

# Los jóvenes y la sexualidad

## Young people and sexuality

Rosa Ros i Rahola<sup>1</sup>

### Resumen

La vivencia y expresión de la sexualidad en la adolescencia está íntimamente relacionada con el crecimiento biológico y fisiológico, con las características individuales y en cómo se han ido incorporando en el cuerpo sexuado los estímulos, sentimientos y emociones según el vínculo afectivo, recibidas del entorno familiar y social a lo largo de la evolución en la infancia y la pubertad. La subjetividad de cada uno y el entorno cultural y educativo, la estructura social, la cultura e información, y los mensajes que se irán recibiendo del entorno tendrán una vinculación directa con la forma de mostrar y gestionar las emociones y deseos, para conducir las diferentes necesidades en cuanto a la construcción de la identidad y para acceder a la satisfacción de la fuerza del deseo sexual. La búsqueda del goce de la sexualidad no está exenta de dificultades, sustos y, en algunos casos, efectos secundarios.

**Palabras clave:** Sexualidad, adolescencia, cuerpo, satisfacción erótica-sexual, afectos, emociones, subjetividad, información, educación, genitalidad.

### Abstract

The way sexuality is experienced and expressed during adolescence is related to biological and physiological growth, individual characteristics and how they have been incorporated in the sexualised body; stimulus, feelings and emotions depending on the emotional bond created within the family and social environments through development in infancy and puberty. Subjectivity, cultural and educational surroundings, social structure, culture and information as well as messages received from the environment, will have a direct effect on the way emotions and desires are managed and expressed to fulfil the diverse needs in building an identity and achieving satisfaction from sexual desire. The quest for sexual enjoyment is not without difficulty, distress and in some cases, side effects.

**Key words:** Sexuality, adolescence, body, erotic and sexual satisfaction, affections, emotions, subjectivity, information, education, sexual activity.

**Para citar el artículo:** ROS I RAHOLA, Rosa. Los jóvenes y la sexualidad. *Revista de Treball Social*. Col·legi Oficial de Treball Social de Catalunya, agosto 2016, n. 208, páginas 20-35. ISSN 0212-7210.

<sup>1</sup>Médico. Especialista en Educación para la Salud. Experta en salud sexual y reproductiva y adolescencia. Asociación Grupos: Aprendizaje y Salud, (miembro de la Junta). rosaros47@gmail.com

Este artículo trata de un aspecto de las personas –la sexualidad– en un período determinado de la evolución del individuo, la adolescencia y la juventud. Su pretensión no es agotar el tema ni hacer un manual, más bien estimular dudas, preguntas y comentarios que ayuden a generar un diálogo de donde surjan conocimientos y estrategias adecuadas a las necesidades de los jóvenes.

## 1. Introducción

La sexualidad adquiere en esta época, una forma de manifestarse que le es propia y característica, pero de ningún modo la sexualidad aparece en la pubertad y adolescencia. Nacemos sexuados, y crecemos con una sexualidad que se irá estructurando a lo largo de la vida y se mostrará de diferentes maneras en cada edad o momento evolutivo.

Cada nueva etapa de la evolución psíquico-sexual está interrelacionada con la anterior, dependiendo, para su desarrollo satisfactorio, del adecuado equilibrio conseguido en cada etapa, entre satisfacciones y frustraciones, de sus necesidades y deseos.

Por tanto, no es posible comprender al ser humano sin su naturaleza sexuada. Desde la perspectiva humana, la sexualidad no puede reducirse exclusivamente a conductas sexuales observables, sino que afecta globalmente a la estructura propia del individuo. La sexualidad, así, es el resultado y la expresión de un largo proceso ontogenético de sexuación que se desarrolla desde lo biológicamente más simple hasta lo psicosocialmente más complejo. (GÓMEZ-ZAPIAIN J., 2013).

La cuestión genital, a pesar de ser uno de los aspectos esenciales de la evolución de la energía sexual y muy presente durante la adolescencia, no es más que una de las expresiones de la sexualidad.

Desde el nacimiento y a lo largo de la infancia, niñas y niños van descubriendo su cuerpo y las primeras sensaciones y emociones que tomarán parte del cuerpo sexuado. Lo hacen desde el propio impulso vital y curiosidad innata, y las ganas de sentirse atrapados por “eros” –en el sentido amplio del significado “vida”–, y mediante lo que transmiten los adultos referentes que los cuidan y los acompañan en el camino del crecimiento (familia, cuidadores/as, sociedad ..).

Todas y todos nacemos con un cuerpo sexuado y somos afectivamente dependientes de otra persona. En este sentido la imagen corporal del niño y todo lo que tiene que interiorizar, se irá estructurando a partir de la mirada y la respuesta del cuidador principal a las diferentes expresiones, necesidades y demandas del niño.

El cuidado, la alimentación y como se ofrece, las palabras, las miradas, las caricias, la ternura, las sonrisas, la voz y su tono, las canciones, ... y otras manifestaciones de los sentimientos de los adultos cuidadores, son estímulos que llenan el

**Nacemos sexuados, y crecemos con una sexualidad que se irá estructurando a lo largo de la vida y se mostrará de diferentes maneras en cada edad o momento evolutivo.**

La sexualidad no hace referencia única y exclusivamente al “sexo”, entendido como órganos genitales, sino a todas y cada una de las manifestaciones objetivas y subjetivas, que en la realidad o en la fantasía son el resultado del modo de proceder de esa fuerza interna (deseo).

cuerpo y el individuo de sensaciones placenteras y ayudan al desarrollo emocional.

Generan afecto, emociones, ternura, sensualidad y erotismo..., base de la sexualidad y sus variadas formas y momentos de expresarla. Las diferentes impresiones sensoriales y emocionales despiertan el entusiasmo de persistir en la vida, las percepciones placenteras y el deseo de volver a experimentar. Estos son inputs positivos que dejan huella y que volverán en el momento de la adolescencia y la juventud en relacionarse, compartir y vincularse con otras personas social y sexualmente. De este modo, consideramos que la sexualidad no hace referencia única y exclusivamente al “sexo”, entendido como órganos genitales, sino a todas y cada una de las manifestaciones objetivas y subjetivas, que en la realidad o en la fantasía son el resultado del modo de proceder de esa fuerza interna (deseo). El deseo nos lleva a la búsqueda de algún objeto/sujeto externo, que de manera específica y según la etapa, nos procure placer a través de su satisfacción.

