

## Transformar actitudes

Las leyes son útiles para cambiar la homofobia y la inequidad de género, pero no bastan, comentó Mariela Castro Espín, directora del Cenesex.

“En el país hay muchas cosas que están cambiando. Todo lo que se ha avanzado en el camino de los derechos lleva la mirada crítica a nuestra propia historia, a lo que logramos y lo que no fuimos capaces de lograr; pero también se ha influido desde las legislaciones y los debates científicos internacionales que favorecen la lucha por estos derechos. Se han ido desarticulando ataduras históricas, pero también identificándolas para poderlas enfrentar”, advirtió.

Para la máster en Sexología, el debate de estos temas ha ayudado a tomar conciencia de lo que falta, y las experiencias internacionales ofrecen pistas. “Las legislaciones no modifican las conciencias. Lo más importante es realizar una acción educativa permanente, con apoyo de los medios de comunicación, para ir cambiando conciencias. Somos una cultura de origen patriarcal y homofóbica. Todo eso caló en nuestra identidad nacional, que está cambiando en muchos elementos, pero no en todo”.

Mariela explicó la importancia de encontrar estrategias, por ejemplo, para negociar el tema de las uniones legales entre personas de un mismo sexo y por eso se ha propuesto en Cuba ese término en vez de matrimonio. “Quisiéramos también lograrlo, para que existan opciones para todo el mundo, pero por cuestiones estratégicas no lo vamos a mencionar ahora. Más tarde vamos a seguir y quién sabe si encontremos hasta una mejor fórmula para las parejas heterosexuales que no sea el matrimonio”, aseveró.



Por otra parte, a algunos les genera angustia el excitarse o sentirse atraídos por alguien del mismo sexo; pero el deseo es universal y ninguna práctica es privativa de una u otra orientación sexual. El sexo anal, por ejemplo, siempre ha sido considerado una conducta de homosexuales, aunque los heterosexuales también lo disfrutan y desean. “Una de las grandes fantasías de esos machos que gastan energía en demostrar que son hombres es la penetración anal”, aseguró la sexóloga Larrazábal.

Lo más recomendable es tomar entonces el sexo como un menú del que se elige el plato que se desea o se prueba un poquito de todo, según el gusto de cada cual. “Dejemos de ponernos etiquetas y disfrutemos”, exhortó.

### PLACER SIN EDAD NI FRONTERA

El control social sobre los cuerpos es otra de las presiones sobre nuestra sexualidad. Lo que Michelle Foucault llama “la biopolítica del poder” establece expectativas sociales que crean ansiedad, angustia y limitan, por ejemplo, el derecho sexual de las personas de la tercera edad.

Miren Larrazábal recomienda adecuar la educación sexual a todo el ciclo vital y romper con las expectativas del sexo para jóvenes. “Debemos aprender otra sexualidad basada en la caricia, el beso; tenemos la lengua, la piel —que es el órgano sexual más grande, lleno de terminaciones nerviosas. Si logramos desgenitalizar la sexualidad, llegaremos a ser ancianos con un placer maravilloso”.

Tomando como ejemplo la metáfora de “salir del closet”, la sexóloga llamó a abrir los armarios de la sexualidad. “Hay que destruir el mito de normalización del modelo sexual. Mientras que la sexualidad sea libre, responsable, segura y placentera, no hay nada ni mejor ni peor, ni normal ni anormal”, concluyó.

## VI Congreso Cubano de Educación, Orientación y Terapia Sexual



## Aprendiendo a convivir

Por Helen Hernández Hormilla Foto: Randy Rodríguez Pagés

Se dice que la pareja, al menos en los cánones hasta ahora conocidos, se encuentra en fase de transformación, en crisis. Si bien las personas no renuncian a las uniones, al deseo o los afectos, en la mayoría de las sociedades de Occidente se buscan nuevos modelos para disfrutar la sexualidad, fuera de las ataduras y represiones de la moral tradicional. Sobre estos y otros asuntos se debatió el lunes 30 de enero en una nueva sesión del espacio “Voces para el diálogo”, convocado por el Centro Nacional de Educación Sexual (Cenesex), con el apoyo de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo y el Servicio de Noticias de la Mujer de Latinoamérica y el Caribe, a propósito del VI Congreso Cubano de Educación, Orientación y Terapia Sexual.

