bien distinta a la vivencia que tiene un hombre; pero, además la vivencia que pueden tener dos mujeres es sustancialmente diferente para cada una de ellas. Podemos ir más lejos aún y decir que, para una misma mujer o un mismo varón, la experiencia de su sexualidad no es idéntica durante toda la vida, sino que una persona vive y expresa ésta de una manera diferente a lo largo de las distintas etapas de su vida, y esto es así porque, como hemos apuntado antes, la sexualidad es una realidad dinámica. Por ello, más que hablar de sexualidad en sentido general habría que hablar de "sexualidades" en particular. En otras palabras: la sexualidad se singulariza en cada uno y cada una; hay tantas sexualidades como personas; por eso no sirven las recetas acerca de cuál es la mejor o peor forma de vivir la sexualidad, sobre qué cosas son "normales" y qué otras "anormales", este es un tema sobre el que nos extenderemos más adelante, por ahora baste decir que cada persona, cada hombre y cada mujer; la vive, siente y expresa de un modo peculiar y diferente.

## **FUNCIONES DE LA SEXUALIDAD**

¿Para qué sirve la sexualidad? JOSÉ LUIS GARCÍA FERNÁNDEZ opina que esta es una respuesta que ha de darse individualmente, dado que cada individuo confiere ese sentido particular a "su" sexualidad.<sup>13</sup>

No obstante A. CONFORT describe tres funciones básicas que, aquella, puede cumplir a lo largo de la vida de una persona.<sup>14</sup>

1) Una puede ser la **FUNCIÓN REPRODUCTIVA**, es decir, la orientada a tener hijos. Hasta hace muy poco la sexualidad sólo se justificaba cuando cumplía este papel, y en esta línea se expresan muchos autores, entre ellos P. LE MOAL escribe que «la sexualidad llevada hasta su fin propio lleva incluido el hijo», para acabar aseverando que no hay duda de que «la sexualidad encuentra su objetivo en la procreación»<sup>15</sup>. No hace falta decir que desde

esta perspectiva se condenan prácticas como la masturbación o la homosexualidad, se prohíben los anticonceptivos o se niega la sexualidad infantil y anciana. Esta asociación no deja de ser falaz y supone un modo pobre y estrecho de concebir la dimensión sexual humana.

Lo cierto es que la mayoría de las veces las personas hacen el amor por placer o movidos por el deseo de comunicar, con su cuerpo, cariño, afecto o ternura. La reproducción es una función secundaria y susceptible de control.

2) Posee, a la vez, una **FUNCIÓN PLACENTERA-RECREATIVA**. AMEZUA ha escrito que «el núcleo de la dimensión sexual es el placer, un placer entendido como gusto, agrado, regocijo»<sup>16</sup>.

Otros, en cambio, no opinan así, por ejemplo: el profesor GARCÍA HOZ escribía en el año 1976 para el diario *ABC* que «el simple deseo de placer diluye la auténtica sexualidad, pretendiendo reducirla a algo accesorio, a un mero entretenimiento». También el médico francés, P. LE MOAL, al que ya hemos citado con anterioridad, concibe el placer sexual en último término, en una de sus obras asevera «si bien el placer sexual no puede ser negado, éste no puede ni debe ser cultivado por sí mismo».<sup>17</sup>

Desde la perspectiva que aquí tratamos de ofrecer, este planteamiento no deja de suponer una forma igualmente raquítica de entender la sexualidad. Lo cierto es que ésta nos brinda la posibilidad de disfrutar de sensaciones agradables y gratificantes. Podemos utilizarla como juego y diversión, de tal manera que se constituya en una fuente de emociones y alegrías. Para A. CONFORT este aspecto recreativo no debe ser mal interpretado, confundiéndolo con frivolidad, sino que más bien su sentido está en esa expresión de juego, cariño y ternura.<sup>18</sup>

3) Cumple también un importantísimo papel en las relaciones entre las personas. A través de nuestra sexualidad podemos expresar afecto y comunicación. Tiene, pues, una finalidad **COMUNICATIVA-RELACIONAL**. El propio EFIGENIO AMEZUA, indica que esa dimensión placentera de la vida encuentra su significado en una vivencia del placer como algo «convivido y compartido, en mayor o menor grado, de diversas formas y modos».<sup>19</sup>

