

Educación Sexual

La buena información puede ser el “afrodisíaco” más poderoso

Conocer sobre nuestro cuerpo ayuda a expresarse y disfrutar más.



La sexualidad, como cualquier otra materia de la vida, necesita un tiempo de aprendizaje, atención, y conocimientos. Sería interesante preguntarse, por ejemplo: ¿qué sabemos sobre nuestras preferencias sexuales? ¿Cuánto aprendimos sobre el devenir del deseo a través del tiempo?

“Hay personas que no sólo desconocen su cuerpo, sino que temen cualquier reacción sexual que se les presente”, sostiene Analía Lacquaniti, psicóloga, sexóloga y miembro de la Asociación Argentina de Sexualidad y Educación Sexual. **“Ignoran sus zonas placenteras y no saben cómo expresarse en la intimidad con un otro. En realidad, la posibilidad de disfrutar va mas allá de tener información, pero es notable cómo a medida que conocemos la propia sexualidad y descubrimos nuevas manifestaciones, el panorama presenta otro color”.**

Es notable, también, como cada etapa de la vida presenta sus particularidades, y éstas se reflejan en nuestra sexualidad. Continúa diciendo Lacquaniti:

Los adolescentes poseen, a veces, información disfrazada de saber, pero más allá de lo que aprendan sobre anticoncepción y enfermedades de transmisión sexual, hay un conocimiento fundamental: la formación frente a la propia sexualidad, o sea, el criterio personal para saber con quién y por qué iniciar una relación sexual, y que no sólo no sea riesgosa sino placentera y saludable, sin maltrato o frustración”.

Sergio Griselli, médico psiquiatra, sexólogo clínico y presidente del Capítulo de Sexología y Educación Sexual de la Asociación de Psiquiatras Argentinos, apunta a este otro saber:

“Los jóvenes, en principio, tienen que ser capaces de conocer el mapa sexual y erótico que habita su cuerpo. Disfrutar con otro tiene que ver con el poder compartir esta información. Y si hubiera necesidad de saber sobre sexualidad, hay centros de salud donde la dinámica participativa y de intercambio con otros adolescentes, los ayuda a indagar y a conocerse, donde los profesionales transmiten experiencia”.

Pero la falta de información no sólo es un tema de los jóvenes.

¿Qué saben los adultos sobre la propia sexualidad? ¿Qué es lo que no se animan a preguntar? ¿Qué sería importante que supieran?

“En principio, no hay aceptación del paso del tiempo –explica Griselli–. Hay una negación de los cambios biológicos y físicos. Sería importante que los hombres comprendieran que la respuesta sexual presenta las mismas fases desde que se nace hasta que se muere, lo que cambian son los tiempos de respuesta. O sea, a medida que pasa el tiempo, se necesita un estímulo más intenso y de mejor calidad.

A la vez, las respuestas se van haciendo más pausadas y lentas”.

En relación a las mujeres, es importante destacar que, si bien es cierto que para la mayoría en la menopausia comienza una declinación de la respuesta sexual, últimos estudios han demostrado que esto no les ocurre, necesariamente, a todas.

“Depende qué hayan experimentado previamente: su genitalidad, la capacidad de goce. Muchas veces, a diferencia de lo que se esperaría, a partir de la menopausia las mujeres viven un despertar del deseo ya que no están condicionadas por el cuidado de sus hijos o por un posible embarazo”, agrega.

“Nunca es tarde para aprender”, concluye Lacquaniti. ç“La sexualidad se construye, y puede cambiar. El dejar que la curiosidad tome nuevos rumbos, es fundamental. Y animarse a sentir.

Por Mariana Perel

Publicado en CLARIN de Buenos Aires el 26/01/2012

