

# EDUCACIÓN SEXUAL: LAS FAMILIAS TIENEN MUCHO QUE HACER

Carlos de la Cruz Martín-Romo

Delegación de Salud, Ayuntamiento Leganés, España  
coruz@leganes.org

**REFLEXIONES SOBRE EL PAPEL DE LAS FAMILIAS EN LA EDUCACIÓN SEXUAL, EL CUAL NO PUEDE REALIZARSE DESDE OTRO ÁMBITO. LA RESPONSABILIDAD DE LA EDUCACIÓN SEXUAL ESTÁ REPARTIDA, Y UN BUEN MODO DE QUE LA ESCUELA Y OTROS PROFESIONALES, COMO EL PERSONAL SANITARIO, CONTRIBUYAN A LA MISMA ES EMPEZAR PORQUE LAS FAMILIAS ASUMAN EL SUYO. POR TANTO, ES CONVENIENTE, MUCHO MÁS QUE TRUCOS O RECETAS, TENER UN OBJETIVO CLARO POR EL QUE SE PUEDA TRABAJAR A TODAS LAS EDADES Y EN EL QUE QUEPAN TODAS LAS SEXUALIDADES.**

La educación sexual es importante y ha de empezar mucho antes de que las relaciones eróticas se conviertan en una posibilidad. No basta con anticiparse unos meses a las primeras eyaculaciones o las primeras menstruaciones. ¡Hay que empezar desde el principio!

Por tanto, lo sensato es que padres y madres, o personas adultas con niños o niñas a su cargo, se sientan *absolutamente capaces* de hacer educación sexual de calidad. Pero, por las mismas, han de ser capaces de *pedir ayuda o consejo* tanto a otros padres y madres como a distintos profesionales. A veces resulta más fácil animarse a hacer «algo» —en este caso, educación sexual— cuando uno o una sabe de antemano con quien puede contar.

La responsabilidad de la educación sexual no es exclusiva de las familias. Por consiguiente, lo que en algún momento voy a calificar de ayuda, no es otra cosa que cada cual asuma la responsabilidad que le corresponde. Pensemos, por ejemplo, en el profesorado o el personal sanitario: ¿serían buenos profesionales si hicieran todo lo posible por quedarse al margen de la educación sexual? Evidentemente no.

La educación sexual es tarea de la familia, pero también de la escuela y de los centros sanitarios de atención primaria. Por eso todo lo que se haga para que así sea, redundará en beneficio de niños y niñas. Sería bueno facilitar los puentes para que unos y otros, unas y otras puedan hablar entre sí. Familias y profesionales, para saber qué abordan, cómo lo hacen, con qué dificultades se encuentran y, lo que es más importante, para ofrecerse mutuamente colaboración.

## **PERFECTAMENTE CAPACITADOS Y CAPACITADAS**

Una idea: para hacer educación sexual de calidad desde el papel de la familia *no hay que ser sexólogo o sexóloga*. Para trabajar como profesional y hacerlo desde la sexología, sí. Pero para hacerlo desde el ámbito de la familia, no. Los conocimientos, cuanto más mejor, pero sabemos que *no son lo fundamental*.

Habitualmente casi nadie es especialista ni en salud, nutrición, seguridad vial, urbanidad, economía, derecho, biología...; sin embargo, no nos



cuestionamos que, como familia, se puede y se debe hablar de todos esos temas. Sabemos que en cada familia se puede aportar desde la experiencia y los conocimientos propios; que en el fondo ninguno de esos temas nos es del todo ajeno y que, por tanto, no se deben eludir. Todo lo contrario, en ocasiones ha de ser la familia quien propicie que se hable de alguno de estos temas, sobre todo en lo que se relacionan con el ámbito más familiar y doméstico. ¿Por qué entonces con la sexualidad o la sexología habría de ser distinto?

### CUÁNDO EMPEZAR

Ya no es necesario preguntarse cuándo comenzar; se sabe que bien se empieza desde el principio, o bien se empieza tarde. No es necesario esperar a que el niño o la niña asalte con las «primeras preguntas», ni es necesario observar que el niño o la niña acaricie sus genitales.

La educación sexual generalmente empieza sola y de la mejor de las maneras posibles: bien. No estamos hablando ahora de la vieja idea de que «siempre se educa» y de que es imposible no educar. De que se educa con lo que se habla y con lo que se calla, con los gestos tanto como con el silencio, con el ejemplo... y que, probablemente, si se habla del «tema» delante de ellos o de ellas, ya se ha empezado.

Puesto que hablamos de educación sexual —algo más que transmitir información sobre los genitales—, nos referimos a que *se educa con los abrazos, con las caricias*, con las muestras de afecto, con el contacto piel con piel..., por lo que se empieza a educar desde la cuna. Mucho antes de las preguntas o los «tocamientos».

