



# FAMIPED

**Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.**

## A sexualidade en adolescentes e mozos

**Autor/es:** Ana García Mañas. Socia Directora de Primera Vocal. Directora del Centro Joven de Anticoncepción y Sexualidad de Madrid. Profesora Asociada de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Madrid (España). Concepción Martín Perpiñán. Ginecóloga del Centro Municipal de Salud de Fuencarral. Ayuntamiento de Madrid. Vicepresidenta de la Asociación de Planificación Familiar de Madrid. Madrid (España).

**Traductor/a:**

Botóns.eu - Portal Galego de Educación.

[Volumen 4. Nº 3. Septiembre 2011](#) <sup>[1]</sup>

Sexualidade e adolescencia son dúas palabras que, cando están xuntas, producen gran cantidade de inquietude na nosa sociedade e tamén no sector médico. Xeralmente, os profesionais pensamos sobre todo nos riscos: o embarazo non planificado, as posibles infeccións de transmisión sexual (comunmente chamadas ITS) e, ademais disto, a crítica moral: "Son demasiado mozos para ter relacións", "se seguimos así, haberá que dar a pílula nas gardarías", etc.

Nos medios de comunicación de masas, nos que con frecuencia se fai referencia á sexualidade de adolescentes e mozos, e no mundo adulto en xeral, a maior parte das ideas que se transmiten son negativas. Non deixamos de percibir a adolescencia e a xuventude como unha época sen valor, unha etapa que "hai que esforzarse para superar" e de despois de todos valores e as experiencias positivas que proporciona como persoas e que nos constrúe como individuos maduros.

Por outra parte, debemos ter en conta que os seres humanos somos seres sexuados. A sexualidade e o desexo están presentes en cada un de nós dende que nacemos ata que morremos, e evolucionan e exprésanse de maneiras diferentes en cada idade e en cada individuo, pero están aí. Tamén en adolescentes e nenos.

Pero, ollo! Cando falamos de sexualidade non estamos a falar do coito, nin de encontros de parellas heterosexuais con penetración vaxinal e orgasmo simultáneo... Desgraciadamente, é algo que xeralmente se sobreentende e ás veces se confunde.

Vivimos nunha sociedade que promove un modelo de sexualidade e de encontro moi centrado no xenital e no reprodutivo; xeralmente, enténdese que o coito é a única práctica "auténtica", o máis importante, o único. Este feito é unha herdanza cultural centrada nunha sexualidade entendida esencialmente como reprodutiva, na que o coito con penetración vaxinal é o "acto" por excelencia que nos dá carta de

natureza.

Reducir todas as prácticas e posibilidades que poden darse nun encontro erótico ao coito vaginal é enormemente empobrecedor, pero é o concepto dominante no mundo no que estamos inmersos. Ademais, o coito é a práctica que pode entrañar máis riscos en canto a embarazo e transmisión de infeccións.

En primeiro lugar, debemos ter en conta que entre dúas persoas que se gustan e se encontran existe desexo, comunicación, pracer, intimidade dos corpos e, sobre todo, benestar. A Organización Mundial da Saúde (OMS) define a saúde sexual como "A integración dos elementos somáticos, emocionais, intelectuais e sociais do ser sexual por medios que sexan positivamente enriquecedores e que potencien a personalidade, a comunicación e o amor" (OMS, 1975) (1)

Así pois, a sexualidade humana precisa dunha mirada renovada onde se resalte de xeito positiva o feito sexual como feito humano que é e como fonte de sensacións prazenteiras no físico e o psíquico; onde a sensualidade, as caricias, o descubrimento do corpo propio e do corpo do outro vaian tomando lugar e se amplíe a todas as posibilidades que se teñen de ofrecelas: cada un podería entón decidir por si mesmo que lle gusta, que prefire en cada momento, como e onde encontra o pracer que o fai realmente gozar. Este, na nosa opinión, debería ser a mensaxe sobre sexualidade que a sociedade transmitise aos nosos mozos, pero desgraciadamente non é así e decatámonos en canto acendemos a televisión e vemos calquera película: só escenas de coito en parellas guapas, heterosexuais e novas, e ademais todo rápido e non exento de certa violencia.

