

## **Prólogo para el libro "Jovens e Educação Sexual" publicado por el Instituto de Ciencias Sociales de la Universidad de Lisboa.**

Gómez-Zapiain. (2024). Prologo. En I. d. C. Sociais (Ed.), Jovens e Educação Sexual (pp. 19-26). Lisboa: Imprensa Ciências Sociais.

### **Prólogo.**

La sexualidad humana es una realidad multidimensional, por tanto su estudio necesariamente tiene que ser interdisciplinar. Una de las disciplinas es la educación sexual que se alimenta de otras como la educación, la salud, la sociología, la antropología, la psicología, la sexología, el derecho, entre otras. La diversidad de orientaciones que proceden de las distintas disciplinas hace posible un cierto desenfoco del concepto mismo de sexualidad. Las ciencias de la salud ponen el foco en la prevención de enfermedades y embarazos no deseados. La educación sexual, desde esta perspectiva, se circunscribe a la transmisión de conocimientos dirigidos a comportamientos sexuales exentos de riesgos, técnicas de sexo seguro y manejo de recursos como el preservativo y otras formas de prevención. Las ciencias sociales ponen el énfasis en la evolución de las estructuras sociales que provocan comportamientos sexuales de riesgo, discriminación y desigualdad respecto a las minorías. El feminismo y la perspectiva de género están haciendo aportaciones esenciales en este ámbito. La educación sexual desde este ámbito propone la formación de las personas en temas como la igualdad, la aceptación y respeto a la diversidad, y la importancia del consentimiento de la actividad sexual entre las partes, en relaciones de igualdad. Los moralistas se centran en el adoctrinamiento respecto a los comportamientos sexuales conforme a una moral sexual determinada, en nuestro contexto cultural la moral sexual de la iglesia católica. El tipo de educación sexual que proponen se basa en el ajuste de toda actividad sexual a este código de conductas.

A partir de los diversos enfoques, importantes y complementarios, cabe preguntarse qué es realmente lo esencial en la educación sexual.

Una de las dimensiones más importantes en el desarrollo personal de todo ser humano es el deseo sexual. Sin embargo, existe en nuestro contexto cultural una fuerte tendencia a la patologización y a la criminalización de todo aquello que esté relacionado con el erotismo, entendido éste como expresión de la motivación sexual: la cuestión sexual es un tema "delicado". El discurso predominante acerca de la sexualidad es portador de la idea de que el deseo sexual es básicamente un impulso peligroso que tiende a desestructurar a las personas e impulsarlas hacia el ejercicio del poder, la violencia, o hacia comportamientos de riesgo para la salud. Los medios de comunicación tienden a perpetuar un estado de alarma social. Se priorizan las noticias más escabrosas relacionados con la violencia sexual y se omiten discursos que hablen de la función de la dimensión erótica en el equilibrio emocional de las personas, y

en las bondades y beneficios psicológicos que una adecuada integración del deseo sexual supone tanto para el individuo como para la sociedad. La dimensión erótica en los seres humanos es una fuente de riqueza.

Los profesionales, tanto en el ámbito de lo aplicado como en el de la academia, se hacen eco de estos planteamientos en gran medida dejándose llevar por esas urgencias, poniendo el énfasis en el estudio y la prevención de los riesgos y no tanto en el estudio de las variables que intervienen en el bienestar sexual y afectivo de las personas en un contexto de igualdad y justicia.

Una evidencia de ello consiste en reducir la riqueza del deseo sexual, sus diversos significados, su expresión en forma de imaginario erótico, su dinámica y su necesaria regulación emocional, a meras conductas sexuales. Parecería que solo existe aquello que se puede observar directamente, aquello que se puede medir. En el ámbito de la sexualidad, es curioso observar cómo se pone el énfasis en las conductas sexuales y se silencia la dinámica del deseo sexual que es la motivación principal que las genera. El deseo sexual es una emoción y todo el conocimiento que la psicología y otras ciencias han acumulado acerca de las emociones son aplicables a la comprensión del deseo sexual. Toda emoción genera una tendencia de acción. No se puede hablar de emoción sin hablar al mismo tiempo de regulación emocional. La sexualidad humana, por tanto, no puede reducirse a comportamientos y conductas sexuales. Por ello, es preferible hablar de experiencia erótica antes que de conductas sexuales. Una aproximación científica a este concepto exige una definición operacional. Esta es la propuesta: *La experiencia erótica se refiere a un conjunto de sensaciones, emociones, sentimientos, objetivos y expectativas, que se experimentan como un todo, incluye y se expresa a través de conductas sexuales, pero no puede reducirse a ellas.*