## 2. El desarrollo de la sexualidad. Algunos aspectos

**La sexualidad** es un fenómeno complejo y es difícil de definir o explicar con palabras. La sentimos, la vivimos, la compartimos..., pero no resulta fácil hablar de ella. Sin embargo, los estudiosos reconocen que en el desarrollo como personas, la sexualidad, entendida dentro de un contexto amplio, tiene un papel esencial

La WHO, en 2006, revisó el concepto de sexualidad para hacer entender su sentido global: “La sexualidad es un aspecto central del ser humano a lo largo de su vida y engloba el sexo, la identidad de género y los roles, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad se vive y se expresa con pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, roles y relaciones interpersonales. Aunque la sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no todas se experimentan o se expresan siempre. La sexualidad está influenciada por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales” WHO (2006),

Esta extensa mirada sobre la sexualidad nos habla de una energía pulsional vital, la energía sexual, y de múltiples dimensiones (biológicas, psicológicas, emocionales y sociales) que intervienen en el largo camino para construir la identidad personal, sexual y el rol de género.

La historia, sin embargo, nos ha enseñado que la sexualidad humana ha ido cambiando a lo largo de los tiempos y que ha sido y está afectada por las religiones, la cultura, la educación, la modernidad, la economía, las políticas, las tecnologías de la información, la publicidad y un largo etc.

**Nacemos sexuados pero dependientes.** En este sentido,

hay un principio que permitirá que el proceso de crecimiento y los diferentes aspectos que toman parte en la sexualidad y su expresión, sean más sencillos o complicados. Hablamos del “vínculo afectivo”, un estado relacional casi imprescindible para la existencia humana, para interiorizar las vivencias y para amar la vida.

El entorno más cercano, sobre todo familia y escuela, tendrán un papel especial en la evolución y educación de la sexualidad.

Está claro que para crecer, establecer relaciones con los demás y asumir el rol, **las emociones y la afectividad** tendrán un papel esencial. El afecto toma parte de nuestra condición humana y es y será una necesidad para desarrollarse, construir la sexualidad y madurar emocionalmente con cierto equilibrio. Su huella perdurará a lo largo de toda la vida.

En cuanto a **la educación sexual**, los educadores y otros profesionales expertos significan la importancia de educar y trabajar la parte afectiva. Nos referimos a la **afectividad**, que trata de la necesidad que tenemos los humanos de establecer “vínculos” con otras personas, que nos ayuden a la supervivencia y nos proporcionen estabilidad emocional (relaciones primarias desde el nacimiento, necesidad de contacto, manifestación de los sentimientos y las emociones en el cuidado de los niños, etc.).

En términos psicológicos el bienestar personal y social se adquiere a partir de la satisfacción de necesidades básicas. Entre ellas destacan las afectivas mediante los vínculos emocionales, y las sexuales, relacionadas con la regulación y satisfacción del deseo erótico. La regulación y satisfacción del deseo erótico debe entenderse como una emoción. (GÓMEZ-ZAPIAIN J., 2014)

El amor, la estimación, el afecto, la actividad sexual, sentirse reconocido/a, deseado/a y valorado/a, la amistad..., son necesidades psicológicas fundamentales en el ser humano. Hacen que te sientas bien, dan sentido de “pertenencia” y ayudan a conformar la identidad individual y sexual. Sentirse bien con uno mismo y aceptarse favorece la relación con las otras personas para intercambiar experiencias, para comunicarse, para aprender, para dar y recibir, para amar y hacerse querer..., en resumen, por enriquecerse mutuamente y disfrutar de la sexualidad. Por el contrario, la falta de reconocimiento, de aprecio, no ser tenido en cuenta y valorado en la niñez, y recibir maltratos o abusos, seguro que tendrán alguna repercusión y dificultarán posteriormente las relaciones con los demás y la satisfacción del deseo sexual. Se trata de poder comprender cómo la huella hecha durante la infancia puede influir en el comportamiento futuro de un “cuerpo” estimulado, querido y bien tratado o que ha sufrido carencias importantes.

En todo caso, hay unas **características propias y una subjetividad** en cada niño y joven, con algunas diferencias intrínsecas del sexo femenino o masculino, que provocaran que la percepción de muchos de estos estímulos recibidos a lo largo del crecimiento –más o menos favorables–, sea singular e intransferible y tengan su interpretación en la etapa adolescente

El afecto toma parte de nuestra condición humana y es y será una necesidad para desarrollarse, construir la sexualidad y madurar emocionalmente con cierto equilibrio. Su huella perdurará a lo largo de toda la vida.

El amor, la estimación, el afecto, la actividad sexual, sentirse reconocido/a, deseado/a y valorado/a, la amistad..., son necesidades psicológicas fundamentales en el ser humano. Hacen que te sientas bien, dan sentido de “pertenencia” y ayudan a conformar la identidad individual y sexual.

cuando toda la energía vital se dirige hacia reafirmar la identidad personal y sexual.

La labilidad psicológica y emocional que caracteriza a los adolescentes y jóvenes, nos lleva a hablar de una verdadera “crisis”. Crisis que, en el sentido originario, significa la posibilidad de replantearse la situación a fondo. Los valores y creencias interiorizadas en etapas previas podrán ser cuestionadas y, en algunos casos, sustituidas.

En estos momentos, el acompañamiento de los adultos referentes (familia, educadores, sociedad en general), puede ser una ayuda importante para rectificar o cambiar actitudes y comportamientos que pueden hacer sufrir y ocasionar daños.

### 3. La función del cuerpo y las emociones en la sexualidad

Adaptarse a un cuerpo que cambia constantemente y descubrir nuevas sensaciones, y la fuerza de los deseos sexuales, suele generar sentimientos que en un principio son difíciles de gestionar.

La imagen corporal y su aceptación se harán indispensables para la reafirmación de la identidad individual y sexual. Los y las adolescentes están en un momento en que pueden pensar e imaginar su cuerpo como quieran.

