

**HOJA DE EVALUACIÓN**

Presidente:

Vocal:

Vocal:

Profesora invitada: Lic. Alejandrina Román de Giro.

Nota:

## **RESUMEN**

El objetivo central del presente trabajo consiste en abordar los mitos en la sexualidad, a partir de los cambios acaecidos en esta nueva era; así como conocer su relación con el género y la edad.

La Primera Parte del trabajo está dedicada al Marco Epistemológico. El modelo seleccionado corresponde a la perspectiva Teoría Cognitivo- Conductual y a los aportes del Construccinismo Social.

La segunda parte se refiere a la elaboración del Marco Teórico. En primer lugar centramos nuestra atención en la Historia de la Sexualidad; analizando en un primer momento la amplitud del concepto de Sexualidad Humana, para luego realizar una revisión histórico-evolutiva de la misma.

También nos remitimos al concepto de Ciclo Vital y describimos las tres etapas de interés para este trabajo: adolescencia, adultez y adultez mayor.

En el tercer capítulo de esta segunda parte nos detenemos a conceptualizar distintas definiciones de Género, donde nos acercamos a los diferenciación que sea hace entre la mujer y el hombre; y las consecuencias que acarrea.

Y en el capítulo cuarto definimos la noción de mito, y la de mitos sexuales, nombrando los más comunes, que circulaban y circulan en la actualidad en nuestra cultura.

Luego la parte práctica es realizada a partir del Cuestionario de Identificación de Mitos de Castro, M. E. (2004), a 60 personas, 30 mujeres y 30 varones que se encuentran en diferentes etapas del ciclo vital. A esto le añadimos una pregunta semi-dirigida, con el fin de hacer un análisis cualitativo para complementar el análisis cuantitativo.

## **PSYCHOLOGICAL ABSTRACT**

The central aim of the present work consists of approaching sexuality myths, from the changes happened in this new age; as well as know its relation with kind and age.

The first part of the work is dedicated to Epistemic Frame. The selected model concerns to the perspective of Cognitive - Behavioral Theory and the contributions of the Social Constructionism.

The second part refers to the elaboration of Theoretical Frame. In first place we focus in Sexuality History; analyzing, in a first moment, the extent of the human sexuality concept, then to realize a historical - evolutionary review of the same one.

Also we allude to the Vital Cycle concept and we describe three important stages for this work: adolescence, adulthood and major adulthood.

In the third chapter of this second part, we conceptualize different definitions of "Kind", approaching the differentiation done between man and woman, and the consequences it produces.

In the fourth chapter we define the notion of myth, and that of sexual myths, mentioning the most common, which were circulating and they circulate at present in our culture.

Then, the practical part is realized from the "Questionnaire of Myths Identification" (Castro M. E., 2004), to 60 persons, 30 women and 30 males who are in different stages of the vital cycle. We add a semi-directed question, in order to do a qualitative analysis that complement the quantitative analysis.

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi mamá por su ayuda incondicional para realizar mi carrera y por el amor inmenso que me tiene.

A mi papá del corazón, Jorge, por haber creído siempre en mí, con el apoyo y la fuerza para concretar mi sueño.

A mi papá Alberto y mi abuela Antonia, que se que me acompañan en cada momento de mi vida y que habitan en mi corazón.

A Fede por el amor que me brindó desde que nos conocimos, por su paciencia, comprensión y por hacerme feliz.

A mi hermana Sofía por ser la luz que guía a mis ojos y por haberme dado la fuerza y la ayuda para estudiar.

A mi hermana Gabriela y mis sobrinos Marilina y Enzo por su dulzura, ayuda y amor.

A mis primos Emmanuel y Nicolás y mis tíos Tato y Lili que me apoyaron siempre.

A mi segunda familia Miriam, Alberto y Romina por su amor, comprensión y apoyo que me brindaron siempre.

A mis amigos del alma Ariel, Mari y Carla por acompañarme en cada momento de mi vida, darme la fuerza que necesito y alegrar cada rincón de mi corazón.

A mis amigas que hice en la facultad Ali, Gabi, Meli C., Meli B. y Vani por los momentos hermosos vividos, por escucharme, por ayudarme y hacer que mi carrera sean aún más hermosa.

A la licenciada Alejandrina Román de Giro por su ayuda incondicional, dedicación, tiempo y comprensión para la confección de la tesis.

Y a todos los que estuvieron conmigo ayudando que mi sueño se cumpliera.

## **ÍNDICE**

<b>Tema: Mitos de la sexualidad y su relación con el género y la edad</b> .....	2
Hoja de evaluación.....	3
Resumen .....	4
Psychological abstract .....	5
Agradecimientos.....	6
Introducción.....	13
<b>Capítulo I: Marco Epistemológico.....</b>	<b>17</b>
<b>1. Teoría Cognitiva-Conductual.....</b>	<b>18</b>
<b>Capítulo II: Marco teórico.....</b>	<b>24</b>
<b>2. La historia de la sexualidad.....</b>	<b>25</b>
2.1. Sexualidad .....	25
2.1.1. Introducción.....	26
2.1.2. Somos sexuados.....	27
2.1.3. Afectos y sexualidad.....	28
2.2. La sexualidad en la historia.....	31
2.2.1. El hombre Paleolítico.....	31
2.2.2. La revolución Neolítica.....	37
2.2.3. Mundo Antiguo (1.750 a.C.).....	40
2.2.4. Mundo Griego.....	41
2.2.5. Ética Romana.....	42
2.2.6. El pueblo de Israel.....	43
2.2.7. Cristianismo.....	45
2.2.8. Edad Media (siglo VIII).....	48
2.2.9. Renacimiento.....	49
2.2.10. Reforma y Contrarreforma (1.546).....	50
2.2.11. Libertad, Igualdad y Fraternidad.....	51
2.2.12. Época Victoriana (siglo XIX).....	52
2.2.13. Fin del Victorianismo, hacia una nueva moral sexual.....	52

2.3.Ciclo vital.....	56
2.3.1. Adolescencia.....	56
2.3.2. Adultez.....	58
2.3.3. Adultez Mayo.....	59
2.4.	
Género.....	61
2.4.1. Definición.....	61
2.4.2. Diferencias de acuerdo al Género.....	62
2.5. Mitos en la sexualidad.....	64
2.5.1. <b>Mitos sobre Fisiología y funcionamiento sexual</b> .....	71
2.5.1.1. Las mujeres no experimentan orgasmo nocturno.....	71
2.5.1.2. Los orgasmos simultáneos constituyen mayor placer que los orgasmos experimentados en forma separada y son, además, necesarios para la compatibilidad sexual en el matrimonio.....	71
2.5.1.3. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.....	72
2.5.1.4. Hay diferencia entre el orgasmo vaginal y el orgasmo clitorídeo.....	72
2.5.1.5. La ausencia de himen prueba que una muchacha ya no es virgen.....	73
2.5.1.6. Aquellos que abstienen de sexo, gozan de mejor salud.....	73
2.5.1.7. La disminución de la función de las glándulas sexuales señala el final de la vida sexual de hombres y mujeres.....	74
2.5.1.8. El pene grande es importante para la gratificación y el placer de la mujer.....	74
2.5.1.9. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y la capacidad de tener hijos/as.....	75
2.5.1.10. El alcohol es un estimulante sexual.....	76
2.5.1.11. La esterilización reduce el apetito sexual de un hombre o de una mujer.....	76
2.5.1.12. La masturbación es un hábito de los jóvenes e inmaduros; su práctica típicamente cesa después que los hombres y las mujeres se casan.....	77

2.5.1.13. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.....	78
2.5.1.14. El coito peneano-vaginal es el único método normal de relaciones sexuales.....	78
2.5.1.15. Si uno de los cónyuges desea el sexo con más frecuencia, nada puede hacerse para volver a la pareja más compatible sexualmente.....	79
2.5.1.16. La pornografía estimula a que la gente cometa actos sexuales criminales. Y la pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.....	80
2.5.1.17. El fin último y prioritario de la sexualidad es la reproducción, ya que son la misma cosa.....	81
2.5.1.18. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.....	81
2.5.1.19. Las mujeres al igual que los varones una vez que han tenido orgasmo deben esperar para volver a excitarse.....	82
<b>2.5.2. Mitos sexuales femeninos.....</b>	<b>82</b>
2.5.2.1. Sobre el eterno femenino.....	82
2.5.2.1.1. La sexualidad es natural e instintiva.....	82
2.5.2.1.2. La virginidad es un tesoro de la mujer.....	83
2.5.2.1.3. La mujer es frígida por naturaleza.....	84
2.5.2.1.4. La mujer tiene menos necesidades y deseo que el varón.....	84
2.5.2.1.5. Tomar la iniciativa no es cosa de mujeres.....	85
2.5.2.1.6. La mujer envidia el pene del varón.....	85
2.5.2.1.7. La mujer violada seguro que se lo buscó por provocadora.....	86
2.5.2.1.8. Si la mujer no es hermosa no puede gozar de una buena relación sexual.....	86
2.5.2.1.9. Sexualmente, la mujer es pasiva y el varón activo.....	87
2.5.2.1.10. Es deber de la mujer satisfacer al compañero.....	88

2.5.2.1.11. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que si.....	89
2.5.2.2.Sobre la menstruación.....	89
2.5.2.2.1. La menstruación es una maldición.....	89
2.5.2.2.2. Nada de relaciones sexuales durante la menstruación.....	90
2.5.2.2.3. La mujer menstruante es impura.....	91
2.5.2.2.4. La menstruación debe ser celosamente ocultada.....	92
2.5.2.2.5. Las mujeres menstruantes están enfermas.....	92
2.5.2.2.6. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.....	93
2.5.2.3.Sobre anticoncepción.....	94
2.5.2.3.1. La mujer es la que tiene que cuidarse.....	94
2.5.2.3.2. En su primera relación una mujer no puede quedarse embarazada.....	95
2.5.2.3.3. El coito interrumpido es un método eficaz de anticoncepción.....	95
2.5.2.4. Sobre el deseo.....	96
2.5.2.4.1. La capacidad y el deseo sexual de la mujer son menores que los del varón.....	96
2.5.2.4.2. La maternidad disminuye el deseo sexual.....	97
2.5.2.4.3. Conocer nuestro propio cuerpo no es importante para la sexualidad.....	97
2.5.2.4.4. Necesariamente en una pareja, el sexo, con el tiempo, se torna aburrido.....	98
2.5.2.4.5. Las posibilidades de sentir placer nacen con una; no se pueden aprender.....	99
2.5.2.4.6. La visita de un varón a la casa de una mujer sola implica coito.....	99
2.5.2.4.7. Si aceptamos caricias, no podemos negarnos al coito.....	100



2.5.2.4.8. Las fantasías sexuales son utilizadas por varones, las mujeres no las tienen.....	101
2.5.2.5. Sobre la masturbación.....	102
2.5.2.5.1. Las mujeres que se masturban son anormales.....	102
2.5.2.5.2. La masturbación es un mal sustituto de la relación sexogenital.....	103
2.5.2.5.3. La masturbación no ayuda a las mujeres preorgásmicas.....	103
2.5.2.5.4. La masturbación deforma nuestros genitales.....	104
2.5.2.6. Sobre el orgasmo.....	105
2.5.2.6.1. En la mujer el goce es más espiritual que corporal.....	105
2.5.2.6.2. Es imposible que la mujer produzca una emisión líquida cuando tiene el orgasmo.....	105
2.5.2.6.3. Las mujeres deben saciarse con sólo un orgasmo.....	106
2.5.2.6.4. La mujer normal sólo alcanza el orgasmo con el coito.....	106
2.5.2.7. Sobre la violencia y el abuso sexual.....	107
2.5.2.7.1. El maltrato de la mujer por parte del compañero es un problema privado.....	107
2.5.2.7.2. La mujer puede evitar ser violada.....	108
2.5.2.7.3. Los hijos son incondicionales en el amor a sus madres e incapaces de maltratarlas.....	108
2.5.3. <b>Mitos sexuales Masculinos</b> .....	109
2.5.3.1. Los hombres no deben tener ciertos sentimientos, o al menos no deben expresarlos.....	109
2.5.3.2. El sexo, como en cualquier otra cosa, lo que cuenta es el rendimiento.....	110
2.5.3.3. El hombre es el encargado de iniciar u orquestrar lo sexual; es responsable también del orgasmo femenino.....	111

2.5.3.4. El hombre siempre debe desear y estar listo para el sexo.....	112
2.5.3.5. Todo contacto físico debe necesariamente terminar en una relación sexual.....	112
2.5.3.6. Relación sexual equivale sólo a coito vaginal.....	113
2.5.3.7. Toda actividad sexual requiere, como condición básica, la erección...	113
2.5.3.8. Buen sexo es una progresión lineal de excitación creciente que termina exclusivamente en orgasmo.....	114
2.5.3.9. El sexo debe ser natural y espontáneo.....	115
2.5.3.10. En esta era tan avanzada, los mitos precedentes no tienen ya ninguna influencia sobre nosotros.....	115
2.5.4. <b>Mitos sexuales Argentinos</b> .....	116
2.5.4.1. Si damos mayor información y educación sexual a los niños, se van a volver promiscuos.....	116
2.5.4.2. La eyaculación precoz se debe a un exceso de sensibilidad.....	116
2.5.4.3. Los alimentos afrodisíacos: perejil, nueces, apio, coca con geniol, ostras, el alcohol.....	117
2.5.4.4. Tanto la mujer como el hombre, no pueden infectarse con VIH u otra enfermedad venérea si sólo han mantenido relaciones con una persona.....	118
<b>Capítulo III</b> .....	<b>119</b>
3. <b>Procedimiento metodológico</b> .....	120
3.1. Resultados.....	121
3.2. Gráficos.....	133
3.2.1. Mitos de la sexualidad y su relación con el Género.....	134
3.2.2. Mitos de la sexualidad y su relación con la edad.....	138
3.2.3. Mitos de la sexualidad y su relación con el género y la edad.....	147
3.3. Resultados del análisis cualitativo.....	164
<b>Capítulo IV</b> .....	<b>168</b>
4. <b>Conclusiones</b> .....	169

5. <b>Bibliografía</b> .....	177
Anexo.....	182
Cuestionario de identificación de mitos.....	183

## INTRODUCCIÓN

La sexualidad humana es uno de los factores más determinantes a la hora de conformar el perfil psicológico del individuo. Buena parte de los problemas clásicos que se arrastran a lo largo de todo el ciclo de evolución de la personalidad están condicionados por ella. Y los mitos sexuales en la actualidad forman parte del pensamiento masivo, lo cual produce muchos fracasos y frustraciones en las personas.

Es por esto que en el presente trabajo de investigación se pretende abordar los mitos sexuales y su relación con el género y la edad. Debido a que lo que quiero investigar es si según la edad de los participantes hay diferentes mitos instalados en sus esquemas cognitivos, como consecuencia a los cambios producidos en la sociedad a través de los años, y también, diferenciar las creencias según el género, ya que actualmente existe la lucha de género desde hace años y tristemente siempre se los diferenció mucho, poniendo al femenino como inferior que el masculino, y por consecuencia diferenciando el pensamiento y el poder de acción de los mismos, a favor de los varones.

Si bien en la actualidad existe más información de la sexualidad que en épocas anteriores, no significa que los jóvenes de hoy no estén influidos por los mitos que y que es necesario la educación desde la edad temprana por parte de los padres, y luego por parte de los educadores a cargo, debido a que la sociedad sigue impregnada de estas creencias falsas y lamentablemente se siguen transmitiendo de generación en generación, no sólo verbal y conductualmente explícita, sino también de manera

implícita, cuando los progenitores evitan discutir el sexo, cuando se encuentran juntos, los niños descubren sus actitudes de tensión o naturalidad, a través de la comunicación silenciosa; o simplemente la forma en que aman sus progenitores, la manera como cargan y acarician al niño el afecto o dureza que se manifiesta en sus voces, se den cuenta o no, y lo quieran o no, los padres comienzan el entrenamiento sexual desde que el lactante nace.

El problema con la educación de los jóvenes es que los adultos, en una posición para instruirlos, se encuentran muy a menudo llenos de sentimientos de culpa sexual. Y además de sus conflictos y su ignorancia, la mayoría de los adultos se encuentran reacios a admitir sus prejuicios. Es por esto que a la hora de educar, la ignorancia sexual, engendra la ansiedad sexual y devienen todos los problemas de represión, inhibición y disfunciones de la sexualidad.

El ajuste sexual está positivamente correlacionado con la educación sexual precisa, bien sincronizada, actualizada y presentada de forma global congruente, y si esto sucede los jóvenes adultos de hoy en día van a estar bien educados y van a poder educar a sus hijos u otras personas que estén a su alcance. Y de esta forma los mitos sexuales van a ser cuestión de la historia, afirmación que hoy no podemos decir, ya que lamentablemente nos siguen influyendo.

En el siguiente trabajo de tesina se va a usar el término de mito sexual, sabiendo que el significado de mito: (del griego μῦθος, *mythos*, «cuento») es un relato de acontecimientos imaginarios y/o maravillosos, protagonizados habitualmente por seres sobrenaturales o extraordinarios, tales como dioses, semidioses, héroes o monstruos. Pero usando el término de mito sexual como sinónimo de creencia falsa, concepto que se utiliza para darle explicación a sucesos inexplicables.

La **Primera Parte** del trabajo está dedicada al **Marco Epistemológico**, el cual define la perspectiva desde la cual abordaremos el fenómeno a investigar.

Seleccionamos la **Teoría Cognitiva- Conductual**, describiendo de manera breve los cuatro pilares de esta teoría: aprendizaje clásico, aprendizaje operante, aprendizaje social y aprendizaje cognitivo. La cual sostiene que la persona cuenta con una organización estructural del pensamiento compuesta por cuatro nociones: esquemas cognitivos, creencias o supuestos básicos, errores o distorsiones cognitivas y

pensamientos automáticos. Además, se podrá observar la relación de los mitos sexuales o creencias falsas con la teoría, fundamentado la elección de esta perspectiva.

Además tomamos los aportes del **Construccionismo Social**, la cual propone que el lugar del conocimiento ya no es la mente del individuo sino las pautas de relación social, y el conocimiento no es algo que la gente posee en la cabeza sino algo que la gente hace junta: el lenguaje es esencialmente una actividad compartida.

Asumimos que desde el punto de vista elegido, se propone una lectura que es sólo una alternativa entre muchas otras posibles, no agotando las posibilidades de explicación y comprensión de nuestro objeto de estudio.

En la **Segunda Parte**, para la elaboración del **Marco Teórico**, en primer lugar centramos nuestra atención en la **Historia de la Sexualidad**; analizando en un primer momento la amplitud del **concepto de Sexualidad Humana**, para luego realizar una revisión histórico-evolutiva de la misma y poder hacer referencia a cómo se vive la sexualidad hoy, y cómo esto (ha influido) e influye en los mitos de la sexualidad. Cada cultura, y dentro de ésta, cada época, le ha impreso a la vida sexual una significación de contenidos propios y diferentes. Nos parece útil conocer nuestro pasado histórico, para poder comprender muchas de las actitudes aún presentes en nuestra sociedad, así como la constancia de ciertos modelos que han configurado nuestro ser cultural y nuestro modo de vincularnos con el otro sexo.

En el capítulo segundo, nos remitimos al **Ciclo Vital**, describiendo el concepto, para luego adentrarnos a la descripción de las tres etapas que va a ser de nuestro interés a lo largo del trabajo: **adolescencia, adultez y adultez mayor**. Debido a que para la investigación a realizar es necesario conocer las diferentes etapas del ciclo vital que vamos a evaluar en el área de creencias acerca de la sexualidad, ya que cada una pertenece a diferentes momentos del desarrollo y también diferentes tiempos de la historia, que sin duda nos influye en nuestro pensar.

En el siguiente nos detenemos a conceptualizar diferentes definiciones de **Género**, y las diferencias que implican a cada uno, con sus consecuencias atroces, lo cual influye en la manera de pensar de varones y mujeres y como consecuencia la manera de actuar, en muchos casos erróneos, debido a la diferenciación equivocada de los género en aras de dominar a la mujer.

En el cuarto capítulo se define la noción de **Mitos**, para introducirnos en el terreno de los **Mitos sexuales** que han circulado y aún circulan en nuestra cultura; influyendo en la construcción y sexualidad de las personas. Y a su vez nombraremos una lista bastante extensa de mitos en la sexualidad, clasificados en: **Mitos sobre Fisiología y funcionamiento sexual**, **Mitos sexuales femeninos**, **Mitos sexuales Masculinos** y **Mitos Argentinos**; acompañados de la explicación de cada uno de los mismos de la lista.

Luego para la **Parte Práctica** se realizará una encuesta (Cuestionario de Identificación de Mitos) extraída de un estudio realizado en Estados Unidos por Castro M. E. y otros (2004), que cuenta con 46 afirmaciones acerca de la sexualidad y los encuestados (60 personas, 30 varones y 30 mujeres; de edades entre 18 y 25 años, de 26 y 64 años y de 65 años en adelante), con un procedimiento metodológico de tipo cuantitativo, para detectar que mitos sexuales están instalados en los sujetos de estudio. Además, como forma de completar este estudio, se le hará una pregunta semi-dirigida a cada integrante, con el fin de conocer la opinión de los integrantes acerca de la influencia actual de los mitos sexuales, y tales respuestas serán abordadas con un análisis cualitativo.

Por último, la **Cuarta Parte** de la tesina, será la formulación de las **Conclusiones** teniendo en cuenta la parte teórica y la parte práctica del trabajo.

Como futura profesional de la salud mental, espero que lo elaborado en el presente trabajo ayude en el abordaje de la temática de sexualidad, cuando esta se haga presente en la consulta.

Con el siguiente trabajo abrimos un espacio para la investigación del tema aquí presentado, considerando que no hemos abarcado la complejidad del mismo sino más bien hemos esbozado algunos lineamientos que creemos que pueden ser válidos a la hora de ofrecer posibilidades de ayuda.

