

Sociedad Catalana de Pediatria

Curso de pediatria

Doctora Montserrat Rutllant- Barcelona 2000

Educación, educación, educación: éste es el trípode, único e imprescindible, donde se fundamenta la prevención de la actividad sexual precoz de los adolescentes, causa frecuente de muchos problemas de salud, tanto orgánicos como psicológicos, que transforman esta etapa del desarrollo y la maduración, ya de por sí difícil e insegura, en una adolescencia ciertamente complicada, con consecuencias que pueden marcar desfavorablemente la conducta, la salud y la propia vida.

Así lo afirmaba nuestro compañero Dr. Andreu Fresnadillo, ginecólogo experto en MTS, justo hace ahora tres años, en estos mismos cursos y en esta misma tribuna. Y no se refería a la mera información sobre la manera de conseguir con plena y “segura seguridad” la salud del acto sexual para practicar “una sexualidad activa garantizada de todo riesgo” a través de los métodos de anticoncepción, reducidos en estas edades, casi al uso del preservativo presentado a la juventud como la panacea para evitar el riesgo de embarazo en el adolescente, el aborto, las MTS y el SIDA. El Dr. Fresnadillo se refería, a recomendar la abstinencia para procurar posponer la primera relación sexual hasta conseguir la madurez fisiológica y psicológica suficiente para acordar, entre las dos partes, un proyecto mutuo e ilusionantes de relación monogámica y estable.

De esta manera, además de prevenir el embarazo del adolescente, el aborto las MTS y el SIDA, evitaríamos la aparición precoz de carcinoma de cuello de matriz, riesgo comprobado en jóvenes promiscuas, y la gran frecuencia del riesgo psicosocial que comporta la experiencia sexual precoz de los adolescentes asociándose a conductas potencialmente perjudiciales para la salud, como son el consumo de alcohol, de marihuana y de otras drogas, actos menores de delincuencia, fracaso escolar, problemas de conducta, exceso de velocidad e intentos de suicidio.

¿Qué entendemos por **EDUCAR LA SEXUALIDAD**?

La sexualidad es el conjunto de característica biológicas y psicológicas que hacen al ser humano hombre o mujer. Es, pues, una realidad profunda, propia del ser humano total, presente y operado en todas las dimensiones de la persona, incluso la ética y espiritual.

Educar es comunicar conocimientos y promover actitudes, es también instruir, guiar, formar, descubrir lo mejor que es y puede ser una persona, y que ella misma lo descubra como cosa propia.

Educar la **sexualidad** es, por tanto, no solamente informar la inteligencia sobre datos, observaciones y manifestaciones específicas. Es también educar el sentimiento para experimentar de manera humana las sugerencias de la atracción sexual, y orientar la conducta, a través de la adquisición de hábitos, para mantener el dominio sobre los

impulsos sexuales. Así se conseguirá la madurez de hombres y mujeres, cada vez con mayor autodominio.

La madurez no es un concepto estable, sino dinámico y sometido a un posible vaivén. Se puede distinguir la madurez biológica, cuando la persona alcanza el desarrollo completo según su naturaleza, de la madurez psicosocial, cuando se consigue la plenitud después de un crecimiento pausado y progresivo, en el que se van alcanzando nuevos logros de equilibrio psicológico en que la persona manifiesta la armonía estable entre corazón y cabeza, entre sentimientos e inteligencia, que le ayudan a controlar el impulso sexual y le ordenan hacia una relación comunicativa y gratificante, no solamente en el plano físico sino también en el intelectual y espiritual, demostrando actuar por un amor verdadero y maduro.

¿La sexualidad humana **SE PUEDE EDUCAR**?

La organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud sexual como la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual a fin de que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor.

Todo el mecanismo de la sexualidad debe estar, por tanto, claramente orientada al diálogo de amor y al respeto a sí mismo y a los otros.

El ser humano es siempre un ser sexual, desde la concepción hasta la muerte. Vive y muere como ser sexuado, y si bien no siempre realiza actividad sexual, sin embargo, sí realiza actividades sexuadas.