Cuando a un bebé se le toma en brazos, está empezando a *aprender a querer y ser querido*, a tener seguridad en los demás, a *expresar emociones y reconocer las ajenas*. ¿Hay algo que sea más necesario para la educación sexual que todo esto? Se puede ser muy feliz sabiendo poco o muy poco sobre los genitales o del proceso de fecundación, pero todos sabemos que es muy difícil ser feliz sin saber expresar lo que se siente. Por eso, lo realmente importante va por ahí: precisamente por un lugar por el que casi todos pasamos sin ser demasiados conscientes de lo que significa. Lo que nos sitúa en un punto de partida frente a la educación

sexual, distinto al habitual. Ya no se trata de aprender cómo comenzar a hacer educación sexual, sino de continuar lo que, casi con toda seguridad, hemos iniciado de la mejor de las maneras posibles.

Por tanto, es menester procurar que *el paso de los años no vaya eliminando las muestras de afecto en los hogares*. Y que niños y niñas puedan seguir expresando sus sentimientos a sabiendas de que esa persona adulta que les quiere va a hacer todo lo posible por entenderles y acogerles. Por ende, si esas personas adultas expresan también sus sentimientos, estarán siendo «buenos modelos», pues el objetivo de la educación sexual va en la dirección de «conocerse y aceptarse».

### NIÑOS Y NIÑAS

Todo lo que estamos contando *es verdad para niños y niñas*, pues unos y otras tienen las mismas necesidades afectivas. Subrayamos esta obviedad porque, a veces, en realidad nos comportamos de manera distinta con niños y niñas. ¿Seguro que se dicen las mismas palabras cuando es un niño el que llora y reclama abrazos que cuando es una niña?, ¿se le abraza del mismo modo?, ¿sucede igual a todas las edades?

Está comprobado que cuando las personas adultas interaccionan con un *bebé niño*, lo hacen de un modo, y con una *bebé niña* de otro. Son matices, pero importantes. Al *bebé niño* se le habla con adjetivos que resaltan su fortaleza, a la *bebé niña* su fragilidad, lo que también se traduce en cómo se carga a uno o a una. Los superlativos son frecuentes con el niño, los diminutivos con la niña, aun en los casos en que ambos pesen lo mismo. Insistimos: sabemos que son sólo detalles. Pero ahí están.

Sería mucho suponer que de estas breves interacciones se pudieran sacar conclusiones sobre lo que el futuro podría deparar a unos bebés u otros. Tan sólo quiero destacar que enseguida se suele abrir la puerta a los comportamientos diferenciales, al *doble proyecto educativo* y, lo que es peor, a la desigualdad.

Niños y niñas son distintos, por eso unos son niños y otras, niñas, lo que es absolutamente compatible con que, desde la familia o como educadores y educadoras, *se ofrezcan a unos y otras las mismas posibilidades* para que puedan desarrollarse: las

mismas muestras de afecto, la misma información, los mismos juguetes, las mismas alternativas de ocio, el mismo lenguaje... ¡Bastantes estereotipos hay ya como para encima seguir propiciándolos!

Las interacciones con el bebé, o con el niño o la niña, tienen su peso, pero lógicamente también lo tiene cómo interaccionan entre sí las personas adultas del entorno. ¿En igualdad?, ¿hay superiores e inferiores?, ¿qué dirección tienen las normas o las obligaciones?... Podrá sonar exagerado pero todo esto ayuda a construir cimientos en una dirección u otra.

Los cuidados del bebé, los masajes, las comidas, el baño..., todos los detalles van construyendo un mundo de relación que no es ajeno a la educación sexual y, sobre todo, a los modelos que queremos transmitir sobre *los hombres y las mujeres*. Pero no nos engañemos; la cantidad tiene importancia, pero *más aún la calidad*. Cómo se hacen las cosas, lo mucho o lo poco, es más importante que cuánto se hace. Lógicamente hablamos desde la idea de que ambos quieren hacer, pero no siempre pueden.

Conocerse, aceptarse y expresar la erótica de modo que se sea feliz. Desde luego, los *modelos* de hombre y de mujer que ofrezcamos y propiciemos —y eso ocurre desde las primeras interacciones como acabamos de ver— van a facilitar o dificultar la consecución de esos objetivos.