Desde la sociología y la sexología, respectivamente, disertaron esta vez Óscar Guasch, profesor especialista en sexualidad y género de la Universidad de Barcelona y Miren Larrazábal, presidenta de la Federación Española de Sociedades de Sexología, ambos de España.

La periodista Marta María Ramírez moderó el intercambio, que transitó por temas diversos y controvertidos, a partir de las inquietudes del público. El matrimonio entre personas del mismo sexo, los estereotipos de la sexualidad, los derechos sexuales, la prostitución, la educación sexual y la supresión de la transexualidad de la lista de trastornos mentales fueron algunos de los tópicos tratados en el intercambio, rico en aristas y matices pues, cuando de sexualidad se trata, no existen verdades absolutas.

Se habla de monogamia en serie, de personas que viven juntas pero separadas y no comparten residencia, de parejas abiertas, intercam-



Una amplia gama de temas fueron abordados por los españoles Miren Larrazábal y Óscar Guasch, en diálogo con el público asistente al Cenesex, el 30 de enero.

bios de parejas, soltería, entre otras muchas alternativas a partir de las necesidades de cada quien. Como recaló Guasch, se trata de que seres adultos, sensatos y responsables puedan elegir en libertad la mejor manera de experimentar su deseo y su placer. Por su parte, la sexóloga de origen vasco defendió la necesidad de extender la educación sexual como entrenamiento para la convivencia. “Nos enseñan todos los oficios, pero nadie es capaz de enseñarnos las habilidades para convivir, y es ahí donde se encuentra la clave de los conflictos de la pareja”, refirió.

# El amor no basta

Por Helen Hernández Hormilla Fotos: Randy Rodríguez Pagés



El matrimonio, la unión gay, los estereotipos de la sexualidad, los derechos sexuales y la educación sexual, entre otros temas, mantuvieron la atención y el intercambio entre el público y los expertos españoles, invitados al VI Congreso Cubano de Educación, Orientación y Terapia Sexual.

Si nos dijeran que una de las principales causas de ruptura en la pareja es precisamente el amor, más de un escéptico saltaría de asombro. Pero Miren Larrázabal, sexóloga clínica española, aclara que es en el modelo de amor patológico, basado en la dependencia afectiva, donde radican las causas de una crisis de la pareja.

“Con el amor no basta para la convivencia, pues la pareja es una de las cuestiones más complicadas en el oficio de vivir”, señaló la experta. En su experiencia como terapeuta, ha podido constatar la demanda en consultas de sexología por estos temas.

El amor romántico, según lo conocemos, data del siglo XIX, cuando se instituye como herramienta para el control social de las mujeres, y es una excusa para que la pareja se mantenga en el tiempo, destacó por su parte el profesor Óscar Guasch. Desde su mirada sociológica, este especialista prefiere hablar de una crisis del matrimonio como institución, más que de la pareja.

Explicó que el matrimonio de origen católico en Occidente se fundamenta sobre tres bases a lo largo de la historia: monogamia, heterosexualidad e indisolubilidad; pero, en el mundo globalizado contemporáneo, estas tres patas comienzan a flaquear.

“La indisolubilidad la destrozan los divorcios, la heterosexualidad de los contrayentes está en crisis ante las leyes que permiten las uniones entre personas del mismo sexo y la monogamia empieza a quebrantarse, cuando personas adultas y sensatas están pidiendo el derecho a la poligamia”, ilustró.

Considera Guasch que deben deslindarse el deseo, la pareja y el matrimonio, que es finalmente una estructura social susceptible de transformación.

