

## Prohibido, interesante y excitante

Durante la adolescencia y la juventud aparecen cambios y se llevan a cabo reconstrucciones mentales y corporales. Si algo sucede en la adolescencia es que el cuerpo cambia, y esto es notorio no sólo para la propia persona, sino para la gente que está a su alrededor. Las y los jóvenes se enfrentan a la presión social de cubrir determinados requerimientos para construir su identidad masculina o femenina, según sea el caso, y una combinación de factores biológicos y sociales los coloca en una situación de experimentación y cambio. En el siguiente reportaje, diversos especialistas entrevistados por *Letra S* señalan que para el ejercicio de una sexualidad sana, al cuerpo hay que aceptarlo, valorarlo, escucharlo.



### Rocío Sánchez

La reconstrucción de sí mismos implica la conformación de lo que la psicóloga Josefina Sanz llama el cuerpo social, es decir, las características sexuales se combinan con el proceso de socialización para construir un cuerpo femenino o masculino que concuerde con la expectativa social que se tiene de cada género. Los conflictos inician con el reconocimiento y la apropiación del cuerpo. "Vivimos en una cultura que obliga a alejarse del cuerpo, sobre todo debido a la influencia de la tradición judeocristiana, donde la carne es concebida como una debilidad del espíritu", dice el doctor Eusebio Rubio, director de la Asociación Mexicana de Salud Sexual (AMSSAC).

"Por esto --agrega-- la relación con el cuerpo tiende a ser ambivalente: mientras la experiencia cotidiana le dice que *es* cuerpo, la construcción social le dice que el cuerpo es algo que tiene y que además es peligroso. Esa ambigüedad lo vuelve al mismo tiempo prohibido, interesante y excitante". La persona recibe desde los medios de información y la publicidad modelos de cuerpos ideales que la distancian de sí misma cuando se da cuenta de que ese estereotipo no es lo que ve en el espejo. "La juventud es la etapa donde la persona reacomoda su imagen corporal. Es difícil porque una imagen que se construye relativamente despacio y fácil durante la infancia, de pronto se ve desacomodada con relativa velocidad durante la pubertad", dice Eusebio Rubio.

Estos factores, comenta el especialista, provocan que la relación con el propio cuerpo sea lejana, por lo que puede darse una búsqueda de "gozos sustitutos", como las sustancias químicas o las emociones fuertes, porque el riesgo que implican reafirma la sensación de realmente tener un cuerpo. La relación está influida también por la necesidad de pertenecer al grupo, de donde puede surgir el consumo de sustancias que ayuden a conseguir el cuerpo que se desea: ejercicio excesivo, dietas no balanceadas o laxantes que terminan por desencadenar enfermedades severas.

Esa lejanía también hace difícil identificar las señales que emite el cuerpo, tanto cuando se trata de dolor como cuando se trata de placer. La autoerotización es una de las experiencias que ayudaría a descifrar esos signos, pero es una práctica que puede causar conflicto. Es decir, explica el sexólogo Eusebio Rubio, "aunque cada vez es más difícil generalizar la actitud de los y las jóvenes sobre la autoerotización, parece haber dos percepciones principales. Muchos jóvenes descubren su cuerpo y su potencial erótico a través del autoerotismo con menos dificultad que hace 20 años. Parece que el mensaje de que no es una cosa mala ya llegó a más gente. Sin embargo, para muchos otros el autoerotismo es una experiencia confusa, vivida a un tiempo de manera intensa, culpable, pecaminosa, deseable y abominable."

Este dificultoso acercamiento al propio cuerpo complica, a su vez, el acercamiento a otros cuerpos. "La relación erótica es una relación de cuerpos gozantes. Si los que participan en ella están conflictuados con su cuerpo o lo desconocen, no se puede dar un encuentro." Por esto, Rubio considera que "la calidad de la vida erótica depende del grado de familiaridad y de armonía que el individuo tiene con su propio cuerpo, para luego poder participar con el otro". A mayor abundancia, continúa el director de AMSSAC, "la dificultad de relacionarnos con nuestro propio cuerpo

frecuentemente causa algunas disfunciones sexuales, porque cuando esa relación no se aprende bien o se aprende mal, hay consecuencias. Aunque los factores psicológicos no son la única causa de las disfunciones sexuales, sí pueden influir grandemente. La función sexual requiere de un proceso de reconocimiento y depende mucho de la calidad de las experiencias iniciales. Todos nacemos con la posibilidad de tener una vivencia erótica, pero también es necesario el aprendizaje."

