Jóvenes y **sexualidad**

Brenda Reyes-García¹

¹ Egresada de la Licenciatura en Ciencias de la Educación, Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca, Av. Universidad s/n, colonia Cinco Señores, Oaxaca, México, C.P. 68120. Correo electrónico: brendis.rg11@gmail.com

Resumen

En este artículo se abordan diversos mitos e ideas erróneas sobre la sexualidad, los cuales han sido expresados por los y las adolescentes en diversos talleres. A fin de que conozcas algunos de ellos que impiden el pleno desarrollo humano, te presentamos las preguntas que ellos se hacen, así como las respuestas que diversos estudios ofrecen. También abordaremos el tema de los estereotipos de género asignados principalmente a las mujeres. Por último, reafirmamos que la sexualidad es un aspecto importante de la vida y su ejercicio implica responsabilidad hacia tu propio cuerpo, que se extiende al cuidado de la otra persona.

Palabras clave: Mitos, sexualidad, jóvenes, padres y madres de familia.

Abstract

This paper addresses several myths and misconceptions about sexuality, as expressed by teenagers in several workshops. In order to show some of these myths that prevent full human development, the authors bring up some questions that teenagers ask themselves, as well as the respective answers given by various studies. The authors also address the issue of gender stereotypes aimed primarily at women. Finally, this paper reasserts that the exertion of one's sexuality is an important vital function, implying a responsibility towards your own body, which also extends to the care of your sexual partner.

Keywords: Myths, sexuality, teenagers, parents.

Oaxaca es uno de los estados con mayor pobreza y rezago educativo en México. La mayoría de los y las jóvenes reciben una educación sexual conservadora en sus hogares, tamizada por las creencias religiosas y una cultura machista acendrada. Esta educación, reforzada en la escuela, es bastante restringida, vista desde un enfoque biológico y asociada a la reproducción humana. Las enfermedades de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos son temas que se abordan con mayor frecuencia, en cambio otros pasan desapercibidos, como el afecto, el enamoramiento y el disfrute pleno de la sexualidad.

¿Sabías que existe la *Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes*? (CNDH, 2016), está compuesta por 14 derechos, dos de ellos mencionan que muchachos y muchachas tienen “derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad” y “a ejercer y disfrutar plenamente [su] sexualidad” (CNDH, 2016, p. 10). Para lograrlo es necesario documentarte en temas relacionados con tu sexualidad y tu cuerpo.

El primer acercamiento a la información sobre la sexualidad debería ocurrir en la familia, sin embargo, muchos de los padres y las madres no están suficientemente preparados/as para hablar de los mitos, prejuicios y algunos tabúes sobre la sexualidad. En general, los y las jóvenes conocen al respecto a través de amigos/as, internet y la pornografía, de modo que no todos los contenidos son confiables y pueden estar muy distorsionados. Muchas veces, los adultos no comprenden las inquietudes y dudas que tienen los y las jóvenes sobre esta temática.

Durante la adolescencia, chicos y chicas viven diferentes cambios biológicos, psicológicos y sociales; tienen muchos deseos de expresarse y disfrutar cada momento, sobre todo de conocer y ejercer su sexualidad.

En las escuelas dicho tema está vetado y cuando se toca, se hace desde una perspectiva biológica. No es de sorprender que en el hogar tampoco se hable del asunto, debido a las creencias religiosas o a los prejuicios e ideas equivocadas.

Estas creencias o mitos pueden causar malas experiencias en tu vida sexual, como le ha sucedido a muchos/as jóvenes y adolescentes en bachilleratos y secundarias que he visitado, de ahí la importancia de conocerlos y aclararlos.

La primera vez y sus consecuencias

Uno de los mitos es si la primera relación sexual trae cambios físicos visibles en el cuerpo. En los talleres, los/las jóvenes han expresado su preocupación por el hecho de que sus padres y madres puedan detectar a simple vista que han iniciado su vida sexual.

Al respecto, el GEISHAD (s.f.) nos dice que no hay forma de saber visualmente si una persona ya ha tenido o no su primera relación sexual, ni mucho menos el número de veces, por lo que este mito no debe causar pánico; sin embargo, es importante que tomes con cuidado y responsabilidad el inicio de tu vida sexual, por eso sugiero que antes te informes sobre el uso de preservativos o de anticonceptivos, para evitar un embarazo a temprana edad o contraer una enfermedad de transmisión sexual.

De igual manera, debes recordar que si bien se trata de una decisión personal, también es necesaria la disposición de la pareja, por lo que no debe existir algún tipo de presión hacia ti o hacia el otro o la otra; nadie tiene derecho a tomar esa decisión por ti y no tienes que cumplir con las expectativas de los demás.

