

# Valoración de la importancia de la sexualidad como construcción cultural y sus potencialidades en las distintas etapas del desarrollo humano

Desde nuestra infancia temprana nos percatamos de que existen diferencias entre hombres y mujeres. En la primaria se nos explica que, de acuerdo con nuestro sexo, sucederán cambios en la forma (o anatomía) y el funcionamiento (o fisiología) del propio cuerpo (Fig. 1).



a) Pubertad (1894-95) de Edward Munch. b) El feto en el útero (1452 - 1519) Leonardo da Vinci. c) Venus de Willen.

Al conjunto de estos cambios se les llama pubertad y cuando se presentan no sólo afectan el cuerpo sino también la forma de pensar. Empezamos a identificarnos en mayor medida con nuestro sexo y todo el comportamiento se modifica en

consecuencia.

Hasta ahora sabemos que la sexualidad tiene un papel fundamental en la función biológica de la reproducción, en ese sentido, somos parecidos a todos los animales que tienen reproducción sexual, pero la sexualidad humana es mucho más compleja. En los animales, los papeles de cada sexo se manifiestan únicamente con fines reproductivos y son regulados por un instinto (Fig. 2).



Figura 2 Los lazos de afecto y el cuidado de los cachorros figuran en los aspectos reproductivos más importantes de muchos mamíferos.

En los humanos es más complejo, ya que expresamos nuestra sexualidad también para relacionarnos con los demás, para establecer afectos, reconocernos como personas, integrar nuestra personalidad, crear y dar y recibir placer. Además, en la mayoría de las ocasiones lo hacemos a través de conductas que no son instintivas, sino que hemos aprendido. Por estas razones podemos decir que la sexualidad y el género son una

manifestación cultural de los individuos en la sociedad en que se desarrollan, desde el nacimiento y hasta que mueren.

Al ser un atributo humano tan importante, la sexualidad debe ejercerse sanamente; es decir, con responsabilidad y libertad en todos los aspectos de nuestra vida diaria. Además, debemos saber que la sexualidad se manifiesta en 4 potencialidades o capacidades que se pueden desarrollar y que son: los vínculos afectivos, el erotismo, la reproducción y el género.

## Género:

Es común usar las palabras género y sexo como sinónimos, sin embargo no significan lo mismo. El sexo es una característica biológica que incluye todas las manifestaciones anatómicas y fisiológicas que nos diferencian como hombres o mujeres.

El género es algo más complejo, actualmente se refiere al conjunto de ideas, creencias, representaciones y atribuciones sociales construidas en cada cultura tomando como base la diferencia sexual. Por ejemplo, cuando nace un bebé, sus padres y su familia lo tratan de cierta manera, le ponen un nombre y lo visten diferente de acuerdo con su sexo. Dependiendo de la sociedad en donde nazca se espera que una mujer o un hombre se comporte dentro de los patrones o estereotipos que marcan las costumbres, se vista de cierta manera y se dedique a ciertas labores. (Fig. 3).



Figura 3 Actualmente, en nuestra sociedad ser mujer ya no es un impedimento para trabajar y ser autosuficiente. De igual forma ser hombre tampoco impide que se realicen actividades antes consideradas exclusivamente femeninas, sin que ello demerite la personalidad del individuo.

Así, existen sociedades en que las mujeres se dedican exclusivamente al hogar, mientras que, en otras, las mujeres y los hombres trabajan más o menos en las mismas profesiones; en algunas comunidades la mujer es la jefa de la familia; en otras, esta posición es ocupada por los hombres y en otras más, el jefe puede ser de cualquier sexo.

Ya se mencionó anteriormente que la sexualidad debe ejercerse libre y responsablemente en todas sus potencialidades, en el caso del género, las funciones o desempeños cumplen un papel social, pero en muchas ocasiones también limitan las posibilidades de desarrollo de las personas, por ejemplo, no permitiéndoles realizar una actividad que quizá les gustaría.

Los hombres y las mujeres somos diferentes, pero eso no implica que unos sean más capaces que otros para una profesión

o para ostentar un cargo social. Es más, a lo largo de la historia se ha visto que hombres y mujeres podemos realizar las mismas tareas, aunque por tradición le hayan sido asignadas a un solo sexo.

