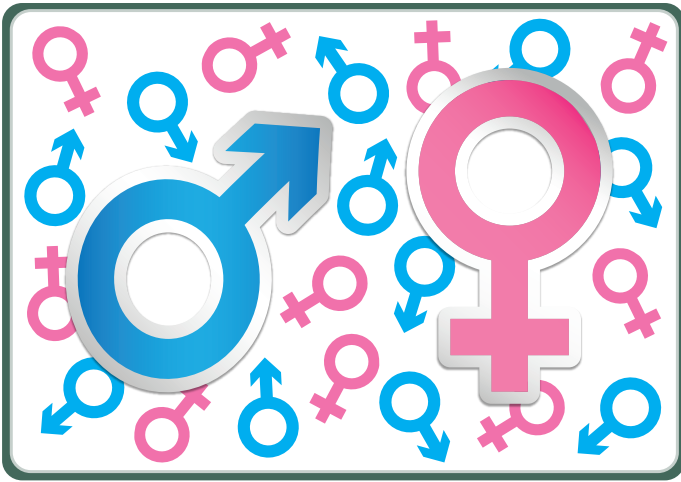


SEXUALIDAD: EL MÁS HUMANO DE LOS SENTIMIENTOS

• *Dr. Cesar Arango Dávila, PhD, Médico Psiquiatra*
• *Dra. María Echeverri García, Lic., Especialista en Familia*

INTRODUCCIÓN



La sexualidad es una dimensión muy importante del ser humano. Independientemente de nuestras opiniones al respecto, en todas las culturas, la occidental incluida, existen mitos y tabúes que nos obligan a mirar con cuidado algunos aspectos sobre la sexualidad en sí, y la manera de educar sobre ella, para no crear resistencias innecesarias. Si se insiste en la necesidad de impartir una educación clara y sensata en este aspecto de la vida, es porque la sexualidad es muy importante para la Salud Mental de las personas y las poblaciones; sin embargo, toda intervención debe sopesar los aspectos culturales y familiares.

A pesar de los grandes cambios sociales de las últimas décadas y la modificación de los roles de género, la liberación femenina, la defensa de la diferencia sexual, el uso generalizado de anticonceptivos, y muchos otros aspectos, la sexualidad sigue siendo un tema tabú en los contextos cotidianos. Los temas de salud sexual y reproductiva son poco abordados formalmente en nuestra sociedad, y existe desinformación, a veces negación de esta realidad humana en las familias, en el sistema educativo y entre los pares, debido a aspectos históricos, culturales y religiosos que pesan y deben ser tenidos en cuenta. Sin embargo, las personas sienten una gran necesidad de hablar de sexualidad en su vida cotidiana. Por tratarse de un tema tabú comúnmente se utilizan múltiples acepciones para referirse por ejemplo a los

órganos genitales, algo que no ocurre con otras partes del cuerpo. Cara y cejas son nombradas como tales por todos; los órganos genitales tienen muchos nombres que varían según la región y el contexto social. Esto se presenta en todas las culturas y regiones del mundo, aún en las más liberales.

Al hablar de sexualidad en la familia y en el ámbito educativo, debemos llamar las cosas por su nombre, sin ningún tipo de prevención. Si lográramos llegar a este punto, tendríamos superada parte de la problemática asociada con el lenguaje empleado en diferentes ambientes al hablar de sexualidad, hasta el punto de distorsionarla. Por ejemplo, al conjunto de estructuras que constituyen los genitales externos femeninos se le denomina vulva, y sus componentes son: los labios mayores, los labios menores, el introito vaginal, el meato urinario y el clítoris. Los genitales externos masculinos son el pene y los testículos. Esos son los nombres castizos, a los cuales debemos acostumbrarnos. Igual deberíamos hacer con otros aspectos relacionados con la sexualidad, como el erotismo, la reproducción y el placer.