Os nosos mozos están fortemente erotizados, tanto polo momento biolóxico que a puberdade supón como pola carga erótica da sociedade en que vivimos e que se transmite polos medios de comunicación: na publicidade, as películas, as revistas e, por suposto, en Internet. O 57% dos mozos di encontrar información de sexualidade nos medios de comunicación e máis do 30% dos mozos obtén a súa información de Internet. Pero enviámoslles unha dobre mensaxe: "Isto está moi ben pero non para ti aínda". Non obstante, eles toman as súas propias decisións.

E os adultos?

### **Debemos preguntarnos nós mesmos, como adultos, realmente aceptamos a sexualidade dos mozos?**

En referencia ao desexo, o pracer e as relacións dos mozos, a discriminación é obvia: non son "o suficientemente maiores" significa agochadamente que "non" poden ser responsables" e, se ben é certo que a madurez e a responsabilidade se aprenden e se adquiren, tamén é certo que non aparecen soas con tan só deixar pasar o tempo. A relación entre madurar en idade e aumentar a conciencia e a responsabilidade depende, de feito, do apoio de persoas adultas, ademais da educación e de poñer ao seu alcance os coñecementos e os medios que lles axuden a crecer, tamén emocionalmente, e que os canalice no proceso de se converter en adultos responsables.

Dende un punto de vista afastado de valores morais, e polo tanto moralizantes, dende unha perspectiva profesional, podemos ofrecer unha mirada máis coherente cos coñecementos reais que temos sobre a poboación nova e, sobre todo, máis atenta ás necesidades deste colectivo que aos posibles "riscos" da súa actividade sexual. Unha mirada non enlamada polos xuízos normativos sobre o que pensamos que debería ser" senón de aceptación da realidade da sexualidade adolescente como aquilo que realmente é. Porque a sexualidade adolescente existe: os mozos deséxanse, búscanse e encóntranse. Gústanse, ás veces ámanse e manteñen relacións ás veces plenas, ás veces frustrantes, ás veces con grande intimidade e pracer.

Existen rapaces e rapazas en pleno proceso de sexuación e de descubrimento de desexos, afectos e

sentimentos sexuais. Aparece o desexo de realización do pracer e a busca do outro, as primeiras parellas ou intentos de parella, os primeiros amores, e tamén os primeiros fracasos e erros. Pero que os mozos cometan erros ou se expoñan a situacións perigosas non significa que o risco sexa do seu exclusivo dominio; existen mozos irresponsables e adultos irresponsables, tanto no terreo da sexualidade coma noutros. Canto máis cambian os modelos de parella, máis homes e mulleres adultos han de renegociar o uso do preservativo coas súas parellas, recorrer á anticoncepción de emerxencia ou interromper un embarazo. Segundo as cifras, a taxa de aborto voluntario é maior no grupo de idade de 26-30 anos que no grupo de menos de 19 (2). E nunca hai que esquecer que os mozos teñen as súas opinións, e tal como se describe na revisión sistemática das publicacións acerca da opinión dos varóns adolescentes acerca do embarazo na adolescencia (3), comentada neste número de Evidencias en Pediatría (4), os varóns consideran que o embarazo na adolescencia ten efectos negativos nas súas vidas, e opinan que deben de participar na toma de decisións acerca deste.

Non nos deixemos alarmar, polo tanto, por noticias que promovan unha visión dos adolescentes como "descoidados", "perigosos" ou "despreocupados". Teñen as mesmas inquietudes que os adultos e quizais necesiten a aprendizaxe de máis habilidades. Ese é o momento no que o papel do profesional é imprescindible.