De ello se puede deducir un objetivo realmente importante en la educación sexual: se trata de ayudar a las personas con las que trabajamos a conocer, reconocer y aprender a regular el deseo sexual, que es una fuente de riqueza y nos impulsa al encuentro con los demás. Se trata de tener experiencias eróticas de calidad, seguras, igualitarias, empáticas, exentas de riesgo. La educación sexual debe contribuir a ofrecer los recursos necesarios para ello.

Cuando hablamos de educación sexual deberíamos tratar de ponernos en el espacio de intimidad de los y las adolescentes donde se produce la experiencia erótica y tratar de comprender cuáles son las sensaciones, las emociones, los sentimientos, cuáles los objetivos y las expectativas, qué se espera de lo que se está viviendo, cuáles los conocimientos necesarios. La pregunta que tanto los profesionales como la administración deberían hacerse es la siguiente: ¿Cuáles son las aportaciones, los recursos, que ofrecemos a los y las adolescentes, antes de que llegue el momento en que tengan que tomar la decisión de incluir en sus biografías la experiencia erótica?

Otra cuestión fundamental en la comprensión de la sexualidad humana es la idea de que el deseo sexual es un hecho relacional. Ello nos conecta con los conocimientos aportados por la teoría del apego respecto a la vinculación afectiva. La calidad de los vínculos afectivos, que se desarrollan a lo largo de la historia socioafectiva, marca la génesis de los modelos internos. Como éste no es el lugar para el desarrollo de este concepto, bastará con decir que los modelos internos son al psiquismo lo que el sistema operativo al ordenador. Es decir, igual que

el sistema operativo interviene y regula toda acción ejecutada en el ordenador, los modelos internos regulan todas las relaciones interpersonales, especialmente las de mayor proximidad psicológica: la intimidad.

El deseo sexual impulsa al individuo hacia otra persona en busca de satisfacción sexual, la proximidad psicológica activa los modelos internos que regularán la experiencia. La calidad de los modelos internos se mide en términos de seguridad / inseguridad respecto a la pérdida, al abandono emocional o la soledad. Las personas seguras tienden a estar de modo confortable en el espacio de intimidad, son más empáticas, más sensibles y respetuosas, con mayor capacidad de disfrutar de la experiencia. Las personas inseguras, al ser más vulnerables al sentimiento de pérdida, abandono o soledad, tienden a defenderse de esta angustia orientándose hacia la ansiedad o la evitación como mecanismos de defensa. Existe suficiente evidencia empírica que indica que las personas que tienden a la seguridad en el apego muestran una mayor capacidad de integración del deseo sexual y de las necesidades afectivas. Las personas que tienden a la inseguridad (ansiedad – evitación) son más vulnerables, se muestran muy vigilantes respecto a lo que ocurre en la experiencia, por tanto menos empáticas, muestran niveles de satisfacción precarios. Existe evidencia empírica de que negligencias respecto a comportamientos saludables, así como comportamientos sexuales violentos y abusivos, se asocian a perfiles inseguros de apego.

De este modo, el deseo sexual y la vinculación afectiva (sexo y amor en términos populares) son dos dimensiones diferentes que actúan sinérgicamente, pudiéndose potenciar extraordinariamente, otorgando nuevos significados a la experiencia, o interferirse gravemente dando lugar a alteraciones o trastornos.

El bienestar personal se logra satisfaciendo necesidades básicas como las necesidades del Yo, necesidades afectivas, necesidades sexuales y necesidades de inclusión en un grupo de pertenencia. Los profesionales que actúan en el ámbito de la educación sexual son de un modo u otro agentes de salud. Por tanto, el objetivo principal consiste en dotar a las personas de los recursos necesarios para la satisfacción de sus propias necesidades tanto afectivas como sexuales de cara a potenciar la salud y el bienestar personal y social.

Decíamos al principio que la especificidad de las disciplinas que intervienen en la educación sexual tiende a distorsionar el sentido más profundo de la sexualidad humana. Por ello, es necesario lograr un lenguaje común.

