

La sexualidad en la adolescencia

El período de la adolescencia comprende una franja de edad entre los 12 y los 19 años. Durante esta etapa de la vida, el adolescente debe hacer frente a cambios como el desarrollo físico, adquisición de la independencia de los padres y de habilidades para relacionarse con sus compañeros, y la capacidad para afrontar responsabilidades sociales e individuales. Ante todo ello, el adolescente toma a veces una actitud aparentemente sofisticada, aunque en la mayoría de los casos, lo que verdaderamente está escondiendo son buenas dosis de ansiedad y confusión.

A la hora de tratar sobre la sexualidad del adolescente, existen ciertos

Puntos a tener en cuenta:

- 1) La **autoimagen** que cada uno tiene de su cuerpo, muy relacionada con la forma en que nos sentimos con respecto a nosotros mismos.
- 2)
- 3) **Aprendizaje del propio cuerpo** (respuestas y necesidades sexuales y sensuales) . Aparecen cambios hormonales que se reflejan en reacciones físicas (hay que explicar a los chicos por qué se producen sus poluciones nocturnas, y a las chicas, que las descargas de flujo vaginal vienen determinadas por la influencia del nivel de estrógenos) . La inspección física propia y la autoexploración forman parte de un ensayo para las posteriores relaciones interpersonales.
- 4) La formación de la **personalidad**, manejando las expectativas de rol de género y adquiriendo seguridad con la propia sexualidad. Debe tenerse en cuenta que al principio –en la primera mitad de la adolescencia- la conducta sexual está más motivada por una búsqueda de la aceptación de los compañeros que propiamente por un interés sexual.
- 5) Aprendizaje sobre las **relaciones románticas**, que incluye saber intimar, saber negociar y adquirir compromisos sexuales. En una primera etapa, se empieza por el aprendizaje de habilidades sociales para ir en grupo, hasta que posteriormente se van haciendo más serias las relaciones entre dos individuos. En general, para el varón el sexo es una forma de conquista; y para la mujer, una manera de obtener afecto, atención e intimidad. En las etapas media y final se aprenden otras reglas del juego: cómo comunicarse o hacer entender los gustos propios; todo ello de vital importancia para la expresión de los sentimientos sexuales futuros.
- 6) Establecer los propios **valores sexuales**. En este contexto, los valores familiares, los religiosos y los de los amigos juegan un importante papel en la ecuación global.
A medida que el adolescente se independiza, adquiere más importancia su relación con los iguales. Las presiones del grupo de edad varían según la colectividad social a la que pertenezca, siendo a veces un reflejo de las subculturas étnicas y económicas que aparecen en el

seno de una comunidad. Las decisiones que cada adolescente adopte en lo sexual son un reflejo de su disposición psicológica, valores personales, razonamiento moral, temor a las consecuencias negativas y grado de interés por participar en aventuras y amores románticos. Los adolescentes que practican el coito dan más valor a la independencia personal, tienen más lazos con los amigos, y son más proclives que otros compañeros de otros grupos al alcohol y a las drogas, así como a la militancia política. En algunos grupos de adolescentes perduran todavía ideas como que el varón ha de tomar la iniciativa, y se considera con un punto de vista negativo que sea la mujer quien lo haga, colocándole algunas etiquetas negativas absurdas cuando es ella la que da el primer paso.

En general, la falta de información y el desconcierto en materia de sexualidad durante la adolescencia, tarde o temprano acabarán derivando en problemas sexuales.

- 6) Las **fantasías**: los sueños y fantasías sexuales aparecen durante la adolescencia, y son un elemento auxiliar de la masturbación. La fantasía cumple varios cometidos: realza el placer de la actividad sexual, puede sustituir una experiencia real pero inasequible, origina excitación o provoca orgasmo; y constituye un ensayo mental con vistas a ulteriores relaciones sexuales. Es un medio de experimentación sin riesgos que servirá también durante el estado adulto.

Investigaciones

Los adultos esperan que los jóvenes, en esa fase que todos debemos pasar entre la niñez y el estado adulto, actúen con sensatez en todas las facetas, incluyendo su comportamiento sexual. Quizá por eso la mayoría de los padres, al margen de sus convicciones sexuales propias, se muestran poco tolerantes con sus hijos en lo referente a las relaciones prematrimoniales. En este sentido, una investigación ha demostrado que los jóvenes que tienen más vínculo materno mantienen unas actitudes y un comportamiento más afines con la madre.

Kinsey y Col (1953) destacan que el 82 % de los muchachos adolescentes se había masturbado hasta alcanzar el orgasmo, pero sólo el 20 % de chicas lo había hecho. A día de hoy, el índice de chicas adolescentes que se masturba ha ido aumentando, aunque sigue habiendo más proporción de varones.