**CAPÍTULO I**  
**MARCO EPISTEMOLÓGICO**

## **1. Teoría Cognitiva Conductual**

En este capítulo se tratará de mostrar la postura epistemológica que asumimos y que define nuestro modo de aproximarnos y conocer el objeto de estudio que nos ocupa: los mitos de la sexualidad y su relación con el género y la edad.

En primer lugar voy a dar una breve reseña del origen de esta terapia, y los fundamentos teóricos en los que se basaron sus primeros representantes y descubridores de este enfoque.

La Terapia Cognitivo Conductual constituye un modelo de intervención en clínica psicológica fundamentado en la investigación científica contemporánea. Se trata de un movimiento contemporáneo de integración con lineamientos éticos y bases filosóficas y metodológicas determinadas, acordes a la precisión y especificidad de las ciencias del comportamiento.

Posee cuatro pilares teóricos básicos. El primero de ellos, surge a fines del siglo pasado a partir de las investigaciones del fisiólogo ruso Ivan Pavlov, quien accidentalmente descubre un proceso básico de aprendizaje que luego llamará Condicionamiento Clásico. Muy concisamente dicho, se trata de un proceso por el cual los organismos aprenden relaciones predictivas entre estímulos del ambiente. En el experimento típico de Pavlov, un perro aprendía a salivar ante el sonido de un metrónomo cuando éste había sido presentado sucesivas veces antes de la



administración de comida. De esta manera, el sonido juega el papel de una señal que anticipa la aparición de un fenómeno relevante para la vida del organismo, el cual responde en consecuencia.

Sobre los trabajos de Pavlov es que se inspira uno de los autores más conocidos y más asociados con la Terapia Cognitivo-Conductual, justamente, John B. Watson, quien aplicando los principios del condicionamiento clásico para remitir la fobia de un niño, funda las bases de lo que luego se conoce como el conductismo.

Hacia el año 1930, las investigaciones de F. B. Skinner plantean la existencia de otro tipo de aprendizaje, el Condicionamiento Instrumental u Operante, proceso por el cual los comportamientos se adquieren, mantienen o extinguen en función de las consecuencias que le siguen. La gran cantidad de investigaciones desarrolladas a la luz de estos dos paradigmas mencionados pasaron a formar lo que se conoce como Teoría del Aprendizaje, la cual históricamente ha nutrido con hipótesis a la Terapia Cognitivo-Conductual.

Hacia la década de 1960 los trabajos encabezados por Albert Bandura comienzan a conformar un nuevo conjunto de hipótesis, cuyo énfasis recae en el papel que la imitación juega en el aprendizaje. Las investigaciones llevadas a cabo en esta línea cobran cuerpo en la "Teoría del aprendizaje social", desde la cual se afirma que el aprendizaje no sólo se produce por medio de la experiencia directa y personal sino que, fundamentalmente en los seres humanos, la observación de otras personas así como la información recibida por medio de símbolos verbales o visuales constituyen variables críticas.

Aaron Beck y Albert Ellis son los representantes principales en lo que a la clínica se refiere. Aunque desarrollados de manera relativamente independiente, sus dos modelos de intervención terapéutica denominados, respectivamente, Terapia Cognitiva y Terapia Racional Emotiva; en lo esencial, coinciden. En efecto, ambos hacen hincapié en las influencias que el pensamiento ejerce sobre las emociones, aunque, desde el inicio, admiten que no toda la vida emocional puede explicarse por el pensamiento.

Por otra parte, el pensamiento de un individuo refleja su sistema de interpretación del mundo, vale decir, un conjunto de creencias, supuestos y reglas subyacentes que por lo general no son plenamente conocidas por las personas.

Estos son, en breve, los cuatro pilares básicos de la Terapia Cognitivo-Conductual: aprendizaje clásico, aprendizaje operante, aprendizaje social y aprendizaje cognitivo

El modelo teórico que sustenta a las terapias cognitivas postula que las personas contamos con una organización estructural del pensamiento y en función de esto se centra en las nociones de esquemas cognitivos, creencias o supuestos básicos, errores o distorsiones cognitivas y pensamientos automáticos.

Los Esquemas Cognitivos son estructuras de significado estables que engloban los procesos de pensamiento y la actividad imaginativa. Son las estructuras que no permiten considerar, diferenciar y codificar la información. Este concepto explica que dos personas interpreten una misma situación de modo diferente. Es como un filtro mental que opera en la totalidad del flujo de información. Involucran una forma de mirar, de escuchar, prestar atención, codificar y almacenar la información así como también de recuperarla.

Las Creencias o Supuestos Básicos están implicadas en los esquemas cognitivos; son formulaciones generales, reglas de vida o fórmulas a partir de las cuales las personas piensan, sienten y actúan. Suelen funcionar tácitamente, pero pueden aparecer como principios vitales.

Pensamientos Automáticos: constituyen el fenómeno cognitivo identificable en el flujo de la consciencia. Son aquellas frases o imágenes que las personas se dicen a sí mismas, los auto diálogos que impactan en el estado emocional. La persona tiene la impresión de que son el reflejo exacto del mundo tal y como es, sin la impresión de que se trata de valoraciones e inferencias subjetivas susceptibles de discusión y opinión. Los pensamientos automáticos expresan el modo constante y característico de atribuir significado a los acontecimientos por parte de la persona que los produce.

Las Distorsiones Cognitivas son errores en el procesamiento de la información que conducen al advenimiento de pensamientos no justificados por la evidencia. Son procesos normales en el funcionamiento psicológico, la diferencia de las personas con y sin patología se ubicaría en la frecuencia de los mismos y en la direccionalidad del sesgo que imprimen.

El sesgo de personas con desordenes psicológicos suele ser negativo:

Los datos del entorno se toman para ser combinados, reformulados de acuerdo al sistema de creencias y esquemas de la persona, dando lugar a pensamientos automáticos negativos.

La Terapia Cognitiva Conductual está centrada en los problemas presentes, tomando en consideración los datos del pasado que sirvan para comprender las experiencias de aprendizaje que condujeron a determinados comportamientos.

Los mitos sexuales, son creencias falsas que tienen las personas y que las llevan a actuar de manera insatisfactoria y es por esto que a lo largo de toda la historia ha habido tantos comportamientos equivocados y lo siguen habiendo como consecuencia de la falta de educación adecuada, que tiene como resultado que los pensamientos acerca de la sexualidad no sean acertados.

A lo largo de toda la historia se ha mal educado acerca de la sexualidad de muchas maneras: con el modelo, es decir, que se ha aprendido de acuerdo a lo que se ha visto en los adultos a través de la observación o por medios de lo que se decía o “no” decía. La información errada que se ha pasado de boca en boca como explicación de lo que no se podía explicar ha llegado hasta la actualidad, donde las creencias falsas siguen en los esquemas de las personas influyendo en su manera de sentir y actuar. Por supuesto que el efecto de estos pensamientos son comportamientos errados que llevan tanto a hombres como a mujeres a tener una vida sexual insatisfecha, con falta de amor propio, de autoestima, de amor hacia el otro, etc. Y por último, no quería dejar de considerar la constante represión hacia la mujer en su sexualidad y satisfacción en la misma. Lo cual ha provocado gravísimos errores en el trato hacia su persona y en la valoración de todo su ser, reduciéndola a un objeto intercambiable y con poca vida útil, siendo esto consecuencia de los falsos supuestos básicos adjudicados a su persona, a lo largo de toda la historia, con raíz en la acción del varón y creencia, por supuesto falsa, de que él es un ser superior de la raza digno de sentir placer, a diferencia de ella, proveedora de su vagina con fines de reproducción y satisfacción hacia el varón.

Es por lo anterior detallado que en mi tesis explico de manera muy simple las bases de estas creencias falsas, o bien mitos, de la sexualidad, con el fin de declarar igualmente el por qué del comportamiento de las personas ante tan maravillosa existencia como la sexualidad.

Además me base en el enfoque del construccionismo social. Es por eso que paso a explicar básicamente en los fundamentos que se basa.

El construccionismo social considera el discurso sobre el mundo no como una reflexión o mapa del mundo, sino un dispositivo de intercambio social. Intenta ir más allá del empirismo y el racionalismo al ubicar el conocimiento dentro del proceso de intercambio.

El construccionismo social busca explicar cómo las personas llegan a describir, explicar o dar cuenta del mundo donde viven. Para ello, toma en cuenta cuatro hipótesis:

- Lo que consideramos conocimiento del mundo no es producto de la inducción o de la construcción de hipótesis generales, como pensaba el positivismo, sino que está determinado por la cultura, la historia o el contexto social. Por ejemplo, expresiones como 'hombre', 'mujer' o 'enojo' están definidas desde un uso social de los mismos.
- Los términos con los cuales comprendemos el mundo son artefactos sociales, productos de intercambios entre la gente, históricamente situados. El proceso de entender no es dirigido automáticamente por la naturaleza sino que resulta de una empresa activa y cooperativa de personas en relación. Ejemplo: 'niño', 'amor' etc. varían en su sentido según la época histórica.
- El grado hasta el cual una forma dada de comprensión prevalece sobre otra no depende fundamentalmente de la validez empírica de la perspectiva en cuestión, sino de las vicisitudes de los procesos sociales (comunicación, negociación, conflicto, etc.). Ej.: interpretar una conducta como envidia, enojo o coqueteo puede ser sugerida, afirmada o abandonada conforme las relaciones sociales se desarrollan en el tiempo. Esta negociación de la realidad da paso a una epistemología social.
- Las formas de comprensión negociadas están conectadas con otras muchas actividades sociales, y al formar así parte de varios modelos sociales sirven para sostener y apoyar ciertos modelos excluyendo otros. Alterar descripciones y explicaciones significa amenazar ciertas acciones e invitar a

otras. Ej.: las metáforas usadas en psicología (hombres máquina, mente infantil, etc.).

El construccionismo sostiene que el conocimiento no es algo que la gente posee en la cabeza sino algo que la gente hace junta: el lenguaje es esencialmente una actividad compartida.

Los mitos de la sexualidad es una construcción social, la cual se crea a través de la interacción entre las personas a través del lenguaje y el conocimiento no depende el individuo sólo sino de las relaciones sociales, por ejemplo: las charlas de sexualidad en la familia o el silencio sobre el tema implica una relación social, al igual con los amigos o cuando se encuentran en instituciones educativas, siempre están insertos en una relación social donde la sexualidad juega su importante papel, y ahí es donde los mitos se construyen.

Y cada mito depende de la cultura en la que está inserto el sujeto, donde la misma está construida socialmente. Pero no es sólo lo que construye la relación entre las personas, también el construccionismo pone énfasis en la experiencia personal, esto en la sexualidad es muy importante, ya que cada individuo tiene su experiencia, y a partir de esto el sujeto es parte del lenguaje y de la vida social. Es decir que las creencias o supuestos básicos, en este caso, los mitos o creencias falsas de la sexualidad, serían el resultado de la experiencia privada, la interacción social y la cultura en la que el sujeto está inserto.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

## **2. La historia de la sexualidad**

*“Todo es la suma del pasado, y nada es comprensible salvo a través de la historia”.*

*Pierre Teilhard de Chardin*

### **2.1. Sexualidad**

En el presente capítulo se comienza analizando la amplitud del concepto de Sexualidad Humana; para poder luego realizar una revisión histórico evolutiva de la misma y hacer referencia a cómo se vive la sexualidad hoy, y cómo esto (ha influido) e influye en la relación hombre-mujer.

La sexualidad, presente desde los orígenes de nuestra historia, a lo largo del tiempo ha ido adoptando diferentes formas y significados, modificándose también su valoración. Cada cultura y, dentro de ésta, cada época, le ha impreso a la vida sexual una significación de contenidos propios y diferentes.

No se pretende alcanzar una rigurosidad histórico-científica estricta, ya que este trabajo en sí mismo no persigue tales fines.

Nuestro objetivo se limitará a lograr una aproximación histórica del tema, para comprender la constancia de ciertos modelos que han configurado nuestro ser cultural y nuestro modo de vincularnos con el otro sexo. De esta manera podremos reconocer aquellos elementos que se ponen de manifiesto hoy, y que se corresponden a un legado cultural que nos preexiste.

### **2.1.1. Introducción**

“La sexualidad es un componente de la personalidad humana que atañe tanto a su composición biológica, emocional y social. Es al mismo tiempo una realidad física y mental en cada ser humano y una fuerza o potencialidad para ser ejercida’.

(L.M. Aller Atucha, 1.993; 2)” (Cafaro M. E., 2002: pp. 40)

“La sexualidad es lo relativo al ser sexuado, sea mujer o varón. Es el conjunto de lo que creemos, pensamos, sentimos, actuamos y vivenciamos en cuanto a personas. ‘Es el conjunto de sensaciones corporales, aportación biológica, sentimientos, y la relación que se establece con el mundo externo. Así, no designa solamente las actividades y el placer dependientes del funcionamiento genital, sino toda una serie de excitaciones y de actividades, existentes desde la infancia, que producen un placer que no puede reducirse a la satisfacción de una necesidad fisiológica fundamental.”(*Diccionario de Psicoanálisis*, de J. Laplanche y J. B. Pontalis, 1971, citado en Lerer, M. L., 2004: pp. 20)

Resulta útil distinguir genitalidad de sexualidad. La primera se refiere al hecho fisiológico directo del uso de los órganos genitales como factores de la reproducción que, es igual en el hombre y en los animales; su fin, es la perpetuación de la especie. La sexualidad es eso y además como veremos más adelante la extensión del acto puramente



reproductivo a una escala definida de relación humana y placer. La sexualidad actúa como búsqueda de placer y como respuesta al anhelo de felicidad.

Parcializamos el sexo cuando lo hacemos sinónimo de genitalidad en un reduccionismo mecanicista biológico que también se observa cuando se enfatiza la función meramente procreativa del sexo. No es posible que algo tan profundo e integral a la vida humana sea sinónimo de relación genital, instintiva y temporal, y de medio para la preservación de la especie, por muy importantes que sean ambos aspectos.

El normal desenvolvimiento social de una persona se encuentra ligado con la sexualidad. De algún modo, la conducta sexual define la personalidad del individuo, puesto que influye en su equilibrio emocional. Por esta razón, pretender reducir la sexualidad a sus funciones reproductivas y biológicas sería desconocer sus múltiples implicancias en la vida humana.

La sexualidad es una fuerza vital que, emergiendo de la condición biológica del ser humano (su sexo), se proyecta hacia una forma y un proceso de comunicación. Se relaciona con los sentimientos y con la capacidad de comunicarse y brindarse placer, habitualmente, en pareja. Pudiendo en algunas ocasiones, deseándolo o no, dar origen a una nueva vida.

### **2.1.2. Somos sexuados.**

#### **a) *Nuestro cuerpo es sexuado.***

Somos biofisiológicamente sexuados, la sexualidad tiene una dimensión biológica indudable. Desde nuestras unidades mínimas, las células, hasta nuestra figura corporal global, todo nuestro cuerpo es sexuado en sus estructuras y funciones.

Nuestros deseos y conductas sexuadas dependen, entre otros factores, de nuestras hormonas sexuales, la edad, nuestra figura corporal y nuestro estado físico general.

Por otra parte, no sólo la actividad sexual está condicionada por factores biofisiológicos, sino que también la propia actividad sexual produce cambios

fisiológicos. Por ejemplo la actividad coital produce aceleración del pulso y el ritmo cardíaco, respiraciones aceleradas y profundas, etc.

**b) *Somos psicosocialmente sexuados.***

También nuestro psiquismo, toda nuestra organización social y nuestra cultura son sexuados.

Desde el nacimiento asignamos nombres, vestidos, juguetes, actividades, etc., sexuados. Incluso se nos supone una manera de ser, sentimientos, aficciones, pensamientos y deseos sexuados. Antes de que el niño o la niña tomen conciencia de su identidad sexual (soy varón o mujer), le asignamos un rol sexuado (rol de género) que afecta todas las dimensiones y actividades de la vida.

Hacia los dos o tres años, los niños toman conciencia de su identidad sexual (autoclasificación como niño o niña) y, comienzan un proceso de aprendizaje e interiorización de las funciones que la sociedad considera propias del niño o la niña. La identidad sexual pasa a ser una categoría permanente de los juicios que el sujeto hace de sí mismo, y el rol de género, aquel que más define la vida de las personas a lo largo del ciclo vital.

Desde edades muy tempranas, tres o cuatro años, los niños manifiestan intereses sexuales, y ponen de manifiesto conductas sexuales a través de juegos y otras conductas. La conducta sexual es una de las conductas humanas más significativas en todas las edades de la vida.

A la conducta sexual subyacen el deseo, los sentimientos y las fantasías. Estos se especifican y consolidan en la pubertad y permanecen a lo largo de todo el ciclo vital.

**2.1.3. Afectos y sexualidad.**

La sexualidad está mediatizada por factores biológicos, psicológicos y sociales. De entre todos ellos tiene especial importancia el afecto. La especie humana no sólo tiene apetencias sexuales instintivamente preprogramadas, sino también necesidades y capacidades afectivas que frecuentemente se asocian a la actividad sexual.

Para la mayor parte de las personas, el bienestar no es posible sin amar y ser amados. Las relaciones con las figuras de apego (normalmente los padres y hermanos, y el compañero\la sexual estable) y las relaciones sexual-amorosas satisfacen necesidades profundas de seguridad emocional e intimidad.

Por otra parte, en occidente, culturalmente se considera que el afecto es una condición necesaria a la actividad sexual y al matrimonio.

Por supuesto no son infrecuentes las relaciones sexuales sin afectos positivos, incluso bastantes personas las consideran adecuadas si son bien aceptadas por quienes las practican, pero cultural y personalmente son casi siempre interpretadas como una situación de deficiencia. Si bien en la actualidad la asociación actividad sexual-matrimonio no es aceptada por amplias capas de la población, la asociación afecto-sexualidad es establecida de una u otra forma por la mayoría de las personas. Es especialmente fuerte en la mayor parte de las mujeres, numerosos hombres, a pesar de reconocer como más ricas las relaciones acompañadas de afecto, valoran también como positivas las relaciones sexuales aunque no vayan acompañadas de afecto. Un grupo minoritario de mujeres se involucran también en actividades sexuales no asociadas con afectos.

Sería muy bueno que todos los individuos disfrutaran y ejercieran la función erótica en estado de enamoramiento, pero no es lógico considerar bestial y degradante la actividad sexual puramente placentera, porque ambos casos son manifestaciones de capacidades característicamente humanas.

Por otra parte, no es cierto que la relación sexual puramente placentera no tenga algún componente emocional. Por fugaz que sea el placer erótico, quien lo recibe no puede permanecer emocionalmente indiferente ante quien lo suministra, y experimenta un sentimiento positivo humano, llámese o no afecto, hacia quien satisface su función erótica.

Las formas afectivas más estrechamente asociadas a la sexualidad son el deseo, la atracción y el enamoramiento.

***a) Deseo sexual***

Está enraizado en lo biológico; junto con el placer aseguran que los individuos se interesen por la sexualidad y, se asegure la reproducción.

La atracción y el enamoramiento excitan y aumentan el deseo, mientras que los sentimientos negativos lo disminuyen. Se especifica, consolida y orienta en la adolescencia.

***b) Atracción***

La otra persona es percibida como excitante, con valor erótico, provocando una tendencia a la aproximación, conquista o relación. Los factores que influyen en la atracción son muy diversos: factores hormonales como la testosterona aumentan o disminuyen el deseo sexual, favoreciendo o limitando las posibilidades de excitabilidad ante los estímulos y, el grado de atracción de éstos; las feromonas, sustancias químicas percibidas por el gusto y el olfato, atraen y estimulan sexualmente, pero su efecto es menos conocido en la especie humana por el uso de cosméticos. Los factores más importantes son psicosociales. Entre ellos cabe destacar la orientación del deseo, los modelos de belleza dominantes, determinados rasgos físicos preprogramados en la especie humana (senos y caderas de la mujer; complexión atlética en el hombre), numerosas características psicológicas y sociales, y el carácter novedoso del estímulo.

***c) Enamoramiento***

Supone el deseo y la atracción. Se diferencia de estos en que la otra persona se presenta como única e insustituible. El sentimiento de enamoramiento exige exclusividad.

El deseo y la atracción no son sino una parte de todo el proceso. El enamoramiento, va más allá de la mera atracción sexual; es el deseo de unión completa y permanente con el otro. Supone un profundo y verdadero interés por el otro, el amado se convierte en el centro de atención, fantasías, deseos y preocupaciones. Lo característico de este estado es el entusiasmo o la desesperación. Sólo es posible bajo una situación de incertidumbre respecto al otro y respecto a la posibilidad de conseguir o no lo que se desea, esto posibilita la aparición y mantenimiento de la pasión.

Si la pérdida de toda esperanza se produce, el enamoramiento habrá sucumbido a la realidad, y si la reciprocidad y unión deseada llegan a conseguirse, la pasión se transformará en otro tipo de emociones y sentimientos más serenos y tranquilo

## **2.2. La sexualidad en la historia.**

Para poder comprender la existencia actual de los mitos sexuales, sería muy útil conocer lo que ha sucedido a lo largo de la historia con respecto a la concepción de la sexualidad y también las diferencias de acuerdo al género.

### **2.2.1. El hombre Paleolítico.**

Hace cuatro millones de años, machos y hembras se proveía a sus propias necesidades y se desplazaban solos. Su cuerpo y su sistema vital, estaban aparejados para su existencia en el bosque con una dieta de frutas y nueces. Luego al plantearse el problema de las estaciones secas y prolongadas, sus dominios boscosos se redujeron en extensión y se vieron empujados hacia las vastas extensiones de sabana. Salieron de los bosques y se lanzaron a competir con los ya eficazmente adaptados moradores del suelo (carnívoros), no tenían otra alternativa: era necesario comer.