Cualquier estudioso de la sexualidad conoce bien una realidad fundamental: la diferencia entre la sexualidad humana y la sexualidad de otros mamíferos superiores. Los animales tienen un instinto sexual que los impulsa irrefrenablemente a la reproducción en las épocas de celo. El hombre, en cambio, puede -con su inteligencia y su voluntad- dirigir su impulso sexual libremente y escoger realizar o no actos sexuales en un momento determinado. Por esta razón se ha dicho que el órgano primordial sexual del hombre es el cerebro, porque no está condicionado por un instinto, que en unos momentos determinados por la naturaleza le lleva a procrear, y en otros a prescindir del sexo. El ser humano decide el uso o no de su sexualidad y no está obligado a seguir su impulso sexual. A pesar de ello, la libertad del hombre que hace posible cualquier conducta, no justifica los comportamientos anómalos y contrarios a la naturaleza humana.

Ningún profesional bien informado sobre cuestiones psicológicas referentes a la sexualidad no puede defender el determinismo biológico de la sexualidad humana, ya que la sexualidad del hombre no manifiesta la característica de obligatoriedad inevitable, propia de otras especies animales, sino que deja una amplia zona de actuación a la libertad personal, guiada por la inteligencia y la voluntad. Tiene, pues, una cierta plasticidad e indeterminación, susceptibles de ser educadas, y es justo el adolescente, porque está en un proceso de cambio acelerado y de intensa formación,

quien más derecho tiene a recibir de sus educadores -padres, profesores, médicos- ayuda y orientación.

Pero, ¿CÓMO SE DEBE EDUCAR LA SEXUALIDAD?

La educación, para ser eficaz debe de proponer valores y propiciar actitudes muy concretas. Por ejemplo, “tu puedes”, pero “puedes con esfuerzo”. Precisamente, lo contrario de eso que se hace en muchos ámbitos de la vida cotidiana. Se ha puesto de moda el “aprende inglés sin esfuerzo”, “no te prives”, “disfruta hoy, ya pagarás mañana”, “no te lo pienses más y escoge el anticonceptivo”. Para ser pedagógicamente eficaces, se debería insistir en eslóganes favorables al respeto y la exigencia personales: “piensa más”, “esfuérate en estudiar inglés”, “procura prescindir de las grasas”, “evita el alcohol, la droga, el exceso de velocidad”, “prívate del sexo-consumo”, etc., consejos tal vez poco populares y polémicos -sólo hay que recordar la polémica levantada por el reciente “no te engañes, esto no es vida” de la Consejería de Sanidad de la Generalitat de Catalunya- pero no por ello menos necesaria.

Este es uno de los retos de nuestra generación, que, a veces, tiende a abandonar a los adolescentes a sus propias fuerzas. No es de extrañar esta actitud de abandono atendiendo al esfuerzo que comporta educar para un uso responsable de la sexualidad luchando contra el alud de informaciones parciales o sesgadas que niños y adolescentes reciben gratuitamente sobre sexualidad. A pesar de ello, esta es un área en que la educación que damos tendrá una gran trascendencia social.

Para conseguir un desarrollo armónico de la sexualidad con el autodomínio y la madurez que supone integrar la sexualidad en la personalidad global, se han de educar satisfactoriamente las diferentes etapas del desarrollo, ya que, si no se ha conseguido en el momento adecuado, se tendrán que compensar las carencias y será necesario invertir más esfuerzo, tanto mayor cuanto más arraigados sean los hábitos incorrectos o más importantes sean estas carencias.

Desde cero a dos años el niño debe conocer y aceptar de manera progresiva su propio sexo y su invariabilidad, y también el conocimiento, a través del trato con el padre y la madre, del hombre y la mujer como seres diferenciados.

De los dos a los seis años han de recibir información del embarazo y de las realidades básicas de la vida prenatal, con la información natural de dónde se encuentra y crece el feto, con la aceptación de la inevitable dependencia materna, y también una introducción aclaratoria de cómo y por dónde nacen los niños. También convendría fomentar los primeros hábitos de pudor que permitirán, más adelante, valorar la intimidad a la hora de manifestar afecto y respeto a los otros y a él mismo.

De los seis a los doce años hay que aprovechar la “neutralidad hormonal” y afectiva de estos años, o etapa de latencia, para adquirir el mayor número de conocimientos sobre anatomía, fisiología y psicología del hombre y de la mujer, eyaculación en el chico y el cuándo y porqué de la chica. Será también conveniente incidir en la educación de la afectividad y el uso responsable de la sexualidad.