Para Miren Larrázabal, la clave está en educar a los seres humanos en habilidades imprescindibles para convivir. Además de los afectos, se requieren herramientas para la comunicación, la solución de problemas, la negociación, para expresar el enfado sin descontrolarse, manejar las emociones y prepararse para la asertividad, porque tener una buena pareja no implica decir siempre que sí. “La buena convivencia parte de que alguien me deje expandirme, ser yo, me deje tener intereses y mostrarme como ser humano”, opinó la catedrática.

## ROMPIENDO LOS MITOS

No solo la pareja tradicional está en entredicho. También se resquebraja el modelo de sexualidad heterocentrista, coitocéntrico y basado en la genitalidad, que ha impuesto mitos y estereotipos sobre el placer y el deseo.

En estas características se sostienen muchas de las disfunciones sexuales que experimentan los seres humanos, sostuvo Larrázabal. La peor parte la llevan, como siempre, las mujeres, que han sido privadas del derecho al disfrute sexual. “Hasta hace poco no podíamos desear y todavía convive un modelo de sexualidad que gira en torno al hombre, a la penetración, al coito”, destacó.

El tabú sobre el autoerotismo femenino, por ejemplo, ha sido un lastre porque muchas de las mujeres que no tienen orgasmo solucionan su problema autoestimulando su clítoris. “No se nos ha enseñado a gozar, se piensa que nuestro orgasmo es solo vaginal”, advirtió la sexóloga.

De ahí la importancia de la información y la educación sexual, para destruir barreras, mitos y estereotipos que atentan contra nuestro disfrute, precisó. La formación debe basarse, agrega, en el conocimiento científico y los pilares de la salud sexual: libertad, responsabilidad, seguridad y placer. “Tenemos que transmitir modelos placenteros de sexualidad, porque la sexualidad también es lúdica”.

El rol de padres y madres en la transmisión de una educación sexual positiva fue resaltado por la sexóloga, quien considera que este es un derecho de niños y niñas. Para ello debe haber una preparación correcta, desde fuentes científicas, y no transmitir los mismos estereotipos.

Deben cuidarse, además, las actitudes sexuales porque esa educación abarca de cómo besamos y tocamos a un bebé a cómo se le enseña a relacionarse con su propio cuerpo. “Los agentes sociales tenemos una responsabilidad. La escuela, los padres y madres, los profesionales y los medios de comunicación tenemos que elaborar un modelo positivo hablando de un sexo libre de coacción y violencia, placentero y responsable”.

## AMOR Y SEXO...

¿Es el amor una garantía para un sexo placentero? A criterio de Larrázabal, no siempre tiene que ser así. Por un lado está el sistema de apego, el cariño de una pareja, el cuidado, el entendimiento; por otro, el sistema sexual, que tiene que ver con la satisfacción del deseo. “Son dos sistemas que a veces se potencian, pero a veces interfieren”, describió.

La cuestión radica en comprender que el sexo está en el cerebro y no en las hormonas, argumentó. “El cáncer de la pareja es la rutina, el aburrimiento”, advirtió.

La transgresión, la emoción y el peligro son estrategias frecuentes para despertar el deseo, recomendó la especialista y explicó que, por ello, trata de trabajar la seducción y el cortejo en parejas estables. “El sexo no son solo nuestros genitales, no es un ejercicio gimnástico en el que te aprendas posturas. Tiene que ver con movilizar la intimidad y crear habilidades de seducción”, sostuvo. En otro orden, Guasch abundó en la búsqueda de opciones democráticas que no “patologicen” la falta de deseo. “Hay parejas abiertas que se aman, son solidarias, tienen intimidad y tienen o no relaciones sexuales entre sí”.

El sociólogo agregó que uno de los aportes históricos de la vida cotidiana homosexual ha sido esa libertad en el ámbito de la pareja —en aquellas que lo negocian—, de tener varias formas de relacionarse y no siempre la de una única compañía sexual.