La **masturbación** tiene diversas funciones: alivio de la tensión sexual, mejora de la autoconfianza en el desempeño sexual, el dominio de los impulsos sexuales, la mitigación de la soledad, y una válvula de escape a la tensión y el estrés generales.

Los mismos autores definen las **caricias** como el contacto físico entre varones y mujeres con miras a lograr la excitación erótica, sin llegar a realizar el coito. Otros autores definen el *petting* como todo lo que sea

tocamiento o manoseo sexual "de cintura para abajo" , y *necking* a todas las demás caricias sexuales.

Según los estudios de Kinsey, a los 15 años el 39 % de las chicas y el 57 % de los chicos han pasado la experiencia del *petting*, a los 18 el porcentaje es superior al 80 % en ambos sexos. Solamente el 21 % de los chicos y el 15 % de las chicas se acariciaban hasta el orgasmo antes de los 19 años.

Parece ser que el **consumo de drogas** ilegales tiene una relación con la experiencia sexual: experimentan más sexualmente los adolescentes que toman alguna sustancia que, por ejemplo, aquellos que no fuman marihuana ni drogas similares. No obstante, a pesar de que la experimentación con drogas y alcohol se asocia a la experimentación sexual, faltan todavía datos que puedan corroborar una incidencia directa.

En cuanto al **sexo buco genital**, un 53% de los chicos y un 42 % de chicas lo han practicado, siendo para algunos adolescentes una alternativa al coito que les ofrece la posibilidad de permanecer vírgenes y disfrutar de la sexualidad. Algunas mujeres lo practican meramente para satisfacer a su pareja y por deseo de ellos. En el caso de los varones, el motivo es más porque puede ser una forma de conseguir otros placeres sexuales.

En lo referente al **coito**, durante la adolescencia, éste puede ser fuente de goce, intimidad y satisfacción o, por el contrario, originar inquietud, desengaño y culpa. Los varones de raza negra en USA son más activos a edades más tempranas que sus homólogos blancos.

Los adolescentes que mantuvieron relaciones sexuales para experimentar podían pasar más tiempo sin relaciones que los que tuvieron una relación estable. Kolodny habla de "no vírgenes quejosos" para 3 grupos: aquellos que están frustrados porque su primera relación no fue como esperaban, los que padecen trastornos sexuales que les ha impedido gozar, y los que en un principio gozan pero luego pierden motivación cuando ven en su pareja una deseo puramente sexual.

Sorenson (1973) determinó que el 5 % de chicos entre los 13 y los 15 años, (y el 17 % entre los 16 y los 19) conocieron algún tipo de experiencia **homosexual**; y que como mínimo el 6 % de las chicas tuvo algún contacto lésbico. Hass (1979) sitúa estas cifras en el 11 % de las chicas y el 14 % en varones, aunque alega que posiblemente los porcentajes sean mayores.

El adolescente que se inquieta ante la idea de ser homosexual reacciona de diversas formas: evitar toda relación con individuos del mismo sexo, tratando de reforzar su identidad heterosexual saliendo con chicas y entregándose a contactos heterosexuales; otros evitan toda circunstancia sexual. Otros, se tienen por bisexuales y estiman que su homosexualidad es una etapa transitoria. Otros, directamente piden ayuda a un profesional.

La evolución psicosexual no es fácil para un adolescente que se identifica como homosexual. Las relaciones son a menudo intermitentes y secretas durante años de la adolescencia, y la participación en el estilo homosexual se pospone hasta los últimos años de la adolescencia o los primeros de la segunda década de vida. Los que se deciden por una identidad abiertamente homosexual han de enfrentarse a una hostilidad y homofobia por parte de los chicos de su edad.

Un estudio sobre los **efectos de la actividad sexual** a corto plazo muestran: que las relaciones sexuales no conducen habitualmente a cambios pronunciados en la estructura social y psicológica del chico o chica. Hay efectos más significativos en actitudes y comportamientos académicos en varones de raza blanca que en chicas de la misma raza. La participación sexual en edad temprana genera actitudes más positivas hacia el sexo en todo los grupos raciales.

La consecuencia biológica más peligrosa que existe en la adolescencia es el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual. Aun así, hay pocas pruebas de que la información sobre el SIDA haya comportado un cambio sustancial en la conducta del adolescente. En USA hay más de 1 millón al año de embarazos no deseados en adolescentes, lo cual supone un importante problema.

No obstante, y contrariamente a la opinión generalizada, muchos padres adolescentes no abandonan a sus bebés, se hacen cargo de ellos de forma responsable y contribuyen a su manutención.