Es importante que tomes con cuidado y responsabilidad el inicio de tu vida sexual, por eso sugiero que antes te informes sobre el uso de preservativos o de anticonceptivos

La bisexualidad es algo “sucio”

La homosexualidad ha empezado a ser aceptada en algunas sociedades; no obstante, aún existen prejuicios acerca de este tema. Las opiniones son divergentes y en ocasiones de rechazo en distintos grupos sociales, principalmente en los sectores más conservadores de la sociedad.

La bisexualidad es otra expresión de la diversidad sexual, debe su nombre a la preferencia de permitirse el gusto o afecto tanto hacia personas del sexo opuesto como del propio; es decir, se puede sentir atracción hacia hombres o mujeres por igual. El Instituto Asturiano de la Juventud (2008, p. 5) afirma que “aunque hay personas que no lo comprenden y piensan que es un tipo de perversión o una enfermedad, en realidad no es más que una de las formas en que puede expresarse la sexualidad. Existen diversas opciones y debemos respetarlas”.

Todavía hay gente que piensa que la bisexualidad es “algo malo”, una enfermedad y discriminan o hasta violentan a quienes tienen esta orientación sexual. Los estudios han demostrado que hay un conjunto de manifestaciones sobre este tema y que la orientación sexual es distinta a la asignación biológica sexual. Por tanto, ten presente que no se trata de una enfermedad, sino de una preferencia.

La masturbación es inmoral

La masturbación suele ser un tema del que no se habla en la familia o en la escuela y hasta cierto punto lo más aceptado en diversos espacios es la masturbación masculina, no así la femenina. Todavía muchas personas, entre ellas adolescentes, jóvenes y adultos, pueden pensar que es una conducta mala, o peor aún, que hacerlo con frecuencia afecta nuestro cuerpo.

Al respecto, el Instituto Nacional de las Mujeres (2009, p. 23) afirma que “Más allá de algunas creencias, masturbarse no causa ningún daño físico o psicológico, al contrario, te ayuda a conocer tu cuerpo y descubrir qué es lo que más te gusta”. Entonces, la masturbación no es

una práctica vergonzosa o mala, ni puede traer consecuencias dañinas, sólo hay que tomar en cuenta que no todas las personas la ejercen y que incluso a algunos/as les desagrada y es importante respetarlo.

Estereotipos de género

En el entorno familiar comúnmente se normalizan frases como las siguientes: “El hombre llega hasta donde la mujer lo permite”, “Una mujer no se debe dar tan fácil”, “La mujer es culpable si un hombre no la respeta”, “No vistas tan corto, si no quieres que te pase algo”. Estas expresiones se han usado por décadas para responsabilizar a las mujeres cuando sufren un abuso físico, emocional y sexual por parte de los hombres, además de que también las colocan en un rol pasivo, de culpables o víctimas.

Los dichos mencionados aluden a ciertos estereotipos sobre las mujeres, el primero tiene que ver con el hecho de que ellas no deben expresar libremente sus deseos sexuales, ya que no está aceptado socialmente. Así, se piensa que no pueden tomar la iniciativa y decir qué es lo que quieren o necesitan en sus relaciones de pareja, incluso su manera de vestir está bajo vigilancia de los/as otros/as.

Muchas mujeres en el mundo, a través de la historia, han luchado por lograr igualdad de derechos en la vida pública y privada. Aunque se han hecho incontables esfuerzos para reeducar a hombres y mujeres, y hacer visibles las desigualdades entre niñas, niños, adolescentes, varones y mujeres, todavía falta mucho por hacer. Las mujeres de todas las edades tienen el derecho de vivir a plenitud, de dar el primer paso en una relación si así lo desean, de manifestar sus deseos sexuales o vestir como decidan.

Para finalizar

Como has visto, la educación sexual no consiste solamente en hablar de temas biológicos, sino también de aspectos sociales, como los prejuicios y estereotipos que se van normalizando. La sexualidad es una necesidad básica que se puede ejercer sin miedos ni remordimientos y con el fin de conseguir bienestar, salud y placer. No se debe reprimir, pero sí es importante que se base en el respeto y amor hacia tu persona y tu cuerpo.

Referencias

- Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH). (2016).** *Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes*. México: autor. Recuperado de <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>
- GEISHAD. (s.f.).** *Las preguntas de otro rollo: Mentiras sobre tu sexualidad*. México: Grupo Educativo Interdisciplinario en Sexualidad Humana y Atención a la Discapacidad A. C. Recuperado de <http://www.geishad.org.mx/dudas-sobre-sexualidad/>
- Instituto Nacional de las Mujeres (INMujeres). (2009).** *Guía en sexualidad y género para adolescentes*. Uruguay: autor.
- Instituto Asturiano de la Juventud. (2008).** *Cuadernos de orientación: Tu sexualidad*. Asturias: autor.