Podían adaptarse a una dieta de raíces y bulbos a nivel del suelo, pero existían graves limitaciones. Se veía obligado a rascar y escarbar fatigosamente la dura tierra. De pronto, se vio lanzado a un mundo donde sólo podía sobrevivir si empezaba a vivir como un lobo inteligente y armado. Esto afectó a su cuerpo y a su comportamiento. Empezaron a producirse cambios vitales para aumentar sus facultades de cazador.

Nuestros antepasados se adaptaron al medio ambiente y eso de alguna manera cambió la historia. Éstos comenzaron a alzar y a cargar en sus brazos la comida que obtenían y, a almacenarla en un lugar donde podrían comer sin ser molestados por depredadores. Era necesario caminar erguido para poder llevarla con las manos; surge la bipedestación, que también favorece un metabolismo eficiente para emprender largas y lentas marchas. La cabeza está elevada para divisar el alimento y al enemigo; además podían usar las manos para arrojar piedras y ramas a estos últimos y atacar sus presas; las bocas para aullar ante un depredador, alertar a un compañero, o dar indicaciones. Se volvieron más veloces, pudieron correr con las manos libres para empuñar armas, y al propio tiempo desarrollarían el cerebro para perfeccionarlas.

Desmond Morris en 'El mono desnudo' propone que: 'Este no sólo aumentó su inteligencia para manipular los objetos, sino que prolongó su infancia para desarrollar y educar su cerebro, aprendiendo durante la misma de sus padres y otros adultos. Podemos observar que, en nuestra especie, el cerebro tiene al nacer, sólo el 23 % de su tamaño adulto. El crecimiento rápido prosigue durante los seis primeros años, y no se alcanza el pleno desarrollo hasta los veintitrés años aproximadamente. Sus debilidades como cazador, podían ser más que compensadas por su inteligencia y habilidad para la imitación'. (Desmond Morris, 1.986; 26)

Su cerebro se hizo más lúcido, aumentó su complejidad y el tiempo para tomar decisiones. Avanzaron en su organización social, ya que los monos cazadores lo hacían en grupo, por lo tanto aumentó su comunicación y la cooperación entre ellos. Utilizando el arma artificial ya que de otra manera no podían cazar.

Con la bipedestación algo cambió. Al caminar erguidas, las hembras no sólo tuvieron que cargar sus bebés en brazos, sino que también vieron angostarse su cavidad pelviana. Sus bebés debieron nacer cada vez más pequeños y prematuros, con lo cual requerían para la supervivencia, mayores cuidados maternos durante un largo período de inmadurez: por varios años les era imposible autoabastecerse. Es por esto que ellas

dejaron de salir a cazar como lo hacían anteriormente para quedarse con los bebés dándole los cuidados necesarios. Las hembras pasaron a necesitar de protección masculina, estas amistades podrían haberse convertido en relaciones más profundas y durables, el comienzo primitivo del matrimonio humano. El macho se hizo cazador y se creó la familia o clan, ya que este se encargaba de traerle el alimento a la hembra a sus hijos, convirtiéndose el mono cazador en padre y esposo.

Las mujeres comenzaron a ser recolectoras. Se aseguraban de tener uno o más hombres para que le contribuyera con alimento y abrigo. A cambio cada hombre deseaba tener derechos sexuales exclusivos de las mujeres y también monopolizar su productividad económica, y al pasar tantas horas cazando tuvieron la necesidad de tener cada uno su morada base. De esta manera, el mono cazador se convirtió en mono sedentario. Y esto afectó a toda su estructura sexual, familiar y social. Era un mono con responsabilidades. El cual se preocupaba para que su familia tuviera todo lo necesario en su morada base para vivir, se había convertido en un mono cultural.

“Para un primate macho viril, el hecho de salir en busca de comida y dejar a sus hembras sin protección contra los intentos de cualquier otro macho que pudiera rondar por allí, era algo inaudito. Ninguna dosis de entrenamiento cultural podía enderezar esta cuestión. Era algo que requería un cambio importante en el comportamiento social.

La solución consistió en la creación de un lazo que apareaba a los individuos. Los monos cazadores macho y hembra tenían que enamorarse y guardarse fidelidad. Esto es una tendencia corriente en muchos otros animales, pero rara entre los primates. Resolvía tres problemas de un solo golpe. Significaba que las hembras estaban ligadas a sus machos individuales y les permanecían fieles mientras éstos estaban de caza.” (Desmond Morris 1986: pp. 19)

Esto le daba la posibilidad al joven retoño de criarse con todas las necesidades abastecidas, ya que existía un coherente vínculo familiar a favor de su crianza. Además las hembras estaban aseguradas por sus machos debido al apoyo de los mismos mediante el alimento y otras necesidades. Y los machos estaban seguros de la fidelidad de sus hembras y, por consiguiente, podían dejarlas para salir de caza y no tenían necesidad de luchar por ellas. Y los retoños gozaban de los mayores cuidados y atenciones. Esto parece, ciertamente, una solución ideal; pero requería un cambio importante en el comportamiento sociosexual de los primates.

Poco a poco, el macho que estableciese lazos económicos y sexuales con una hembra empezaría a alimentar y a proteger a las crías, quedaría establecido así el contrato sexual.

Es posible que los antiguos amantes no necesitaran permanecer en pareja cuando el bebé pasó la primera infancia, a menos que un segundo bebé dependiente naciera. Tampoco sugiere que todos los machos y hembras se abandonarían mutuamente en cuanto sus crías empezaran a salir tambaleando de la infancia. Probablemente formaban parejas más seguras con sus amigos especiales los que llegaban a enamorarse y a apasionarse o que sentían la fuerza del apego el tiempo suficiente para criar un hijo durante la infancia. Los machos que hacían escapadas ocasionales con otras amantes desparrramaban más genes, mientras que las hembras que tenían aventuras obtenían recursos adicionales para sus crías pequeñas y aquellos que cambiaban una pareja por otra tenían bebés más variados. Los hijos de estos individuos apasionados sobrevivieron desproporcionadamente y nos transmitieron la química cerebral del enamoramiento, del apego y de la inquietud durante las relaciones demasiado largas. Y de esta historia evolutiva surgiría una lucha eterna del espíritu humano: la inclinación a casarnos, a ser infieles, a divorciarnos y a formar nueva pareja.

Teniendo en cuenta los intereses sexuales de los machos, las hembras perdieron el claro periodo de celo manifestado por el estro (olor particular que llama la atención a los machos en muestra de que la hembra está ovulando) proporcionando así menos pistas acerca de cuándo ovulaban, podían esperar una atención más sostenida por parte de los machos. Si el compañero no sabía cuando ella entraba en el período de fertilidad estaba obligado a copular con ella regularmente a fin de engendrar un hijo. La ovulación silenciosa mantenía al amigo especial en íntima proximidad constante, y le aseguraba el suministro de protección y comida que ella necesitaba; a sus hijos les iba mejor. Los amantes paralelos tampoco sabían cuando estaba fértil. También podía contar con sus atenciones.

La engañosa anatomía femenina dio a las mujeres más oportunidades y un mayor control sobre sus cuerpos reproductores. A costa de confundir a los varones, vulnerables a la infidelidad, que ahora necesitaban comprometerse fielmente con una mujer si querían tener una buena oportunidad de ser padres. Liberada del ciclo ovulatorio de los demás animales, finalmente podía empezar a elegir a sus amantes con más cuidado.



Además hubo una evolución de nuestra anatomía sexual humana, produciéndose caracteres físicos destinados a seducir a las parejas potenciales. Uno de estos atributos sexuales provistos por la naturaleza es el pene humano. Hace cuatro millones de años atrás, cuando nuestros ancestros accedieron a la bipedestación, los machos comenzaron a alardear de sus penes con el fin de seducir a las hembras que les interesaban y que los seleccionaban en función de sus grandes órganos. Estos machos produjeron más niños y los penes grandes evolucionaron. Y puede que desde este momento, el mito de que pene grande es mejor fue concebido como una creencia popular.

Los participantes necesitaban disponer del equipo necesario para fertilizar a unas hembras que copulaban con más de un macho, las competencias se hacían con el esperma para llegar a fertilizar los óvulos de las hembras que copulaban con varios machos en disputa. El rol de las hembras no se limitaba a aceptar al ganador de entre los machos, ellas tenían la última palabra con respecto a quién se quedaba con ella. Ocurría esto porque las hembras están limitadas en cuanto al número de crías, ya que lleva tiempo de gestación cada uno y de crianza. Es por eso que le convenía elegir al mejor postor ya que no se podía reproducir tantas veces. Los machos pueden concebir crías con mucha mayor regularidad, desde el punto de vista reproductivo les conviene copular con relativa indiscriminación. Debido a estas diferencias generalmente los machos compiten entre sí por las hembras, y estas eligen entre los diversos machos.

Aunque las hembras también luchaban entre ellas por elegir a los machos, y permanecer con la mejor protección, apoyo, cuidado del macho para con sus crías para ellas mismas. Es por esto que comenzó la valoración de los atributos femeninos como por ejemplo los pechos, mientras más grandes y protuberantes mejor, esto las ponía en mejor posición ante el hombre con la seducción en cuanto a la sexualidad. Otro dato importante con respecto a las creencias falsas de la actualidad con respecto a los atributos físicos.

“Para Desmond Morris cuando nuestros ancestros accedieron a la bipedestación, los signos sexuales que inicialmente ornamentaban la grupa, pasaron a decorar el pecho y la cabeza. Las mujeres desarrollaron labios rojizos y protuberantes para semejar labios vaginales y senos bamboleantes y carnosos para semejar nalgas prominentes y hemisféricas, desplazando con éxito el interés del varón desde atrás al frente. A los machos ancestrales los atraían las mujeres con estos signos de predisposición sexual, de

modo que engendraron más hijos, legando este rasgo a través de los siglos. Animando así la relación sexual frente a frente (postura de apareamiento básico para nuestra especie) que, según el autor ayudó a las parejas “con vínculos” a establecer unidades paternas, a incrementar las posibilidades del orgasmo femenino (la aproximación frontal proporciona la máxima posibilidad de estímulo del clítoris) y a producir esa institución tan definitivamente humana: la familia monógama. La vagina de las mujeres modernas apunta hacia abajo, debido a esta vulva inclinada la cópula cara a cara es cómoda. Favorece la intimidad, la comunicación y la mutua comprensión; es un ‘sexo personalizado’ importante en una especie como la nuestra en la que existe un lazo entre dos. Las hembras ancestrales que poseían vagina inclinada tal vez establecían vínculos más fuertes con sus amigos especiales, y nos legaron esta característica.” (Cafaro, M. E. 2002: pp. 56)

Desmond Morris (1986) también habla de que somos simios desnudos, en realidad no perdimos totalmente el pelo del cuerpo; pero en sí mismo es mucho menos desarrollado. La ausencia de pelo podría deberse en parte a la selección sexual; cuando los machos empezaron a escoger aquellas hembras que cada vez tenían menos pelo en sus vientres y partes delanteras, y transfirieron sus rasgos de desnudez a su descendencia masculina.

El fundamento existe en que el cuerpo necesita un sistema de refrigeración y calefacción. Y para que el macho pudiera recorrer largas distancias, la utilidad del pelo fue remplazado por tejido adiposo para que este lo mantenga caliente cuando hace frío o fuera necesario y glándulas sudoríparas para cuando el calor era excesivo estas se encargarían de brindar un líquido refrigerante en las partes primordiales del cuerpo.

Los pelos también cumplieron la función de señuelos sexuales, su importancia no residía tanto en el aspecto como en la sensibilidad al tacto. En una especie en que se estaba desarrollando la ligadura por parejas, esto aumentaría la excitación de las actividades sexuales y apretaría el lazo que unía a la pareja al intensificar el goce de la cópula. Los lugares donde nuestros ancestros mantuvieron el pelo resultan igualmente estimulantes. El pelo debajo de los brazos y en la entrepierna retiene los aromas del sudor y del sexo, olores sexualmente inductivos para mucha gente.

Otro rasgo femenino deslumbrante es el ‘orgasmo múltiple’, la mujer puede alcanzar el clímax una vez tras otra. Si bien es innecesario para la reproducción, el

clítoris resulta fundamental para el placer sexual de la mujer, como decía anteriormente, en periodos donde la ovulación no estaba presente, el sexo se utilizaba como medio unitivo. El clítoris se formó para estimular a las mujeres a que busquen la sexualidad, a que entablen vínculos íntimos con un compañero reproductor o con un amante paralelo, a que le expresen su satisfacción y a que propicien la fertilización ya que aumenta considerablemente sus probabilidades. También habría sido adaptativo para nuestros antepasados, cuya supervivencia dependía del establecimiento de buenas relaciones con los machos.

“El primate actual de sexo más activo. Para observar la razón de esto tenemos que observar de nuevo sus orígenes. ¿Qué ocurrió? Primero: tenía que cazar, si quería sobrevivir. Segundo: tenía que mejorar su cerebro, para compensar su debilidad física de cazador. Tercero: tenía que tener una infancia más prolongada, para desarrollar y educar su cerebro. Cuarto: las hembras tenían que quedarse a cuidar de los pequeños, mientras los machos salían de caza. Quinto: los machos tenían que colaborar entre sí en los trabajos de la caza. Sexto: tenía que erguirse y emplear armas, para que la caza fuese fructífera”. (Morris D. 1986: pp. 32)

“Levi-Strauss afirmó que la tendencia natural del macho de la especie humana era intentar poseer todas las hembras disponibles. Pero como el orden implica límites y la sexualidad masculina liberada a sus impulsos representaría el caos, fue necesario limitarla. En la fuerza y habilidad del cazador residía el poder, pero en las hembras estaba la llave del mantenimiento de la especie, la seguridad de la descendencia y la residencia.

En el orden sexual, el modelo principal es la restricción del incesto entre padres e hijos, que luego se ampliaría de acuerdo con las estructuras de parentesco. Si las antiguas normas de los primates no se modificaban, el macho adulto no tardaría en expulsar a los jóvenes y aparearse con las jóvenes hembras. Y si los jóvenes machos eran relegados a un estado inferior, la naturaleza cooperadora del grupo cazador resultaría perjudicada. Se requería, aquí, una especie de exogamia. Para que sobreviva el sistema de vinculación por parejas, tanto las hijas como los hijos tienen que encontrar su complemento propio.”(Cafaro, M. E. 2002: pp. 58)

### **2.2.2. La revolución Neolítica.**

Cafaro (2002) en su tesis nos habla de esta era y dice que con el fin de las últimas glaciaciones (9.000 a 7.000 a. C.), la humanidad se preparó para el gran salto, el fin de la economía cazadora y el comienzo de una economía de pleno uso del metal, cuando surgió la agricultura y se extendió en lo que hoy se considera la primera ola civilizadora. El nomadismo se transformó en algo del pasado.

La complementariedad de las tareas se seguía respetando. Pero a medida que nos acercamos más a la agricultura y nos alejamos a la caza de animales por parte del hombre, comienza a tener más poder el sexo femenino. La madre se convierte en el personaje central de las sociedades neolíticas, ya que la mujer era más valorada y el poder masculino se somete al poder de la creación. Por más que en la etapa del paleolítico se respetaba a la maternidad y a la femineidad, y hayan tenido un papel muy importante, el descubrimiento de la agricultura debió aumentar este poder. Se relaciona la fertilidad de la tierra con la fecundidad femenina: las mujeres son responsables de la abundancia de las cosechas, porque ellas conocen este ‘misterio’. El seno de la tierra se asimila a la matriz y en ella crecerá la semilla como el hijo.

El culto a las diosas-madres se extiende expresando la exaltación del sexo femenino como símbolo de la fecundidad, de la Naturaleza, de la Tierra-Madre.

Luego, quedó en claro que reproducción no era sólo el fruto del principio femenino, tenía también participación el elemento masculino. Al observar el comportamiento de los animales, se descubrió que se impide o favorece su multiplicación manteniendo alejados o próximos a los sexos. Explica Cafaro (2002) en su trabajo, que ya no se trataba del consumo de un alimento o el contacto con un objeto lo que hacía que una mujer se quedara encinta, sino de la semilla depositada en ella del varón. A su vez con la llegada del arado (tarea realizada por los hombres), que pronto se consideró un símbolo sexual masculino; la fertilidad de la tierra ya no era sólo el resultado de la acción del principio femenino, sino la asociación de dos principios. Arado y falo se asociaron como una misma cosa, la tierra a la vagina, la lluvia al semen viril y el trabajo agrícola al acto sexual. Era el momento de la colaboración y de la

necesidad de la pareja para llevar a cabo una obra de creación. Surge la adoración de las parejas divinas que a través de su unión generan todo lo viviente. En las fiestas agrarias, se realizan rituales de uniones sexuales en homenaje a los dioses para garantizar el éxito de las cosechas; verdaderas orgías, pero en la mentalidad primitiva, tenían el carácter de una celebración sagrada.

Esta etapa está caracterizada por La divinización del sexo, donde el sexo elevado a la categoría divina, se volvió la forma más evidente de celebrar el misterio de la concepción. Caracteriza la mentalidad dominante en las primeras civilizaciones agrícolas como: 'Reproducción con sexo'. Donde concebir es sinónimo de vivir, por medio del sexo participa de la vida divina y garantiza su eternidad.

En las sociedades agrícolas, la propiedad era patrimonio de la comunidad. En la cual la paternidad era relativamente secundaria; el divorcio y la infidelidad era cosa de todos los días; las mujeres obtenían igual cantidad de productos para la subsistencia que los hombres, y gobernaban la extensa familia con la que vivían de igual manera.

Las tareas agrícolas se repartían, en la cual él tenía que encargarse de roturar lo cual era un trabajo muy duro y ella realizaba la siembra, y cuando llegaba el momento de la cosecha lo hacían los dos por igual. Cuando apareció el arado en la edad de bronce y se impuso el tiro uncido por una pareja de bueyes, la agricultura se convirtió en una tarea realizada por los hombres. De a poco el campo y la agricultura, el trabajo de la tierra paso a ser parte de la propiedad masculina, siendo luego los únicos dueños de una propiedad muy valiosa para esa época: las bestias y el suelo. Utilizaron su poder como dueños del patrimonio para instituir la patrilínea y el patriarcado. Este momento (la incorporación del arado a la agricultura) se considera la llegada de la subordinación femenina. El papel vital de las mujeres como acopiadoras perdió importancia. Pasaron a realizar tareas secundarias como arrancar la maleza, cosechar y cocinar la cena.

Se instituyó la monogamia –estricta fidelidad femenina de por vida a un único cónyuge- fue decisiva en la declive del poder de las mujeres. Esto ocasionó la esclavitud femenina, desvalorizando el papel de la mujer en la sociedad y evolucionando la paternidad. El patriarcado se instaló como única posibilidad de poder. “Un criterio moral que permitía más libertades sexuales a hombres que a mujeres se instaló en las comunidades agrícolas; donde eran consideradas inferiores a los hombres; primero

súbditas de su padre y de su hermano, luego de su marido, y por último de su hijo.” (Cafaro M. E. 2002: pp. 61).

Su legar estaba en la huerta o en la casa, donde se tendría que ocupar de la crianza de sus hijos y servir al hombre. El matrimonio les confiere un doble estatus de objeto: es un objeto para el padre que la intercambia vendiéndola por dinero u otro bien y sigue siendo un objeto para el marido que la obtiene, la cual la deja subordinada a él como fiel esclava dispuesta a sus órdenes y disposición. Siendo vigilada, guardada y explotada. Hay un estricto control de la sexualidad femenina donde la mujer guarda su sexualidad para su esposo, siendo ella fiel a él eternamente. La idea de legar su nombre y bienes a un hijo de sangre extraña les provoca horror. Las mujeres no sólo tienen un valor económico para los hombres que las intercambian, sino que en primer lugar constituyen un valor de paz y alianzas.

Monogamia permanente es lo que produce el advenimiento de la agricultura con el arado, ya que varón y mujer trabajan la tierra juntos y es propiedad común quedando los dos ligados a ella sin posibilidad de divorcio. Además las sociedades requerían guerreros para la defensa del territorio. He allí el perfecto conjunto de condiciones para que un sexo estableciera su autoridad sobre el otro. El patriarcado no designa tan sólo una forma de familia basada en el parentesco masculino y el poder paterno, sino también toda una estructura social basada en el poder del padre.

De todos los cambios producidos por la agricultura, el más espectacular fue los índices de divorcio, muy bajos durante nuestro pasado agrícola. Sin pareja un agricultor no podía mantenerse apropiadamente. Estos labriegos estaban uncidos a sus tierras y a sus parejas; recién cuando el perfil de las fábricas surgiría detrás de los establos de Europa y Norteamérica, hombres y mujeres comenzarían a recuperar su independencia.

### **2.2.3. Mundo Antiguo (1.750 a.C.).**

En el mundo antiguo se diferenció entre una sexualidad sacra o religiosa, en donde sacerdotes y sacerdotisas representaban con cierto grado de igualdad las

funciones de integración de lo masculino y femenino, y otra reservada para los actos de la vida cotidiana, donde la hegemonía masculina fue la norma definitiva. El dominio masculino inventó dos conceptos: la virginidad y el adulterio, los cuales apuntaban a conservar a la mujer en un estado de disponibilidad permanente. El varón, por el contrario, podía tener esposa, concubinas, esclavas y aun recurrir a prostitutas si lo deseaba. Aparecía formalmente ligado a una mujer por contrato monogámico, que podía disolverse por esterilidad o negativa a cumplir con los deberes matrimoniales.

“Una frase atribuida a Demóstenes refleja esta situación de privilegio del hombre antiguo: ‘Tenemos queridas en aras del placer y concubinas para el cuidado de nuestras personas, pero esposas para que nos den hijos legítimos y sean fieles guardianes de nuestro hogar’.” (Gindín, L. R., 1.987; p. 33)

Aparece la división entre un sexo placentero y un sexo reproductivo, discriminación impuesta por la hegemonía masculina.

#### **2.2.4. Mundo Griego.**

Grecia constituye uno de los pilares fundamentales para la construcción del mundo Occidental. Sus desarrollos científicos, filosóficos, literarios y artísticos han perdurado a través de los siglos, pero su concepción del amor y de la sexualidad fue sepultada por la moral judeo-cristiana donde la represión y la prohibición fue su mejor herramienta.