### **Réquiem por los cuerpos infantiles**

La psicóloga Aurora Bitar considera que las expectativas de género se empiezan a marcar desde y sobre el cuerpo. Mientras las mujeres aprenden que sus genitales son "algo" sucio y oscuro --pocas veces nombrado--, el desarrollo de los hombres gira en torno a la genitalidad. Los varones crecen con la idea de que ser masculino significa "funcionar", ser potente. Así, las mujeres están corporizadas y los hombres genitalizados, pero a ambos les falta incorporar una parte de sus cuerpos a su desarrollo sexual.

"Los y las adolescentes --comenta la especialista-- viven un duelo por la pérdida del cuerpo infantil. De pronto se miran al espejo y lo que ven no concuerda con la imagen que tenían de sí mismos. El paso es lento y causa confusión, por lo que necesitan compararse. Si bien es cierto que su grupo de iguales es un punto de comparación, también en las imágenes publicitarias encuentran parámetros, pero éstos son tan altos que hacen difícil reconocer y apropiarse de un cuerpo que está muy lejos de alcanzarse."

Estos estereotipos de género influyen en el vínculo erótico con otras personas, asegura por su parte el psicoterapeuta sexual Iván Arango. Así, el concepto de masculinidad se asocia a la idea del control, la superioridad y la violencia. "El control, dentro de la relación sexual, implica dominar la erección, la eyaculación, el propio desempeño e incluso el desempeño y la satisfacción de la pareja. Todo esto naturalmente rebasa el control del hombre y saberlo produce angustia. Y cuando una persona trata de acercarse a otra en un estado de miedo, hay reacciones fisiológicas innatas que lo desconectan del encuentro erótico, pues el cuerpo se prepara para una situación de amenaza. Reacciones como la producción de adrenalina que se da en un momento de peligro obstaculizan las sensaciones eróticas y placenteras, dificultando el encuentro sexual."

En el caso de las mujeres, explica, socialmente se espera que vivan para los demás como madres, hijas, hermanas o esposas. No obstante, el concepto actual de una mujer sexualmente activa le exige, primero, que cumpla con un cuerpo femenino idealizado "que por su delgadez incluso hace desaparecer los signos de la sexualidad femenina" y, segundo, el mito de la multiorgasmia, que no siempre puede alcanzarse si la mujer no ha explorado sus sensaciones. "Se siguen teniendo expectativas sociales de que la sexualidad y el placer son cosas innatas, como si no hubiera que hacer nada por descubrirlas. A partir del desconocimiento y de la necesidad de cumplir con requerimientos culturales se producen desencuentros, angustia, y se derrumban las expectativas que se tienen en la juventud de que los primeros encuentros son maravillosos, en un contexto de amor romántico en donde no hay que hacer casi nada para sentirse bien", sentencia Arango.

### **La potestad del cuerpo y el placer**

La juventud es la etapa de reconocer el deseo que se siente de acercarse a otras personas, y a la vez los mensajes sociales estimulan los encuentros en pareja. El problema es que no se promueven relaciones sanas, sino que al hablar de sexualidad se hace en el sentido de competencia, de quién ha hecho qué cosa y cómo lo hizo, y quien no ha tenido esa experiencia se siente excluido y presionado a hacerlo, cuando aún no se ha dado el primer paso: la potestad del cuerpo y su placer.

El desarrollo de una sexualidad sana, libre y responsable en la juventud supone pararnos de frente y preguntar qué de la cultura nos facilita o nos dificulta el desarrollo de esta parte de la naturaleza humana. Los mensajes sociales, culturales y biológicos en ocasiones se contraponen, cuando lo deseable es el equilibrio entre ellos. Los especialistas coinciden en que, si se trata de modelos a seguir, el mejor es el propio cuerpo. Hay que conocerlo, aceptarlo, valorarlo, escucharlo y una vez apropiado se podrá ejercer una sexualidad basada en la libertad, la equidad y la información científica.