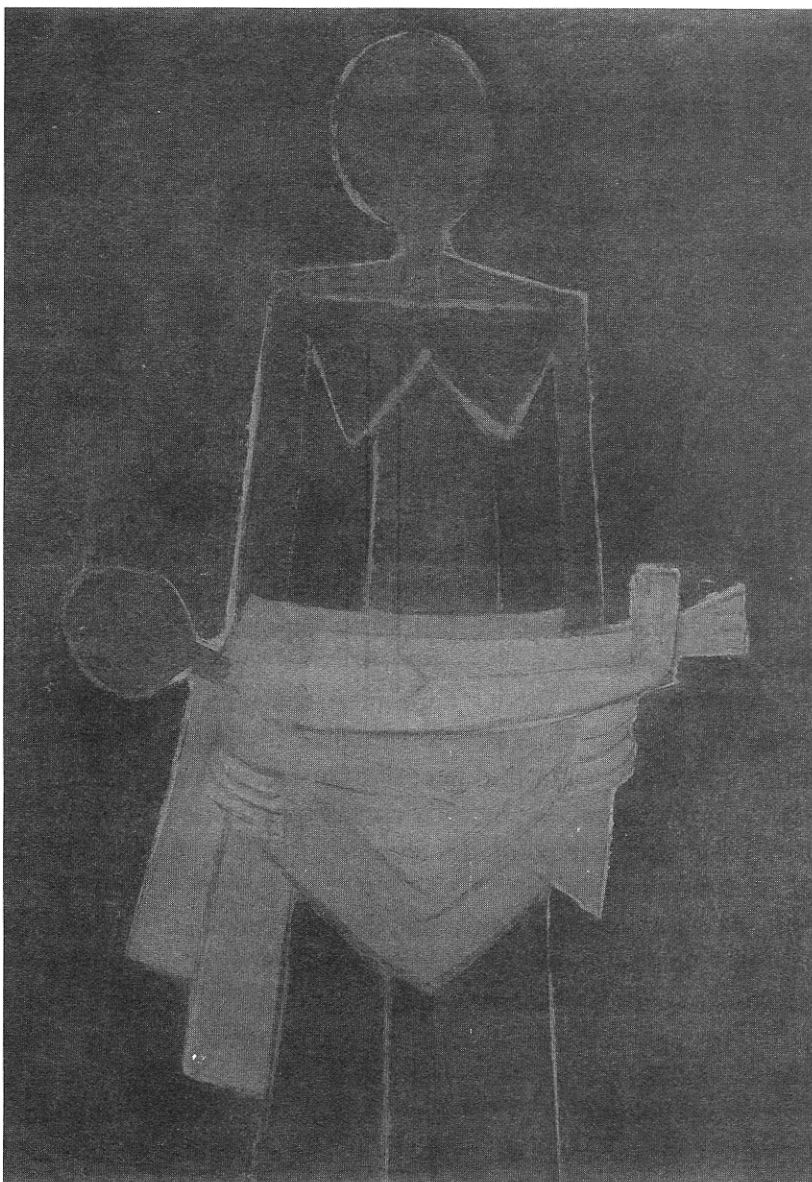
## EL OBJETIVO DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

Ya está dicho, la educación sexual *es necesaria*. Resulta obvio que en pleno siglo XXI no sea necesario justificar su necesidad. Todos y todas somos sexuados desde que nacemos y lo seremos hasta que muramos; no puede ser de otro modo. Si queremos, por tanto, que niños y niñas puedan crecer en todos sus aspectos, no se puede obviar esta cir-

cunstancia. Es más, aunque se quisiera, seguirían siendo sexuados, y su sexualidad seguiría teniendo presencia.

Es evidente que la familia *no puede ser ajena* a la educación sexual. En realidad, no debe ser ajena a ninguno de los aspectos relacionados con la educación. La tarea es proponer y facilitar que en las aulas se trabaje por la educación sexual, por supuesto, informándose y colaborando con la misma. Pero ahí no se agota el tema. Hay una parte de la educación sexual que ineludiblemente se debe abordar desde las familias, que *no se puede delegar*.

Así las cosas, el debate queda zanjado: hay que hacer educación sexual. Otra cosa sería si se preguntara: ¿cuándo empezar?, ¿qué se debe



Madre e hija (ca. 1939)

Tempera, óleo y carbón sobre papel, 106,5 x 86 cm

incluir?, ¿qué hacer ante determinadas situaciones?, ¿qué lenguaje emplear?, ¿qué hacer frente al pudor, las preguntas, los tocamientos, el desarrollo, la orientación del deseo, la masturbación...? Ahí puede que ya empiece el «lío», porque a lo mejor (o a lo peor) no todo el mundo piensa igual.

Mucho me temo que ese falso debate seguirá siendo eterno si antes no se resuelven dos cuestiones: a qué nos referimos cuando hablamos de sexualidad y para qué queremos hacer educación sexual.

Un ejemplo. No es igual pensar que la sexualidad está en los genitales, que creerse que la sexualidad está en todo el cuerpo. Que las relaciones sexuales son básicamente el coito o que incluyen los besos, las caricias, la masturbación, el estar juntos... Tampoco es igual creer que el objetivo de las mismas es el orgasmo o situarse en que el objetivo es el placer, los placeres, *encontrarse a gusto consigo mismo*, la satisfacción...