El paso de la pubertad a la adolescencia no se puede hacer sin renuncias, sobre todo debido a los cambios del cuerpo y el despertar de una sexualidad más centrada en los genitales. Adaptarse a un cuerpo que cambia constantemente y descubrir nuevas sensaciones, y la fuerza de los deseos sexuales, suele generar sentimientos que en un principio son difíciles de gestionar. En esta etapa será necesario contar con una cierta estabilidad emocional para canalizar las fantasías y necesidades que se desvelan y conseguir poner a prueba y experimentar los propios deseos. Es una época compleja y con la piel muy fina para dejarse influenciar y conducir, según la propia subjetividad, una mayor o menor fragilidad y el grado de equilibrio emocional y autoestima. Cuando llega la época de los cambios corporales con la maduración de los caracteres sexuales secundarios y las nuevas manifestaciones hormonales y emocionales **-adolescencia con mayúscula-**, el retorno de la imagen corporal mediante el espejo (objeto), la mirada de los adultos y la relación con los iguales serán los principales acompañantes. Los estudiosos hablan de una verdadera metamorfosis biológica y psicológica que podría precisar de un acompañamiento y apoyo especiales.

Es una época, más o menos prolongada, donde el CUERPO se convierte con la carta de presentación y a menudo pasa a ser el soporte de la autoestima. La imagen corporal y su aceptación se harán indispensables para la reafirmación de la identidad individual y sexual. Los y las adolescentes están en un momento en que pueden pensar e imaginar su cuerpo como quieran. Todo es un interrogante abierto y esto les permite idealizar y poner en marcha toda clase de rituales y maniobras para acercarse a su imaginario de cuerpo ideal. Muchas/os de ellas y ellos lo vestirán y, en algunos casos, quedarán atrapados por los modelos que les presenta el entorno social. Al mismo tiempo, a nivel cognitivo aparece la capacidad de manejar ideas, y de averiguar y expresar lo “ideal”. Por primera vez tienen la posibilidad de conceptualizarse como individuos sexuados y sentir la fuerza de la energía erótica y el deseo hacia otro para

reencontrarse con ellos mismos y reafirmar la identidad sexual.

En un principio, mientras van madurando los caracteres sexuales secundarios con todos los cambios corporales, la aparición de la menstruación y las primeras poluciones nocturnas, y la centralidad de las sensaciones en los genitales, será preciso reencontrar la masturbación de manera más compulsiva y exploratoria ante cada estímulo para apaciguar lo que sienten. Se hace desde la fantasía y lo simbólico (recuerdos, sueños, momentos de estrés, de impotencia, etc.), y también de los mensajes que se han incorporado experimentalmente y de imágenes más o menos explícitas a través de la TV, internet, series, publicidad, películas, pornografía y el uso de las redes sociales con las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) ... Es el preámbulo para poder esperar, y así acceder más fácilmente a acercarse al cuerpo del otro y desear mantener relaciones sexuales. Todo este proceso se vive muy diferente en el chico que en la chica, en relación tanto a los rasgos personales como a los sociales y educativos.

Actualmente es importante que expertos y profesionales podemos observar nuestro entorno y tengamos en cuenta que en las diferentes culturas la representación del cuerpo y la sexualidad se vive de manera desigual. En algunos casos se obliga a esconder el cuerpo e incluso la mirada de o hacia el otro, y en el extremo opuesto este es considerado y se puede mostrar casi como el principal valor a intercambiar en las relaciones sexuales. Las diferentes interpretaciones de lo que se ha interiorizado hasta la pubertad junto a las creencias, la cultura y los mensajes sociales recibidos sobre el disfrute de la sexualidad y el comportamiento sexual, pueden convertirse en trampas para los adolescentes, en mayor medida para las chicas, y pueden comportar conflictos y riesgos en el comportamiento y actividad sexual.

Si entendemos la importancia de este cuerpo cambiante y la fragilidad psicológica durante la adolescencia, podemos entender la traumática huella psíquica y emocional que puede provocar el maltrato, las agresiones y sobre todo, el abuso sexual. La violencia sufrida en el cuerpo y en la persona interviene directamente en la psicosexualidad, interferirá en la asunción de la identidad sexual y, seguramente, generará toda clase de dificultades, inhibiciones y, incluso, trastornos de la personalidad.

Otra cuestión que hay que acentuar, es el complejo recorrido que pueden tener que realizar los adolescentes con una enfermedad crónica o con alguna diversidad funcional, tanto física como mental, para alcanzar la identidad individual, -en especial la sexual-, y acceder a la satisfacción del deseo erótico.

Desde la experiencia asistencial podemos asegurar que todas las chicas y chicos, sea cual sea su origen, cultura y situación personal, viven y hablan de esas sensaciones que pasan por el cuerpo y la mente, y de su necesidad de expresarlas y compartirlas.

Las diferentes interpretaciones de lo que se ha interiorizado hasta la pubertad junto a las creencias, la cultura y los mensajes sociales recibidos sobre el disfrute de la sexualidad y el comportamiento sexual, pueden convertirse en trampas para los adolescentes, en mayor medida para las chicas, y pueden comportar conflictos y riesgos en el comportamiento y actividad sexual.

Se trata de ir descubriendo “quién eres”, encontrar una satisfacción afectiva y erótica, y también transgredir los cuidados y control anteriores, diferenciándose y alejándose de los adultos de referencia.

Los posicionamientos sociales y morales ante la pluralidad de la orientación del deseo sexual, y la determinación de lo que se considera bueno y normal (heterosexualidad), puede obstaculizar el camino de la conformación de la personalidad y puede generar un gran sufrimiento a los chicos y chicas con una atracción sexual clara hacia el mismo sexo.

#### 4. La expresión de la sexualidad y los jóvenes

Sin duda, en la adolescencia y en medio de los cambios físicos, personales e interpersonales, la expresión de **la sexualidad** y conseguir con quien compartirla y ponerla a prueba se convertirá en un aspecto esencial. Se trata de ir descubriendo “quién eres”, encontrar una satisfacción afectiva y erótica, y también transgredir los cuidados y control anteriores, diferenciándose y alejándose de los adultos de referencia.