Ejercer la libertad en el género significa que todos y todas podamos aspirar a realizarnos plenamente como personas, que podamos decidir cómo comportarnos, vestirnos, relacionarnos y a qué dedicarnos sin que nadie nos lo impida con el argumento de que eso no es conveniente por nuestro sexo.

El libre ejercicio de la sexualidad con respecto al género también se refiere a otorgar a las mujeres y a los hombres derechos en las decisiones de su vida sexual, por ejemplo, cuándo y con quién iniciarla, cuándo y cuántos hijos tener, qué método anticonceptivo y de protección contra ITS (Infecciones de Transmisión Sexual) utilizar. Siempre deben respetarse los derechos, necesidades y deseos de la otra persona sin dañar su libertad individual de elección. Esto puede lograrse a través de un mayor nivel educativo y decisiones propias (Fig 4).



Figura 4 Muchas veces los papeles de género son actitudes culturales, pero hombres y mujeres tenemos las mismas capacidades para realizar todas las actividades que nos interesan

La igualdad de género entendida como igualdad de derechos y oportunidades es un objetivo a alcanzar no sólo por el bien de las mujeres y de los hombres, sino de todos, porque para poder desarrollarnos plenamente necesitamos que la gente a nuestro alrededor, sin importar su sexo también pueda hacerlo (Fig 5).



Figura 5 Las mujeres lucharon mucho tiempo para obtener *e/* derecho a elegir gobernantes

## Vínculos afectivos

Aunque los seres humanos estamos en casi todos los rincones del planeta y creemos ser la especie mejor adaptada, resulta que somos extremadamente indefensos como individuos. Nos cuesta mucho entender que al igual que todas las especies llamadas sociales, sin la ayuda de los demás no somos capaces de sobrevivir, por muy fuertes, inteligentes, sanos y hábiles que seamos. De hecho somos la especie que necesita más cuidados al nacer. Así en los grupos sociales surgen conductas como la ayuda, la protección y el cuidado para la supervivencia de otro ser vivo. Dentro de esas conductas se expresan "sentimientos" como

el afecto o el cariño

Los vínculos afectivos se desarrollan gracias a la capacidad humana de relacionarse y responder a las acciones de los demás. Por tanto, en nuestra interacción con otras personas desarrollamos pensamientos y emociones que nos llevan a establecer relaciones estrechas e intensas (Fig. 6).



Figura 6 Nos cuesta mucho entender que sin la ayuda de los demás no somos capaces de sobrevivir Sin embargo. es por eso que en los grupos sociales surge la ayuda, la protección y el cuidado para la supervivencia y dentro de esas conductas surgen tos sentimientos como el afecto o el cariño

El amor es probablemente el vínculo afectivo más conocido. Existen diferentes manifestaciones del amor, a los padres y a la familia; a los amigos, y el amor a uno mismo y a la pareja. ¿Qué tan importantes son estos sentimientos para nosotros? Probablemente no son tan fundamentales para la supervivencia como alimentarnos, pero ¿te imaginas una sociedad sin afecto y cariño?

Desde la perspectiva social, los humanos aprendemos y creamos lazos de afecto en la familia, para posteriormente vivirlos y reforzarlos con amigos y compañeros de trabajo. En esas relaciones aprendemos a conocernos a nosotros mismos, a reconocernos como miembros de un grupo y a ayudarnos. Nosotros expresamos nuestra cercanía a alguien por la forma en que hablamos, el tono que usamos e incluso por la forma en que nos movemos. Las expresiones de esta índole varían de acuerdo con la cercanía y con circunstancias como la edad, la educación y el lugar donde nos encontramos. Por ejemplo, no demostramos el afecto igual con nuestros padres que con nuestros amigos o hermanos, o bien, no les hablamos de la misma manera a nuestros abuelos que a un amigo.

Las expresiones de afecto pueden cambiar de acuerdo con muchos factores, sin embargo es importante aclarar que estas expresiones no deberían incomodar a quien las recibe y tampoco debería existir una obligación de sobrepasar la expresión que estamos dispuestos a ofrecer. Es importante considerar que si una relación de afecto nos hace sentir incómodos lo comuniquemos a nuestros padres o maestros.