Las palabras que rodean una y otra idea a veces son muy parecidas. Pero, desde luego, *las ideas no son iguales*. En un caso la idea de sexualidad es muy pequeña; en el otro, mucho más amplia y caben muchas posibilidades. Además, no se nos puede olvidar que en las ideas grandes siempre hay sitio para las pequeñas. Sin embargo, lo contrario no es posible.

Con la educación sexual sucede algo parecido. Hay quien cree que el objetivo prioritario de la educación sexual es la prevención de embarazos o de las infecciones de transmisión sexual como el sida, lo cual vuelve a llevarnos a esa idea pequeña de la sexualidad, justo de la que se supone que queríamos salir.

Es más, si así fuera, ¿para qué haría falta la educación sexual en educación infantil o educación primaria?, ¿para qué necesitarían educación sexual todos aquellos chicos o chicas que no tienen pareja ni intención de tenerla?, ¿para qué quienes no practican el coito?

El objetivo de la educación sexual ha de ser un objetivo ambicioso. Nuestra idea de la sexualidad nos lo permite. Además, desde el ámbito de la familia, tiene derecho a serlo, a no conformarse con «migajas» y a aspirar a lo máximo.

De todos modos, será mejor empezar por el principio y edificar este objetivo a partir de los

cimientos que nos aporta lo que conocemos por el *hecho sexual humano*.

## EL HECHO SEXUAL HUMANO

No es éste el sitio para desarrollar un gran marco teórico, pero sí al menos dejar claro qué se suele llamar el hecho sexual humano; esto es, reconocer que todas las personas son sexuadas, que viven como tales y expresan su erótica de un modo u otro.

Por supuesto, *ser sexuados* es algo más que el resultado de una carrera entre espermatozoides, entre «el de la X» o «el de la Y»; también es algo más que el aspecto externo de los genitales, que parezca una vulva o que parezca un pene y una bolsa escrotal. Es verdad que ambos factores contribuyen, pero *ser sexuados* es algo más: todo un *proceso* que no se detiene en el nacimiento, sino que acaba en la muerte y que en cada caso es único e irrepetible.

Hay dos sexos, *pero muchas maneras de «construirse» como hombre o como mujer*. Si pensamos ahora un poco en nuestra propia experiencia como hombres o como mujeres adultos, seguro que seremos capaces de reconocer muchos de estos cambios y mucha de esa diversidad. Además, precisamente porque estamos inmersos en nuevos cambios que afectan todo nuestro cuerpo, también sabemos que la sexualidad no concluyó su proceso con el nacimiento y ni siquiera lo hizo con la adolescencia. El proceso no concluye nunca.

No es necesario ser especialista en sexología evolutiva y conocer los distintos pasos del proceso de sexuación: sexo del cromosoma, sexo gonadal, sexo genital, hipofisiario, cerebral,... Tampoco es necesario conocer con exactitud los cambios que se producen en el cuerpo una vez que el bebé ha nacido, o los que se producen en la adolescencia, el climaterio o en el resto de las edades intermedias o posteriores.

Para hacer educación sexual desde la familia basta con saber que hay dos sexos, pero muchas maneras de construirse como hombre y como mujer. Naturalmente, *todos los hombres son verdaderos hombres y todas las mujeres verdaderas mujeres*, con independencia de cómo haya sido el proceso y en qué lugar se coloquen «los acentos».



## VIVIRSE COMO HOMBRE O COMO MUJER

De igual modo, hay muchas maneras de *vivirse* como hombre o como mujer. ¡No podía ser de otro modo! Si antes al hablar de un proceso en el que se aludía a estructuras más o menos objetivables, se concluía que la diversidad es absoluta, ahora desde lo subjetivo, con más razón.

No siempre se vive uno o una como hombre o mujer del mismo modo. Las palabras «hombre» y «mujer» pueden tener distintos significados para distintas personas. Es más, ni siquiera una misma persona *se vive* siempre del mismo modo. *Se evoluciona, se cambia, se acompaña* de distintos valores y creencias.

El resultado es que hay quien se encuentra a gusto consigo mismo como hombre o como mujer, y quien cree que hay algo que falla; quien se vive con agrado o con desagrado; quien preferiría ser de otro modo; quien se conforma; a quien le preocupa que los demás le desconsideren; o quien piensa que aún le queda mucho para demostrar que verdaderamente es hombre o mujer «de calidad».

Como padres y como madres se ha de saber que hay muchas formas de vivirse como hombre o como mujer. No hay un único modo. Hay que saber además que no es necesario que nadie te otorgue esa «categoría» y que para ser un verdadero hombre o una verdadera mujer *no hace falta demostrar nada a nadie*. Basta con «sentírselo».