Ahora bien, la evolución y maduración fisiológica se inicia antes y de una manera más rápida que la psicológica. Esta desarmonía entre cuerpo y mente da lugar frecuentemente a un cuerpo preparado para iniciar las relaciones sexuales compartidas y para la reproducción, cuando no hay todavía suficiente madurez afectiva y emocional para controlar ni gestionar las posibles situaciones de riesgo. Es así que estas primeras relaciones pueden concluir con un embarazo, alguna infección de transmisión sexual (ITS), relaciones insatisfactorias o traumáticas, entre otros.

En esta fase, la importancia de los vínculos entre el grupo de iguales, el disfrute de una sexualidad compartida y la satisfacción de la fuerza del deseo son evidentes y se consideran imprescindibles en el camino de la reafirmación de la identidad sexual y la orientación del deseo. La imitación, las experiencias de los compañeros, las imágenes y mensajes compartidos..., son un estímulo para terminar de conformar la energía sexual y erótica e iniciar las primeras relaciones sexuales. Estos primeros encuentros reúnen el deseo de dejar la infancia y de descubrir nuevas emociones, compartir, experimentar el placer, probarse y probar al otro, amar y ser amado e ir determinando hacia quien se dirige la atracción sexual, personas del otro sexo, del mismo o indistintamente.

Los posicionamientos sociales y morales ante la pluralidad de la orientación del deseo sexual, y la determinación de lo que se considera bueno y normal (heterosexualidad), puede obstaculizar el camino de la conformación de la personalidad y puede generar un gran sufrimiento a los chicos y chicas con una atracción sexual clara hacia el mismo sexo. La edad en la que empiezan a sentir atracción sexual en una u otra dirección se sitúa entre 15-16 años, con importantes variaciones según las diferentes circunstancias y culturas.

Pero también es cierto que la fuerza del deseo y la energía sexual desenfrenada pueden despertar muchas emociones, sensaciones y sentimientos difíciles de dominar. Frecuentemente, en las primeras relaciones sexuales coitales se mezclan muchos sentimientos y son poco pensadas y planificadas y, por tanto, con poca previsión para poder evitar los riesgos. A menudo, aunque conocen bien el preservativo y su uso correcto, éste no se lleva o no se saca del bolsillo. Aún ahora, a menudo no se atreven a utilizarlo para no “cortar” el momento o, si lo utilizan, lo hacen de manera incorrecta e irregular.

Los rasgos personales, la subjetividad y el trayecto educativo y cultural, tienen un papel primordial en la actividad sexual, e influirán en la mayor o menor transgresión para la búsqueda del placer inmediato. En estos momentos, la satisfacción del deseo sexual y erótico es el principal objetivo y se puede buscar en compañeros o compañeras del mismo sexo o de diferente sexo. Como es un proceso de descubrimiento y reconocimiento, la atracción sexual puede ser coyuntural y variar con el tiempo. Estas pueden ser experiencias gratificantes o despertar confusión y malestar.

Puede haber una manera de relacionarse impredecible, según el nivel de sensibilidad, si se han experimentado juegos previos exploratorios, si se pueden manifestar las emociones, si se tiene capacidad para negociar, si se puede mostrar respeto hacia el otro, etc. De alguna manera, el estímulo que haya despertado la excitación y/o el desafío fijado en ese momento, conducirán la actividad sexual. Pueden dominar sólo las ganas de probar las capacidades, satisfacer el deseo erótico y experimentar lo que su imaginario le pide.

Sin embargo, normalmente la parte afectiva, con la atracción de la mirada del otro, sentirse seducido y seducida, deseado/a y desear ser alguien para otro, comunicarse, enriquecerse, ser amado/a y amar..., serán cualidades que estarán presentes en las relaciones entre unos y otros. Estas son condiciones importantes para un mejor aprendizaje, ensamblaje y satisfacción sexual.

En todo caso, si las funciones emocionales básicas han sido más o menos satisfechas y bien interiorizadas, el impulso y deseo sexual que conduce a experimentar y compartir surgirá a partir del deseo mutuo, y habrá suficiente contención y/o respeto hacia el otro. En esta situación, aunque hayan dudas, miedos y sentimientos, la sexualidad se podrá expresar y compartir con más calma, estimación y con mejor gestión de las emociones vividas a flor de piel. Así, el placer y la reafirmación de la identidad como ser sexual y social se podrá ir conquistando poco a poco.

Algunos autores han estudiado con mayor profundidad la relación entre el deseo erótico y la vinculación afectiva. Estos autores mantienen que, en algunas ocasiones, se utiliza la actividad sexual para cubrir otras necesidades como individuos, físicas y psicológicas, como son la de afirmación personal, la afirmación de poder, o las necesidades de un vínculo afectivo, como la conexión con la intimidad, la seguridad al sentirse cerca de otro, poder sentir confianza, entre otros (GÓMEZ-ZAPIAIN J., 2014).

## 5. Algunos rasgos diferenciales chica/ chico

Los recorridos y las percepciones de los chicos y las chicas pueden ser diferentes y con más o menos contrariedades u obstáculos, pero se puede afirmar que en nuestro entorno la mayor parte de los jóvenes son especialmente saludables y

**Los rasgos personales, la subjetividad y el trayecto educativo y cultural, tienen un papel primordial en la actividad sexual, e influirán en la mayor o menor transgresión para la búsqueda del placer inmediato.**

**Los recorridos y las percepciones de los chicos y las chicas pueden ser diferentes y con más o menos contrariedades u obstáculos, pero se puede afirmar que en nuestro entorno la mayor parte de los jóvenes son especialmente saludables y acceden al disfrute de la sexualidad, y reafirmar identidad con la asunción del rol y la definición de la orientación del deseo, sin demasiados conflictos ni sobresaltos.**



acceden al disfrute de la sexualidad, y reafirmar identidad con la asunción del rol y la definición de la orientación del deseo, sin demasiados conflictos ni sobresaltos.

Como ya hemos tratado, la convivencia y aprendizaje con el grupo de iguales, de chicas y chicos, es capital, ahora bien, la información, los mensajes e imágenes recibidas constantemente a través de la publicidad, internet, TV, pornografía y el uso de las redes sociales mediante las tecnologías de la información y comunicación (TIC), influirán y acompañarán la actividad sexual y las relaciones personales.