Con el fin de aproximar los principios teóricos y programáticos a la experiencia vital cotidiana, conviene recordar nuestras primeras relaciones sexuales para poder ponernos en la piel de las personas adolescentes que deben manejar una potente motivación sexual que les impulsará al encuentro con otras personas e incardinarla en el conjunto de su personalidad. Conviene ponerse en la piel de los adolescentes cuando están inmersos en el espacio de intimidad erótica. La pregunta clave puede ser, ¿los profesionales podemos estar seguros de que les hemos dotado de los recursos necesarios para que puedan manejar satisfactoria y saludablemente esa situación?

A mi modo de ver, lograr un lenguaje común supone que cada disciplina tenga bien presente cuáles son los objetivos fundamentales que deben ser compartidos con otras disciplinas. Si los

profesionales comparten lo esencial de las necesidades sexuales, comprenderán con mayor claridad que su aportación es parcial e insuficiente, pero absolutamente necesaria. Se trata de no perder el foco principal y contar siempre con las aportaciones de las otras disciplinas. De este modo, a lo largo de la escolarización, se cubrirían gran parte de los recursos necesarios para la integración en la propia biografía de la experiencia afectiva y sexual de un modo que hagan posibles relaciones satisfactorias, saludables, exentas de riesgos, consentidas por las partes y basadas en relaciones de igualdad.

Estos recursos, van más allá de la transmisión de conocimientos. Se trata de crear espacios de elaboración donde las personas jóvenes y adolescentes puedan proyectarse en el futuro, confrontar sus inquietudes con los iguales, sus dudas, no tanto de conocimiento teórico como del manejo de las emociones implícitas en toda relación interpersonal, desarrollando la capacidad crítica necesaria para superar las permanentes manipulaciones del contexto.

En una de nuestras investigaciones analizamos el papel de la empatía aplicada a la experiencia erótica. La definición de esta variable fue: *“Cuando tú y yo mantenemos relaciones sexuales, lo que a ti te ocurra para bien o para mal, a mí me concierne”*. Se podría traducir de este modo: *“Si cuando compartimos relaciones sexuales, consentidas por ambas partes, se produce algún riesgo, no te preocupes que eso a mí me concierne, no te preocupes que yo te cuidaré”*. En esa investigación encontramos que los hombres que mostraban mayor seguridad en el apego eran más empáticos en el sentido indicado. Si esta actitud fuese integrada en los y las adolescentes antes de que se iniciaran sexualmente, no tendríamos que preocuparnos tanto por el uso del preservativo y otros modos de prevención, puesto que éstos caerían por su propio peso.

La participación de las madres y padres es realmente importante. La función de éstos consiste no tanto en la transmisión de conocimientos, ni en el control de las conductas, sino en mostrarse como figuras de apego estables, sensibles, disponibles, accesibles, en un entorno de calidez relacional, confianza y seguridad. La función de la figura de apego consiste en ser base de seguridad y puerto de refugio ante la adversidad respecto a la persona vinculada. Funciona como una plataforma de apoyo para la exploración. Es como el campamento base necesario para la conquista de la cumbre. Al fin y al cabo, la integración de la dimensión afectiva y sexual en la biografía personal es un proceso de exploración tanto del mundo exterior, como del mundo interior. En una de nuestras investigaciones obtuvimos evidencia empírica en la siguiente cuestión: la variable que mejor discriminó la menor disposición al riesgo en adolescentes sexualmente no activos pero con un nivel alto de experiencia erótica previa al coito fue el apego a la madre, tanto en chicas como en chicos, lo cual suponía la utilización de ésta como base de seguridad y plataforma para la exploración.

Tanto en Portugal como en España se han desarrollado aportaciones muy relevantes a la educación sexual. Desde el ámbito de lo aplicado se han elaborado programas de educación sexual excelentes. En el ámbito académico se han desarrollado numerosas investigaciones desde diversos enfoques que se han plasmado en sus respectivas publicaciones. Existen en ambos países un cúmulo de autores especialistas en el conocimiento de la sexualidad humana que han realizado importantísimas aportaciones. El presente libro es un ejemplo de ello.

Sin embargo, los profesionales que llevan muchos años trabajando en este ámbito tienen la impresión de que se avanza muy poco. Si analizamos las propuestas, los objetivos, los retos, las

inquietudes que se planteaban hace cuarenta años, son muy parecidas a las actuales. Es como si la educación sexual estuviese condenada a un eterno retorno. Las propuestas en educación sexual que están presentando las generaciones actuales de profesionales son prácticamente las mismas que se hicieron cuarenta años atrás.