Facetas de la sexualidad. La sexualidad humana tiene múltiples facetas. Para entenderla debemos tener claridad sobre qué llamamos sexo, término también usualmente distorsionado por el común de las personas. Muchos consideran que sexo es tener relaciones sexuales, pero no es así. El término sexo hace referencia a todo lo que diferencia la hembra del macho, la mujer del hombre, lo femenino de lo masculino. El sexo, mirado desde la disciplina científica conocida como sexología, comprende varios niveles:

1. **Sexo cromosómico:** de los 46 cromosomas del ser humano la hembra tiene dos cromosomas X. El macho tiene un cromosoma X y otro cromosoma denominado Y. Si se examina un cariotipo (método usado para evaluar los cromosomas de las células) es fácil hacer esta diferencia dado que el cromosoma Y es el más pequeño de todos los cromosomas.
2. **Sexo celular:** al evaluar las células de la hembra al microscopio de luz, un porcentaje alto contiene un pequeño punto denominado corpúsculo de Barr en la membrana interna del núcleo. Este corpúsculo no se observa sistemáticamente en las células de los

machos. Se ha definido que el corpúsculo de Barr corresponde a uno de los cromosomas X de la hembra, que se torna inactivo desde el día 16 de la gestación.

3. Sexo gonadal: hace referencia a que la hembra tiene ovarios y los machos tienen testículos, cada uno con características histológicas y anatómicas definidas.

4. Sexo germinal: la hembra produce óvulos y los machos producen espermatozoides. Cada uno con una regularidad y en una proporción muy diferente.

5. Sexo hormonal: es típico que la hembra produzca y tenga en su sangre una proporción alta de hormonas denominadas estrógenos; el macho, por su parte, produce mayor proporción de andrógenos. Estas hormonas en la adolescencia definen los caracteres sexuales secundarios.

6. Sexo fenotípico: son las características físicas externas que hacen reconocible una mujer de un hombre. Incluye antes de la pubertad los caracteres sexuales primarios; en la mujer, la presencia de vulva; en el hombre, la presencia de pene y testículos. Después de la pubertad aparecen los caracteres sexuales secundarios; por ejemplo, en la mujer, la presencia de senos; en el hombre, la barba.

7. Sexo cerebral: cada vez más se identifican diferencias en la estructura y el funcionamiento del cerebro de la mujer con relación al del hombre. La parte anterior del cuerpo calloso, una banda de conexiones entre el hemisferio derecho y el hemisferio izquierdo del cerebro, es más grueso en las mujeres que en los hombres. Lo cual implica que el cerebro femenino tiene más conexiones entre sus dos hemisferios que el cerebro masculino. Esto tiene implicaciones en el procesamiento de información, y por lo tanto en la forma de pensar o resolver los problemas, que son diferentes en las mujeres y los hombres. También se describen importantes diferencias en una estructura neuroendocrina conocida como hipotálamo, que regula las hormonas.

8. Sexo psicológico: es la convicción que tiene un individuo de ser hombre o ser mujer. Esto también se asocia con la forma de desempeñarse en el contexto social; es lo que se denomina rol de género.

9. Sexo asignado y sexo jurídico: al momento del nacimiento de la persona, el médico registra en un documento las características sexuales del recién nacido y le asigna un sexo, basado en la identificación de la vulva en la mujer y la del pene y los testículos en el hombre. Un notario, basado en el reporte del médico registra ante la sociedad al individuo como de sexo femenino o de sexo masculino.

Si bien, el sexo es lo que diferencia lo femenino de lo masculino, se debe diferenciar del concepto de género, el cual corresponde, según la Organización Mundial de la Salud, a «los roles socialmente construidos, comportamientos, actividades y atributos que una sociedad considera como apropiados para hombres y mujeres». En este caso, género corresponde más a una determinación social y no a una separación de roles natural e inherente a la condición biológica de las personas.

Todos los niveles con los que determinamos el sexo se interrelacionan para constituir un comportamiento complejo que denominamos sexualidad. El profesor Helí Alzate 1989, sexólogo profesor de la Universidad de Caldas, explicaba que la sexualidad es un sistema de

niveles interrelacionados (sexo y género) que van desde lo biológico hasta lo sociocultural, fundamentalmente con tres fines:

Fin reproductivo

Fin comunicativo-relacional

Fin erótico

Fin reproductivo. El fin reproductivo de la sexualidad es del que más se habla. En muchas instituciones educativas el tema de sexualidad se limita exclusivamente a conocer los órganos reproductivos, los fenómenos biológicos relacionados con la concepción y además a hacer recomendaciones para evitar embarazos no deseados. Muy pocas veces se habla del fin comunicativo o erótico de la sexualidad, tampoco de las exigencias éticas de la sexualidad. La verdad completa es, sin embargo, que la sexualidad es un concepto que trasciende lo reproductivo, ya que en ella está implicada toda la gama de relaciones emocionales, físicas y espirituales del ser humano que nos pide siempre tener en cuenta a los demás seres humanos de manera integral.