Las vivencias no se agotan en la identidad «sentirse hombre» o «sentirse mujer». Aquí también incluyo la orientación del deseo. Es decir, de igual modo que nos vivimos como hombres o como mujeres, nos vivimos como homosexuales o como heterosexuales, o sea, con un deseo erótico preferentemente hacia personas de nuestro mismo sexo (homosexualidad) o del sexo contrario (heterosexualidad). Asimismo, los significados que pueden acompañar a cada una de estas vivencias, pueden ser muy distintos entre distintas personas y en una misma persona en distintas etapas.

Por cierto, las vivencias no surgen del aire. Lo que cada cual esté haciendo para que el significado de ser hombre, ser mujer, ser homosexual o ser heterosexual sea uno u otro, estará contribuyendo a poner las cosas más fáciles o más difíciles. Y esto indudablemente no es ajeno a la educación sexual.

## DISTINTAS FORMAS DE EXPRESARSE

Somos y nos vivimos como sexuados, con todos los matices y las peculiaridades que eso supone. Pero ahí no acaba todo, ni los plurales. Cada hombre y cada mujer, también cada chico y cada chica, expresan su erótica a su manera. Hablamos de erótica para poder hablar de algo más que las llamadas relaciones sexuales o el coito.

Hablamos de erótica para poder hablar también de deseos: todo lo que se anhela y que, dicho sea de paso, no siempre es posible realizar. Por cierto, ser conscientes de que los deseos eróticos, al igual que los otros deseos, no siempre se cumplen, también debería formar parte de la educación sexual, aunque lo importante es saber «reconocer» los deseos propios y hacer lo posible por convertirlos en realidad.

Es evidente que el mundo de los deseos es un mundo diverso. Cada cual, mujer u hombre, desde sus valores, sus creencias, sus ganas de aventuras, sus temores, sus remilgos, sus curiosidades, sus ideales, aspira a unas cosas u otras. Piensa que hay conductas o situaciones con las que disfrutaría más o con las que sería más feliz que con otras. Aunque, lógicamente, puede que el paso del tiempo, el cambio de circunstancias, de valores, de creencias, de temores, lleven a que lo que en su momento se vivió como un deseo deje de serlo y viceversa. ¡Los deseos eróticos tampoco son inalterables!

Pero hay más. Hablamos de erótica para hablar también de todo lo que se lleva a la práctica. ¿Hace falta repetir que es algo más que el coito? Que hablamos de fantasías, de besos, de caricias, de penetraciones, de achucharse, de masturbarse,... Muchas cosas y además cada una con cientos de matices y posibilidades, ¿o acaso son iguales todas las fantasías, los besos, la caricias, las penetraciones...?

Un detalle importante: es muy probable que detrás de cada una de esas posibilidades se esconda la *posibilidad de disfrutar*. Pero también es verdad que no siempre se disfruta. Es más no todas las personas disfrutan del mismo modo, ni con las mismas cosas. ¿Por qué? Porque para disfrutar no basta con «hacer» las cosas, pues es imprescindible desearlas. Y ya sabemos que los deseos son diversos y guardan relación con muchas formas de pensar. Por tanto, cada erótica es particular.



## HABLAMOS DE SEXUALIDADES

Todo lo anterior nos lleva a hablar de *sexualidades* ¡en plural! Porque hay muchas maneras de ser, de vivirse y de expresarse. Esto es verdad, insistimos, para todas las personas y en cualquier momento evolutivo. Es verdad en el caso de nuestros hijos o de nuestras hijas, tengan la edad que tengan, pero también es verdad en nosotros como personas adultas. Cada cual es, se vive y se expresa a su modo.

Bien es verdad que cada etapa evolutiva tiene sus propias características y, a veces, hasta sus propios significados. Un ejemplo: es natural que un niño de cuatro años es, se vive y se expresa, pero ¡cuidado!: ni es, ni se vive, ni se expresa

igual que un adolescente o un adulto. Aunque haya conductas que pueden parecerse, como es la de estimularse los genitales, que pueden tener presencia en las distintas etapas, en cada una suele haber distintos significados. Cada persona es cada persona, pero también *cada momento es cada momento*.

Aunque debería resultar evidente, no obstante queremos explicitarlo: en el caso de personas con discapacidad física, psíquica o sensorial o con parálisis cerebral, hablamos de lo mismo, naturalmente con sus propias peculiaridades se viven y se expresan. Están en el mismo «saco», en el de las sexualidades, sin jerarquías y sin categorías.

Conclusión: dos sexos, hombres y mujeres; y todos y todas únicos y peculiares.

## EL VERDADERO OBJETIVO DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

Desde estos postulados el verdadero objetivo de la educación sexual debe dirigirse —ése es, al menos, nuestro propósito— a que niños y niñas, chicos y chicas, aprendan a conocerse,

aprendan a aceptarse y aprendan a expresar su erótica de modo que sean felices. Como se ve, este objetivo es más grande y ambicioso que otros y además no excluye a ninguno.