La sexualidad es una fuente extraordinaria de emociones y sentimientos, y ambos forman parte de la comunicación humana, de lo que no cabe duda, por tanto, es de que el sexo nos brinda una extraordinaria posibilidad de sintonía, de intercomunicación, en esta línea, G. TOURDJMAN habla de la sexualidad como una forma de «lenguaje».<sup>20</sup>

## SEXUALIDAD Y NORMAS

Todo el planteamiento expuesto hasta aquí nos lleva necesariamente a revisar los conceptos de «normal» y «anormal» en materia sexual. Estamos acostumbrados a tomar como pauta la normalidad, en el sentido de acomodamiento a unas *normas*, es decir, a un *código* preestablecido de conducta. Términos como aberrante, degradado, vicioso, degenerado o perverso, son, aún hoy, la moneda de cambio utilizada para etiquetar determinados comportamientos que no se ajustan al modelo tenido por *normal*.

No obstante, si aceptamos como válida la afirmación de que «cada persona vive y expresa *su sexualidad* de forma personal y distinta», hemos de reconocer que resulta extremadamente difícil establecer una serie de normas que sean universales y válidas para todos/as.

Las aportaciones de la antropología cultural han demostrado de manera convincente que la naturaleza humana es extraordinariamente plástica y han descrito la existencia de un amplísimo abanico de normas y una gran variedad de convenciones sociales que han sido *inventadas* por los distintos grupos humanos en diversas partes del mundo.

Un estudio comparativo nos permite establecer que lo que para unas culturas es considerado como *normal*, en otras es *anormal*, o viceversa. En este campo de la antropología, los trabajos llevados a cabo por M. MEAD en la década de los años treinta constituyen ya un clásico de la antropología cultural.<sup>21</sup> El médico inglés, HAVELOCK HELLIS, logró demostrar también que la sexualidad no era idéntica para todos, como se había mantenido hasta entonces, sino que variaba en función del individuo, la época y la sociedad considerada. Algunas décadas más tarde, A. KINSEY y sus colaboradores descubrieron en dos informes hechos públicos en 1948 y 1953, que la mayor parte de las personas consideradas *normales* gozan de la sexualidad de muy distintas maneras a lo largo de sus vidas.<sup>22</sup>

Las conclusiones de estos y otros muchos trabajos nos permiten llegar a la conclusión de que la idea de *normal* o *anormal* es absolutamente arbitraria, y que depende del marco social en que nos movamos. Es la sociedad la que prescribe y prohíbe, la clasificación entre lo que es *normal* y *anormal* es cultural y, por consiguiente, discutible. En esta línea, H. S. KAPLAN, afirma que los conceptos de *normalidad* y *anormalidad* se basan más en actitudes sociales que en datos científicos.<sup>23</sup>

Por otro lado, sobre la llamada *normalidad* existe una enorme confusión, ya que este concepto puede ser utilizado con muy distintos sentidos, JOHNSON y FRETZ, han descrito los siguientes enfoques:

**a) Enfoque religioso-cultural**, desde esta perspectiva es anormal aquella persona cuya conducta se sale del código moral, presentado unas veces como *ley divina* y otras como *ley natural*. Todo lo que no se ajusta a este código es tildado de pecaminoso y, por lo tanto, prohibido. Este es el criterio que ha predominado hasta hace bien poco. Su discurso gira en torno al hecho de que la sexualidad sólo se justifica por su función reproductiva. Desde este enfoque, hechos como la masturbación o la homosexualidad, son condenados por anormales, inmorales o viciosos.

**b) Enfoque clínico**, según éste habría que considerar anormal a todo aquel individuo que presenta síntomas de enfermedad, insatisfacción, ansiedad, etc., es decir, aquellas personas que no alcanzan un nivel adecuado de competencia sexual.

**c) Enfoque estadístico**, establece lo que es normal o anormal a la vista de los datos extraídos de la población y de qué conductas son más o menos habituales entre la misma. Desde este punto de vista sería considerado como normal lo que hace la mayoría.

**d) Enfoque personal**, es decir, cuando enjuicamos las distintas conductas pasándolas por el tamiz de nuestros propios gustos o comportamientos. Desde esta postura podemos llegar a considerar como normal tan sólo aquello que coincida con nuestras propias expectativas, poniendo al resto la etiqueta de *anormal*.

Puede darse el caso de que estos puntos de vista entren en una clara contradicción entre sí, de manera que desde una valoración moralista se condenen determinados comportamientos mientras que estadísticamente, estos, se encuentran mayoritariamente extendidos entre la población.