Una posible explicación radica en el contexto sociopolítico compuesto por diversas ideologías que coexisten, propias de sociedades democráticas liberales. Así, la educación sexual, desde una perspectiva institucional, acaba siendo una cuestión política. Es la administración la que debería establecer los criterios, aportar los recursos necesarios y garantizar una educación sexual coherente y de calidad, basada en el conocimiento científico y no en creencias u opiniones. Echando la vista atrás se puede observar que las principales iniciativas, generalmente progresistas, dirigidas a estabilizar la educación sexual han durado lo que duró el impulso político que las creó. Ese impulso suele coincidir con los periodos de las legislaturas; de este modo la estabilización de la educación sexual en el proceso educativo es muy vulnerable respecto a los cambios políticos. Por tanto, la ciudadanía en general y los profesionales en particular deberían exigir a los gobiernos que integraran la educación sexual en los programas educativos de una manera estable y consolidada. Para ello, tan solo sería necesario aplicar de un modo efectivo las recomendaciones tanto de la OMS como de la UNESCO.

A esta situación se contraponen la responsabilidad de los profesionales de la educación sexual procedentes de la educación, la sanidad, la psicología, sexología, la sociología, la justicia que, en base a su profesionalidad, ofrecen conocimiento, programas y recursos para la intervención desde los diversos servicios públicos y/o privados. Para los poderes públicos la sexualidad es un tema “delicado”, muy arriesgado en términos electorales, por eso es permanentemente relegado. En consecuencia, el trabajo de los y las profesionales en educación sexual, que parte de su responsabilidad hacia la ciudadanía, tiene siempre algo de activismo. Esta responsabilidad se ha plasmado en la creación de organizaciones no gubernamentales concebidas para llenar los vacíos que los poderes públicos, de un modo secular, no han cubierto. Un ejemplo valiosísimo en este sentido es la *Associação para o Planeamento da Família* (APF) que desde el año 1966 ha desarrollado una intensa actividad en el apoyo y formación de profesionales, en la elaboración de programas de intervención, en el impulso a la investigación, así como en la colaboración con otras instituciones públicas y privadas.

Como decíamos, el énfasis de las especialidades contribuye a un cierto desenfoque de los objetivos más profundos de la educación sexual, de ahí que sea necesario un esfuerzo por lograr un lenguaje común entre los y las profesionales.

El presente libro es un exponente de las aportaciones multidisciplinarias. Vivimos en una sociedad que se desarrolla vertiginosamente. Las nuevas tecnologías de la comunicación, las redes sociales, los efectos de la incipiente inteligencia artificial, están produciendo cambios sociológicos de gran calado. Por otro lado, el capitalismo extremo, expresado en políticas basadas en la economía de mercado, necesita convertir a las personas en artefactos de consumo para que el sistema funcione. De ello se deduce la aparición de la cultura del éxito que consiste en la idea de que para alcanzar la felicidad, el éxito, es necesario estar en lo más alto de la cúspide consumista. Ello se resuelve en la dinámica de compra – venta. Todo se

compra todo se vende, el sexo también, la imagen corporal a través de la cirugía estética y otras técnicas, el rendimiento sexual a través de sustancias, pornografía y otras fuentes de estimulación, y el llamado sexo transaccional o de pago que incluye la prostitución y la trata de personas, incluso la maternidad/paternidad en torno a la gestación subrogada.

Para contrarrestar estas tendencias es absolutamente necesaria la aportación permanente de nuevos conocimientos basados en la ciencia, no en creencias u opiniones. Solo desde el conocimiento científico se pueden lanzar debates críticos conducentes al establecimiento y la actualización de los servicios y recursos necesarios para que las personas jóvenes y adolescentes desarrollen su propio criterio y se sientan protagonistas en el desarrollo biográfico de su propio proyecto vital.

El presente libro es muy valioso en el sentido indicado. Actualiza y aporta nuevos conocimientos desde diferentes disciplinas, tan importantes y necesarios en una sociedad en permanente cambio. Enhorabuena por ello y felicitaciones a los autores.

Javier Gómez Zapiain

Donostia 22 de septiembre de 2023