É necesario ter en conta eses mozos que traballan de xeito responsable como voluntarios/ás en organizacións sen ánimo de lucro, que apoian as súas familias nas tarefas domésticas e de coidado, que axudan aos seus amigos e amigas nos estudos, que coidan o medio, que tocan instrumentos de música, coñecen e dominan as novas tecnoloxías e falan idiomas. Aqueles que estudan ou estudan mentres traballan remuneradamente ou non. Fagamos visibles ante os nosos ollos a todos eses mozos que non saen nos medios de comunicación e que afortunadamente son a maioría.

E tamén habemos de pensar que a conduta adolescente ten unhas determinadas características, que non se planifica o ocio polo miúdo nin, polo tanto, se planifica o encontro coas parellas; simplemente xorde e necesítase certa autonomía e madurez para ter previsto como actuar nese delicado momento dun dos primeiros, senón o primeiro, encontros eróticos nos que o que se pretende é, por riba de todo, saber como é e experimentar a sexualidade e o pracer. Porque para o adolescente, sobre todo se é pequeno, practicar o coito é un dos momentos máis importantes da súa vida e da súa autoafirmación como home, porque iso é xustamente o concepto de sexualidade e a forma de gozar que a sociedade lle transmite.

Que mozos vemos determina en boa medida que xóvenes educamos e polo tanto que mocidade construímos. Está nas nosas mans capacitar a adolescentes e mozos para que asuman as súas propias responsabilidades e actúen consecuentemente; e para iso, é necesario dubidar de, isto é coñecer e recoñecer, as nosas propias actitudes cara á sexualidade e a erótica xuvenil. O resultado, esa nova mirada e as portas abertas á vivencia satisfactoria de rapaces e rapazas nas súas relacións. Paga a pena.

### **Recomendacións en información, educación sexual e atención á sexualidade adolescente**

Unha crenza da poboación adolescente cando acode aos servizos de saúde ou de planificación familiar, é que "lles imos dar unha charla" e que, se a aguantan, entón poderemos axudalos. Dende este punto de vista e con estas actitudes é difícil que se acheguen a solicitar axuda cando a necesitan, e neste punto os e as profesionais temos moito que dicir. É nosa responsabilidade que ese "dar a charla" se convirta en proporcionar un espazo para falar se se quere ou estar en silencio se se prefire, para preguntar máis que para contar o que nós pensamos que deben saber ou facer, e para acoller as súas demandas e que sintan que chegaron a un lugar en que non están sendo xulgados/ás nin "rifados/ás". Todo o contrario: estamos á súa disposición.

Dende o noso papel profesional podemos e debemos dar resposta ás demandas dos mozos e procurar a

súa resolución: dificultades coa súa sexualidade, dúbidas, anticonceptivos, pílula do día despois... E isto dende as nosas sobrecargadas consultas non sempre é posible.

Como todo nesta vida, ter sexo seguro, a utilización do preservativo, por exemplo, necesita certa aprendizaxe que, por que non a ensinar na consulta se o rapaz ou a rapaza nos preguntan que facer? Sería desexable neste punto a existencia de centros adecuados para adolescentes e novos, porque as recomendacións no aire lévaas o vento. Dicotir "utiliza anticonceptivos" e non dispoñer dun espazo para explicar, ensinar e indicar como utilizalos correctamente é deixar coxo o noso consello.

Por iso insistimos en que, como no resto de Europa, se traballe na creación e desenvolvemento de centros específicos, consultas ou espazos de anticoncepción e sexualidade para a etapa adolescente e se intente manter o pouco que xa existe custe o que custe. Ben é verdade que corren malos tempos para investimentos, pero investir en xuventude é investir no futuro.

### **Axudarlles a tomar as súas propias decisións**

Cando intervimos con mozos e entramos en contacto coa súa sexualidade, o seu xeito de vivir as relacións ou de experimentar e buscar o pracer, é fundamental tratar de aproximarnos ás súas vivencias para aumentar a súa sensación de benestar. Conectando coas súas necesidades é máis doado poder axudar e apoiar a poboación nova; aumentando o seu grao de autonomía axudámoslos a ser capaces de tomar decisións sobre o que queren facer.