Nuestra sociedad, y nosotros mismos, estamos excesivamente habituados a etiquetar y enjuiciar las conductas sexuales en función de una serie de patrones y sistema de valores rígidos. Hemos de caer en la cuenta de que estas normas responden a un código, elaborado por una determinada cultura y, por consiguiente, de carácter relativo. Además, todavía hoy nuestras definiciones de lo que es *normal* o *anormal* se hallan en un proceso acelerado de cambio.

La ciencia actual reconoce que la sexualidad es polivalente, constituyendo una experiencia rica y variada, por eso, HELEN S. KAPLAN asegura que «la sexualidad humana es muy flexible, y existen una gran variedad de cosas que excitan a diferentes personas, por ello, es un error definir rígidamente lo que es la normalidad sexual, más aún cuando los conocimientos científicos que manejamos son todavía incompletos»<sup>24</sup>. De ahí que cualquier forma de estímulo y cualquier fantasía que contribuyan a aumentar el placer que experimentamos las personas deben ser considerados normales. Según la misma autora, si no se perjudica a nadie, nadie ha de sentirse culpable por sus preferencias, a la vez que nadie debe ser perseguido, discriminado, ni despreciado por sus preferencias sexuales.

HUNT, indica que cuando queremos saber si un acto es *bueno* o *malo* en el terreno de la sexualidad, debemos de aplicar la *ÉTICA DE LAS SITUACIONES*, distinta de la que él llama *ÉTICA DEL CÓDIGO*, ésta aplica normas o mandamientos categóricos, mientras que la primera considera cada acto concreto, y lo hace en función de las necesidades que lo motivan y de las consecuencias que entraña.<sup>25</sup>

Lo que debemos tener siempre presente es que cada persona nace como un individuo único y en consecuencia dispone de unas capacidades y posibilidades que están determinadas por una biografía personal y por una sensibilidad distinta. Esta afirmación, que nadie parece poner en duda, nos lleva a reconocer que, al igual cada sujeto tiene una personalidad propia, tiene también un modo, un estilo personal y distinto de vivir y manifestar su sexualidad, que existe un amplísimo abanico de formas de vivenciar la sexualidad, que lejos de empobrecer la vida sexual de un hombre o una mujer la enriquecen, y que al placer puede llegarse a través de muchos y muy distintos caminos, todos ellos válidos, auténticos y dignos de respeto siempre que la propia sensibilidad o la de los otros y otras no resulte dañada.

Alguién ha subrayado que despreciar o condenar a otros u otras porque piensan o se conducen de forma distinta a la nuestra es como despreciar a la gente que come con palillos porque nosotros lo hacemos con tenedor y cuchillo.

## SEXUALIDAD Y SALUD

Para los expertos de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) la salud no consiste únicamente en la ausencia de dolor o enfermedad, sino que se trata de un concepto mucho más amplio que abarca «*el bienestar físico, psíquico y social*».

En 1974, durante una reunión de este organismo celebrada en Ginebra, en la que se abordaron temas de educación y tratamiento de la sexualidad humana, la salud sexual fue definida como «la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del Ser sexual»<sup>26</sup>. En Opinión de este organismo, esto sólo es posible mediante aquellos «medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor».

Ya hemos señalado cómo la sexualidad se encuentra integrada en la personalidad de cada uno de nosotros, seamos mujeres y hombres, niños, adultos o ancianos; es una necesidad básica y una dimensión que no puede dissociarse de otros aspectos de la vida, de ahí que la satisfacción sexual forma parte de la salud. Salud y sexualidad guardan una estrecha relación, pero para que la primera se dé en este concepto amplio que indica la O.M.S., es necesario que cada persona viva a gusto con su cuerpo y con su sexualidad. Sin embargo, ya hemos visto cómo ésta ha sido siempre rodeada de tabús, desinformación y miedos, todos estos sentimientos negativos nos han sido inculcados desde nuestra más tierna infancia, sin que muchas veces seamos conscientes de ello, y son tan fuertes que pueden llegar a obstaculizar y poner en dificultades algo tan natural en el ser humano como el respirar, convirtiéndose en una fuente de conflictos.