En todo caso, el acceso libre a contenidos sexuales explícitos no significa garantía de libertad sexual ni mucho menos de igualdad sexual. Como en el resto de ámbitos, el mercado, la falta de una educación afectivo-sexual transversal, el Estado mediante la educación reglada, la presencia de un modelo patriarcal con sus patrones sexuales, de género y heteronormativos, potenciados para casi todos los medios de comunicación, tienen un papel trascendental en la sexualidad de los jóvenes<sup>2</sup>.

Muchos de los jóvenes, influenciados por este bombardeo informativo y de imágenes, con mensajes explícitos para una actividad sexual más placentera, todo lo que tenían en su imaginario o ya habían aprendido e interiorizado puede entrar en contradicción. En muchas ocasiones necesitan y no encuentran los espacios profesionales donde repensar y contrastar todo lo que observan, escuchan y piensan que tienen que aprender de nuevo y experimentar.

El chico, ya por sus características fisiológicas y la diferente manera de sentir la energía sexual en los genitales, puede buscar a menudo la satisfacción erótica de manera más compulsiva e inmediata. Actualmente, según diferentes encuestas, la pornografía y otros medios de comunicación son a menudo sus principales fuentes de información, donde se les presentan modelos vacíos de afecto, intimidad y respeto hacia el otro. En muchos de los medios que consultan, se presentan todo tipo de fantasías sexuales, en algunos casos con rasgos “perversos”, que invitan a poder hacerlas realidad. Esto les lleva, en algunos casos, a probar y experimentar sin poder discernir entre lo que les ayudará o bien lo que les creará confusión y desorden en el camino de reafirmación de la identidad sexual.

En cuanto a la mayor ingesta de alcohol y otras drogas y su frecuencia, el porcentaje de chicos es más alto que el de chicas. Son resultados coincidentes de diferentes encuestas dirigidas a los jóvenes.

La chica, además de escuchar su cuerpo y su impulso erótico, estará más atenta a otras dimensiones relacionadas con sus sentimientos que le puedan proporcionar placer. Desde este aspecto, la chica, a pesar del miedo a un embarazo, a menudo se deja atrapar por “el amor romántico”, y puede quedarse embarazada inesperadamente, y en algunos casos puede llegar a sufrir relaciones con maltratos y contagiarse de una ITS. En este sentido,

---

<sup>2</sup> Martín A. *El diari de l'educació*. <http://diarieducacio.cat/>

preocupa a las instituciones educativas y a la sociedad el aumento de la violencia de género en las relaciones adolescentes.

Hay que considerar la importancia de la comunicación no verbal en los jóvenes, (modo de vestirse, de expresarse, de presentarse, cantidad de piercings, tatuajes, expresión de la cara, etc.), como un hecho característico individual y social de la etapa para la rebeldía y para mostrar las diferencias con los adultos, aunque a veces puede aportar información y nos puede ayudar a determinar una llamada de atención, su estado de ánimo o la necesidad de ayuda.

Las noches de fin de semana, y especialmente el ocio nocturno, son los espacios de libertad juvenil y de actividad sexual. En este ambiente, sin la mirada de los adultos, el consumo de alcohol y drogas facilita la desinhibición, reducir la vergüenza y los complejos para seducir y tener relaciones sexuales. Los límites en cuanto a la cantidad y el efecto de las diferentes drogas son difíciles de controlar, y a veces repercute en su actividad sexual y pueden llegar a mantener relaciones desiguales sin que haya consentimiento y aceptación por parte de la pareja. La "libertad" que parecen tener, esconde efectos secundarios como la embriaguez, malestar y preocupación, y acaban teniendo relaciones con personas desconocidas y fuera de un espacio de intimidad.

En este contexto, las chicas se encuentran en circunstancias más problemáticas y estresantes que los chicos. Por su fisiología, las chicas metabolizan peor que los chicos el alcohol y las demás drogas, y después de una noche de fiesta deben pedir ayuda porque han perdido el control y se han sentido agredidas y forzadas a mantener una relación sexual sin consentimiento. Al día siguiente, si se atreven a pedir ayuda, pueden explicar que no recuerdan lo que han vivido. En estas situaciones habrá que tomar una píldora de anticoncepción de emergencia, algunas veces descartar una ITS y a medio plazo descartar un embarazo.

Este es sólo un pequeño esbozo de algunas de las diferencias entre los chicos y las chicas, influenciadas por la fisiología y la psico-sexualidad, pero también para la educación, la cultura del ocio, el dominio del poder del patriarcado y las políticas que se derivan, entre otros. Los expertos coinciden en que, a pesar de las diferencias, una buena educación afectivo-sexual desde la infancia y una atención profesional específica, desde diferentes disciplinas, dirigida a este colectivo tienen mucho que decir y hacer para promocionar relaciones más igualitarias y prevenir muchas de las consecuencias de las relaciones sexuales de riesgo.

## 6. Sexualidad y conflicto

Hay que aceptar que el adolescente actual sigue siendo tan vulnerable como lo eran sus padres ante las nuevas circunstancias y emociones que se le plantean para crecer. Más infor-

**Hay que considerar la importancia de la comunicación no verbal en los jóvenes, (modo de vestirse, de expresarse, de presentarse, cantidad de piercings, tatuajes, expresión de la cara, etc.), como un hecho característico individual y social de la etapa para la rebeldía y para mostrar las diferencias con los adultos, aunque a veces puede aportar información y nos puede ayudar a determinar una llamada de atención, su estado de ánimo o la necesidad de ayuda.**

mación, más libertad para adquirir información, con un mayor consumo de imágenes y libertad de acción y comprensión social, no resuelve del todo lo que hay que aprender e interiorizar para reafirmar la identidad y disfrutar plenamente de una sexualidad libre de tabúes y desigualdades.