El griego de la época clásica (6000 años a.C.) creyó que todo hombre al nacer tiene un tiempo fijado hasta la muerte, y como no creía en un gozo y en la felicidad en el más allá, tenía la concepción de que viviría el instante y el hoy. Donde existía presente sacralizado en el gozo del vivir, convertido en la experiencia erótica, en la salud y la belleza del cuerpo donde lo importante es lo estético, en las competencias y festividades. Este ideal de vida se refiere a la aristocracia helénica; el campesino tenía una vida dura y monótona, que sólo cambiaba en las grandes festividades agrarias,

donde realizaban un cortejo presidido por un enorme falo, al que acompañaban cantando y bailando.

Una de las características de los griegos es que no penalizaban ni criticaban las variaciones con respecto a la sexualidad, ni la diversidad. Los símbolos fálicos crecen en importancia y jerarquía, se convierten en parte del paisaje geográfico. La importancia en la sexualidad estaba puesta en lo bello y lo bueno, ya que no se asoció el placer con el dolor.

No existe en griego clásico una palabra que designe la castidad en el sentido de abstinencia sexual. Resultaba grato exhibir el cuerpo desnudo a diferentes actividades públicas, ya que representaba belleza y armonía. Aunque con el pasar del tiempo, el varón se constituyó como modelo de belleza, perfección, en el cual las mujeres fueron cada vez más excluidas de los derechos: limitadas al hogar y al cuidado de los hijos. Expandiéndose la idea de homosexualidad, como el ideal de pareja. Teniendo a la mujer como un objeto despreciable.

### **2.2.5.Ética Romana.**

“La historia ha señalado los límites extremos de desenfreno y corrupción a que se llegó en la Roma de los Césares, pero en su origen, cerca de 754 a. C., la República Romana, detentó una rigurosa y cerrada moral, fundamentada en un estricto respeto del orden natural (todo lo que es contranatural es objeto de marginación) y la valorización de las instituciones como la familia, el clan, la propiedad, las jerarquías.”(Cafaro, M. E. 2002:pp.63)

A diferencia de la anterior, se determinó la prohibición de que un hombre se mostrase desnudo, y en caso de violación, incesto o adulterio se aplicaba la pena de muerte.

En el caso de las familias el hombre era el que mandaba y dueño absoluto de su esposa e hijos, y cualquier ofensa que recibiera de estos podía matarlos o venderlos. Y la mujer era vendida por el padre al esposo como mercancía.



En la aristocracia se desarrollaron una serie de conductas que se han transmitido como las de mayor decadencia moral en la historia de Occidente. Se presentan prácticas sádicas y masoquistas. Es decir que cambia las concepciones de la sexualidad.

Perdió contacto con la naturaleza, ya que encontró en la ciudad su medio de subsistencia en el trueque y la compra-venta de mercancías que le da un margen de lucro que le permite obtener progreso y comodidad. Cafaro (2002) dice que la reproducción perdió supremacía y el sexo pasó a tener valor en sí mismo “sexo sin reproducción”.

Surge el sexo como algo instintivo, corporal y propio de la naturaleza animal, con la diferencia que el hombre es un animal compuesto por cuerpo, razón, y espíritu.

Ya la reproducción no es lo que vale e importa, sino el disfrute del sexo y llegar al placer disfrutado en todos los aspectos. El hombre urbano está preocupado por el presente. Concebir implica cuidados, preocupaciones, responsabilidades.

#### **2.2.6. El pueblo de Israel.**

Los judíos son los primeros en crear una fe monoteísta. Un Dios varón con sus manos crea a Adán de arcilla sin que intervenga ningún principio femenino, es decir, que la madre tierra pierde su importancia en material de creación. En su culto desaparece el sexo porque, a diferencia de los cultos anteriores, se lo considera un ser solitario que no funda una familia ni genera descendencia, es omnipotente y omnipresente.

“...Entonces, Yavé formó al hombre con polvo de la tierra, y sopló en sus narices aliento de vida, y existió el hombre con aliento y vida... Yavé tomó pues al hombre y lo puso en el jardín del Edén para que lo cultivara y lo cuidara. Y Dios le dio esta orden al hombre: ‘puedes comer de cualquier árbol que haya en el jardín, menos del árbol de la Ciencia del bien y del mal; porque el día que comas de él, morirás sin remedio...’ (La Biblia Latinoamericana, Génesis 2)

A raíz de que el varón se siente sólo (“el hombre puso nombre a todos los animales, a las aves del cielo y a las fieras salvajes. Pero no se encontró un ser semejante a él para que lo ayude”) Dios crea una mujer que la modela a partir de una costilla que le saca a él. La mujer es hija del hombre por partida doble; la crea un Dios a partir del cuerpo del hombre (“De la costilla que Yavé había sacado al hombre, formó una mujer y la llevó ante el hombre”. Eva introduce la muerte en el universo: el pecado de la carne, ya que se dice que la mujer prueba del fruto del pecado que le dio a probar “la” serpiente, y ella tienta al varón para que pruebe ese fruto, dos tentadoras de género femenino la serpiente y la mujer. “El hombre le dijo a Yavé ‘...la mujer que me diste por compañera me dio del árbol y comí... Yavé a la mujer le dijo ‘Multiplicaré tus sufrimientos en los embarazos. Con dolor darás a luz a tus hijos, necesitarás de tu marido y él te dominará” (La Biblia Latinoamericana, Génesis 3)

La religión judía es la religión por excelencia de los patriarcas, se caracteriza por el culto al “Dios del padre”.

La estructura social rápidamente adquirió una forma patriarcal, ya que la mujer era la que dependía del hombre y este la dominaba por orden de Dios, se jerarquizó el matrimonio y la familia, y se instituyó una ley fundamental establecida en el Génesis: “creced y multiplicaos”. Lo importante en la sexualidad era la función reproductiva, y si no se respetaba se consideraba que la persona estaba en contra de las leyes de Dios. En la actualidad estos pensamientos siguen en vigencia, aunque no se hable mucho y sean unos pocos son muchos los que piensan que la única finalidad del sexo es la reproducción.

El incesto (Lev. 20, 17), el adulterio (Lev. 20, 10), la violación, el contacto con la sangre menstrual, el contacto sexual con animales (Lev. 20, 15-16), es punible considerado como fuera de la norma. La homosexualidad tanto femenina como masculina se castiga ya que se considera que están en contra de Yavé debido a que no se pueden reproducir. “El hombre que se acueste con un varón, como se acuesta con una mujer, ambos han cometido una infamia, los dos morirán y su sangre caerá sobre ellos” (Lev. 20, 13). Se desarrolló una sola justificación para la actividad sexual: la procreación. Se volvió un acto de perversidad la sexualidad dirigida a otra finalidad. Creer que la mujer menstruante era impura, era porque en este período la mayoría no

podía quedarse embarazada, es por esto que se le prohíbe mantener relaciones ya que su capacidad de creación esta supuestamente anulada.

“La que padece un derrame, tratándose de su sangre, permanecerá en su impureza por espacio de siete días. Quien la toque será impuro hasta la tarde. El que se acueste con ella, a pesar de su impureza, se contamina con ella y queda impuro siete días; toda cama en el que él se acueste será impura. (Lev. 15, 19-24). Si un hombre se acuesta con una mujer durante su derrame menstrual y descubre su desnudez, ha descubierto, y ella también, la fuente de su sangre; ambos serán borrados de en medio de su pueblo.”(Lev. 20,18).

La mujer era impura durante más días si daba a luz a una niña. Un pueblo machista como en la actualidad, demostrado en otras actitudes y creencias.

El parto hacía impura a la mujer durante siete días si daba a luz un varón y catorce días si nacía una mujer. En el primer caso debía permanecer en casa excluida del templo. En el segundo caso los días de exclusión eran sesenta y seis (Lev. 12).

Se condenaba también la masturbación masculina, ya que esta implica desperdiciar el semen viril. Toda la polución, tanto “normal” como voluntaria hacía impuro al hombre. “el hombre que tenga derrame seminal lavará con agua todo su cuerpo y quedará impuro hasta la tarde” (Lev. 15, 16)

De los mitos han surgido tabúes. Estas actitudes ancestrales hacia la menstruación y la mujer menstruante aunque muy diluidas y alteradas se han filtrado a través de los siglos. La mujer está considerada como un ciudadano de segunda clase en algunos pasajes del Antiguo Testamento además de una seductora sexual.

Sometidos a ciertas regulaciones se aceptaba al varón que dentro del matrimonio podía buscar placer sexual, a diferencia de la mujer que era menospreciada, y prohibidas a disfrutar de la sexualidad. “La monogamia era también la manera en la que el hombre pudiera estar seguro de que quienes iban a entrar en posesión de sus bienes habían sido engendrados por él. De ahí el estricto requisito de la virginidad prematrimonial femenina, el himen íntegro aparecía como la garantía de que la esposa-objeto que se compraba estaba en buen estado. El coito extramarital femenino era severamente castigado, el adulterio de la esposa era una franca violación del ‘derecho de propiedad’ del marido sobre la vagina de la mujer. La sexualidad femenina continúa siendo objeto de un estricto control.” (Cafaro M. E., 2002: pp. 65)

### 2.2.7. Cristianismo.

El cristianismo constituye un factor determinante en la historia a partir de Cristo. Es una religión de salvación que ofrece la posibilidad de una existencia más allá del límite temporal de la vida. Se cree que existe una vida después de la muerte, el paraíso, el encuentro con Dios el cual será si no se peca, y asigna un nuevo significado a la existencia presente. Retoma las siguientes ideas<sup>1</sup>:

- Una concepción dualista que separó el bien del mal.
- Una teoría acerca del fin del mundo y del juicio final.
- La presencia de un salvador que rescatará al mundo y a los hombres.
- La idea del pecado.
- La idea de la concupiscencia ligada al cuerpo como una envoltura terrenal.

Se piensa que el ser humano está compuesto por cuerpo y espíritu. El cuerpo va a ser el motivo del pecado ya que busca el placer, siendo el espíritu preso del mismo. Se afirma la superioridad del espíritu sobre la materia, el predominio del alma sobre el cuerpo. El sentido de la vida es la lucha constante contra las fuerzas instintivas del cuerpo, que se manifiestan a través de los impulsos sexuales. Dominar el cuerpo y reprimir el sexo, es el ideal de perfección cristiana.

La importancia está puesta en la virginidad. Lo que importa ahora es vivir para la eternidad, y la salvación del alma. Siendo ésta la primacía, ya no tiene importancia ni el sexo ni la reproducción, al contrario, el deseo sexual tan valorado para los antiguos es ahora una creación demoníaca del pecado, fruto del pecado original de Adán y Eva.

Por primera vez en la historia se le niega, además de la mujer, al hombre la libertad en la sexualidad que antes practicaba sin perjuicio. Lo más importante es la continencia, antes no conocida por el mismo. Algo superior al matrimonio va a ser la castidad y la virginidad; y si se practica en el matrimonio tiene que ser con fines

---

<sup>1</sup> Cafaro M. E. (2002). *Pareja Contemporánea Mitos en torno a la sexualidad y al matrimonio y modalidad vincular de la misma*. Tesis para optar al título de Licenciatura en Psicología, Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. pp. 66

reproductivos y unitivos, siendo pecado si sólo se lo utiliza como placer sexual de los cónyuges.

El principio cristiano puede expresarse en: ‘Reproducción sin sexo’. Nadie duda que la negación física del sexo imposibilite la concepción. No se trataba, pues, de eliminarlo: lo que se debía suprimir totalmente era el placer íntimamente ligado al acto sexual. Sólo una procreación sin placer sexual era admitida sin ser pecado.

“Lo significativo es que ni en la ética veterotestamentaria, ni en los textos evangélicos se encuentran preceptos claros e insistentes que justifiquen el odio hacia el placer sexual. En realidad son los llamados Padres de la Iglesia, influidos por las ideas de San Pablo y por las doctrinas filosóficas neoplatónicas y neoestoicas grecolatinas, quienes decidieron convertir en norma para todos los cristianos un riguroso ascetismo. En consecuencia la actividad sexual, que amén de producir placer perpetuaba la vida, fue condenada como una abominación; la virginidad ensalzada como el estado más perfecto y el matrimonio considerado como un mal necesario para cumplir los terminantes mandatos de la Biblia. Toma forma un matrimonio virginal a imitación del de María y José. Queda fuera de lo natural y es considerado aberrante cualquier otro contacto sexual que no sea el de pene y vagina.” (Cafaro, M. E. 2002: pp. 66)

De todos los Padres de la Iglesia, fue San Agustín de Hipona quien más contribuyó a la elaboración teológica del concepto pecaminoso del acto sexual no reproductor. Es importante mencionar los aportes de Santo Tomás de Aquino, quien ratifica los preceptos antedichos, los que van a ser sostenidos por todos los teólogos posteriores.

Los sacerdotes, monjes y monjas son importantes ejemplos de castidad y abandono al placer de la carne. Ellos están más libres de los pecados de la carne ya que tienen total abstinencia y pertenecen a la vida espiritual.

El tema del ‘sexo’ pasa a ser considerado inmoral y vergonzoso y se suprime de la sociedad. Se impone una rigurosa censura moral a cualquier tipo de expresión o manifestación sexual. La mujer pasa a ser idealizada y la maternidad exaltada. El culto a María no es sólo un homenaje a la madre, también señala el hecho de que si la humanidad se había perdido a causa de una mujer, Eva, otra había contribuido a salvarla, María; se devuelve a la mujer un estatus honorable. El Cristianismo aporta algunos avances positivos, a través del culto de la Virgen María la mujer retoma la

jerarquización religiosa ya que se la considera la Madre del Hijo de Dios, a la vez que implanta la igualdad moral de los sexos al menos en las exigencias de castidad y continencia tanto para los hombres como para las mujeres.<sup>2</sup>

Por un período de 1.500 años es esa la mentalidad dominante en el mundo europeo. No obstante habrá algunos períodos de reacción a esa situación, como la época del Renacimiento en su tentativa de revivir los patrones de la civilización clásica. También la élite siempre, de una o de otra manera, burlará rápidamente esta concepción del sexo y se permitirá el acceso al placer. Pero el cristianismo conseguirá mantener su influencia de forma incuestionable hasta el período de la Segunda Guerra Mundial.

#### **2.2.8. Edad Media (siglo VIII).**

La Europa medieval inicia un período de confusión y desorden, tanto en lo político, como en lo ético y religioso debido a la caída del Imperio Romano de Occidente.

El clima de fanatismo religioso imperante, favoreció el crecimiento de movimientos heréticos. La mayor parte de estas herejías giraban en torno de la naturaleza de Cristo. Su destino fue la muerte o el juicio y la hoguera.

Se genera una epidemia de manía flageladora debido a la necesidad de apaciguar los deseos sexuales del cuerpo, que se extendió como castigo para las faltas religiosas, estas prácticas eran utilizadas para pagar los pecados con el sufrimiento del precursor del pecado que se consideraba que era el cuerpo, y no sólo con temas referidos a la sexualidad sino de todo tipo, a tal punto que tuvo que ser prohibido. A pesar de estos estas prácticas siguieron practicándose a escondidas, ya que se seguía creyendo que era la mejor forma de pagar los pecados cometidos. Frente a epidemias, hambrunas y otros

---

<sup>2</sup> Cafaro M. E. (2002). *Pareja Contemporánea Mitos en torno a la sexualidad y al matrimonio y modalidad vincular de la misma*. Tesis para optar al título de Licenciatura en Psicología, Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. pp. 68

sucesos considerados también castigos divinos, reaparecía la flagelación masiva. Estas prácticas con el correr del tiempo fueron desapareciendo, pero el valor intrínseco del golpe como correctivo perduró hasta la actualidad, de hecho hay personas religiosas que todavía tienen esa costumbre.

Otra característica de la sexualidad en la Edad Media es la creencia en demonios y espíritus que visitaban a las personas por las noches y mantener relaciones sexuales con ellos siendo esto un argumento incuestionable de las poluciones nocturnas.

Cafaro M. E. (2002) dice que el juego del amor cortés surge a fines de la Edad Media, sus reglas son la antítesis de las del matrimonio medieval. En él se revierte la concepción de la mujer como un ser incapaz, que sólo servía como objeto de intercambio o vehículo de procreación, eleva a la domina a la categoría de persona, de ser igual y hasta superior al hombre, capaz de elegir y hasta de rechazar a su amante. El eje de este intercambio celebrado por los trovadores es el amor, pero un amor esencialmente adúltero. El objeto de este amor sólo podía ser una mujer casada; era un amor reservado al consumo de la nobleza, la élite del sistema feudal. A la burguesa o campesina si se las deseaba, se las tomaba sin que mediaran largos y poéticos cortejos. Por otra parte este amor (cortés), jamás debía apuntar a la procreación.

Los hombres y sacerdotes de la Edad Media piensan que las mujeres son fornicadoras por naturaleza, insaciables, una fuente de desorden, que el hombre debe dominar. Como vimos la fidelidad femenina tiene como objetivo proteger la herencia del hombre; el miedo al adulterio femenino vuelve sospechosa a la esposa: un adversario. Cuanto más miedo tienen los hombres de las mujeres, más pretenden someterlas y más temen que ellas se venguen (es un círculo vicioso). El orden no implica sólo el respeto de la jerarquía entre los sexos, supone también una diferencia de naturaleza entre ellos, que explica la diferencia de trato respecto al adulterio femenino y masculino.

En la Edad Media las mujeres son muy reprimidas al límite extremo que se utiliza el cinturón de castidad, y la cacería de brujas castigándose además de la hechicería también cualquier actividad que este fuera del rol femenino. Los castigos iban desde el escarmiento y exhibición pública de la culpable, la tortura y la prisión hasta la pena de muerte en la hoguera.

### **2.2.9. Renacimiento.**

En este periodo hay una mayor libertad con respecto a la sexualidad, la literatura erótica se difunde, se exhiben los cuerpos como símbolo de belleza y la seducción se explicita con el uso de cosméticos y perfumes. Las modificaciones no llegan al hogar y mucho menos a la esposa, que sigue atada a la maternidad.

La homosexualidad masculina se extiende por las ciudades junto con el afeminamiento en el comportamiento y en el vestir.

Aparece la sífilis, enfermedad que no respeta ni sexo ni clase social y se extiende con el correr del tiempo, la cual fue señalada como castigo divino debido a la promiscuidad e inmoralidad con respecto a la sexualidad.

A pesar del incremento de la libertad con respecto a la sexualidad, todavía existían las hogueras para las personas que habían cometido adulterio.

### **2.2.10. Reforma y Contrarreforma (1.546).**

“La Reforma ataca la corrupción y la hipocresía imperantes en el clero. Lutero afirma la necesidad de restaurar la autoridad de la fe favoreciendo el diálogo entre la conciencia y Dios sin intermediarios. Afirma la responsabilidad interior como superior al acatamiento irreflexivo. En cuanto a lo sexual sostiene que la única salida es volver al rigor ascético y puritano.

Calvino lidera una doctrina más rigurosa y persecutoria afirmando que ‘los casados deben vivir como si no lo fuesen’. En algunas ciudades se prohibieron todas las formas de alegría pública, los bailes, las fiestas, las bebidas alcohólicas, los espectáculos, etc.

Por su parte con la Contrarreforma la Iglesia Católica pasó a la ofensiva. Surgió la Inquisición y órdenes, como los jesuitas, dispuestos a preservar los preceptos de la fe y



la moral católica a punta de espada. El Concilio de Trento reforzó el carácter sacramental e indisoluble del matrimonio, impuso el voto de castidad para los sacerdotes y prohibió el desnudo bajo cualquier forma. Se subordinó todo descubrimiento científico a la autoridad religiosa, se activaron mecanismos de control eficaz, en manos de tribunales eclesiásticos e inquisidores.

Sin embargo, la aristocracia se tornaba cada vez más sofisticada en su búsqueda de placeres refinados, mientras en el pueblo se desarrollaba 'la conciencia burguesa'. El lujo y despilfarro de las cortes se contraponen a la miseria del pueblo, hechos que anticipan los sucesos revolucionarios en Francia de 1.789." (Cafaro M. E. 2002: pp.70)

### **2.2.11. Libertad, Igualdad y Fraternidad.**

La Revolución Francesa supuso un rudo golpe a todo poder impuesto por la gracia de Dios y, por ello, a toda idea de superioridad del Uno sobre el Otro.

Los teóricos de la monarquía absoluta habían intentado justificar como un derecho la autoridad del rey, relacionándolo con la de Dios, y la del padre. Así matando al rey, los revolucionarios franceses dieron un golpe decisivo al poder de Dios y al del padre. La democracia es incompatible con el poder paterno de antaño; las relaciones verticales ceden su puesto a las horizontales compatibles con el ideal igualitario. La revolución se afirma como un rechazo a Dios. La idea es neutralizar la religión del Estado y laicizar el Estado, dándole esto la laicización de los servicios públicos y separarse definitivamente de la Iglesia y la subordinación a esta.

A partir de 1.789, los hombres legislan por sí mismos. La humanidad, común a todos los hombres los hace iguales, independientemente de su especificidad religiosa, económica o social.

Las mujeres fueron desechadas por la Revolución. Y se las mandó a casa con el pretexto que cada sexo tiene su obligación.

Será necesario más de un siglo y medio para que al conjunto de las mujeres occidentales se les reconozcan sus derechos como seres humanos: cívicos, educativos, a los que hay que añadir la maternidad libre.

En el plano sexual, el ascenso de la burguesía al poder tuvo como consecuencia la ‘moralización’ de las costumbres.

La sexualidad encuentra su lugar perfecto en el hogar familiar, las costumbres honestas y la dedicación al trabajo son los paradigmas de estos burgueses en ascenso.

### **2.2.12.Época Victoriana (siglo XIX).**

Victoria representa más que el nombre de una reina inglesa: es el símbolo de una época en que la industrialización convirtió a las personas en meros engranajes de una sociedad de producción.