Ciñéndose a las conclusiones de la O.M.S., W. HADAD escribe que la satisfacción sexual forma parte de la salud y, dado que la salud es un hecho fundamental del ser humano, la satisfacción y enriquecimiento sexuales, o dicho en términos generales, la salud sexual es un derecho humano fundamental.<sup>27</sup>

Para H. S. KAPLAN «el desarrollo y vivencia de una sexualidad sin conflictos es un factor importante para una óptima salud mental» y añade que la capacidad de amar y experimentar placer sexual supone un indudable enriquecimiento de nuestras vidas y que cuando estos aspectos de nuestras vidas se ven mutilados o reprimidos somos capaces de desarrollar todo nuestro potencial humano.<sup>28</sup>

Por su parte, EFIGENIO AMEZUA asegura que la salud, el bienestar, el placer y la felicidad son términos que tienen mucho que ver juntos y, juntos, dicen mucho de la calidad de vida de los individuos, y que desde este contexto es posible entender el sentido de la sexualidad humana como potencial de bienestar y de placer, de salud y de felicidad<sup>29</sup>. El mismo sexólogo añade que una vivencia adecuada de la sexualidad contribuye a garantizar un nivel de vida más humanizado y, en consecuencia, más agradable y feliz.

Vivir una sexualidad gratificante y placentera es mucho más que la introducción de un pene en una vagina. Hacer el amor es besar, acariciar, disfrutar de sensaciones placenteras y agradables. Cualquier persona dispone del potencial necesario para experimentar estas sensaciones, pero lo cierto es que, generalmente, éste ha sido reprimido por una educación deformante que nos hace enfrentarnos al hecho de la sexualidad de un modo negativo, de ahí que los expertos de la O.M.S., hacen especial hincapié en que *«son de una decisiva importancia el derecho a la información y el derecho al placer»*, y por si esto no fuera suficiente continúan afirmando que *«la educación sexual ha de basarse en el cultivo de una sexualidad más sana, agradable y feliz, orientada al disfrute intensificado de la vida y de las relaciones sexuales»*.<sup>30</sup>

Estas constataciones han llevado a numerosos especialistas a opinar que *«educación sexual es un sector de la salud sin el cual es imposible el bienestar integral»*.<sup>31</sup>

El concepto de sexualidad sana incluye al menos tres elementos básicos que han sido señalados por MACE y sus colaboradores. Los podemos resumir en los siguientes:

- La capacidad para disfrutar de una actividad sexual y reproductora, y para regularla de conformidad con una ética personal y social.
- La ausencia de temores y sentimientos de vergüenza y culpabilidad, creencias infundadas y aquellos factores psicológicos que inhiban o perturben las relaciones sexuales.
- La ausencia de trastornos orgánicos, enfermedades o deficiencias que entorpezcan la actividad sexual.<sup>32</sup>

W. HADAD describe algunas de las causas que explican la existencia de problemas de salud sexual y entre ellas anota estas:

- Existencia de actitudes negativas profundamente enraizadas.
- Las discriminaciones a que se ve sometida la expresión de la sexualidad en disminuidos, ancianos, minorías, etc.
- Las actitudes sexistas y las discriminaciones por razón de sexo.
- Represión de la sexualidad infantil.<sup>33</sup>

Lo que parece estar ya fuera de toda duda es que la capacidad para experimentar placer corporal y para darlo a otros contribuye a incrementar el gusto por la vida y incluso algunos como JAMES y JONGEWARD, van más allá y aseguran que puede añadir años a la vida vivida y, que desde el punto de vista de la salud, una vivencia más humana de la sexualidad ha de reportar inmensos beneficios a hombres y mujeres.<sup>34</sup>

## CONCLUSIÓN

Las constataciones presentadas nos mueven ineludiblemente a afirmar que la sexualidad forma parte del cuadro de valores del individuo. Se trata de un aspecto de la personalidad que está ahí, y que puede ser extraordinariamente positivo y enriquecedor, en consecuencia no tiene por qué ser negado.

Todos tacharíamos de bárbaro a un hipotético educador que por considerar la inteligencia de sus alumnos como algo negativo y digno de desprecio tratase de limitar a toda costa el desarrollo y expresión de la misma en sus alumnos y alumnas; se puede decir que algo similar está ocurriendo con la sexualidad.

Actualmente, la mayoría de los especialistas reconocen que la sexualidad se presenta como una potencialidad más que es necesario educar para asegurar una vivencia feliz, del mismo modo que se educan el resto de las potencialidades, en este sentido se expresa el doctor en Ciencias de la Educación francés J. AGTER.<sup>35</sup>

Esta potencialidad se encuentra plenamente integrada en nuestra existencia cotidiana y va ligada a toda una red de sentimientos, emociones y deseos. Por ello se hace necesario considerarla con sencillez y sin recurrir a manipulaciones ni subterfugios.