Aunque el recorrido familiar, educativo y social haya sido adecuado, las dudas, la inseguridad, los miedos, la vergüenza, la falta de experiencia y muchas otras sensaciones que se desvelan en el inicio de relaciones sexuales coitales hacen que puedan surgir dificultades para encontrar o reconocer los espacios de intimidad y acceder a una satisfacción sexual con todo el criterio y la adecuada protección. Aquí debemos señalar que equivocarse es humano y que las consecuencias de unas relaciones desprotegidas, o poco satisfactorias, pueden potenciar la reflexión y sensibilización para seguir aprendiendo.

Hay hechos y experiencias vividas previamente a la edad adolescente que pueden generar sufrimiento, confusión y rabia bien difíciles de manejar y que podrían repercutir en las relaciones posteriores. En algunas personas, la vivencia de situaciones puntuales como “separaciones” y “pérdidas” de forma traumática (divorcio, ruptura de pareja, desarraigo por inmigración, reagrupamiento familiar, muerte de un amigo o ser querido, abandono, malos tratos y violencia en casa ...), pueden tener efectos inesperados en cuanto a los comportamientos interpersonales y el disfrute de la sexualidad durante la juventud.

**Una posible respuesta al sufrimiento por lo que se ha vivido, hace que el impulso sexual se pueda manifestar de forma egocéntrica para calmar la tristeza, la soledad y la angustia, y interfiera en la relación personal y sexual, sin poder tener en cuenta el deseo del otro.**

En la satisfacción del deseo erótico y las relaciones interpersonales, sea con personas de diferente sexo o del mismo sexo, se pueden mover otros “valores” vividos, como la contención de las emociones, las manifestaciones de poder y de posesión, los hielos, la dependencia, la agresividad, la indiferencia, ... y otras situaciones observadas en el entorno familiar y sentidas, entre ellas el rechazo, el abandono, el enfrentamiento continuo, el maltrato, la violencia ... y un largo etc... Una posible respuesta al sufrimiento por lo que se ha vivido, hace que el impulso sexual se pueda manifestar de forma egocéntrica para calmar la tristeza, la soledad y la angustia, y interfiera en la relación personal y sexual, sin poder tener en cuenta el deseo del otro.

En este sentido, se pueden establecer vínculos y relaciones con los amigos, parejas, adultos..., complejas, provocativas y con falta de respeto, que tendrán una repercusión en los comportamientos sexuales (impulsivos, amenazantes, agresivos, violentos, etc.).

Las conductas reactivas o “paso al acto” y de riesgo de los jóvenes, nos trastornan y preocupan, pero a menudo nos cuesta aceptar que en todo ello hay una carga emocional, un sufrimiento importante y una llamada de atención para pedir ayuda de forma inconsciente. Si llegan a ser atendidos, en muchos casos se detecta una mochila cargada de vivencias traumáticas y de comportamientos poco saludables, difíciles de soportar y gestionar. Muchas veces el alcohol y otras drogas acompañarán estos comportamientos.

En cuanto al embarazo en la adolescencia, además de un posible fracaso anticonceptivo, -ya que manejar la anticoncepción segura exige aprendizaje y convicción-, hay muchos factores que intervienen y que pueden tener relación, como las circunstancias de la pareja, especialmente de la chica, como son el grado de autoestima, el estado de ánimo, el amor mal entendido o dicho "romántico", las pérdidas y duelos, entre otros, y que la pueden llevar a situaciones de sumisión y de dependencia que le dificultarán protegerse. En todos los casos de relaciones desprotegidas, el acceso libre a la anticoncepción de emergencia es importante para disminuir los embarazos de niñas y adolescentes. También el uso de drogas, el abandono, el divorcio de los padres, el luto de un familiar, la frustración y otros rasgos de la personalidad pueden ser algunos de los elementos que se detectan a menudo en un embarazo inesperado.

En la adolescencia, la decisión de recurrir al aborto es superior que la decisión de tener el hijo. Las chicas que deciden tener el hijo normalmente son las que se encuentran en situaciones económicas y sociales más desfavorecidas. Este hecho puede cambiar su vida, acabar con su educación y multiplicar su vulnerabilidad ante la pobreza, la exclusión y la dependencia. (ASPB). Poder contar con una ley del aborto que permite acceder a interrumpir el embarazo de manera segura y en condiciones y por libre elección de la mujer hasta las 12 semanas es una buena medida para el grado de salud sexual y reproductiva.

La interrupción del embarazo, con un buen acompañamiento, ofrece la solución más adecuada para el futuro de la chica. Sin embargo, el último cambio de la ley, con la obligación del acompañamiento de los padres a las menores de 18 años cuando quieren acogerse al aborto, ha complicado la libre elección, sobre todo en aquellos casos donde existen diferencias y graves conflictos entre la familia y la chica.

Con respecto a las ITS, parece que los últimos cambios sociales, los movimientos migratorios, el turismo y otras formas de relacionarse sexualmente con variadas personas de diferente o del mismo sexo, han hecho que las ITS aumentaran y que algunas de las infecciones que parecían erradicadas, volvieran a aparecer. El diagnóstico de una ITS en uno o una adolescente es delicado y será precisa una escucha y atención muy cuidadosa para poder determinar los posibles contactos, prescribir el tratamiento adecuado y evitar nuevos contagios. En algunos casos, el contagio de una ITS puede ser un síntoma que nos advierte de otros trastornos o situaciones conflictivas, que el adolescente puede estar sufriendo en ese momento. En cuanto a la infección por el VIH en la adolescencia, no se debe despreciar ya que en esta época, donde probar y experimentar es importante, a menudo alternan relaciones con personas de diferentes edades y experiencias, con personas del mismo sexo o con personas de las que se desconoce su estado serológico.

**Cuando un joven está enfadado, se siente perdido, sufre, y no es capaz de hablar, puede entrar en un bucle de relaciones personales y sexuales poco saludables y de riesgo elevado que pueden afectar su salud y la de otras personas.**

Cuando un joven está enfadado, se siente perdido, sufre, y no es capaz de hablar, puede entrar en un bucle de relaciones personales y sexuales poco saludables y de riesgo elevado que pueden afectar su salud y la de otras personas.