“La era Victoriana convirtió a la sexualidad en sinónimo de matrimonio y procreación. Pero a la vez se generó una sexualidad marginal, una doble moral inevitable. Mientras en la familia se sucedían las noches monótonas de la burguesía victoriana sin amor ni placer, tal como las definiera M. Foucault, en Londres existían en 1.859 nada menos que 933 prostíbulos, además de las prostitutas callejeras, establecimientos destinados a la flagelación masculina, otros especializados en prostitución infantil, etc.”. (Roberto Gindín, 1.987; 46)

Es una época caracterizada por la exigencia de prácticas puritanas, donde existe una extrema moralización y prohibición de actividades que fuesen placenteras y espontaneas. El sexo placentero queda reservado a la marginalidad. La represión se transformó en una forma de vida, a diferencia de épocas anteriores pasó a ser un modelo por el cual se estructuran las relaciones humanas, ya no un proyecto de los teólogos.

Se reprime la masturbación masculina, no sólo se la condena por pecaminosa sino que también la ciencia la declara responsable de todo mal físico o psicológico, y en todo problema psiquiátrico la base de la causa está siempre en ella. También se condena la homosexualidad como delito y se considera a la mujer como una criatura pasiva y desexualizada. El placer está tan prohibido que sólo se vive a través de la perversión.

### **2.2.13. Fin del Victorianismo, hacia una nueva moral sexual.**

El siglo XX planteó desafíos y modificaciones estructurales determinadas por el ascenso social de las masas pobres, las mejoras en el nivel de vida, los cambios revolucionarios en Europa, las guerras y el reordenamiento de fuerzas en el mundo. Estos cambios plantearon la expectativa de una moral sexual menos restrictiva, que se comenzó a visualizar después de la Segunda Guerra Mundial. La sexualidad masculina no se modificó en sí sino que se dobló ante los imperativos culturales cambiantes y ante el crecimiento social y político de la mujer, que plantea cada vez más exigencias. Lucha por sus derechos, que incluyen el derecho a una sexualidad placentera. Así el placer compartido se duplica.

Si el siglo XVIII y XIX desposeyeron al padre de su padrinazgo divino, el siglo XX acabará de retirarle su autoridad moral y la exclusividad del poder económico. Los veinte últimos años están marcados por una doble conquista femenina: el control de su fecundidad y el reparto del mundo económico con los hombres.

A partir de entonces, bajo la presión constante de las feministas, se ha creado un verdadero consenso político para borrar los rastros de discriminación sexual que existen en los diferentes terrenos de la vida privada y pública. El poder ha intentado realizar una política de educación mixta y de igualdad; poco a poco todas las profesiones se han hecho accesibles a todos, independientemente de su sexo. Las leyes han proclamado la igualdad sexual, donde varones y mujeres tienen los mismos derechos (aunque muchas veces la ley no basta para modificar el comportamiento privado).

La revolución industrial había iniciado ya esta tendencia a que más mujeres trabajasen fuera de su casa, ha sido una dificultosa la lucha por este derecho. El trabajo es considerado por mujeres como una tarea que les permite la realización personal y una independencia económica que le permite su autonomía. Actualmente la mayoría de las mujeres trabajan siendo madres.

Con respecto al control de su fecundidad y, por ello, al de su libertad sexual, la obtención de este derecho también fue el resultado de una larga guerra. La batalla por la separación de la sexualidad y la procreación empezó en Occidente a fines del S. XIX.

Pero las políticas natalistas, que siguen a las guerras, hicieron que hubiera que esperar hasta los años sesenta y setenta para que se satisficiera esta reivindicación esencial.

En 1.960 el primer anticonceptivo oral estaba ya a la venta en Estados Unidos. Pese a las posibilidades anticonceptivas centenares de mujeres morían a causa de los abortos clandestinos e ilegales.

Cuando las mujeres consiguieron el derecho a la anticoncepción, los hombres perdieron todo medio de control sobre su sexualidad. El respeto y el amor se convertían en los únicos obstáculos para la infidelidad. La confianza recíproca ocupaba el lugar del control y la represión. Y con respecto a la relación con el hombre en cuanto reproducción, tener un hijo es decisión compartida.

Por último ha dejado de ser un objeto de intercambio entre los hombres. Esta revolución, pone fin al sistema patriarcal que se creía, universal y eterno.

Antiguamente la mujer buscaba la seguridad económica en el matrimonio. Encontrar un marido se convertía a veces en una obsesión. Por estos motivos en las granjas el objetivo principal de las niñas era casarse bien. Hoy la seguridad material no es ya la finalidad del matrimonio para las mujeres, que cada vez más pueden asumir sus necesidades económicas. Sus esfuerzos apuntan a la educación y al empleo, ya no necesitan casarse 'bien' para progresar. Pueden permitirse hacer pareja por la compañía.

Como expresamos anteriormente las mujeres ya no son objetos de intercambio, se han convertido en sujetos libres de casarse o no. El matrimonio ha perdido su carácter de transacciones entre familias o entre hombres y ha pasado a ser un asunto privado que implica a dos individuos. El matrimonio por amor se ha convertido en la única motivación del matrimonio del presente siglo. Vincularse es humano, es un impulso que surgió hace unos cuatro millones de años y si sobrevivimos como especie debería continuar siendo parte de nosotros.

Hay también un aumento de madres solteras y divorciadas, lo cual explica que la cantidad de hogares mantenidos por padres únicos se haya duplicado desde la década del '70 hasta la fecha. Muchas familias a cargo de un padre único no son permanentes. La mayoría de los padres divorciados vuelve a casarse. Además la paternidad individual no es una novedad.

En nuestra época sexo es primera plana, sexo es noticia. Se manifiesta en fotografías y revistas, cine y televisión, literatura y conversaciones, en las playas, la

moda y las costumbres, en los debates y clases, incluso en el área comercial. Se habla y se discute sobre las ventajas y utilidades de la educación sexual y la progresiva aceptación que está teniendo en diversos países parece indicar que se trata de una conquista irreversible de la humanidad. Este fenómeno constituye un hecho nuevo, por lo menos en cuanto a intensidad y frecuencia, en una sociedad cada vez más permitida la comercialización del sexo, que tuvo tanto énfasis en el mundo clásico, asume ahora proporciones significativas. El interés despertado por cualquier referencia a la sexualidad, posibilitó que el sexo se volviera el principal factor moderno de venta de productos. Explícita o implícitamente las apelaciones al sexo son constantes en las publicidades. Tampoco falta una explotación directa del sexo como producto de comercialización por medio de películas, revistas, etc., de carácter erótico o pornográfico. En esta misma línea se colocan los ‘striptease’, los sexy shows, etc.

Los anticonceptivos constituyen hoy un gran aporte y cada vez más su uso se coloca al alcance de todos. Esto trae una derivación muy importante la distinción cada vez más notoria entre sexo y reproducción. Implica la aceptación y práctica de un nuevo comportamiento, el ‘sexo-placer’ o ‘sexo-recreación’, en la medida que una persona se re-crea con otra, con un sentido de revitalización permanente de la pareja; y sexo-reproducción, como una elección responsable de la vida de esa pareja.

“Hay una corriente moderna que intenta una forma de liberación del sexo integrándolo en un sentido de realización de la persona; ven al sexo como una de las formas más nobles de comunicación humana, que no se reduce a la mera necesidad fisiológica, sino que es una de las expresiones por las cuales el hombre puede manifestar su libertad de ser y su capacidad de opción y consecuente de amor. Para ello urge superar la dicotomía entre cuerpo y espíritu que heredamos, para obtener una concepción unitaria de la persona, en la que la sexualidad se manifieste como un elemento constitutivo de la propia naturaleza; integrándola en todas las manifestaciones de la vida humana.” (Cafaro M. E. 2002: pp.77)

Pero a pesar de todos los cambios acontecidos a nivel cultural, social y económico a lo largo de la historia, los cuales han afectado a los pensamientos sobre la sexualidad, los tabúes y mitos sexuales nos siguen influenciando. Estos han estado insertos en la sociedad y en la mente de las personas a lo largo de miles de años y parece que a pesar de la liberación sexual, de los avances en la comunicación, el desarrollo de la tecnología

de la anticoncepción y la medicina, la evolución del pensamiento, la revolución feminista y la dedicación cada vez mayor de parte de los profesionales para la educación sexual, siguen afectando e interfiriendo en la satisfacción de la sexualidad de las personas de manera íntegra, evitando el disfrute del deseo y el placer que este podría proporcionar, mejorando notablemente la calidad de vida de la mayoría.

### **2.3. Ciclo vital**

La sexualidad del hombre no se despierta súbitamente entre los trece y los quince años, es decir, en la pubertad sino que actúan desde el comienzo del desarrollo del niño, va cambiando a medida que transcurren los años, progresan de un estado a otro. Hoy se admite que debemos prestar atención a los sentimientos y la conducta sexuales durante todo el ciclo vital.

La mayoría de la gente está acostumbrada a imaginar el sexo como algo que abarca solo los órganos genitales o como una simple expresión física. Para evitar esta concepción estrecha y restrictiva conviene emplear el término “sexualidad”, admitiendo así que la expresión sexual es un aspecto profundo y amplio de la personalidad total: la suma de los sentimientos y la conducta del individuo no solo como ser sexual sino también como varón o mujer.

Las expresiones de sexualidad van mucho más allá de las reacciones genitales y están constantemente sujetas a cambio en razón de la experiencia y el aprendizaje sexuales. Durante todo el ciclo vital las fuerzas fisiológicas, emocionales, sociales y culturales condicionan la sexualidad por vías complejas e importantes, sobre todo durante la infancia temprana y avanzada. A medida que los individuos maduran, estas influencias pueden generar una gama cada vez más amplia de actitudes y expresiones sexuales posibles.

En siguiente apartado voy a describir sólo tres etapas del ciclo vital, la adolescencia, la adultez y la adultez mayor, ya que sólo estas tres etapas son las que utilizaré para la realización de la investigación.

### ***2.3.1. Adolescencia***

La adolescencia, etapa posterior a la niñez y que se extiende hasta la edad adulta, es un período que se caracteriza por profundos cambios físicos, psicológicos y sociales. El cual es difícil establecer entre qué edades se encuentra, entre los 12 y los 19 años es la edad promedio, y ahora la OMS (Organización Mundial de la Salud) la extendió hasta los 25 años, ya que los jóvenes prolongan sus estudios, noviazgos, suelen demorar sus responsabilidades de adultos ya que no tienen interés de tener su propio techo y menos una familia. No hay dudas de que el tiempo para elaborar la adultez se ha ido dilatando y el síndrome de Peter Pan revolotea en el mundo entero. Este síndrome se debe a la falta de modelos adultos ya que ahora los adultos quieren ser adolescentes, debido a la alta oferta hacia esta etapa que resulta atractiva debido a que a diferencia de hace 30 años (que las personas eran valoradas cuando llegaban a la adultez) ahora la importancia esta puesta en las personas que están en esta fase, es una moda y todos quieren estar en ella. Esto tiene como consecuencia que los adolescentes no tienen modelos de adultez ya que los adultos se han transformado en figuras jóvenes, gracias a las nuevas tecnologías de cirugías, lentes de contacto, ejercicios, vestimenta, etc. Es por esta razón que la Organización Mundial de la Salud extendió la edad para la adolescencia.

La adolescencia también es una etapa caracterizada por cambios en la esfera psicosocial, y en todos los aspectos se produce la estructuración de funciones nuevas, que incluye el nivel de autoconciencia, las relaciones interpersonales y la interacción social, derivándose de ellas trastornos psicosociales asociados como: embarazos indeseados, homosexualidad y trastornos de la personalidad, entre otros.

Con respecto a la sexualidad del adolescente, esta es una parte importante del desarrollo, y las relacionadas con la identidad sexual son quizás las más dramáticas y misteriosas para ellos, que los llevan a nuevos deseos y sentimientos.

“Los conocimientos insuficientes o erróneos y la falta de orientación sexual conducen a situaciones conflictivas de gran tensión y frustraciones que ocasionan un número considerable de madres jóvenes, matrimonios adolescentes, embarazos precoces, abortos, trastornos anatomofisiológicos y desajustes psíquicos que

indirectamente interfieren en el adecuado ajuste y desarrollo del individuo dentro de la sociedad.” (Cortez Alfaro, A. y otros 1999: pp. 1)

La alta incidencia de embarazos, abortos, y diferentes consecuencias de las relaciones sexuales, como enfermedades venéreas muy comunes en la actualidad, puede deberse a la cantidad de mitos que los influyen sin que se percaten de su existencia.

Los medios permanentemente hablan de la sexualidad y de la libertad de la misma, es por ello que los adolescentes insertos en el consumismo, compran todo lo que le vende la sociedad, asegurándose que tienen el conocimiento completo acerca de la misma, obteniendo por resultado diversos problemas anteriormente nombrados. La razón es la falta de educación sexual para la abolición de los cientos de mitos que estructuran el pensamiento y la acción de los adolescentes, produciéndole la incapacidad para la satisfacción de su sexualidad, en muchos de los casos a lo largo de toda la vida.

### **2.3.2. *Adulthood***

Esta etapa del ciclo vital se extiende de los 26 a los 64 años de vida (O.M.S). Algunos autores la nombran como “adulthood joven” y otros simplemente “adulthood”.

El estudio de la sexualidad en el adulto merece especial atención pues contrario a lo que muchos piensan el adulto no es un ser relativamente estático, libre de problemas sexuales. La fase adulta constituye un punto ininterrumpido de aprendizaje, crisis y elección.

En la edad adulta se presenta una vasta gama de pautas de conducta sexual. Algunas personas llegan al ajuste heterosexual en tanto que otras dependen de la masturbación o las actividades homosexuales. Es posible que algunas renuncien prácticamente a la expresión sexual desembozada. Quienes ingresan en la heterosexualidad, sean casados o solteros, también desarrollan muchas pautas. Algunos tienen una vida sexual adecuada y placentera, en tanto que otros solo encuentran una satisfacción limitada. Algunos viven atormentados por la frigidez o la impotencia o son indiferentes a la expresión sexual. Algunos descubren que la expresión sexual les impone cargas intolerables o les crea serios problemas en el campo de las relaciones



humanas. Es posible que la conducta sexual de otros sea obsesiva o compulsiva. Las viejas experiencias y actitudes que el individuo ha tratado de negar o reprimir pueden aflorar y restarle eficacia en su rol conyugal o parental.

La sexualidad humana es un proceso de gran complejidad, influenciado por múltiples factores, pero sobre todo por el contexto histórico-social en que se desarrolla. El comportamiento sexual se manifiesta de diversas formas según la época, cultura, lugar e incluso de un individuo a otro, pues cada persona la experimenta de acuerdo a sus necesidades y experiencias personales.

En la adultez el individuo debe tomar una serie de decisiones importantes en su vida como la elección de la pareja y la formación de la familia, constituyendo una etapa de creciente responsabilidad llena de incertidumbre sexual para unos y satisfacción para otros, en la que puede que persistan todavía tabúes, preocupaciones en cuanto a la idoneidad sexual y probablemente no se hayan resuelto conflictos en torno a su identidad y orientación sexual.

Teniendo en cuenta lo reveladores que pueden ser los estudios sobre la problemática abordada pretendemos acercarnos al conocimiento de los mitos de la sexualidad en individuos de edad adulta.

En la década de los 40 la crisis de la edad mediana puede estar caracterizada por el autodescubrimiento, la reestructuración de metas y las nuevas exigencias en función de los deseos y necesidades no realizadas en una etapa anterior, y fundamentalmente una falta de disfrute y satisfacción total de la sexualidad debido a tabúes que reprimen el deseo y el placer de las relaciones sexuales con su pareja.

### ***2.3.3. Adultez Mayor***

La Organización Mundial de la Salud establece que este Ciclo Vital comienza a partir de los 65 años de vida en adelante.

Las personas hacen la asociación entre sexualidad - coito - capacidad reproductiva, y habiendo perdido algunas de esas posibilidades y disminuido otras, lleva a que la sexualidad en el período de la vida denominado Adultez Mayor sea

comúnmente negada. Esto produce sufrimiento y una peor calidad de vida de la que sería posible alcanzar.

En la vejez la sexualidad es maltratada, poco conocida y menos entendida por la sociedad, por los propios ancianos y por los profesionales de la salud a los que acuden las personas de edad avanzada con problemas y dudas al respecto. Se hallan mitos de que los ancianos no están interesados y no son capaces de comprometerse con la actividad sexual, en contraste con el pasado estas ideas erróneas están cambiando gradualmente, pero todavía no se alcanza a estudiar completamente la sexualidad geriátrica, ya que hasta hace poco se creía que la sexualidad era sólo para jóvenes adultos.

Los modos particulares en los que se manifiesta la sexualidad en la Adulthood Mayor, tienen una relación directa con:

- los cambios hormonales y físicos propios de esa etapa de la vida, lo cual puede modificar el modo de manifestarse la sexualidad. En el hombre se manifiesta en que el tiempo de erección se prolonga minutos y se alcanza completamente solo instantes antes de la eyaculación, y una vez perdida la erección posiblemente no vuelva a recuperarla. En caso de la eyaculación, ocurre un resumo de líquido y cantidad escasa, y el período refractario (tiempo después de un orgasmo en que no hay erección del pene) puede durar hasta algunos días. En la mujer la lubricación vaginal puede prolongarse en el tiempo y ser muy escasa, se pierde un poco la elasticidad vaginal, las sensaciones orgásmicas disminuyen considerablemente y existe además una disminución del deseo sexual. Pero no así el deseo que es eminentemente psíquico y no tiene edad;
- cómo se ha vivido la sexualidad a lo largo de toda la vida y
- las condiciones vinculares a las que se llega a esa altura de la vida: si se tiene pareja, si se es viudo/a recientemente, si se está separado desde hace muchos años, si se vive solo, con la familia, institucionalizado, etc.

La relación conflictiva entre el contexto (social, médico, familiar, etc.) y la sexualidad del adulto mayor, hace que muchas personas vivan con culpa, vergüenza, a escondidas y hasta en promiscuidad una sexualidad que aún en la adultez mayor pugna por manifestarse y encontrar su cauce de manifestación. Produciendo aislamiento y de la negación de la sexualidad como manifestación afectiva que se mantiene a lo largo de toda la vida, la imposibilidad de encontrarse con otro y manifestar sus sentimientos, hacen que la calidad de vida del adulto mayor no sea lo que puede llegar a ser.

El rechazo a la sexualidad en el Adulto Mayor es un pensamiento generalizado donde lo que se valora es la perfección corporal: la piel sin arrugas, funcionamiento hormonal totalmente activo, medidas corporales fijas, etc., es decir, el estereotipo que se ve en los medios de la juventud, desvalorizando a la ancianidad considerando a estas personas feas, débiles, desgraciadas e impotentes, siendo la sexualidad una cuestión del pasado cargado de buenos recuerdos y ninguna posibilidad de vivir una sexualidad placentera en la actualidad. Y si realiza se los cataloga de “viejos verdes” o viejas locas” que actúan de manera morbosa y desubicada.

Paulatinamente comienza a ser más aceptado que la sexualidad se puede disfrutar y producir satisfacción, donde el placer, el deseo y la capacidad sexual se pueden mantener a lo largo de toda la vida.

“La Organización Mundial de la Salud (OMS) recalca que más del 22 % de los adultos mayores en el mundo, presentan problemas con la sexualidad, donde los prejuicios, la idiosincrasia y la cultura forman parte indisoluble de ella.” (González Domínguez A. y otros.2005: pp. 3)

## **2.4. Género**

### ***2.4.1. Definición***

Género: “Construcción social que conceptualiza lo masculino y lo femenino”. (González Labrador, I. 2002: pp. 2)

El uso gramatical comprende las reglas formales que se siguen de la designación masculina o femenina, es el sexo socialmente construido.

Es el “Qué es lo ‘propio de las mujeres’ y qué es lo ‘propio de los hombres’”. Esto acaba con las individualidades de cada uno, que consta de pensamientos, acciones, deseos, emociones, etc., que tiene cada persona individualmente sin basarse en una obra propiamente social.

Lo que determina la identidad y el comportamiento de género no es el sexo biológico, sino el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, los rituales y costumbres atribuidas a cierto género”. (Brandani M. A. 2003:pp. 171)

La estructuración del género se convierte en un hecho social tan fuerte que llegamos a pensarlo como natural.

Es una interpretación de lo social acerca de lo biológico, es decir que no nacemos con la identidad de género. Es un modelo que se impone sobre lo que es femenino y que es lo masculino, por lo tanto, impone la manera de pensar y de actuar de una manera estereotipada condicionando los roles propios del hombre y de la mujer, limitando sus potencialidades humanas y estereotipando de igual manera la sexualidad (mandato de obligatorio cumplimiento en torno a la sexualidad).

“De igual forma, y desde lo social con raíces en el pasado, se empiezan a formar mitos, fábulas, ficción alegórica a un tema y tabúes -algo que no se puede hacer o lograr- en torno a la sexualidad y al desempeño sexual de cada sexo, los cuales llegan aún hoy a nuestros días y mediatizan de forma negativa el disfrute de la sexualidad y marcan definitivamente el comportamiento sexual humano.

#### ***2.4.2. Diferencias de acuerdo al Género***

Analicemos por separado a hombres y mujeres, pues hay diferencias en los mitos y tabúes encontrados según el sexo y consideramos que aún antes del nacimiento ya se empiezan a gestar. A la mujer desde que está en el vientre de su madre se le coloca en el famoso mundo rosado, los colores de asignación femeninos son los suaves y tonos

pasteles; de ella se espera sea dulce, cariñosa, afable, suave, pasiva y todo ello marca hasta sus juegos infantiles y profesiones futuras.

Todo esto marca desfavorablemente la expresión de su sexualidad, pues se le expropia de espacios vitales femeninos, se le oculta y marca la sexualidad desde la cuna (del sexo no se habla, el sexo es sucio, no se le acarician ni se le celebran los genitales como al varón), y todo esto marca desfavorablemente la sexualidad femenina desde muy temprano en la vida.