Campañas educativas: artilugios educativos como la *barriga simpática* se han generalizado en algunos centros de formación americanos. Se intenta que los varones puedan entender cómo vive la mujer un embarazo desde el punto de vista físico, y mostrarles lo que implica para una joven esperar un hijo.

Se han diseñado también programas de educación escolar centrados en el compromiso del varón (y de la chica) en cuanto a la utilización de anticonceptivos, aunque estas campañas se enfrentan a veces a los desacuerdos sociales de creer que la divulgación informativa fomenta la promiscuidad, más que ser una medida de prevención y de salud que contribuye en gran medida a posponer las relaciones sexuales hasta que se deciden en un plano de mayor consciencia en los jóvenes.

Es importante que las campañas educativas se instauren desde edades preadolescentes (y no a posteriori, como suele ocurrir, para que consigan mayores y mejores efectos).

Roles de género

En estos últimos 25 años ha crecido el interés por indagar en la materia de las diferencias y similitudes entre los sexos. Se trata de una herencia debida las creencias y estereotipos sobre los rasgos, aptitudes y temperamento de cada sexo, que habían ido apareciendo e influyendo a lo largo de la historia, enmarcados en cada uno de los sistemas sociales, políticos y económicos. Los términos **masculinidad** y **feminidad** aluden al grado en el que una persona se ajusta a las expectativas culturales sobre las conductas y apariencias que se esperan de ellos.

A diferencia de las creencias tradicionales, que presentaban una imagen de los sexos como antagónicos, hoy se ven características comunes que coexisten en todos los individuos, sean hombres o mujeres.

Los padres siempre han adoptado actitudes distintas dependiendo del sexo del **bebé**, generalmente para terminar dando mayores oportunidades educativas, profesionales, políticas y económicas al varón con respecto a la mujer en el conjunto global de la sociedad.

Así, ya desde el nacimiento se asocian características ligadas al sexo que determinan las conductas de los adultos respecto a la criatura. Por ejemplo, se percibe como más blandas y delicadas a las recién nacidas, si son niñas, que si son niños; por lo que el comportamiento de cuidadores y educadores varía en respuesta a esta creencia. De este modo, no es de extrañar que desde las primeras semanas de vida se promueva el sentido de independencia en el niño y el de dependencia en la niña. Evidentemente no se descarta que la exposición hormonal explique algunas singularidades, pero no es menos cierto que incluso en padres que intentan evitar los estereotipos se comprueba esta socialización diferencial.

A los **2 años**, los niños saben colocar en distintos cajones la ropa de un sexo y otro, aunque no saben afirmar de manera constante la identidad sexual de las fotografías de ellos mismos; rasgo que empezará a mostrarse a partir de los 2 años y medio, y que terminará desarrollando esta identidad básica hacia los **3 años**.

Los juguetes pensados para varones incitan a la acción exterior, mientras que los diseñados para las chicas están relacionados con funciones del hogar. Incluso en **los cuentos** y libros infantiles se aprecian ciertos prejuicios: además de que aparecen más personajes masculinos, éstos son independientes y proclives a la acción; mientras que las mujeres se muestran sumisas y predomina en las narraciones la abnegación que se espera en las chicas a la hora de prepararse para el matrimonio y la maternidad. Lo mismo ocurre en **la televisión**, donde se ofrece una imagen del hombre como de "protagonista que rescata a la víctima", por supuesto mujer. Incluso en programas infantiles como Barrio Sésamo predominan los personajes masculinos; y las mujeres que aparecen suelen estar ubicadas en el contexto del hogar. Lo mismo ocurre en anuncios dirigidos a niños de preescolar que presentan modelos bruscos de los varones y caseros de las niñas, que se muestran además sosegadas y refinadas en sus costumbres.

Durante la **edad escolar**, la motivación para ser como los demás puede incidir en la autoestima del niño. Por ejemplo, si éste muestra cualidades como bravura y coraje, recibe reconocimiento de los adultos, ya que son las esperadas en su sexo (esta actitud de los mayores hará que, si no se ajusta a lo esperado, reciba una desaprobación que resultará sumamente perjudicial).

Las niñas han de ir limpias y saberse comportar. Con ello se refuerza que los varones afronten sus dificultades con independencia y las niñas se muestren indefensas y con necesidad de ayuda. Incluso en clase las tareas asignadas a niños y niñas son distintas.

En los **anuncios publicitarios**, las mujeres se preocupan por la casa y los hombres por temas de salud, economía o esparcimiento. Se acaba ofreciendo así una imagen de las mujeres que las limita a seres meramente emocionales y que no saben tomar decisiones. Según un estudio de MC Ghee y Fruech (1980) los niños que veían 25 horas semanales la televisión tenían percepciones más estereotipadas sobre los roles de género que los que la veían 10 horas semanales.