En resumen, nos trastorna la disminución de la edad de inicio de las relaciones sexuales, el embarazo y el aborto en el grupo de adolescentes, sus comportamientos deslizando cerca del riesgo, el consumo de diferentes drogas en edades cada vez más jóvenes, el aumento de los ITS, el uso de la pornografía, las adicciones a las pantallas (Internet, móvil ...), las relaciones poco igualitarias, la violencia, su manera particular de expresar lo que sienten, etc., pero nos cuesta, tanto desde las instituciones políticas y sociales como desde los profesionales, proyectar una mirada amplia y una reflexión multidisciplinaria para encontrar una respuesta más adecuada a sus vivencias y necesidades<sup>3</sup>.

### 7. Algunos datos

La edad de inicio de las relaciones sexuales tiene una importancia capital en la salud afectiva, sexual y reproductiva de los jóvenes. Hasta hace poco existía un cierto consenso en que la edad media de la primera relación sexual con penetración en España tenía lugar entre los 15,5 y 17,9 años. Actualmente y según los resultados de algunos estudios y encuestas a jóvenes, de diferentes autonomías, se podría casi afirmar que la edad media de iniciación sexual se encuentra alrededor de los 15 años, con alguna diferencia entre hombres y mujeres y según el territorio estudiado. A esta proposición contribuye la aportación de los resultados de un estudio muy interesante "Relaciones afectivas y sexualidad en la adolescencia", realizado en 2013 por la "Liga española de la educación" del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Otra fuente importante de datos es el cuestionario del Informe *FRESC (Factores de Riesgo de la Escuela Secundaria)*, de la Agencia de Salud Pública de Barcelona del año 2012, que determina varios indicadores relacionados con la conducta sexual en jóvenes de 4º de ESO y de 2º de bachillerato y CFGM. Alrededor del 25% de los chicos y las chicas de 4º de ESO han mantenido relaciones sexuales con penetración alguna vez. En 2º de Bachillerato y CFGM, esta proporción es más elevada siendo superior en chicas (62,4%) que en hombres (56,1%). En el año 2014 la tasa de IVE (Interrupción Voluntaria del Embarazo) fue 15,4 por 1000 mujeres de 15 a 19 años y la de fecundidad 6,14 por 1.000 mujeres de 15 a 19 años. Hay una ligera tendencia a la disminución de la IVE desde el 2012. Parece que la disminución de las IVE no va seguida de un au-

<sup>3</sup> *L'afectivitat i la sexualitat. Son educables?* Interrogants 02 . Ed. Fundació Victor Grifols i Lucas. 2011

mento de la fecundidad, es decir, las mujeres adolescentes reducen los embarazos no planificats<sup>4</sup>.

Las mujeres nacidas en España presentan una mayor frecuencia de IVE del total de embarazos en comparación con las mujeres originarias de países de rentas bajas. La evolución muestra una situación estable entre 2008 y 2014.

En Barcelona, ante un embarazo, la interrupción es más frecuente entre las mujeres adolescentes residentes en el distrito de Sarrià-Sant Gervasi y los nacimientos en las mujeres adolescentes de Nou Barris. En las mujeres adolescentes de menos de 15 hasta 19 años de la ciudad de Barcelona, el 71,5% de los embarazos son no planificados ya que terminan en una IVE<sup>5</sup>.

Según UNICEF, la prevención de los embarazos no deseados permite a las mujeres adolescentes finalizar la educación y adquirir los conocimientos fundamentales para el crecimiento personal.

## Para concluir

Actualmente se acepta desde diferentes ámbitos de experiencia profesional que los conocimientos aprendidos mediante un proceso educativo continuo para la salud en la infancia y primera adolescencia, pueden ayudar a reforzar la personalidad, la autoestima, a lograr la identidad y facilitar la adopción de actitudes positivas y saludables para con la afectividad, la sexualidad y las relaciones con los demás.

En este sentido, la educación afectiva sexual y los espacios específicos de atención a adolescentes y jóvenes con profesionales de diferentes disciplinas, con una escucha activa y sin juzgar, son imprescindibles para facilitar el disfrute de la sexualidad, reducir las desigualdades y promover una adecuada prevención de riesgos, de problemáticas sociales y de posibles trastornos psicológicos. Se trata de acompañarlos en la gestión de las emociones, para que se puedan acercar al valor del respeto y la tolerancia frente a la amplia realidad de las preferencias en el disfrute de la sexualidad.

En nuestro entorno, han aumentado en los últimos años las intervenciones educativas en grupo sobre afectividad y sexualidad en las escuelas, y las instituciones y servicios que atienden a los jóvenes y los escuchan adecuadamente, pero todavía estamos lejos de conseguir una educación transversal y una prestación accesible a todos los jóvenes, indistintamente de su identidad, diversidad, condición y situación social.

**La educación afectiva sexual y los espacios específicos de atención a adolescentes y jóvenes con profesionales de diferentes disciplinas, con una escucha activa y sin juzgar, son imprescindibles para facilitar el disfrute de la sexualidad, reducir las desigualdades y promover una adecuada prevención de riesgos, de problemáticas sociales y de posibles trastornos psicológicos.**

<sup>4</sup> Informe de la IVE de la Generalitat de Catalunya, 2014.

<sup>5</sup> Informe sobre la Natalitat de l'ASPB, 2014.