LA SEXUALIDAD ES UN VALOR HUMANO, esta es la conclusión última de este artículo. Desde el punto de vista educativo se hace imperativo buscar un nuevo planteamiento, un nuevo enfoque que nos lleve a situarla en la categoría de los valores de la persona. Una vez llegados a este punto, no tenemos otra alternativa que reconocer que, al igual que ocurre con el resto de los valores, es necesario su potenciación y su desarrollo.

Estamos hablando de una realidad, de una dimensión que es básica y esencial en la existencia humana y que, por lo tanto, vale la pena fomentar y promocionar. Es aquí donde ha de entrar en juego el papel de una auténtica Educación Sexual.

\* \* \*

BIBLIOGRAFÍA

- (1) GARCÍA FERNÁNDEZ, J. L.: *Guía práctica de información sexual para el educador*, Edutest, Irún, 1984.
- (2) MONEY, J. y TUCKER, P.: *Asignaturas sexuales*, A.T.E., Barcelona, 1975.
- (3) GARCÍA DE DIOS, J. M. y cols.: *Curso de Educación Sexual*, Rev. *Padres y maestros*. núms. 107-122, La Coruña, 1986.
- (4) AMEZUA, E.: *Curso de educación sexual*, Rev. *Vida Sanitaria*, cap. III, núm. 3, septiembre, 1978.
- (5) MONEY, J. y TUCKER, P.: opus cit.
- (6) DE BEAUVOIR, S.: *El segundo sexo*, vol. I, cuarta parte, Paidós, Buenos Aires, 1948.
- (7) AMEZUA, E.: opus cit.
- (8) FREUD, S.: *Introducción al psicoanálisis*, Alianza, Madrid, 1967.
- (9) JAMES, M. y JONGEWARD, D.: *Nacidos para triunfar*, Fondo Educativo Interamericano, Buenos Aires, 1971.
- (10) MASTERS, W. H. y JOHNSON, V. E.: *El vínculo del placer*, Grijalbo, Barcelona, 1977.
- (11) MAIDEU, E.: *Pedagogía de la sexualidad: nociones y programación*, Rev. *Cuadernos de Pedagogía*, núm. 90, Junio, 1982.
- (10) TORDJMAN, G.: *La frigidez femenina*, Gedisa, Barcelona, 1977.
- (13) GARCÍA FERNÁNDEZ, J. L.: opus cit.
- (14) CONFORT, A.: *El placer del sexo*, Blume, Barcelona, 1977.
- (15) LE MOAL, P.: *Una auténtica Educación Sexual*, Marfil, Alcoy, 1971.
- (16) AMÉZUA, E., opus cit.
- (17) LE MOAL, P., opus cit.
- (18) CONFORT, A., opus cit.
- (20) TORDJMAN, G., ops cit.
- (21) MEAD, M.: *Sexo y temperamento en las sociedades primitivas*, Laia, Barcelona, 1981.
- (22) KINSEY, A. y cols.: *Informe sobre la conducta sexual del hombre americano*, Edit. Siglo XX.
- (23) KAPLAN, H.: *El sentido del sexo*, Grijalbo, Barcelona, 1981.
- (24) KAPLAN, H., opus cit.
- (25) HUNT, M.: *Introducción y asistencia en cuestiones de sexualidad humana. Formación de profesionales de salud*, Serie Informes Técnicos, núm. 972, Ginebra, 1975.
- (27) HADAD, W.: *Promoción de la salud sexual desde ahora hasta el año 2000*, Boletín *Entre Nuos*, núm. 6, O. M. S., Julio, 1985.
- (28) KAPLAN, H., opus cit.
- (29) AMEZUA, E.: *Curso de educación sexual*, cap. I, Rev. *Vida Sanitaria*, núm. 1, Junio, 1978.
- (30) O. M. S., opus cit.
- (31) AMEZUA, E., opus cit.
- (32) MACE, D. C.: *La enseñanza de la sexualidad humana en las instituciones encargadas de la formación del personal sanitario*, en *Cuadernos de Sanidad Pública*, núm. 57, O. M. S., Ginebra, 1974.
- (33) HADAD, W., opus cit.
- (34) AGTER, J.: *Padres, educación y sexualidad*, A. T. E., Barcelona, 1976.