Que aprendan a conocerse, es algo más que aprender sobre la menstruación o la fimosis, cómo se produce la fecundación o la composición del líquido seminal. Conocerse significa *aprender cómo somos y cómo funcionamos*, lo que es verdad para los genitales y para el resto del cuerpo, para conocer los mecanismos de la reproducción y también la fisiología del placer.

Conocerse incluye *conocer a los demás*, y no pensamos sólo en el sexo contrario, sino también en aprender más sobre el propio. Conocer por qué no

todos los hombres ni todas las mujeres son iguales. Y esto abarca el tamaño de los genitales o del pecho y la edad de maduración, pero también incluye mucho más: estatura, gustos, aficiones, fortaleza, habilidades...

Que aprendan a aceptarse, es contribuir a que *estén contentos por cómo son*, que estén a gusto consigo mismos; que sientan que no hay nadie mejor o peor que ellos o que ellas en este aspecto; que en sexualidad todo el mundo es único y peculiar y que todos los hombres son verdaderos hombres, igual que todas las mujeres son verdaderas mujeres, lo que también vale para niños o niñas.

Cuando uno o una se conoce, y conoce a los demás, es más fácil aceptarse. Si sabemos que hay muchas formas de construirse como hombre o como mujer, no necesitamos pasar ningún examen. Creeríamos que *el modelo ideal de hombre y mujer no existe*; por lo tanto todos y todas podemos ser ideales, lo cual es cierto porque, para el placer, el afecto y las relaciones eróticas, todos y todas estamos igualmente preparados.

Que aprendan a expresar su erótica de modo que sean felices, significa que *aprendan a disfrutar*. Y esto lo decimos desde la convicción de que únicamente se disfruta cuando se evitan consecuencias no deseadas. Porque disfrutar de la erótica es hacerlo *antes, durante y después* de las relaciones eróticas. No se trata sólo de conseguir orgasmos durante las mismas. Disfrutar es sentirse a gusto, sentir que merece la pena.

Es evidente que *sólo se disfruta con lo que se desea*, con lo que guarda relación con tu peculiar manera de sentir, lo que resulta más fácil lograrlo cuando te conoces y te aceptas; por tanto, cuando no haces de las relaciones eróticas un examen para conseguir el título de «verdadero hombre» o de «verdadera mujer», ni una prueba para conseguir que «te acepten y te quieran».

### **POR LO QUE QUEREMOS CONSEGUIR**

Conocerse, aceptarse y expresar la erótica de modo adecuado, es mucho más que aprender *sólo* a evitar, por ejemplo, el embarazo no deseado o cómo se usan los preservativos. Si sólo nos dedicáramos a lo anterior, podríamos llegar a lograr chicos y chicas suficientemente «eficientes» en el manejo de la anticoncepción, pero ¿eso garantizaría que serían realmente felices con su erótica?

Como ya hemos dicho, tenemos derecho a ser ambiciosos, pues si una familia desea que sus hijos e hijas sean felices, es una ambición sensata. Alguien que es feliz con su erótica, es alguien que disfruta con lo que hace; que disfruta porque lo que hace, aparte del mucho o poco placer, le hace sentirse bien consigo mismo o consigo misma, porque siente que es coherente con sus valores y su forma de pensar. Por supuesto, también es feliz porque no tiene consecuencias no deseadas, léase embarazos, transmisión de enfermedades u otros «malos rollos».

Resulta más coherente y, a la larga también más eficaz, *trabajar por lo que se quiere conseguir* y no sólo por lo que se pretende evitar. Es mejor hacer educación sexual desde lo positivo que desde lo negativo. Insistimos: «quien consigue» —que no es precisamente igual que «quien hace»— evita riesgos; «quien evita», desde luego, no siempre *consigue*. Y la pregunta es de qué se trata: ¿de posibilidades o de dificultades?, ¿de valores o de miserias?

### **EL MISMO OBJETIVO**

Si leemos detenidamente los párrafos anteriores, no hay nada que diga que estamos hablando exclusivamente de jóvenes. Lo del embarazo es sólo un ejemplo. Pero puede que haya quien piense que todo esto es más verdad y más necesario en la adolescencia, y más concretamente en las parejas que puede que practiquen coitos. Nada de eso. Todo es verdad y todo es necesario a todas las edades, para todas las personas.

Si trabajamos por la educación sexual, trabajaremos por el mismo objetivo trabajemos con quien trabajemos. Naturalmente, sin olvidar las peculiaridades de cada edad. Por ejemplo, en la educación infantil hay que empezar a aprender a conocerse, a aceptarse y a que las expresiones de la erótica —como pueden ser ciertos «tocamientos»— no traigan «malos rollos» o culpabilidad.