A las mujeres se les lastra la autoestima y el autoerotismo, pues no le es permitido manifestar sus deseos, pasiones y necesidades sexuales. Se niegan para ella los espacios públicos porque es de la casa. Se le prepara desde niña para la maternidad (su función principal como sexo), y se le enseña que debe ser buena madre, esposa fiel monogámica, cariñosa, dulce, comprensiva, no se le estimula el disfrute de la sexualidad, se limita la expresión de su conducta sexual, en fin, se le prepara para satisfacer y atender necesidades de otros.

Los mitos influyen en que la mujer no logre un pleno disfrute de sus encuentros sexuales, y a la larga puedan aparecer disfunciones sexuales femeninas; por ejemplo, deseo sexual inhibido, vaginismo, anorgasmias primarias o secundarias, etcétera.

A los hombres igualmente, desde que están en el vientre materno, se les coloca en un mundo azul. Los colores de asignación masculina son fuertes y agresivos, y de ellos se espera independencia, agresividad, fortaleza física, que sean buenos trabajadores, y en sus juegos infantiles se les marcan sus futuras profesiones. Al varón se le prepara para el espacio público, se le exige un mayor comportamiento sexual y con mayor disfrute de ello, se le refuerza el entrenamiento en el sexo y así favorecen también la aparición de mitos masculinos.

El amor masculino es sinónimo de sexo y de placer porque se le inculca el disfrute con la sexualidad ante todo. Debe tener una agresividad erótica, pues tiene que ser él quien tome la iniciativa, la proposición y haga todo en las relaciones sexuales. Después de todo lo anterior, el hombre debe ser padre (esto en un último lugar, lo cual lo diferencia del sexo femenino); no obstante, también al varón desde el punto de vista social se le expropian espacios vitales masculinos.

La presencia de los mitos y tabúes pueden favorecer la aparición de disfunciones sexuales en el hombre como el deseo sexual inhibido, las disfunciones eréctiles, la

eyaculación precoz, etc. Esto hace que disminuya el placer en las relaciones sexuales, y están influidos por la sociedad, los hombres cuentan con grandes exigencias a las expectativas del rendimiento sexual de su género, y padecen de un desconocimiento de la fisiología sexual de forma general. Las mujeres también tienen un gran desconocimiento de su fisiología sexual, y están marcadas desde la niñez para reprimir la expresión de su sexualidad. (González Labrador, I. 2002: pp. 2-5)

Fundamentalmente, los estereotipos de género de nuestra cultura nos piden hombres y mujeres que podemos caracterizar como:

HOMBRE	MUJER
Racional	Emotiva
Autónomo	Dependiente
Agresivo	Tierna
Fuerte	Débil
Activo	Pasiva
Seguro	Insegura
Analítico	Intuitiva

Ya que el género es una construcción de la misma, de asignación de papeles esto se puede revertir, cambiar el modo de pensar, los mitos y tabúes pertenecientes a cada uno de los sexos y las actividades que les corresponde a cada uno consecuencia de lo que se ha realizado a lo largo de la historia: realizando principalmente relaciones de dominación- sumisión entre el género masculino y femenino respectivamente.

## **2.5. Mitos en la sexualidad**

“Los mitos o creencias falsas son pensamientos colectivos, en general inventos populares, creados con la finalidad de explicar lo inexplicable’. El mismo pueblo que

los inventó es el sustento de los mitos, el que obtiene su persistencia a través del tiempo porque protegen de la angustia ante lo desconocido, otorgan una falsa seguridad.

Como estas creencias llevan mucho tiempo en la mente de las personas, se cree (otro mito) que alguien con autoridad los instituyó, y por lo tanto, no deben ser cuestionados y, mucho menos, denunciados como fallas.

Casi siempre por omisión, las autoridades educacionales médicas y religiosas se vuelven cómplices de sostener estos mitos.” (Román de Giro, A. 2005: pp.5)

“Cuento o leyenda creídos por muchos. Falsedad creída como verdad. Teoría aceptada en el campo de la ciencia y cuya falsedad es demostrable.” (Diccionario de Psicología, de Howard Warren, citado en Lerer, M. L., 2004: pp. 20)

“Todo mito es un conjunto de creencias, fuertemente cargadas de afectividad, que tienen la pretensión de ser verdades. Generalmente los mitos se encuentran envueltos en la superstición y son alimentados por la ignorancia; en éste caso, de la sexualidad. ¿Por qué la existencia de los mitos? Precisamente, porque explican lo que nadie explica o aclara y protegen a la gente del "agujero negro" de la ignorancia, proporcionan seguridad y sirven como coraza, por más improbables que sean.

Los mitos se expanden tanto lateralmente -por miembros del mismo grupo social- como verticalmente, difundidos y reproducidos por las autoridades en posición de educar. Es falso creer que los mitos son sostenidos por gente no educada. Es un mito más. Algunos profesionales del área biológica y los que pertenecen a otras áreas también, sostienen errores y creencias que se van infiltrando de generación en generación, traspasando niveles educativos, en todas las edades y espacios socio-económicos. El crecimiento de los medios de comunicación masiva, ha permitido un acceso al material relativo a lo sexual, que no tiene precedentes en los siglos anteriores.

La información, ya es imparabla. Las personas están más abiertas y menos temerosas y se animan a discutir las creencias míticas que antes se admitían sin cuestionamiento alguno. Sin embargo, esto no supone la finalización definitiva ni mucho menos, de los mitos sexuales. Han aparecido otros. Como resultado de las discusiones abiertas en relación a los fenómenos sexuales, y -no hay manera de ocultarlo- la propagación de la epidemia de SIDA, muchos grupos han tomado el otro extremo de la ignorancia, asegurando falsamente, que los problemas sexuales se curan

con extrema facilidad mediante procedimientos simples. Es un ejemplo más, de la necesidad de la Educación Sexual”<sup>3</sup>.

“Nuestra sexualidad está regida, en mayor o menor medida, por mensajes que hemos ido recibiendo a lo largo de nuestra educación sexual. Esta educación no nos fue impartida formalmente, ni en la escuela, ni en el hogar, si no que, a través de conductas y actitudes observadas en nuestros mayores y amigos, de conversaciones y también de silencios, hemos ido aprendiendo miedos, fantasías y mitos que responden a lo que la sociedad de la época nos adjudica como roles masculinos”. (Gindin, L. R. 2005; pp.20)

“Los mitos son creencias construidas en lo social de carácter normativo, que generan expectativas rígidas de conductas para uno o ambos miembros de la pareja, y son transmitidos desde la cultura”. (Casabianca, Ruth; Rapaela, Elizabet. S.F; p. 1, citado en Cafaro M. E. 2002: pp.173)

Podemos encontrarnos con una gran diversidad de Mitos sexuales de todo tipo de clase, es por eso que los vamos a clasificar para un mejor entendimiento y didáctica, estos son:

1. “Mitos sobre Fisiología y funcionamiento sexual”: <sup>4</sup>

- Las mujeres no experimentan orgasmo nocturno.
- Los orgasmos simultáneos constituyen mayor placer que los orgasmos experimentados en forma separada y son, además, necesarios para la compatibilidad sexual en el matrimonio.
- Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.
- Hay diferencia entre el orgasmo vaginal y el orgasmo clitorídeo.
- La ausencia de himen prueba que una muchacha ya no es virgen.
- Aquellos que abstienen de sexo, gozan de mejor salud.

---

<sup>3</sup> Kusnetzoff, J. C. (2000-2009) [www.e-sexologia.com](http://www.e-sexologia.com)

<sup>4</sup> Román de Giro, A. (2005). Sexualidad. Manuscrito no publicado, universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina, pp. 5.



- La disminución de la función de las glándulas sexuales señala el final de la vida sexual de hombres y mujeres.
- El pene grande es importante para la gratificación y el placer de la mujer.
- El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y la capacidad de tener hijos/as
- El alcohol es un estimulante sexual.
- La esterilización reduce el apetito sexual de un hombre o de una mujer.
- La masturbación es un hábito de los jóvenes e inmaduros; su práctica típicamente cesa después que los hombres y las mujeres se casan.
- La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.
- El coito peneano-vaginal es el único método normal de relaciones sexuales.
- Si uno de los cónyuges desea el sexo con más frecuencia, nada puede hacerse para volver a la pareja más compatible sexualmente.
- La pornografía estimula a que la gente cometa actos sexuales criminales.
- La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.
- El fin último y prioritario de la sexualidad es la reproducción, ya que son la misma cosa.
- Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.
- Las mujeres al igual que los varones una vez que han tenido orgasmo deben esperar para volver a excitarse.

## 2. “Mitos sexuales femeninos”.<sup>5</sup>

### a) Sobre el eterno femenino:

---

<sup>5</sup> Román de Giro, A. (2005). Sexualidad. Manuscrito no publicado, universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina, pp. 6-7.

- La sexualidad es natural e instintiva.
- La virginidad es un tesoro de la mujer.
- La mujer es frígida por naturaleza.
- La mujer tiene menos necesidades y deseo que el varón.
- Tomar la iniciativa no es cosa de mujeres.
- La mujer envidia el pene del varón.
- La mujer violada seguro que se lo buscó por provocadora.
- Si la mujer no es hermosa no puede gozar de una buena relación sexual.
- Sexualmente, la mujer es pasiva y el varón activo.
- Es deber de la mujer satisfacer al compañero.
- Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que sí.

b) Sobre la menstruación:

- La menstruación es una maldición.
- Nada de relaciones sexuales durante la menstruación.
- La mujer menstruante es impura.
- La menstruación debe ser celosamente ocultada.
- Las mujeres menstruantes están enfermas.
- Con su primera menstruación la niña se hace mujer.

c) Sobre anticoncepción:

- La mujer es la que tiene que cuidarse.
- En su primera relación una mujer no puede quedarse embarazada.
- El coito interrumpido es un método eficaz de anticoncepción.

d) Sobre el deseo:

- La capacidad y el deseo sexual de la mujer son menores que los del varón.

- La maternidad disminuye el deseo sexual.
- Conocer nuestro propio cuerpo no es importante para la sexualidad.
- Necesariamente en una pareja, el sexo, con el tiempo, se torna aburrido.
- Las posibilidades de sentir placer nacen con una; no se pueden aprender.
- La visita de un varón a la casa de una mujer sola implica coito.
- Si aceptamos caricias, no podemos negarnos al coito.
- Las fantasías sexuales son utilizadas por varones, las mujeres no las tienen.

e) Sobre la masturbación:<sup>6</sup>

- Las mujeres que se masturban son anormales.
- La masturbación es un mal sustituto de la relación sexogenital.
- La masturbación no ayuda a las mujeres preorgásmicas.
- La masturbación deforma nuestros genitales.
- Los varones se masturban con más frecuencia que las mujeres.

f) Sobre el orgasmo:

- En la mujer el goce es más espiritual que corporal.
- Es imposible que la mujer produzca una emisión líquida cuando tiene el orgasmo.
- Las mujeres deben saciarse con sólo un orgasmo
- La mujer normal sólo alcanza el orgasmo con el coito

g) Sobre la violencia y el abuso sexual.

---

<sup>6</sup> Lerer M. L. (2004). *Sexualidad femenina: mitos y realidades*. Buenos Aires: Paidós, pp. 75- 83.

- El maltrato de la mujer por parte del compañero es un problema privado.
- La mujer puede evitar ser violada.
- Los hijos son incondicionales en el amor a sus madres e incapaces de maltratarla

### 3. “Mitos sexuales Masculinos”.<sup>7</sup>

- Los hombres no deben tener ciertos sentimientos, o al menos no deben expresarlos.
- El sexo, como en cualquier otra cosa, lo que cuenta es el rendimiento.
- El hombre es el encargado de iniciar u orquestar lo sexual; es responsable también del orgasmo femenino.
- El hombre siempre debe desear y estar listo para el sexo.
- Todo contacto físico debe necesariamente terminar en una relación sexual.
- Relación sexual equivale sólo a coito vaginal.
- Toda actividad sexual requiere, como condición básica, la erección.
- Buen sexo es una progresión lineal de excitación creciente que termina exclusivamente en orgasmo.
- El sexo debe ser natural y espontáneo.
- En esta era tan avanzada, los mitos precedentes no tienen ya ninguna influencia sobre nosotros.

---

<sup>7</sup> Gindin, L. R. (2005). *La nueva sexualidad del varón: del macho inseminador al hombre receptivo: una nueva edición de lo masculino* (2ª ed.). Buenos Aires: Norma, pp.20-21.

#### 4. “Mitos Argentinos”.

- Si damos mayor información y educación sexual a los niños, se van a volver promiscuos.
- La eyaculación precoz se debe a un exceso de sensibilidad.
- Los alimentos afrodisíacos: perejil, nueces, apio, coca con Geniol, ostras, el alcohol.
- Tanto la mujer como el hombre, no pueden infectarse con VIH u otra enfermedad venérea si sólo han mantenido relaciones con una persona.

Estamos tan naturalizados con respecto a los mitos que muchos de estos le deben parecer que son afirmaciones ciertas, es por esta razón que consecuentemente expondré los fundamentos para demostrar los “por qué” estas aseveraciones son pensamientos incorrectos, es decir, MITOS.

### **2.5.1. Mitos sobre Fisiología y funcionamiento sexual**

#### ***2.5.1.1. Las mujeres no experimentan orgasmo nocturno:***

Tal como lo explica Gindin (2005), las mujeres y también los hombres necesitan período de erección nocturna para que los genitales se mantengan activos y oxigenados. Las mujeres si tienen por la noche episodios de lubricación vaginal y erección clitorídea, estos se producen durante la fase REM del sueño, duran unos pocos segundos hasta veinte minutos y sucede cada noventa minutos. Estas respuestas ocurren de manera automática y no tiene relación con el contenido del sueño ya que es una respuesta automática.

#### ***2.5.1.2. Los orgasmos simultáneos constituyen mayor placer que los orgasmos experimentados en forma separada y son, además, necesarios para la compatibilidad sexual en el matrimonio:***

Hay muchas parejas que piensan que la única manera de que el acto sexual sea totalmente placentero es si los dos obtienen orgasmos de manera simultánea. Lo que ocurre es que no es fácil que esto ocurra. E intentar que suceda puede provocar decepción, sentimientos que la pareja no es compatible y por consecuencia esto induce a que las parejas terminen su relación, ya que están convencidas de que no llegar al “máximo placer” los dos juntos y en el mismo momento hace de la sexualidad un momento pobre y sin valor.

Es cierto que cuando ocurre es un momento maravilloso, pero eso no quiere decir que si no sucede la relación no sea buena y compatible. Ya que lo que se puede hacer como enseña Gindin (2003) el juego de “tomar turnos”, donde uno es el receptor y el otro el emisor, uno recibe caricias y estimulación que le resulten más placenteras y viceversa, teniendo cada uno el tiempo de concentrarse en sí mismo (el orgasmo es una sensación y una experiencia muy individual donde raramente uno puede saber lo que ocurre afuera durante uno segundos) y poder llegar al orgasmo, y después es su turno de emisor el cual le entregará a su pareja todas las caricias que le sean excitantes a la misma. Siendo ésta una experiencia enriquecedora y de total entrega a la pareja para que la relación sexual sea compartida, compatible y con una entrega que va más allá del hecho de llegar al placer máximo simultáneamente.

***2.5.1.3. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado:***

El orgasmo es una fase más de la sexualidad, pero ésta está constituida por más fases en las cuales el placer puede ser muy elevado. Puede que uno de los miembros de la pareja haya llegado al orgasmo pero que durante toda la relación sexual no haya sentido mucho placer, y además que el orgasmo no haya sido muy intenso, y en cambio la otra persona que no llegó puede que haya sentido mucho placer y disfrutado en todo momento, y que eso la satisfaga completamente y el otro miembro que si tuvo orgasmo no haya disfrutado lo suficiente en su individualidad. Es por esto que lo más importante para el goce en la sexualidad es intentar que todas las fases sean placenteras y disfrutar de ellas y dejar de concentrarse sólo en el orgasmo.

#### ***2.5.1.4. Hay diferencia entre el orgasmo vaginal y el orgasmo clitorídeo:***

“Hay un solo tipo de orgasmo, no dos. Los orgasmos sentidos durante el coito son causados por la estimulación indirecta del clítoris, no por estimulación vaginal. El clítoris es único porque tiene una sola función: producir placer sexual.” (William Masters y Virginia Johnson). (Gindin 2003: pp34).

“El orgasmo femenino básicamente un reflejo de respuesta diferida; o sea que tiene, como todo reflejo, un polo estimulador (pueden ser fantasías, estímulos locales clitorídeos, vaginales, mamarios o de otras partes del cuerpo) y un polo motor o de respuesta que en todos los casos comienza con contracciones de los músculos pubococcígeos que rodean la entrada de la vagina. A partir de allí se irradian estas sensaciones al resto del cuerpo. El clítoris actúa como un órgano receptor y transformador de las sensaciones sexuales.” (Gindin 2003: pp33)

#### ***2.5.1.5. La ausencia de himen prueba que una muchacha ya no es virgen:***

De ninguna manera la ausencia o la presencia del himen prueba que la mujer no haya, o en caso contrario, haya mantenido relaciones. El himen no es muestra de virginidad. Hay niñas que nacen sin himen o con actividades diversas (andar a caballo, abrir las piernas ampliamente, masturbarse, un golpe en la zona) puede ocasionar la desaparición del mismo. Debido a que es un tejido muy delgado que se estira o se rasga lo suficiente para permitir la entrada de lo que se está insertando. Existen hímenes que a pesar de que la mujer haya tenido actividad coital se mantienen intactos ya que son muy elásticos. Ocurre también que se produce una laceración del himen a través del coito con un pequeño sangrado, aunque algunas veces es de gran escala, a esto se le llama “desfloración”, y cuando una mujer a pesar de mantener relaciones vía vaginal su himen sigue intacto se le llama “desfloración vaginal”. Una mujer virgen no es cuando tiene himen, sino cuando ha no ha realizado actividad coital.

Las creencias de que el himen es representante de la virginidad se conceptualiza en la historia pasada cuando en la época patriarcal las niñas eran vendidas para luego casarse, y la virginidad era prueba de que los hijos de ella eran de su esposo. Y esto no

tiene ninguna relación con la verdadera anatomía del himen, el cual se puede mantener intacto durante mucho tiempo a pesar de mantener relaciones vaginales.

***2.5.1.6. Aquellos que abstienen de sexo, gozan de mejor salud:***

“¡Se vive más y mejor con sexo que sin él!”. Se sabe que el sexo reduce el estrés, levanta el ánimo y aumenta la autoestima. Es un poderoso ansiolítico que supera en eficacia al mismo Valium. Por otro lado, ‘la función hace al órgano’: cuanto más activa sexualmente sea una mujer, más conservará el flujo sanguíneo genital y la salud vaginal. La actividad sexual regular durante la menopausia ayuda a reducir la atrofia vaginal, al aumentar el flujo sanguíneo y la lubricación.”(Gindin 2003: pp.172)

También explica Gindin (2003) que mantener relaciones sexuales alarga la vida ya fuera por actividad física, por la gratificación emocional que esta provoca o por ambas.

***2.5.1.7. La disminución de la función de las glándulas sexuales señala el final de la vida sexual de hombres y mujeres:***

Esta concepción proviene de la época victoriana donde la sexualidad era sólo para la reproducción, por lo tanto la disminución de las glándulas sexuales, y por consecuencia, de la capacidad de fecundar es muestra de que las personas no pueden seguir manteniendo relaciones, es decir que la sexualidad es cuestión de jóvenes y no de adultos mayores. Esto es un pensamiento equivocado ya que los adultos mayores siguen teniendo deseo e interés por el sexo. Es cierto que éste disminuye debido a los cambios fisiológicos, pero investigaciones de González Domínguez, R. A. y otros<sup>8</sup> (2005) realizada en un hospital de Cuba en la provincia de Camagüey dice que la mayoría, más de la mitad sigue manteniendo relaciones y que es por la falta de privacidad que muchas veces no pueden ya que debido a sus avanzada edad los mandan a dormir con sus nietos, etc.

Además, diversos autores afirman que es más factible que un anciano no mantenga relaciones sexuales debido a la inhibición que se le realiza por causa de los

---

<sup>8</sup> González Domínguez A. R., Núñez Rodríguez L. M., Hernández Pupo O. & Betancourt Navarro M. (2005) Sexualidad en el adulto mayor. Mitos y realidades. *Archivo médico de Camagüey*, vol. 9, nº 4.



mitos y tabúes de que el deseo, el placer y la satisfacción sexual es cuestión de jóvenes y solamente un recuerdo grato de los adultos mayores.

***2.5.1.8. El pene grande es importante para la gratificación y el placer de la mujer:***

La estimulación vaginal no se encuentra a lo largo de la vagina, sino en el tercio externo de la vagina, ya que cuando son penes largos toda la pared uterina y eso causa dolor, sino lo que importa es estimular las paredes, y para eso no se necesita uno largo. Lo que se necesita es el diámetro grande de pene, ya que esto permite la estimulación de las paredes vaginales, pero en caso de que el diámetro no sea prominente lo que se necesita es que la mujer ejercite los músculos vaginales, ya que estos se estiran y contraen según el pene y según la contracción que haga la mujer.

También hay mujeres que al contrario de lo que afirma este mito, prefieren penes pequeños para una cómoda “Fellación” (sinónimo de sexo oral hacia el varón), ya que evita posibles ahogos o dolores en la mandíbula.

Y otro de los fundamentos para refutar la afirmación que “se necesita un gran pene para la gratificación de la mujer”, es que en realidad la mayor cantidad de terminaciones nerviosas se encuentran en el clítoris, es por esto que en realidad lo que es importante para la gratificación y el placer de la mujer es la estimulación clitorídea, actividad que no necesita un pene grande sino una serie de movimientos suaves, delicados y dedicados sobre “el rey de las zonas erógenas femeninas”.