### Bibliografía

- BALDI, P. GÓMEZ, R. PÉREZ, M. *SEX-CRETS. Els secrets d'un aprenentatge*. Ed. Octaedro, 2012.
- CASTELLANO BRANCO, G. *Medicina de la adolescencia*. Ed. Ergon, Madrid, 2004. ISBN: 9788484732730.
- CENTERWALL SKOLVERKET, E. *El amor en la adolescencia*. Ediciones del Serbal. Barcelona, 2000. ISBN: 9789188372994
- CORNELLÀ I CANALS, J. *Parlem de l'adolescència*. Ed. CCG edicions, 2008. ISBN: 9788496766471.
- DELGADO, M. (coord.), ZAMORA, F. BARRIOS, L. CÀMARA, N. *Pautas anticonceptivas i maternidad adolescente en España*. Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y Fundación Española de Contracepción (FEC). Madrid 2011. ISBN 978-84-9921-212-8.
- DIO BLEICHMAR, E. *La Sexualidad Femenina. De la niña a la mujer*. Editorial Paidós. Barcelona, 1997. ISBN: 8449304881.
- DOLTO, F. *La causa de los adolescentes*. Ed. Paidós Ibérica. 2004. ISBN: 9788449315398.
- FUNDACIÓN VÍCTOR GRÍFOLS I LUCAS *Afectividad y sexualidad. ¿Son educables?* Ed. Victor Grífols i Lucas. Barcelona, 2011. Interrogantes 02. ISBN: 978-84-693-2426-4.
- GARCÍA-TORNEL, S.; MIRET, P.; CABRÉ, A.Y COLS. *El adolescente y su entorno en el siglo XXI. Instantánea de una década*. Esplugues de Llobregat: Sant Joan de Déu. Observatorio de salud de la infancia y la adolescencia. 2011.
- GONZÁLEZ BALLETBÓ, ISAAC.; GUISSADO FERNÁNDEZ, EVA.; NÚÑEZ NIETO, CAROLINA. *Diferencias de género en la vivencia de la sexualidad adolescente*. Premi Ferran Salses i Roig. Salut Comunitària, 14ª edició, 2002. Edició Ajuntament de Rubí, 2005.
- GÓMEZ ZAPIAIN, J. *Apego y Sexualidad: Entre el vínculo afectivo y el deseo sexual*. Editorial Alianza editorial. Madrid, 2009. ISBN 978842066858.
- GÓMEZ-ZAPIAIN, J. *Psicología de la sexualidad*. Ed. Alianza editorial, 2013. ISBN: 9788420677989
- LÓPEZ SÁNCHEZ, F. *Sexo y afecto en personas con discapacidad*. Ed. Biblioteca Nueva. Madrid, 2002. ISBN: 9788497420075.
- LÓPEZ SÁNCHEZ, F. *Ética de las relaciones sexuales y amorosas*. Ed. Pirámide. 2015. ISBN: 9788436833683.
- LÓPEZ SÁNCHEZ, F. *Prevención de los abusos sexuales de menores y educación sexual*. Ed. Amaru ediciones. 2013. ISBN 9788481960402.
- MARTINEZ TEN, C.; SERRANO, I., CIFRIÁN, C. *Manual sobre el aborto*. Ed. Catarata, 2014. ISBN: 9788483199039.
- PEREZ SIMÓ, R. *Lo mejor y lo peor de la adolescencia*. Ed. Cahoba ediciones, 2007. ISBN: 9788498320657.
- MOLERO, F. i cols. *Sexe Jove*. Ed. Marge Books. 2008. ISBN: 9780816399789.
- ROS R. *Els joves i la salut. Joventut i polítiques de joventut, 25 aportacions*. Col·lecció Documents de Treball. Sèrie Igualtat i Ciutadania, 9. Diputació Barcelona. 2007.
- ROS R. *Els adolescents i la salut. Revista del Col·legi Oficial de Doctors i Llicenciats en Filosofia i Lletres i en Ciències de Catalunya*. Núm. 125. Gener 2006.
- ROS RAHOLA, R. *La demanda del adolescente en situaciones conflictivas de su sexualidad*. An. Es. de Pediatría. VII Reunión Nacional de la Sección de Medicina del Adolescente de la AEP (Supl 91): 21-25, 1997.
- ROS R, PALAU M, RUIZ E. *Embarazo en la adolescencia*. Formación Médica Continuada en Atención Primaria 1995; 2: 257-271.
- SERRANO FUSTER, I. *Sexo con sentido para jóvenes*. ED. Síntesis. Madrid 2007. ISBN: 9788497565011.

## Bibliografia

- SERRANO FUSTER, I. *Sexo con sentido para jóvenes*. ED. Síntesis. Madrid 2007. ISBN: 9788497565011
  - *Standards for sexuality education in Europe. an wellbeing overview of current policies*. WHO, Cologne 2010.
  - SURÍS, J.C. *Un adolescente en casa*. Ed. Plaza y Janés Editores S.A., 2001. ISBN: 9788497565011
- Documents electrònics:
- ESTEBAN GALARZA, ML i cols. “*Continuidades, conflictos y rupturas frente a la desigualdad: jóvenes y relaciones de género en el País Vasco*”. Ed. Emakunde. Instituto vasco de la mujer. Julio 2016. [http://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/certamen\\_publicaciones/es\\_def/adjuntos2015-jovenes-relaciones-genero.pdf](http://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/certamen_publicaciones/es_def/adjuntos2015-jovenes-relaciones-genero.pdf)
  - COMITÉ DE BIOÈTICA DE CATALUNYA *La persona menor d'edat en l'àmbit de la salut*. 2009. <http://comitebioetica.cat/wp-content/uploads/2012/02/info8juliol2009.pdf>
  - *Jóvenes, salud y sexualidad. Sondeo de opinión y situación de la gente joven 2008*. Instituto Nacional de la Juventud. Observatorio. 2008. [http://www.injuve.es/sites/default/files/SondeoSalud%202008-1a%20\(1\).pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/SondeoSalud%202008-1a%20(1).pdf)
  - *Relaciones afectivas y sexualidad en la adolescència*. Liga española de la educación. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Gobierno de España. Madrid 2013. <http://www.ligaeducacion.org/documentos/investigaciones/relaciones-afectivas-y-sexualidad-en-la-adolescencia.pdf>
  - FREIXANET MATEO, M. (COORD.) “*Relacions de gènere entre joves i adolescents. Com intervenir quan hi ha violència?*” Institut de Ciències Polítiques i Socials. Barcelona. 2014 <http://www.icps.cat/archivos/CiPdigital/cip-g32freixanet.pdf?noga=1>
  - ICPS i FREIXANET MATEO, M. (COORD). *Ciutats i persones* de l'Institut de Ciències Polítiques i socials (ICPS). Ed. Digital, pg 126, Barcelona 2014 <http://www.icps.cat/archivos/CiPdigital/cip-g32freixanet.pdf>
  - MARTÍN A. *La sexualitat dels joves és menys lliure del que creiem*. El diari de l'Educació. Fundació Periodisme plural. 2015 <http://diarieducacio.cat/blogs/rebelsambcausa/2015/04/27/la-sexualitat-dels-joves-es-menys-lliure-del-que-creiem/>