En el resto de las edades sucede lo mismo, pues siempre hay algo más que se necesita conocer; siempre será importante estar a gusto consigo mismo y siempre estará por ahí la erótica, con unos u otros significados, pero por ahí. Por cierto, y aunque se escape de nuestros objetivos, todo lo que estamos diciendo sigue siendo verdad y necesario

en la edad adulta, el climaterio y la tercera edad. ¡Claro, hay que seguir conociendo los cambios, aceptándolos y dejar que la erótica nos siga trayendo satisfacciones!

Este mismo objetivo sirve para quien tiene pareja y quien no, incluso para quien no tiene ganas de tenerla. Para homosexuales y heterosexuales. Para personas con determinadas creencias y valores, y para otras personas que piensen de otro modo. Para todos y para todas.

Naturalmente, también para las personas con algún tipo de discapacidad, cuya sexualidad es tan única y peculiar como cualquiera y con el mismo derecho que cualquiera a conocerse, a aceptarse y a que su erótica pueda expresarse de manera satisfactoria. Es verdad que, al pensar en casos concretos de personas con ciertas discapacidades, estos objetivos no van a resultar sencillos. Nadie ha dicho que lo sean. Pero eso no les resta legitimidad.

### EL PAPEL DE LAS FAMILIAS

Las familias también pueden hacer mucho para que aprendan a conocerse, sin tener para ello que convertirse en expertos en sexología. Bastaría conque *se fuera capaz de hablar de todo lo relacionado con la sexualidad delante de los hijos e hijas*. Decimos *hablar* para no quedarnos con la idea de que es suficiente con contestar preguntas.

Cuando las preguntas lleguen, evidentemente habrá que contestarlas, sabiendo además que, por encima de lo correcto de la contestación, lo importante es mostrar *buena disposición*: que noten que no molestan las preguntas; todo lo contrario, gustan. Que son una muestra de confianza. Por eso la clave está en que el chico o chica, niño o niña, perciba que la persona adulta hace esfuerzos por contestarle y que, llegado el caso, no le importa titubear, ponerse colorado o tardar unos segundos en encontrar la palabra adecuada.

Un padre o una madre que no le importa que le pregunten y que se esfuerza por contestar, está enseñando a hacer esfuerzos por preguntar y a que no importa tener dudas. Un buen ejemplo. Por eso, y porque las preguntas no forman parte de un examen, también cabe contestar «no lo sé» y, mucho mejor, «no lo sé, pero voy a intentar averiguarlo».

Además de contestar, *es importante que te oigan hablar*. Al fin y al cabo es lo mismo que se

hace con el resto de los temas. Se habla cuando te preguntan y cuando viene a cuento. No hablar teniendo la oportunidad, puede convertirse, precisamente, en un modo de aprender a no hacerlo, de aprender a *no hablar*. Como es lógico, siempre será más fácil hacer preguntas a quien ya se le ha oído hablar del tema y en tono adecuado que a quien no.

Dicho sea de paso, este es un buen sistema para que *escuchen* que lo sexual tiene que ver con más cosas, porque se supone que no hay que quedarse hablando sólo de lo que se supone que son sus intereses. La familia, como la escuela, debe transmitir mensajes también sobre lo que son sus necesidades y por las que no siempre se pregunta.

Para que se conozcan, por tanto, habrá que hablar de penes y vaginas, de la fimosis y de la menstruación, de los genitales, pero también del resto del cuerpo. De todo el cuerpo. De que todos los chicos y todas las chicas son verdaderos chicos y verdaderas chicas, con independencia del ritmo y del resultado de su desarrollo. Por supuesto, estos mensajes, para que sean creíbles, hay que ofrecerlos antes y no después: cuando la chica lleva años preocupada porque aún no le ha bajado la primera regla o porque sus pechos son mucho más pequeños que los de sus amigas, o cuando el chico se preocupa por la ausencia de vello en su cara o por el aspecto de sus genitales.

### EDUCAR, NO ADOCTRINAR

El tercer objetivo es expresar la erótica de manera adecuada, y a éste también se puede contribuir desde las familias. En la infancia, probablemente enseñando que hay conductas que competen a espacios de intimidad. Por eso, cuando un niño o una niña se toca sus genitales, es preferible decirle frases como «eso aquí no se hace, mejor cuando estés solo o sola en tu cuarto» que un simple y expeditivo «eso no se hace». Con la primera llevamos esas conductas hacia el terreno de lo íntimo; con la segunda, hacia lo prohibido. Y como dice la canción: «No es lo mismo.»

Más adelante tampoco será igual cómo se vivan las cosas y aún más cuando empiecen a surgir nuevos significados, pues evidentemente la erótica infantil, en este sentido, nada tiene que ver con la que surge a partir de la pubertad.