En la **adolescencia** la adopción de los roles tiene mucha importancia, ya que al ser los castigos diferentes según los sexos, son más duros para unos que para otros.

Se fijan también diferentes normas para los chicos que para las chicas. Por ejemplo, ellos tienen que destacar en los deportes, interesarse por las chicas y no mostrarse afeminados. Si deciden apartarse, pueden convertirse en objeto de burla y desaprobación.

Se ha dado el caso de que algunas chicas han dejado de tener un buen expediente académico porque sentían que podía verse disminuida su feminidad. Convertidas en adultas, muchas de ellas tienen también miedo al éxito, por el rechazo social que puede conllevar.

Por otro lado, la sociedad ofrece mensajes contradictorios como "las niñas que son buenas no hacen eso" y además se espera que sean apetecibles sexualmente. A pesar del avance de las mentalidades, lamentablemente todavía persisten viejas actitudes que se hacen patentes en estas edades.

En la **edad adulta** influyen en la socialización de los sexos otros factores como la religión, el status socioeconómico, el concepto de la familia y el legado étnico. Las distinciones en el rol de género son más patentes en las clases bajas. A pesar de todos estos condicionantes, existe la posibilidad de que el adulto pueda cambiar en sus actitudes.

El matrimonio y la maternidad siguen siendo muy importantes a la hora de definir el papel social de la mujer, a pesar de los cambios que se van dando paulatinamente.

Se ha comprobado que los hombres casados gozan de mayor salud que las mujeres casadas, las cuales presentan problemas orgánicos y psíquicos por motivos variados: el papel poco gratificante de ser mujer y madre en un contexto familiar en el que se le acota su desarrollo en otros planos y no se le reconocen las labores realizadas; trabajos llenos de tedio y tensión que acaban minando su autoestima y derivando en una pérdida involuntaria del control.

Afortunadamente, cada vez son más las mujeres que trabajan fuera del hogar y los hombres están participando en las tareas caseras que antes eran patrimonio exclusivo de la mujer. Aun así, quedan asignaturas pendientes en nuestra sociedad como el aumento de la presencia femenina en el mundo empresarial.

Muchas mujeres han sufrido discriminaciones en carreras consideradas masculinas, han tenido que soportar acoso sexual, miradas y comentarios de mal gusto; además de recibir una remuneración económica menor que los hombres, una vez que han logrado triunfar profesionalmente con mayor

esfuerzo. Un curioso fenómeno de superioridad patriarcal se detectó en una investigación en la cual tanto hombres como mujeres dieron una mayor puntuación a los artículos que supuestamente estaban escritos por un varón.

La **androginia** es un término que expresa que todas las personas poseen características tanto masculinas como femeninas, pero unas u otras salen a relucir en situaciones o momentos distintos. Dicha condición no supone la pérdida de las cualidades destinadas a un género, sino la puesta en práctica de toda la potencialidad que hay en nuestro interior. A pesar de que los individuos que aplican a su vida esta cualidad suelen mostrar más autoestima y adaptabilidad a las situaciones, también parece que la androginia conlleva desventajas, como el padecimiento de una mayor ansiedad y melancolía, debido a la presión social, así como dificultades para integrar ambas características, más aún cuando el compañero sentimental desea una relación más tradicional.

En cuanto a las **diferencias cerebrales entre sexos**, el hecho de que en los experimentos los niños muestren más capacidades matemáticas y las niñas más capacidades verbales, puede ser debido también a la influencia del entorno sociocultural. No obstante, algunos estudios fisiológicos sobre el cerebro sugieren la existencia de una base neurológica que explicaría algunas diferencias: en recién nacidos, se comprobó que las mujeres tenían el gusto, tacto y oído más desarrollados; y en la edad de lactancia, mejor coordinación de movimientos y pericia con las manos, así como más interés por la gente de alrededor y por los sonidos.

Para acabar, haremos una breve reseña del fenómeno de los transexuales y los travestís, dos términos que fácilmente suelen ser confundidos entre sí por falta de información.

Se engloban dentro de los **transexuales** aquellos seres humanos que se ven atrapados en un cuerpo que no les pertenece (son mujeres que se sienten atrapadas en un cuerpo de varón, o viceversa). Las causas de la transexualidad son desconocidas, y el hecho de operarse no revierte necesariamente a una mejora sustancial de su disfunción.

Los **travestís**, sin embargo, son personas que se limitan a utilizar ropas del sexo contrario para excitarse sexualmente, pero no desean cambiar su aspecto ni su anatomía.