## La transexualidad no es patológica

Aunque la disforia de género permanece en las listas internacionales de trastornos mentales, no pocos profesionales y activistas concuerdan en que se debe despatologizar. Miren Larrázabal explicó la lucha de la Sociedad de Sexología de España en ese propósito. “Estamos intentando darles a las personas transexuales un seguimiento, pero desde un marco de no trastorno mental. Se montó un comité de expertos en el cual se ha elaborado un protocolo y se van a crear unidades de género para que estas personas puedan llevar adelante su proceso, con acompañamiento de un equipo multidisciplinario, pero sin considerar que es un trastorno”.

## MÁS QUE PALABRAS, DERECHOS

Mientras se habla de un matrimonio heterosexual en crisis, en el mundo aparecen opciones legales que permiten las uniones entre personas de un mismo sexo. Acerca de si es coherente llamar de la misma forma a relaciones que subvierten los patrones clásicos de esta institución social, se alzaron en el diálogo varias voces.

Óscar Guasch recordó que, en la historia del movimiento gay, el matrimonio nunca fue una prioridad en el conjunto de la lucha contra la homofobia. “Ganó espacio en determinados contextos, pero sobre todo como consecuencia de una ley sociológica que dice que, cuando las instituciones están en crisis, los grupos subalternos pueden acceder a ellas”, refirió.

“No quiere decir por esto que todas las personas homosexuales estén a favor del matrimonio, pero las personas tenemos que tener los mismo derechos”, continuó.

El médico Alberto Roque, activista del movimiento homosexual en La Habana, opinó que se necesitan nuevas denominaciones, maneras y estructuras que amplíen los derechos, para poder revertir el efecto de dominación que implica el matrimonio.

“Muchos coinciden en que nuestras uniones pueden ser nombradas de otra manera, como otra expresión de amor, lo mismo que existen familias alternativas. No estoy a favor del término por lo que ha implicado a lo largo de la historia, por la estructura de poder que lo impuso durante siglos y que ha servido para que la familia se construya de una manera aburrida, homogénea, cuando la realidad continuamente lo subvierte. Tenemos derecho a tener una construcción diferente, alternativa, cambiante y enriquecedora a lo largo de nuestra existencia, que no tenga que ver con la estructura patriarcal”, indicó. El término unión legal o unión civil ha sido uno de los propuestos para distinguir este tipo de relaciones del contrato tradicional entre personas heterosexuales. Sin embargo, para Miren Larrázabal toda diferencia implica una discriminación.

“La libertad es tener algo, aunque después se diga yo no quiero. Lo terrible es que alguien desee casarse y no se le permita porque es gay. Los activistas y profesionales no vamos a retroceder ni un milímetro en que todos y todas seamos iguales y tengamos el mismo derecho”, defendió la sexóloga.

Mencionó la ventaja jurídica que en España ha significado para las personas homosexuales el acceso a esta oportunidad en temas como la adopción, la transmisión de la herencia, la comunión de bienes patrimoniales y la seguridad social, entre otros. “Nada es perfecto, pero podemos caminar todos y todas juntos hacia esos modelos que no son excluyentes. El matrimonio homosexual no nos quita para otro caminar; pero si ya lo tenemos, defendámoslo. La lucha se hace consiguiendo pequeños pasos para pies veloces”, opinó.

## MASCULINIDADES Y HOMOFOBIA

Llena de complejidades, como la existencia humana, puede llegar a ser la homofobia. Puede ir más allá del odio a los homosexuales, destacó el sociólogo español. Existe otra homofobia más compleja, que tiene que ver con la incapacidad de los varones para que los degraden a un género que les parece inferior.

“Los hombres dejaremos de sufrir cuando renunciemos a la masculinidad hegemónica, cuando nos encontremos como maricas, cuando no nos importe que nos degraden el género, cuando asumamos que podemos ser tratados como mujeres”, expresó.