Como consecuencia de los avances científicos y médicos, el desarrollo de medios de comunicación y el crecimiento de las ciudades, las relaciones de las personas han ido cambiando y por lo mismo también las estructuras familiares. En la actualidad es común encontrar familias constituidas por un padre y una madre, o familias monoparentales, es decir con sólo la madre o sólo el padre como jefe de familia. La variedad de tipos de familia es



inmensa y justamente la armonía de una sociedad se establece con el respeto a la diversidad de formas de relacionarse entre los seres humanos, siempre y cuando no sean afectados terceros y la convivencia se dé sin tratar de imponer patrones de vida que pueden no ajustarse a las necesidades y preferencias de las personas.

## **Erotismo**

El erotismo, por su parte, se refiere al placer físico que se experimenta a través de los sentidos y que está relacionado con la sexualidad o el deseo sexual.

El erotismo también puede manifestarse a través de la autoexploración, en la cual se puede descubrir nuevas sensaciones que no sólo nos proporcionan placer sino que ayudan a conocer mejor nuestro cuerpo. Cuando la exploración del propio cuerpo se lleva a cabo en los genitales y la estimulación de éstos provoca placer, se conoce como autoerotismo o masturbación. El placer sexual debe ser asumido sin culpa o vergüenza para gozar de salud física mental y afectiva. Ya desde 1997 en el XIII Congreso Mundial sobre Sexualidad y Derechos Humanos celebrado en Valencia, España, la declaración de los derechos sexuales establece que: "El placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es una fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual. Que el desarrollo pleno de la sexualidad es esencial para el bienestar individual, interpersonal y social."

Así que seguramente ya has experimentado el erotismo gracias a todos o alguno de los sentidos (la vista, el olfato, el tacto, el oído, y el gusto).

Ahora que estás creciendo quizá te ha sucedido que cuando escuchas cierto tipo de música recuerdas a alguien y eso te provoca sensaciones físicas que antes no habías experimentado. O bien, simplemente comienzas a ver de manera distinta a tus compañeros o compañeras, y te fijas en detalles que antes no notabas, como los cambios en sus cuerpos, su voz o sus actitudes, y eso te provoca placer. El erotismo se relaciona de manera lógica con el placer sexual, ya que éste surge porque recibimos estímulos que nos agradan a través de nuestros sentidos. Así, muchas veces cuando nos referimos a algo como erótico –ya sea el arte, una actitud, un recuerdo, o una persona– tiene que ver con el deseo sexual. Una manera de percibir el erotismo es cuando alguien que nos agrada establece contacto físico con nosotros; esto varía de acuerdo con la confianza, el tiempo de conocerse, la atracción mutua y la edad (Fig. 7).



Figura 7 El amor erótico tiene relación con el placer de los sentidos.

## Reproducción

La reproducción es una función común en los seres vivos que nos permite multiplicarnos para generar nuevos individuos. En el caso de los seres humanos, la reproducción es parte muy importante de su sexualidad. Podemos decir que desde que nacemos tenemos las características anatómicas para realizar esta función, no obstante, tenemos que madurar y estar listos fisiológicamente (funcionalmente), para poder reproducirnos.

A diferencia de otros organismos, como algunos mamíferos, que al año de nacidos ya alcanzaron la madurez sexual y pueden reproducirse, nosotros tenemos que crecer y pasar por toda la infancia, que abarca más o menos unos 10 o 12 años, antes de experimentar los cambios corporales que acarrea el inicio del funcionamiento de nuestros órganos sexuales (Fig. 8).



**Figura 8** Los aparatos reproductivos: a) femenino y b) masculina

La reproducción en los seres humanos puede ocurrir cuando existe una relación sexual entre un hombre y una mujer. En esta relación, conocida como coito, el pene penetra en la vagina; si sucede la eyaculación y la mujer está en su periodo de ovulación, es muy probable que alguno de los espermatozoides se encuentre con el óvulo y logre penetrarlo (fertilización) dando lugar a la formación del huevo o cigoto. Esta célula fertilizada seguirá su lento camino hacia el útero, donde se implantará para desarrollarse durante un tiempo de aproximadamente 40 semanas. Este lapso se conoce como embarazo y su término es el parto o nacimiento del nuevo ser humano.