Fin comunicativo - relacional. El fin comunicativo -relacional y el fin erótico de la sexualidad tienen múltiples connotaciones; en ambos casos la manifestación fundamental es el placer. Placer implica un sentimiento de gusto, gozo, satisfacción, sensación agradable. La sexualidad en todas sus manifestaciones emocionales y físicas se acompaña de placer. Escuchar música que nos emocione es sexualidad; sentir los sabores de los alimentos y paladearlos también es sexualidad, al igual que percibir los olores agradables, los colores, las pinturas, el agua caliente desplazándose por nuestra piel, bailar, sonreír, mirarnos, tomarnos de las manos, dormir juntos. Todo eso es sexualidad. Si abrazamos a nuestra mascota, a uno de nuestros hijos, eso es sexualidad, porque produce placer. Si abrazamos a un amigo o amiga porque nos da alegría verlos, eso es sexualidad. Todo lo anterior se refiere al fin comunicativo-relacional de la sexualidad. En todos los casos anteriores hay placer, incluso intenso, pero no hay excitación sexual. Esta es la diferencia con el fin erótico de la sexualidad.

Fin erótico. Erotismo implica sentir excitación sexual. Normalmente esta acompañada de placer. La excitación sexual es una expresión de la sexualidad centrada en los genitales, y hace parte de la sexualidad de los individuos adolescentes o adultos, pero no es su único componente. El concepto de excitación sexual descrito por Masters y Johnson 1966 está muy bien definido desde el punto de vista biológico. En el hombre implica la erección del pene; en la mujer la lubricación vaginal. La sexualidad entre las personas adolescentes o adultos puede desembocar en la genitalidad, pues esta hace parte del concepto general de la sexualidad. En este contexto el fin erótico de la sexualidad implica una maduración física, psicológica y social que puede converger en el encuentro de dos personas en una relación sexual, dentro de la cual puede incluirse o no el coito.

Basado en todo lo que hemos mencionado, Juan Luis

Álvarez-Gayou, Fundador del Instituto Mexicano de Sexología en 1986, acuñó el concepto de expresiones comportamentales de la sexualidad. Los estudios de Álvarez-Gayou llevaron a una conclusión interesante: que en la sexualidad existe una diversidad bastante amplia de comportamientos, dentro de los cuales todas las personas se ubican en un continuo que va desde la sexualidad no erótica (sin evidencia de excitación) a la sexualidad erótica (con excitación), cada una de estas en diferentes tipos de intensidades. Estos comportamientos en gran proporción pueden considerarse como apropiados, adecuados o normales; sólo en algunas circunstancias se salen de esta categorización y se consideran inapropiados, inadecuados o anormales. La expresión no erótica de la sexualidad esta subdividida en dos subgrupos, y la expresión erótica en cinco subgrupos. Todos los subgrupos se caracterizan según la frecuencia y la intensidad de la afiliación de la persona por una definida expresión comportamental.

Se han descrito 27 expresiones comportamentales de la sexualidad, entre las cuales están por ejemplo, el fetichismo, el exhibicionismo, el voyerismo, la masturbación e incluso la castidad. Cada una de estas expresiones puede tener diferentes niveles que se pueden situar en un área no erótica o en un área erótica, en lo que se denomina el expresiograma, así:

ÁREA NO ERÓTICA O SOCIAL

(EM) Expresión mínima: placer no erótico que implica un ligero gusto. Por ejemplo: abrazar al perro de la casa puede generar placer (expresión comportamental no erótica zoofilia mínima); escuchar una canción genera placer (expresión comportamental no erótica audiofilica mínima); apropiarse de un objeto de un ser querido y darle un significado placentero (expresión comportamental no erótica fetichista mínima).