Precisamente por eso será ahora cuando cobra especial importancia impedir que crezca la idea de que las relaciones eróticas, o los coitos, se tienen entre un pene y una vagina. En todos los casos, se tienen entre dos cuerpos, con identidades, con deseos, con expectativas, con valores,...

Las familias no deberían permanecer al margen y deberían permitirse hablar de sus valores y criterios. Naturalmente, desde la perspectiva de educar y no adoctrinar, lo que significa comunicarse hablando en primera persona —«A mí me parece importante...»— y, evidentemente, argumentando con razones, explicando por qué se considera mejor una cosa que otra.

Insistimos: cada uno es *responsable de lo que habla y de cómo lo habla*. De lo grande o pequeña que dejamos la sexualidad con nuestras palabras y de *las puertas* que abrimos con nuestro tono. Una idea: como padres o madres, es más rentable y mucho más educativo dedicar los esfuerzos a conseguir que *te escuchen* que a tratar de conseguir que sean ellos o ellas los que te hablen o tengan que comentarte sus opiniones.

Probablemente cuando el chico o la chica perciba que casi todos los comentarios de su padre o de su madre sobre sexualidad acaban con preguntas como *¿y tú qué piensas?*, *¿hablas de esto con tus amigos?*, *¿qué opinan tus amigas?*, en ese momento dejará de *escuchar* para únicamente estar pendiente de por dónde le caerán las preguntas. Es más, si puede, eludirá hasta escuchar los comentarios previos para evitar así las temidas cuestiones. Por eso es bueno no olvidar que *el objetivo es que te escuchen y no que te cuenten*.

Un ejemplo. En la adolescencia es bastante frecuente que surja un nuevo pudor: el chico o la chica sienten incomodidad al tener que mostrar su

cuerpo desnudo. Por lo mismo, es igual de probable que su padre o su madre sientan curiosidad por saber cómo va su desarrollo. Sin embargo, no parece sensato que ambas legitimidades se resuelvan recomendando al padre o a la madre que, llegado el caso, se permitan arrebatarles la toalla con la que, quizás, intenten ocultar su cuerpo. Menos sensato aún sería que alguien hiciera caso a esta recomendación. Nosotros sabemos que este nuevo pudor suele ser pasajero y que tienen que ver con que están aprendiendo a aceptar un nuevo cuerpo.

Pues bien, con el mundo de las ideas también sucede lo mismo, también está en cambio, por eso es igual de insensato pretender «quitarles la toalla» con preguntas. Es preciso, por tanto, que aprendan que *respetamos su silencio* del mismo modo que respetamos su pudor. El objetivo ahora es que te escuchen y no que te cuenten. Tiempo se tendrá de hablar cuando el diálogo vuelva a brotar, pues, dicho sea de paso, nunca debería ser a la fuerza.

Una clave para lograrlo es la naturalidad, la misma que para el resto de los objetivos, pues en el fondo estamos hablando de lo mismo. Ahora bien, naturalidad bien entendida no es más que poder *mostrarte tal y como eres*. Sin fingir. No es necesario disimular el pudor o aprenderse frases de memoria para poder decir las en voz alta.

Si queremos que chicas y chicos aprendan a aceptarse y a mostrarse como son, no sería mal camino que desde las familias jugáramos esas mismas cartas. Por eso es importante que sean cuales sean nuestros comentarios, nuestros silencios o nuestros pudores, procuremos acompañarlos de las oportunas explicaciones *en primera persona*, para no dar lugar a interpretaciones, para que aprendan a conocerse, pero también *para que aprendan a conocerlos*.

## Bibliografía

AMEZÚA, EFIGENIO (2002). «Diez textos breves». *Revista Española de Sexología*, Madrid, Publicaciones del Instituto de Sexología, no. 113-114.

CRUZ MARTÍN-ROMO, CARLOS DE LA (2003). «Educación de las sexualidades». *Revista Española de Sexología*, Madrid, Publicaciones del Instituto de Sexología, no. 119.

——— (2003). *Educación sexual desde la familia. Infantil y primaria*. CEAPA, Madrid.

CRUZ MARTÍN-ROMO, CARLOS DE LA, y ANA SUÁREZ SÁNCHEZ (2004). *Educación sexual desde la familia. Secundaria*. CEAPA, Madrid.

CRUZ MARTÍN-ROMO, CARLOS DE LA, y JUAN CARLOS DIEZMA (2002). *¿Hablamos de sexualidad con nuestros hijos?* CEAPA, Madrid.

CRUZ MARTÍN-ROMO, CARLOS DE LA, y ÓSCAR LÁZARO CABEZÓN (2006). *Apuntes de educación sexual, sobre niños y niñas con discapacidad*. CEAPA, Madrid.