Para gran parte da poboación, que non foi correctamente educada nestes temas, as relacións son proxectos que se descoñecen ata que as imos facendo, e os mozos non son unha excepción. O descoñecemento do propio desexo pode levalos a tomar camiños non satisfactorios e a "meterse en leas".

Sabemos que a educación sexual que recibimos é escasa. Por iso, nunca é tarde para retomala e ampliála. Podemos axudalos a descubrirse, a coñecerse mellor, a que se fagan as preguntas importantes: Quen son? Que quero? Que me gusta? Que me fai sentir ben?

Traballando dende ese coñecemento do propio corpo sexuado e das emocións e sentimentos, tamén sexuados, poderemos lograr dar con eles un pequeno paso cara á aceptación e a que esa expresión condutual, é dicir, "o que fan" vaia en direccións que non lles xeren conflitos nin crise.

Partamos da base máis razoable: as persoas buscan vivir experiencias gratificantes e, ademais, son capaces de conseguilo. Os e as mozas tamén.

### **Todos e todas somos diferentes**

Dende a nosa perspectiva profesional, temos que entender a diferenza como un valor. Non hai "receitas" para lle dar aos e ás adolescentes, porque non hai dúas persoas iguais. Nin lles gusta o mesmo, nin se comportan do mesmo xeito nin se senten igual cando toman a pílula, se namoran, teñen o seu primeiro orgasmo ou quedan embarazadas sen querelo. Todos somos únicos e precisamente é na adolescencia cando imos descubrindo moitas das nosas peculiaridades e diferenzas.

Máis que axudar a "normalizar" (dar a sensación de que todo é "normal") propoñemos dar un paso máis e visibilizar a ausencia dunha norma pero baseándonos en tres puntos de apoio como marco que debemos ofrecerlles: aprender a comunicar, respecto cara ao outro e as súas decisións e confianza para debatelo.

Cando se fala de sexualidade e de relacións, non hai dúas persoas iguais. Tampouco hai unha práctica sexual mellor que outra (por suposto excluindo a violencia). Os indicadores tradicionais de "o bo-o malo", "o que se pode ou non facer, nos serven para explicar nin para entender a realidade adolescente. Unha actitude comprensiva e aberta, en cambio, pódenos axudar a conectar con eles e que nos deixen entrar no seu mundo para ser un punto de apoio máis, unha importante axuda. Este sería o principio, e aínda queda moito traballo por facer, pero o percorrido promete ser interesante tanto para nós, os profesionais,

como para eles, os mozos.

## Bibliografía

- Instrucción y asistencia en cuestiones de sexualidad humana: formación de profesionales de la salud. Organización Mundial de la Salud. Serie de informes técnicos. N.º 572. Ginebra. 1975 [en línea] [fecha de consulta: 1-V-2011]. Disponible en: [http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO\\_TRS\\_572\\_spa.pdf](http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_572_spa.pdf) [2]
- Informe IVE 2009. Ministerio de Sanidad y Política Social [en línea] [fecha de consulta: 1-V-2011]. Disponible en [www.msc.es](http://www.msc.es) [3]
- Lohan M, Cruise S, O'Halloran P, Alderdice F, Hyde A. Adolescent men's attitudes in relation to pregnancy and pregnancy outcomes: a systematic review of the literature from 1980-2009. [J Adolesc Health. 2010;47:327-45](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2811111/) [4].
- González Rodríguez MP, Velarde Mayol C. Actitud de los hombres adolescentes ante el embarazo en la adolescencia. [Evid Pediatr. 2011;7:35](http://www.evidenciasenpediatria.es/) [5].

Este artigo foi previamente publicado na revista Evidencias en Pediatría

<http://www.evidenciasenpediatria.es/> [6] e incluímolos aquí dado o seu especial interese para familias e profesionais.