(EA) Expresión acentuada: placer no erótico que implica gusto y satisfacción que abarca en forma importante la vida cotidiana. Por ejemplo, tener muchas mascotas o trabajar con ellas (expresión comportamental no erótica zoofilia acentuada); las personas melómanas coleccionistas de música o que tienen especial preferencia por hablar con sus seres queridos por teléfono (expresión comportamental no erótica audiofilica acentuada); coleccionar objetos de un ser querido y darle un significado placentero (expresión comportamental no erótica fetichista acentuada).

EXPRESIÓN ERÓTICA SEXUAL

(EESF) Expresión erótica sexual a nivel de fantasía: solo existe en la mente, pero puede desencadenar excitación sexual. Por ejemplo, durante una relación sexual la pareja comparte fantasías de relaciones sexuales con otras personas (expresión erótica sexual de poli-relación a nivel de fantasía); conocer a una persona y fantasear de entrada un encuentro sexual con ella (expresión erótica sexual de relación a primera vista a nivel de fantasía); excitarse pensando en las palabras sensuales de su ser querido (expresión erótica sexual audiofilica a nivel de fantasía).

(EESM) Expresión erótica sexual mínima: expresión que trasciende la fantasía. Se materializa en hechos concretos, pero es única en la vida, muy ocasional o sólo si las circunstancias lo facilitan. Por ejemplo, una pareja que en un viaje romántico recurre a una trabajadora sexual (expresión erótica sexual de poli-relación mínima); asistir en alguna ocasión a un espectáculo de striptease y sentir excitación (expresión erótica sexual voyerista mínima); llamar en una ocasión a una “línea caliente” y excitarse (expresión erótica sexual audiofilica mínima).

(EESP) Expresión erótica sexual preferida: la expresión no es ocasional y se busca con alguna frecuencia, sin embargo, se continúan vivenciando muchos otros tipos de expresiones sexuales eróticas y no eróticas. De los ejemplos anteriores tomemos por ejemplo una pareja que recurre con frecuencia a una trabajadora sexual (expresión erótica sexual de poli-relación preferida); asistir con frecuencia a espectáculos de striptease (expresión erótica sexual voyerista preferida); llamar con frecuencia a líneas calientes (expresión erótica sexual audiofilica preferida).

(EESPR) Expresión erótica sexual predominante: la expresión comportamental prevalece sobre todas las demás, pero aún se conservan otras expresiones.

(EESE) Expresión erótica sexual exclusiva: solo mediante esa expresión es capaz de experimentar excitación sexual.

Si miramos con detenimiento todos los aspectos considerados en el expresiograma propuesto por Álvarez-Gayou, nos encontramos que nuestras expresiones comportamentales de la sexualidad, tanto en la esfera no erótica como en la esfera erótica, son muy amplias. Las personas disfrutan de su sexualidad de variadas maneras: viendo, escuchando, sintiendo el contacto, oliendo, degustando, tocando. Esta es la razón por la cual nuestra constitución sexual se denomina “polimórfica” es decir, de múltiples formas, término acuñado por Sigmund Freud 1917. Entre más polimórfica sea nuestra sexualidad, se puede considerar que más sana es, menos rutinaria, más creativa, más satisfactoria, menos limitada.

Sin embargo, a pesar de los aportes de esta amplitud conceptual, muchas personas se preguntan, ¿qué es normal o anormal en sexualidad?, ¿Qué es adecuado o inadecuado en el comportamiento sexual?, ¿hasta donde puede ir nuestro comportamiento? Los sexólogos han debido entender que la sexualidad es una conducta humana que trasciende el concepto de lo normal y lo anormal, lo adecuado o inadecuado. Teniendo en cuenta los contextos culturales y éticos propios de cada sociedad, grupo o estructura familiar, se pueden delimitar los siguientes aspectos:

- La pareja puede disfrutar la sexualidad de la manera como lo desee, siempre y cuando tengan un acuerdo mutuo y no se ocasionen daño físico o psicológico.
- Las personas individualmente o en pareja pueden disfrutar de la sexualidad erótica como lo deseen, siempre y cuando no desarrollen sus actividades delante

de personas que no quieran ni ver ni oír lo que hacen.