Entre las doce y los quince años se llega a la eclosión de afectividad y sexualidad. El adolescente debe asumir que el acto sexual está inseparablemente vinculado a la afectividad y al amor, y orientado a una relación estable que supone sucesivas etapas de maduración y aceptación de su consecuencia natural, la formación de una nueva familia. Por otra parte, ha de ser consciente de todo aquello que rompe la armonía o mutila alguno de los componentes de la relación sexual interpersonal, pudiendo formar parte de lo que hemos definido como adolescencia complicada: el hábito de la masturbación, la pornografía, la promiscuidad y prostitución, la cohabitación juvenil, la homosexualidad, etc..., que son fruto de la banalidad y el empobrecimiento de la consideración global de la sexualidad.

Para comprender bien la relación entre chicos y chicas durante estas edades, hay que recordar que, durante la pubertad y parte de la adolescencia, los componentes del amor, impulso sexual y sentimiento o ternura todavía están disociados.

Generalmente al adolescente le falta autocontrol y le sobra instintividad. Será más adelante, cuando con la evolución y el desarrollo progresivo de la capacidad de amar, se fusionarán y se integrarán armónicamente impulso y ternura, erotismo y sexualidad.

Para redondear el proceso educativo en el adolescente habrá que acabar de precisar el conocimiento de las diferentes **VERTIENTES ESENCIALES DE LA SEXUALIDAD** en el ser humano: **la vertiente psicológica** que le capacita para complementarse con otro ser humano, de compartir los mismos sentimientos, de unirse por la amistad y de conseguir una comunicación interpersonal. Y **la vertiente biológica**, vinculada al placer físico y a la reproducción.

La **VERTIENTE PSICOLÓGICA** incluye: **la afectividad** y todas sus manifestaciones: sonrisa, ternura, atención delicada, caricia, etc.; **la comunicación**, que significa compartir con el otro algo más que sentimientos, algún interés más intelectual y una similitud de objetivos o de intereses; de manera especial la disponibilidad para **la conversación**, que implica hablar, escuchar, ser comprendido y comprender al otro; **el cuidado de los gestos o lenguaje del cuerpo**, miradas, sonrisa, caricias, posturas, etc.

La **VERTIENTE BIOLÓGICA** comprende: el placer que acompaña la relación sexual de una pareja sana. Podríamos compararlo con el placer que puede encontrarse en una buena comida. Ambas se asocian a funciones importantes que, sin oscurecer su finalidad primordial -reproducción o nutrición- ayudan a que el hombre no se inhiba de estas funciones abstractas para numerosos reclamos de la vida diaria. Es importante hacer hincapié sobre la realidad del placer en la tarea de la educación sexual y situarla en su justa dimensión, porque, como hemos dicho, una concepción hedonista, auspiciada en los últimos años por la publicidad y el consumo, ha hecho que muchos jóvenes busquen solamente placer como fin de sus acciones sin pensar en las posibles consecuencias desfavorables ya citadas y entre las que, paradójicamente, también se debe incluir la apatía sexual, comprobada en amplios sectores que actualmente constituyen una patología frecuente en las consultas de sexólogos y psiquiatras.

El placer que acompaña la relación física es importante, pero se debe evitar caer en mitos del tipo de “sincronía orgásmica” que tanto mal causan en la relación hombre-mujer. El placer, cuando es buscado obsesivamente y exclusivamente, puede escaparse más y más y conducir a estados de neurosis.

Si bien es verdad que la relación sexual es solamente una de las maneras de expresar el amor y que la sexualidad, desvinculada del amor, pierde su sentido humano, también es cierto que tiene una función espléndida que debe realizarse también de manera espléndida.

La unión corporal del hombre y la mujer tiene una gran dignidad en ella misma y es potencialmente procreadora. Como explicitación física de su amor, hombre y mujer dan la realidad del hijo y en él ven plasmada aquella fusión de caracteres con que sueñan los enamorados. El hijo es el tú y el yo inseparables para siempre.

Más adelante cuando los jóvenes vivan su futura vida matrimonial y de pareja habiendo asumido la integración de todos los componentes de la sexualidad: pasión sexual, compañía optimista, amor de amistad y admiración y reverencia por la persona del otro, será cuando la procreación dentro de la familia ocupará el lugar que le corresponde y el hijo podrá asegurar:” Se quieren... luego existo”

Padres, pediatras, educadores en general han de aceptar el reto de hacer realmente efectiva, a pesar de los obstáculos, la formación global de la sexualidad en el adolescente desde una perspectiva humana, positiva, verdadera y digna, que permita un saludable aprendizaje del amor y un pleno desarrollo de la madurez personal.