***2.5.1.9. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y la capacidad de tener hijos/as:***

La fertilidad masculina depende de la producción normal de espermios y del pasaje del mismo a la vagina de una compañera femenina. El proceso comienza con la espermatogénesis, o el desarrollo del espermios en los testículos. Las células de espermios completamente desarrolladas (espermatozoides) son producidas por un proceso complicado de división celular que ocurre en un período de varios meses. El desarrollo exitoso del espermios está controlado por el sistema endocrino y depende de la temperatura y de un entorno genético adecuado. Una vez formado, el espermios

abandona los testículos y se almacena en el epidídimo, donde se desarrolla por completo. Luego es empujado a través del vaso deferente y la uretra durante la eyaculación.

Existen varias causas de infertilidad, pero ninguna se debe al tamaño del pene, este es un mito más acerca del tamaño del pene, que como veíamos en la historia de la sexualidad, viene de la era donde las hembras elegían al macho por el tamaño de su pene porque creían que cuanto más grande era más fértil era también.

#### ***2.5.1.10. El alcohol es un estimulante sexual:***

“El alcohol es considerado por muchas personas un poderoso estimulante y/o afrodisíaco sexual (en una encuesta de 1970 se encontró que el 68% de las mujeres opinaba que el alcohol incrementaba su disfrute del sexo). Se ha constatado que sólo pequeñas dosis de bebidas alcohólicas pueden producir un efecto de desinhibición sexual. Apenas pasadas esas dosis mínimas, el consumo de alcohol produce efectos negativos sobre las señales fisiológicas de excitación sexual.

Como depresor del sistema nervioso central, el alcohol disminuye el ‘filtro’ o ‘mecanismo controlador’, que supone la actuación de segmentos superiores cerebrales represores de conductas inapropiadas para esa persona. De esta forma, puede facilitar la aparición del impulso sexual, pero dado que también inhibe partes del sistema nervioso autónomo implicadas en la respuesta de excitación, dificulta la penetración y el coito. El alcohol actúa como un activador psicológico y un inhibidor físico. Shakespeare decía que el alcohol ‘provoca el deseo pero frustra la ejecución’.

En las mujeres, el alcohol debilita la eficacia masturbatoria y disminuye el goce y la intensidad del orgasmo”. (Gindin 2003: pp.127)

#### ***2.5.1.11. La esterilización reduce el apetito sexual de un hombre o de una mujer:***

La vasectomía es el método para la esterilización masculina, consiste en el corte y anulación de los conductos deferentes. Esto quiere decir que los testículos siguen

produciendo espermatozoides pero estos no son eyaculados. Debido a que el líquido seminal está producido por la vesícula seminal y por líquidos provenientes de la próstata, persiste la eyaculación ya que estos se encuentran en una posición posterior a los conductos deferentes. La vasectomía no disminuye el deseo sexual, la erección, el placer, el rendimiento sexual ni la eyaculación. Sólo reduce la posibilidad de que no pueda fecundar por el resto de su vida ya que en muchos casos no es reversible, siendo recomendable para varones con total seguridad de no desear tener más hijos.

La ligadura de trompas consiste en cauterizar o cortar las trompas de Falopio, de manera que queda cerrado el paso a los óvulos y espermatozoides. La mujer continua con su ciclo normal, sus reglas y sus óvulos, lo único que ocurre es que estos encuentran el camino cerrado, y se reabsorben. El deseo y placer sexual no disminuyen ya que su lubricación, sensibilidad, etc. se encuentran en perfecto estado. El único inconveniente es su difícil reversibilidad, es por esto que la mujer debe estar segura al igual que el varón de no querer fecundar más hijos.

***2.5.1.12. La masturbación es un hábito de los jóvenes e inmaduros; su práctica típicamente cesa después que los hombres y las mujeres se casan:***

La masturbación es una práctica que además de realizarse después de casados individualmente y a solas, también puede efectuarla con su pareja. Es muy importante debido a que permite seguir conociéndose, estimularse y llegar al orgasmo. Muchas mujeres necesitan de ella ya que el máximo placer se encuentra en el clítoris, esta la puede realizar sola y también es una buena opción hacerlo acompañada de su pareja, la manera de realizarlo lo explica Gindin (2003) donde dice que ella puede masturbarse mientras que con su pareja se miran sin quitarse la mirada, también utilizando fantasías sexuales; otra cosa muy importante es la lubricación ya que permite la estimulación si su clítoris es muy sensible o que no siente nada, usar sustancias acuosas o aceite para bebés es una posible elección; siendo otra de las posibilidades que su compañero la estimule comenzando con toques suaves e ir incrementando la presión a medida que la mujer se excite o que lo pida de acuerdo a su necesidad, la manera de estimularlos es utilizar uno, dos o tres dedos según es tamaño del clítoris, tomando el clítoris con el

pulgar y el índice para ubicar y sentir el cuerpo del mismo, y luego deslizar delicadamente el tejido de atrás hacia delante, mientras que realiza esto el capuchón también debe deslizarse hacia atrás y hacia delante permitiendo esto estimular el glande. En caso de ser muy pequeño el clítoris o estar oculto y por consecuencia no pueda tomarlo, debe apoyar sus dedos sobre el extremo del clítoris y mover los dedos en círculo y de atrás hacia delante.

En el caso del varón también puede hacerlo sólo acompañado, dice Gindin (2005) que todos los hombres se masturban durante toda su vida en cualquier etapa de ella, estando en pareja o no. Es una actividad totalmente natural y sana en todas las etapas de la vida y no produce ceguera, locura ni es indicador de un trastorno.

Tanto hombres como mujeres pueden seguir masturbándose aún después de casados ya que esto no va a ser causa de la disminución del apetito sexual para con la pareja en el momento de las relaciones sexuales.

***2.5.1.13. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.***

Los mitos de la masturbación nacen con la ideología judeo- cristiana donde se dice que es una práctica perversa y egoísta que lleva a la persona a aislarse de los demás ya que puede satisfacerse sólo sin la necesidad de una mujer, lo que iría en contra de las leyes de la naturaleza, que supuestamente dice que las relaciones sexuales tienen fines reproductivos, y la masturbación sería una manera de evadir ese fin. Es por esto que le adjudican trastornos a la misma.

La masturbación, en realidad, es un modo de aprendizaje de conductas sexuales efectivas y de la forma de obtener placer durante las relaciones sexuales.

En general los varones se masturban en todas las épocas de la vida en forma aislada o sistemática, estén o no en pareja. La masturbación es una actividad natural y sana en cualquier época de la vida, contrariamente a los mitos que circulan alrededor de ella. No produce ceguera, locura, ni eyaculación precoz.

***2.5.1.14. El coito peneano-vaginal es el único método normal de relaciones sexuales:***

El coito peneano- vaginal no es el único modo de obtener y brindar placer, existen desde siempre otras zonas erógenas que al estimularlas pueden ser muy placenteras. Existe el sexo anal y el sexo oral y el coito sin penetración.

“La sexología no acepta los calificativos *antinatural* ni *contra natura* aplicados a la penetración anal (digital o peniana) y la considera un juego erótico más o una variante de la conducta sexual. Hoy en día, hay mujeres y también hombres (homosexual o no) que confiesan disfrutar del sexo anal. Según, algunos estudios sexológicos, en la sociedad occidental cada vez más parejas que ven en el coito anal una manera como cualquier otra de disfrutar del sexo, siendo para ellos una alternativa válida al vaginal o al oral.” (Gindin 2003: pp. 268)

“El sexo anal puede ser un acto excitante y audaz, el ano es una parte muy sensible sexualmente, por lo que mucha gente, incluso a pesar de su mala fama, no se niega ese placer. Pero es muy importante realizarlo respetando reglas de higiene, si no podría resultar desagradable e incluso dañino.” (Gindin 2003: pp. 269)

Con el sexo oral sucede lo mismo, muchas parejas lo practican en la actualidad y se habla de él con mucha libertad. Siendo ésta una práctica más en las relaciones sexuales, una actividad muy placentera, de hecho muchas personas opinan que es una de las prácticas más placenteras que existe y se realiza habitualmente. Sin embargo las personas de edades más avanzadas no opinan lo mismo debido a la crianza y creencias judeo- cristianas que sólo valoran las relaciones sexuales como actividad reproductiva siendo el sexo oral tanto como el anal (si se tiene precaución de que el semen no tenga contacto con la vagina) una actividad fuera de los fines reproductivos.

No olvidando otras de las relaciones sexuales como el coito sin penetración de cual habla Gindin (2005) donde refiere que la estimulación peniana se puede realizar con otras partes del cuerpo como por ejemplo con la axila, entre los muslos, la parte de atrás de las rodillas, con el cabello, entre los senos, con las manos, etc. Ésta es una práctica sexual que da las posibilidades de obtener “placeres especiales”.

***2.5.1.15. Si uno de los cónyuges desea el sexo con más frecuencia, nada puede hacerse para volver a la pareja más compatible sexualmente:***

Pensar que la compatibilidad en las relaciones sexuales, como también en todo tipo de relaciones, viene ya en cada pareja naturalmente, es un pensamiento retrógrado e irracional, ya que lo importante y distintivos que tenemos los seres humanos son los consensos a través de la comunicación. Es por esto, que en caso de que uno de los cónyuges desee el sexo con más frecuencia que su pareja, la solución está en que los dos hablen, se cuenten cuáles son sus deseos y necesidades y lleguen a un acuerdo, siempre y cuando estén dispuestos a llegar al mismo y compartir las ganas de que haya compatibilidad sexual entre ellos; también deben marcar la diferencia entre invitar a mantener relaciones sexuales y exigir a mantenerlas; siempre hay que ir despacio sin apurar al otro ya que cada uno tiene tiempos diferentes; hay que ser creativos y ampliar el repertorio sexual para que este no se torne una rutina cuidando de ser creativos y flexibles en la invitación sexual; poner en claro que rechazar la actividad sexual no es rechazar a la persona, es posible que en ese momento uno de los conyugues no tenga el deseo de llevar a cabo la actividad; y siempre recurrir a las fantasías sexuales para excitarse.

Todo esto va a ayudar que la pareja resuelva la discronaxia sexual<sup>9</sup>, que es la discrepancia de las necesidades e interés sexuales de la pareja, para que esto no se transforme en un problema, ya que hay soluciones para esto.

***2.5.1.16. La pornografía estimula a que la gente cometa actos sexuales criminales. Y la pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual:***

La pornografía es utilizada por terapeutas sexuales como terapia para ayudar a las personas a recuperar el interés de las personas que piensan que el sexo se torna aburrido, carente de estímulos y poco interesante. Dice Gindin (2005) que su utilización en forma moderada produce nuevos intereses sexuales, pero su uso en exceso produce inmunidad con respecto a este tema, suceso contrario a lo que afirma el mito número 14 que dice que produce excesos sexuales. El uso de este material es sólo para incrementar el placer

---

<sup>9</sup> Gindin, L. R. (2003). *La nueva sexualidad de la mujer: a la conquista del placer*. Buenos Aires: Norma, pp.161.

sexual, y los que se sienten incómodos y rechazan este tipo de prácticas, es porque piensan que el sexo es sólo para la procreación.

Nunca ha sido demostrada la aseveración de la que la pornografía estimula los crímenes sexuales. Más aún: en países donde se ha legalizado pudo demostrarse una disminución de la tasa de violaciones y otros problemas socio- sexuales de manera definitiva. Este tema ha sido estudiado por una comisión especial del Senado de los Estados Unidos, que llegó a las siguientes conclusiones<sup>10</sup>:

- La gente no cambiaba sus prácticas sexuales habituales después de haber visto pornografía.
- Los valores respecto de los que es o no aceptable no cambiaban después de haber visto pornografía.
- Sólo se producía un incremento de la actividad sexual luego de las primeras exposiciones de material pornográfico.
- Actualmente, el 80% de los varones y el 70% de las chicas han visto material de este tipo al llegar a los 18 años y esto no influye mayormente en su comportamiento sexual en relación a quienes no habían visto nunca estos materiales.

***2.5.1.17. El fin último y prioritario de la sexualidad es la reproducción, ya que son la misma cosa.***

Debido a las creencias judeo- cristiana este mito ha sido un pensamiento general durante muchísimos años. Tiene sus bases en la religión donde se piensa que para lo único que está creada la sexualidad es para reproducirse, lo que esté fuera de este fin es pecado y está muy mal visto.

La realidad es que la sexualidad tiene fines como este: el sexo como un medio de comunicación placentera entre los seres. Es decir la sexualidad humana como una dimensión del hombre, una forma de relacionarse con el mundo y con los demás.

---

<sup>10</sup> Gindin, L. R. (2005). *La nueva sexualidad del varón: del macho inseminador al hombre receptivo: una nueva edición de lo masculino* (2ª ed.). Buenos Aires: Norma, pp. 285-286

Es una escala definida de relación humana y placer, que incluye el erotismo o sea, la función erótica, expresada por medio del acto sexual. Actúa como búsqueda de placer y como respuesta al anhelo de felicidad.

***2.5.1.18. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.***

La vagina tiene la forma de un tubo y está rodeada de músculos. En estado de reposo mide 9 a 10 cm de largo. Es una cavidad con gran elasticidad y se dilata espontáneamente durante la excitación sexual, y se expande más de 10 veces para permitir el pasaje del bebé. Y la musculatura le permite contraerse y expandirse de acuerdo con las necesidades sexuales. Es por esto que la afirmación de que debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales la va a hacer excesivamente grande como para sentir placer es un mito, ya que su elasticidad y musculatura permite que vuelva a contraerse y volver a su estado natural.

***2.5.1.19. Las mujeres al igual que los varones una vez que han tenido orgasmo deben esperar para volver a excitarse.***

Esta afirmación es una falsa creencia ya que la mujer tiene capacidad multiorgásmica, en contraposición al período de latencia o refractario por el cual necesariamente el varón debe atravesar entre un orgasmo y otro. La mujer durante la fase de resolución (fase posterior al orgasmo), si el estímulo sexual continúa, una mujer puede experimentar uno o más orgasmos adicionales, puesto que el tiempo que requiere la expulsión de la sangre acumulada en la pelvis permite la rápida re-estimulación y el fácil llenado de sangre, provocando nuevamente la disposición para otro orgasmo. Y para experimentar orgasmos múltiples la mujer sólo necesita una estimulación adecuada voluntad manifiesta para que esto ocurra.

El varón no tiene orgasmos múltiples, pues su fisiología es diferente: la detumescencia peniana es más rápida y luego de un orgasmo y eyaculación, requiere tiempo hasta poder iniciar una nueva respuesta sexual.



## **2.5.2. Mitos sexuales femeninos**

### **2.5.2.1. Sobre el eterno femenino.**

#### ***2.5.2.1.1. La sexualidad es natural e instintiva:***

“Por instinto se entiende todo comportamiento automático y repetitivo, razón por la cual resulta muy difícil hablar de instintos puros en los seres humanos” (Lerer, M. L., 2004: pp. 33). Es habitual pensar que las relaciones sexuales son algo espontáneo e instintivo, pero lo que es espontáneo es el deseo, la relación sexual es un “arte” y como tal se aprende y se mejora. Y las regiones del cerebro que están relacionadas con el comportamiento sexual dependen en gran parte del aprendizaje y de la inteligencia.

El equilibrio personal y el ajuste marital se logran a través del conocimiento adecuado del sexo. Las personas que disfrutan, es decir que son buenas amantes, se hacen y no nacen.

“Una sexóloga, Thea Lowry, lo dijo claramente: ‘Aunque el sexo es perfectamente natural, no siempre es naturalmente perfecto’. (Lerer, M. L., 2004: pp. 34).

El buen sexo requiere comunicación, información, intercambio, cooperación, es decir de aprendizaje ya que está estructurada y modelada por este. Guiando a la mujer y al varón, a la relajación, la confianza, y la intimidad imprescindibles para el placer. El acto sexual es un acto de mutuo descubrimiento de sus cuerpos y de sus deseos, donde este irá cambiando y creciendo en placer.

#### ***2.5.2.1.2. La virginidad es un tesoro de la mujer:***

Esto era lo que se creía en las antiguas sociedades patriarcales, en las que la mujer tenía un precio. Cuando el padre la vendía, lo hacía a un comprador que ella no había

elegido y a este no le gustaba salir defraudado de la compra, es por esto que el padre de la doncella cuidaba con muchísimo esmero su castidad. Esto era así ya que el esposo (comprador) quería asegurarse que la mujer no tenga hijos antes para poder asegurar su consanguinidad. Además las mujeres antes se casaban muy jóvenes y por eso su desfloración ocurría desde temprano. En el presente ya no hay una edad estipulada para contraer matrimonio; muchas lo hacen adultas y otras nunca. Las convicciones religiosas se han ido flexibilizando, ha surgido una corriente de desculpabilización. Por consecuencia, algunas jóvenes solteras pierden su virginidad mucho antes del matrimonio. También la sociedad presiona cada vez menos con la idea de que la virginidad es importante en cuanto a la actividad sexual femenina. Se puede decir que ahora es una cuestión de elección personal, el cómo, cuándo y dónde iniciarse en el sexo.

#### ***2.5.2.1.3. La mujer es frígida por naturaleza:***

La idea de la frigidez se alimentó de la irracionalidad del mito hasta convertirse en certeza, nacido en los albores de la dinastía patriarcal, asimilado para fundamentar la incapacidad del varón para propiciarle placer a la mujer.

La falta de placer sexual se debe mayoritariamente a carencias en el aprendizaje, a informaciones incorrectas y a la escasa formación e información.

No existe la frigidez como un estado natural e inmodificable; no hay ningún tipo de mujer incapaz de placer, sino que cada una debe descubrir su propio camino para llegar a él. Pero si existe la disfunción cultural social, puesto que es la sociedad la que no estimuló un conocimiento de la anatomía femenina y de sus procesos. La mala educación ha deshumanizado el sexo, viéndolo a este como algo sucio. Esto estructura a la mujer para que se le haga difícil el goce sexual, ya que esta necesita para su goce que se atreva a mirar, a amar y a tocar sus genitales que los desconoce por completo. A esto se le suma la repulsión y el menosprecio alentado por la sociedad machista hacia los órganos sexuales femeninos, por consecuencia las mujeres sienten su sexo como algo oscuro, feo y que huele mal.

#### ***2.5.2.1.4. La mujer tiene menos necesidades y deseo que el varón:***

Existen tanto varones como mujeres que confunden el sexo con la penetración vaginal. No es extraño, entonces, que las mujeres finjan el orgasmo y deseen que el acto sexual sea cada vez menos, simulando dolores de cabeza o teniendo como pretexto cansancio para evitar encuentros sexuales con su pareja. Esto es porque la historia con sus mitos y prohibiciones sexuales con respecto al conocimiento del mismo, privó a la mujer de conocer sus genitales y como estimular los mismos para sentir placer, y también al varón, ya que éste cree que las relaciones sexuales se tratan de la penetración vaginal, siendo el clítoris el que proporciona mayor placer. Las mujeres que descubren el placer verifican que el sexo es algo hermoso en el que se alcanzan altos niveles de plenitud. Es decir, que el deseo de las mujeres que están informadas y que se animan a vivir la experiencia sexual como algo maravilloso y placentero, es diferente a las mujeres que están desinformadas y víctimas de experiencias desagradables vividas en silencio.

#### ***2.5.2.1.5. Tomar la iniciativa no es cosa de mujeres:***

Esta idea machista hace que la mujer sea un ser receptivo y pasivo sin iniciativa. Donde es el hombre el único que muestra sus ganas y el deseo de mantener relaciones sexuales, y las mujeres se queda en espera a que él se aproxime y comience con la misma. Y si fuese en caso contrario, es decir, si la mujer va en busca del varón, esta siente que no es natural, que va a ser rechazada o que va a quedar como una desesperada: pensamiento que proviene de la cultura machista de que la mujer es la que espera, la que recibe, la pasiva, la ignorante; ya que si es de otra forma, se la ve como una prostituta.

Es por este mito las consecuencias actuales de que el hombre va a consulta porque su mujer “no lo desea”, o “no tiene ganas”, “es muy pasiva”, “no hace nada”, etc. Otra de las consecuencias es el descontento a nivel sexual de la mujer, no se siente deseada porque él no la ha buscado ni tomado la iniciativa y también la insatisfacción sexual ya que no tiene relaciones sexuales cuando ella lo desea ya que espera que el varón lo adivine o casualmente tenga deseos en el mismo momento.

#### ***2.5.2.1.6. La mujer envidia el pene del varón:***

Freud quien fue un revolucionario en muchos aspectos, con respecto a la zona erógena de la mujer ha ocasionado estragos, ya que hoy en día la mujer piensa que la vagina es el órgano con el cual tiene que gozar y satisfacer sus necesidades sexuales. Éste en su teoría, afirma que lo puesto en valor es el pene, y que la mujer va a envidiar el mismo, y va a querer tener uno, y al no tener va a cambiarlo al deseo del pene por un hijo, y que cuando culmina el complejo de Edipo la zona erógena que es el clítoris pasa a ser la vagina el órgano de la sexualidad madura. Ahora bien, en esta época, la victoriana, la importancia estaba puesta en el varón y la sexualidad sólo era vista para la reproducción, es ahí donde encontramos por qué él en sus teorías pone en valor al pene (viril y reproductor) y que la mujer al envidiarlo y no poder tenerlo, ella pondrá el valor en el bebé (producto de su órgano sexual “maduro”, manifestación de familia y procreación).

Está bien saber que la mujer no tiene por qué envidiar al pene ya que el pene y el clítoris están hechos de los mismos tejidos y funcionan de la misma manera porque se desarrollan de la mismas estructuras fetales. Y la única diferencia real entre un clítoris y un pene es el tamaño promedio de la porción que podemos ver. Tres cuartos del clítoris permanecen ocultos a la vista, el promedio del tamaño es de diez cm. de largo, es decir, el mismo promedio del tamaño de un pene flácido.