• Las personas que disfruten de la sexualidad erótica, deben decidir por iniciativa propia lo que hacen; por lo tanto, no se considera adecuado desarrollar actividades sexuales cuando se obliga, engaña o se insta a otros que no tienen plena seguridad de sus decisiones, o individuos incapaces de discernir, como niños o personas con problemas mentales.

Las expresiones erótico sexuales predominantes o exclusivas, mal entendidas, podrían limitar significativamente el comportamiento del individuo, situación que se considera patológica. Ellas no solo ocasionan problemas sociales en quienes las padecen, sino que también pueden ocasionar problemas legales. El DSM-V, una clasificación de trastornos mentales, denomina a estas patologías parafilias, en las cuales el individuo solo disfruta de una manera compulsiva, preferencial y única de una de las modalidades de la expresión sexual, alterando significativamente su comportamiento.

Hay personas que sienten una excitación sexual intensa y recurrente derivada del hecho de ser humillado, golpeado, atado o sometido a sufrimiento de cualquier otra forma (trastorno de masoquismo sexual), y por el empleo de objetos inanimados o un gran interés específico por una parte del cuerpo no propiamente los genitales (trastorno de fetichismo). En estos casos las fantasías, deseos sexuales irrefrenables o comportamientos causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento de la persona. Si no es así, puede haber intensidades menores en estas conductas que harían parte de las expresiones comportamentales de la sexualidad en un contexto no patológico.

Por otro lado, hay personas que solo gozan viendo a personas desnudas (trastorno de voyerismo), exhibiéndose (trastorno de exhibicionismo), frotando los genitales contra objetos u otras personas (trastorno de froteurismo), ocasionando sufrimiento físico en otras personas (trastorno de sadismo sexual), abusando sexualmente de niños (trastorno de pedofilia). En todos estos casos el individuo ha cumplido estos deseos sexuales irrefrenables con una persona que no ha dado su consentimiento (situación que implica un juicio y una condena con pérdida de la libertad); o los deseos irrefrenables o fantasías sexuales causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes de su funcionamiento. Estos comportamientos se consideran delitos y la mayoría de los países tienen legislaciones claras para condenar a quienes los perpetren. Algunas veces personas con estas problemáticas, al percatarse que no son adecuadas, solicitan ayuda, antes de incursionar en alguna de estas prácticas. Lastimosamente, esto no sucede en la mayoría de los casos.

Existen muchas otras modalidades de parafilias que siempre implican la excitación sexual intensa, como la escatología telefónica (llamadas telefónicas obscenas), la necrofilia (sexo con cadáveres), la zoofilia (sexo con animales), la coprofilia (excitación sexual con las heces), la clismafilia (excitación sexual con enemas) o la urofilia (orina), que han estado presentes al menos durante seis meses y que causan malestar importante o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento. Las parafilias requieren tratamiento médico, las personas pueden consultar al médico ante la presencia de alguna de estas manifestaciones, hay técnicas terapéuticas que permiten superar estos trastornos.

Comité Editorial:

- Dra. Marcela Granados
- Dra. Diana Prieto
- Dr. Cesar Guevara
- Dra. Zamira Montoya
- Dr. Jaime Orrego
- Dr. Jorge Madriñán
- Dr. César Augusto Arango
- Dr. Carlos Alberto Cañas
- Óscar A. Escobar
- Dr. Jairo Osorno
- ND. Martha Ligia López de Mesa
- Enfermera Ma. Elena Mosquera
- Enfermera Julia Alba Leal

Los conceptos y opiniones contenidos en los artículos de la Carta de la Salud, corresponden únicamente al de los autores y editorialistas.

Esta publicación pretende mejorar su información en temas de la salud en general. Las inquietudes que se relacionen con su salud personal, deben ser consultadas y resueltas con su médico.

Dirección: Carta de la Salud - Fundación Valle del Lili - Cr. 98 # 18-49 - Tel.: 331 9090 - Santiago de Cali

e-mail: cartadelasalud@fcvl.org • **citas:** centraldecitas@fcvl.org

Version digital disponible en www.valledellili.org (Buscar botón “Carta de la Salud”)

Diagramación: Melissa Uribe Angel

Esta publicación de 40.000 ejemplares, es cortesía de:



El País



**FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI**

Excelencia en Salud al servicio de la comunidad



**FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI**

UNIDAD DE APOYO SOCIAL