Y por último, se ha descubierto que el clítoris produce más placer que el pene cuando es correctamente estimulado por la mujer o su pareja.

#### ***2.5.2.1.7. La mujer violada seguro que se lo buscó por provocadora:***

Según Lerer, M. Luisa (2004) que violar es tomar por la fuerza a la mujer así el macho muestra su dominación, esto se puede realizar en una bocacalle o en el mismo lecho nupcial.

A la mujer le resulta muy difícil probar que es inocente, porque increíblemente aparece inculpada en el crimen del que fue víctima. Generalmente este crimen se comete sin la que mujer tenga posibilidades de defenderse ya que su fuerza física y capacidad de reacción es menor que la de un varón.

Resulta muy difícil ganar un juicio por violación ya que los juzgados piensan que la mujer fue la instigadora del acto y que provocó al varón, ya sea con una falda corta, un escote pronunciado, o que se arrepintió una vez que comenzó el acto sexual, etc. Es por esto que siempre queda la duda si fue violada o no, y esto provoca que los criminales sean liberados. Es por esto que la mayoría de las mujeres no denuncian cuando fueron violadas, ya que temen que se conviertan en unas “deshonradas” y que además no sean adecuadamente defendidas por la ley.

#### ***2.5.2.1.8. Si la mujer no es hermosa no puede gozar de una buena relación sexual.***

La sociedad occidental impone un modelo de mujer, creando en la mayoría insatisfacción con su cuerpo. Desde niñas los educadores – padres, maestros, etc. – niegan que las mismas se toquen, se miren y nombren sus genitales con el nombre correcto. Esto produce como consecuencia que no valoren sus cuerpos y lo vean hermoso en todas sus partes. Además, la posmodernidad impone una imagen de mujer delgada, sin vientre, flexible, fibrosa, etc. Esto produce que la mayoría de las mujeres se sientan gordas, ya que no cumplen con las imágenes irreales que presenta la cultura de los 90. Alrededor de todo esto existen intereses económicos: perfumes, cosméticos, alimentos especiales “light”, institutos de adelgazamiento, revistas femeninas, clínicas de cirugía, etc., van marcando modelos a seguir que, con sus constantes variaciones, les garanticen sólidas ganancias. Y mientras tanto las mujeres viven suidas en la insatisfacción de su cuerpo, privándole esto de una sexualidad plena, ya que la vergüenza, el pudor y la inhibición son producto de la actual cultura, conductas que no dejan disfrutar del sexo.

La realidad muestra que a los varones les atrae las mujeres seguras de sí mismas, y que se mueven con seguridad y sensualidad dentro de su propia piel. Es decir, que no hay nada más seductor que la mujer que se ama a sí misma. Y por último, no existen patrones para medir el atractivo sexual, hay varones que le gustan delgadas y hay otros que les gustan con caderas pronunciadas por ejemplo.

La imagen que se tiene de sí misma, está estrechamente relacionada con la sexualidad. Mujeres opulentas o flacas, jóvenes o menopáusicas, amas de casa,

empleadas o ejecutivas; todas las mujeres que se quieran a sí mismas y se den el permiso para gozar, pueden hacerlo.

#### ***2.5.2.1.9. Sexualmente, la mujer es pasiva y el varón activo.***

“Abuelas, madres y tías e improvisadas consejeras nos enseñaron que debíamos ser recatadas y esperar la iniciativa del varón. Tanto nos acostumbraron a responder así que quizá llegamos a pensar que ésa era nuestra forma natural de ser.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 47).

Esto gradualmente está cambiando, desde que existen los anticonceptivos se abrieron nuevas perspectivas, convirtiendo a la mujer en activa sexualmente, en no conformarse con esperar, en no ver al sexo sólo como reproducción y en tener un panorama totalmente atractivo: el de la sexualidad como placer.

Muchas veces las mujeres simulan seguir siendo pasivas para no incomodar al varón, pero esto es un error ya que impide el crecimiento conjunto de ambos sexos. Varones y mujeres no desarrollan sus potencialidades por mandatos culturales y eso imposibilita la felicidad.

Afortunadamente, la mujer se fue cansando de la pasividad, la represión y ser un ser reservado y púdica, destinada a ser presa del cazador (varón) destinada a la reproducción de la especie. La mujer ya no espera la iniciativa del varón, si no que actúa ella misma siendo activa desde el comienzo, el desarrollo y el desenlace de la relación sexual, disfrutando de su cuerpo y el de su compañero con total libertad y teniendo la posibilidad de llegar al orgasmo, ya que al ser activa tiene más oportunidad de tenerlo.

#### ***2.5.2.1.10. Es deber de la mujer satisfacer al compañero***

A las mujeres siempre les enseñaron que el sexo existía para abastecer al varón para reproducirse. La mujer siempre estuvo atenta a calmar, escuchar, consolar a los demás, y se olvidó de sus propios deseos, sentimientos, problemas y hasta su propio cuerpo. Nunca se valoró así misma, y siempre renunció a sus deseos creyendo que esa era la vía para la realización. La mujer, cuya decisión está carcomida por estas sociedades, teme a ser rechazada cuando expone sus derechos. Entonces encuentra

menos peligroso suprimir sus propias necesidades y deseos y permitir pasivamente que el varón retenga en exclusiva el control del juego sexual. Siente que es un deber satisfacerlo e intenta ser la amante perfecta. Por eso es que teme muchas veces exponer sus deseos, ya sea que retrase la penetración para recibir más estimulación o que desea más caricias. En general temen que si no hacen lo que el hombre quiere, éste se irá con una que no le solicite nada o que haga lo que él quiere. Siente que es su responsabilidad darle placer sexualmente al hombre, viendo a la complacencia como una virtud, que si no llegamos a ésta sobrevienen sentimientos de culpabilidad.

Generalmente la mujer que presta su mayor atención en su compañero, tiene menos posibilidades de conseguir el orgasmo. Necesariamente cada uno se tiene que concentrar en sí mismos para llegar al orgasmo. Renunciar a la propia satisfacción, a favor del otro, más tarde o más temprano terminará afectando la relación y a la persona psicológicamente.

***2.5.2.1.11. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que si.***

Se piensa esto, debido a que a la mujer nunca se le respetó sus decisiones y los deseos que tiene realmente. Y sostener esta afirmación, ayuda a que la cultura machista siga decidiendo por ella.

Además Sigmund Freud habló en sus trabajos de la mujer histérica, donde ella nunca está completa con lo que tiene y sus decisiones siempre apuntan a eso: a no hacer lo que realmente desea para al final sentirse incompleta y todas sus dolencias lo convierte en una enfermedad corporal básicamente. A raíz de esto se piensa que todas las mujeres son histéricas y que está en su naturaleza serlo, asimismo la teoría de Freud ha sido tergiversada por la creencia popular que dice que las mujeres son histéricas y que siempre dicen que no porque están “histeriqueando” y cuando en realidad están diciendo que si, siendo esto un mal entendido de una teoría de la histeria que afecta tanto a mujeres como a hombre, y no en la totalidad de ellos.

Esto es una idea totalmente equivocada, puesto que las mujeres pueden decir lo que realmente piensan y sienten tal como es. Son completamente claras con respecto a

los deseos que tienen, y cuando dicen que no quieren hacer el amor es porque sinceramente no lo desean.

La idea machista de pensar que en realidad las mujeres están diciendo lo contrario que dicen, es un absurdo fundamento para seguir vulnerando los derechos que tiene la mujer para el respeto de sí misma.

#### **2.5.2.2. Sobre la menstruación.**

##### ***2.5.2.2.1. La menstruación es una maldición:***

Durante varias generaciones, se vio a la menstruación como algo impuro y sucio, del que era mejor no hablar en público.

El pensamiento de que es sangre impura, es una idea errónea ya que ésta es el resultado de la exfoliación uterina y totalmente estéril. Una de las causas por la cual se cree que es impura es por el olor que expide, muy fuerte en algunos casos, es debido al contacto con el aire y con las bacterias de la piel externa.

Otro de los fundamentos para pensar que la menstruación es una maldición es que no te puedes bañar, practicar deportes ni lavarte la cabeza. Esto tiene que ver con la incomodidad, que con la aparición de los tampones se ha provisto una solución al problema. En cuanto al baño la prohibición está relacionada con los dolores menstruales que produce el agua fría por la contractibilidad del útero, es por esto que se aconseja agua caliente.

Y por último dos causas más para pensar que la “regla” nos perjudica: una es la falsedad de pensar que produce fatiga debido a la cantidad de sangre que se pierde. En realidad, la cantidad total es de aproximadamente un vaso como mucho, esto el cuerpo lo recupera rápidamente. Y la otra, es pensar que si una mujer se desarrolla muy joven, su regla se retira muy pronto esto es falso ya que no hay ninguna base científica que lo explique, debido a que no hay relación entre la edad de la pubertad y la de la menopausia.

##### ***2.5.2.2.2. Nada de relaciones sexuales durante la menstruación:***



Hay muchas personas que evitan el contacto sexual durante la menstruación por causa de tabúes ancestrales. El mito que la menstruación es impura tiene relación con la evitación del coito en estos días. La sensación de suciedad o impureza puede provocar en muchos la intimación, repugnancia o rechazo. Y no solamente son los varones que tienen éstas reacciones, también muchas mujeres desconocedoras de su cuerpo tienen los mismos fundamentos para la abstinencia durante este periodo.

Otro fundamento muy común también es que relacionan la sangre con la violencia y el sufrimiento, entonces tocar la sangre les puede resultar monstruoso, inclusive existen algunas religiones que aíslan a la mujer, durante este periodo, de su familia para evitar que los afecte con sus malos influjos.

Solo en los casos en que a la mujer le cause dolor el coito, debido a que su vagina se sensibilice por la inflamación, es aconsejable la abstinencia. Pero en este caso, hay otras maneras muy eficaces de estimulación capaces de provocar el orgasmo.

“Si se tomara a la abstinencia durante la menstruación como una norma de conducta sólo por tabú, la pareja se privaría de una satisfacción considerable, especialmente cuando se trata de una mujer con una regla prolongada. Además, en muchísimos casos la menstruación provoca una mayor excitación sexual en la mujer, y ésta no se vería satisfecha por falta de conocimiento.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 88)

No hay ninguna razón médica que esté en contra del contacto sexual en este periodo.

El asunto es de libre elección de la pareja; si votan por la abstinencia es preferible que sea por fundamentos que avalen esta decisión. Estamos insertos en un mundo muy agitado, donde queda muy poco tiempo para darle a las relaciones sexuales, sería un absurdo quitarle ese poco tiempo por un mito.

#### ***2.5.2.2.3. La mujer menstruante es impura:***

La menstruación es un hecho que hace que la mujer se sienta diferente de los varones.

Hay muchas teorías y tabúes alrededor de la menstruación, por ejemplo que produce castración.

En algunos lugares encierran a las mujeres y las aíslan y son fuertemente golpeadas si pasan por el frente de alguien durante este periodo. También la sociedad les prohíbe que mantengan relaciones sexuales. La mayonesa se corta; si riega una planta se seca; que está enferma; que es malo bañarse, que se les puede subir la sangre a la cabeza y enloquecerla, etc.

Todo esto se ha ido diluyendo al pasar los años. Es por esto que la decisión de mantener relaciones sexuales hay que decidir las con el compañero sin tener vergüenza ya que es un hecho normal y fisiológico.

#### ***2.5.2.2.4. La menstruación debe ser celosamente ocultada:***

Lerer, M. L. (2004) dice que desde chicas nos hicieron saber que la menstruación no debe notarse, no hay que dejar huellas ya que los varones de la familia o amigos no debían enterarse que estábamos “indispuestas”. Y además aprendimos muchas maneras de llamar a este período: “la regla”, “el asunto”, estar con “visitas”, etc. de todas estas imposiciones dedujimos de que la menstruación es algo vergonzante y sucio.

No se les enseñó todo lo que era y representaba la menstruación. Que el útero se prepara para la función de la reproducción, que por la influencia de ciertas hormonas la mucosa interna de ese órgano se modifica con vistas a un posible embarazo y que si esos preparativos resultan innecesarios, el huevo es liberado junto con la mucosa enriquecida. Por eso la mujer embarazada no menstrua.

Todo esto nos muestra que se trata de una manifestación exterior de funciones creativas exclusivamente femeninas.

Por todo ello, la menstruación debe ser vivida con naturalidad, sin evitar su mención, llegado el caso y siempre estar seguras de que es algo natural y expresión de la maravillosa actividad reproductora.

Es por esto que las jovencitas tendrían que estar felices con la llegada de su menarca.

Más allá que la menstruación está perdiendo su característica maléfica, todavía se considera que es mejor disimularla, ocultarla e incluso negarla. Y esto de ocultarla se

debe a que hasta en la publicidad se la nombra con eufemismos, mostrando mujeres con mallas blanquísimas, haciendo deporte, etc. imponiendo terror a que una manchita de llegue a manchar la falda o pantalón, porque si sucede puede ser vivido con la mayor humillación.

#### ***2.5.2.2.5. Las mujeres menstruantes están enfermas:***

Hay muchas mujeres que en este período se encuentran mucho más sensibles, con más necesidad de afecto, de ternura, que puede expresarse, entre otras cosas, a través de una relación genital. Incluso hay muchas mujeres que les aumenta el interés genital en esos momentos. Pero hay mujeres que padecen dolores abdominales, de cabeza, malestar general, se sienten menos inclinadas a la relación genital o salidas a paseos. Todo esto depende de cada mujer.

La mujer puede presentar un síndrome premenstrual, cuadro denominado síndrome premenstrual, caracterizado por ansiedad, irritabilidad, hinchazón abdominal, aumento de peso, sensibilidad en los senos, cansancio, dolores de cabeza, apetencia por los dulces, tensión nerviosa, etc., dependiendo de cada mujer. En el síndrome premenstrual hay cambios hormonales condicionantes: disminución de los estrógenos, aumento de la progesterona, desequilibrio entre ambas hormonas, aumento de la prolactina o una especie de intoxicación de la mujer con estas hormonas, aunque estén equilibradas. Todas estas alteraciones pueden solucionarse con medios adecuados como tratamiento hormonal, vitamina B6, tratamiento físico, masajes, dietas, meditación, etc.

Y con respecto al trato del varón para con la mujer, lo más importante es el diálogo, para estar informado de lo que su mujer necesita teniendo en cuenta las características personales, teniendo en cuenta de que la menstruación no es una enfermedad, sino un proceso natural que a veces genera malestares físicos y psicológicos.

#### ***2.5.2.2.6. Con su primera menstruación la niña se hace mujer:***

Cuando una niña tiene su menarca es poco lo que sabe de su cuerpo y del mundo. Intuye que su sangre viene de una sitio con connotaciones secretas. Y piensa que ya es

mujer. Destinada a ser como las mujeres que se les muestra en el mundo, su madre limpiando, cocinando, escuchando la vecina que habla del parto como algo terrorífico, puede que también haya oído el relato de una mujer violada en televisión y junto con todo lo anterior se le nombra la virginidad, el casamiento, vestido blanco, torta, todo confundido y mezclado en lo que debe ser una mujer.

La mujer es libre, y si considera que la biología la destina y que su función principal es la reproducción, será fecundada por la obligación porque “así se realiza” y “para eso está”, de esta manera la maternidad será destino y no una opción.

La menarca es un paso en el crecimiento que significa salud, normalidad y la posibilidad de dar a luz si se desea. El flujo menstrual indica que es un útero libre y quien debe disponer de esa libertad es la mujer. La niña no se convierte automáticamente en mujer con su menarca: entra en la adolescencia, y si bien puede quedar embarazada, aun no está madura ni psíquica ni emocionalmente para pasar por ese transe y convertirse en madre.

### **2.5.2.3. Sobre anticoncepción.**

#### ***2.5.2.3.1. La mujer es la que tiene que cuidarse:***

Los varones se muestran renuentes a hacer cualquier cosa que afecte su placer individual, es por esto que la mayoría se niega por ejemplo a usar preservativo a lo largo de todo el coito debido a que remiten que les quita sensibilidad. Con el invento de la píldora anticonceptiva, hace veinte años, la mujer es la única encargada de la anticoncepción, es decir, las únicas encargadas de evitar embarazos no deseados.

“En países occidentales se producen cientos de miles de abortos por año, según estadísticas, no totalmente confirmadas por lo ‘embarazoso’ del tema para nuestras sociedades patriarcales, que no asumieron aún plenamente su responsabilidad en el hecho. Se calcula que la cifra asciende a unos trescientos cincuenta mil anuales, o sea un aborto por cada dos partos. Muere una mujer cada dos días por abortos realizados en malas condiciones higiénicas, a estas situaciones se llega por desesperación. Nos falta

avanzar mucho todavía para alcanzar una correcta anticoncepción a nivel comunitario: planificación familiar-paternidad responsable.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 97)

El varón relaciona la anticoncepción con la impotencia sexual, más allá que impotencia y esterilidad no sea lo mismo. Ya existe una píldora masculina, pero la mayoría se niega a usarla. Al igual que la vasectomía, la Organización Mundial de la Salud muestra en sus estadísticas que en la cirugía como método anticonceptivo el noventa por ciento que se las hace son las mujeres. Al varón le resulta natural que sean las mujeres las que se cuidan, ya que son ellas las que pueden quedar embarazada. Hasta llegar al punto de negarse a mantener relaciones genitales si la misma no se cuida, u otro caso es que le miente diciéndole que no va a eyacular “adentro” de la vagina (más allá que no sea un método efectivo), olvidándose de ello cuando se colma de placer e intentándolo arreglar con grandes disculpas.

Ambos miembros de la pareja deben responsabilizarse de la anticoncepción, hay que explicar a los varones que no deben desentenderse del tema ya que eso no es obrar correctamente. Respetarse a sí mismas siendo firmes en lo que pensamos también es hacerse respetar por lo demás.

#### ***2.5.2.3.2. En su primera relación una mujer no puede quedarse embarazada:***

La menarca (la primera menstruación), es la que le da la capacidad a la mujer para su reproducción, es decir que no importa que sea su primera relación sexual o la segunda, ya teniendo la menstruación y los órganos reproductivos ya preparados para engendrar, mujer puede quedarse embarazada en cualquier momento.

Este mito nace del machismo, ya que el varón le dice a la mujer que no tenga miedo de debutar y de quedarse embarazada ya que la primera vez esto no sucede.

Está bien saber que lo único que impide el embarazo son los métodos anticonceptivos, detallados en los siguientes ítems:

- a) Métodos naturales: método del control del moco cervical o método de Billings, método del ritmo (método de Ogino- Knaus) y método de la temperatura.
- b) Anticonceptivos orales: anticonceptivo oral diario (masculino y femenino), píldora del día después, y anticonceptivo inyectable.
- c) Dispositivo intrauterino (DIU)

- d) Diafragma
- e) Preservativos: masculino y femenino
- f) Cremas, gel, óvulos y jaleas espermicidas
- g) Esterilización voluntaria: vasectomía (masculina) y ligadura de trompas (femenina)

#### ***2.5.2.3.3. El coito interrumpido es un método eficaz de anticoncepción:***

Este tipo de anticoncepción es el más antiguo de los utilizados por el hombre, donde este tiene que retirar el pene de la vagina antes de eyacular dentro de la vagina.

Es un método que provoca que la pareja no disfrute en forma plena y relajada ya que los dos están centrados en el cual el varón tiene que retirar su pene, en vez de estar centrados en disfrutarse mutuamente.

Y además no es un método eficaz de anticoncepción ya que antes de la eyaculación se segregan unas gotas del líquido proveniente de las glándulas de Cowper que generalmente contienen espermatozoides, ya que estos se encargan de limpiar el conducto uretral de algún resto de orina para la próxima eyaculación. Conjuntamente a esto, lo que hace que este método tampoco sea eficaz ya que es muy difícil para el hombre la contención del mismo y muchas veces sucede que secretan el espermatozoides antes de retirar el pene.

#### **2.5.2.4. Sobre el deseo.**

##### ***2.5.2.4.1. La capacidad y el deseo sexual de la mujer son menores que los del varón:***

Nuestras sociedades machistas se han encargado de hacerle pensar que el placer es puramente del varón y que la mujer debe hacer todo para complacerlo. Esta creencia ha llevado a la mujer reprimirse por medio de que piensen que es poco femenina o una “degenerada”.

Es verdad que la capacidad de respuesta sexual de una mujer es diferente a la del varón, esto se debe a que ella tiene capacidad multiorgásmica. La mujer puede volver al estado de excitación si se quiere y luego tener otro orgasmo si hay un estímulo adecuado. Además posee el clítoris que su fin único es producir placer, a diferencia del varón, que no tiene ningún órgano que cumpla únicamente con esta función.

“Nuestra sociedad tarda en reconocer que Freud, por vivir en la época victoriana, colaboró en la formación del prejuicio de que las mujeres son sexualmente inferiores. Su teoría de la ‘transferencia vaginal’, que sostiene que la mujer madura sólo alcanza el orgasmo por penetración vaginal, provocó que muchas se sientan ineptas o avergonzadas por el simple hecho de necesitar otros estímulos para llegar al máximo placer.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 104-105)

Los dos cuerpos del género humano están diseñados para disfrutar-se. Negar el instinto sexual, erótico y placentero sería negar nuestra esencia ya que pertenece a nuestra naturaleza original.

#### ***2.5.2.4.2. La maternidad disminuye el deseo sexual:***

Primero que nada, mientras que no haya contraindicaciones médicas, durante el embarazo se puede mantener activa vida sexual, y más aún si consideramos que a partir del tercer mes la mujer desea más intimidad y afecto.

Los cambios que se producen durante el embarazo son muy grandes, y no debe exigirse hacer cosas que no desea, ya que por ejemplo en el primer trimestre hay muchas mujeres que padecen de náuseas y cansancio, pero tampoco dejarse sugerir por fantasías erróneas o mala información que la lleva a pensar que la cópula puede dañar el ser que lleva en su vientre.

Lo correcto es llevar el embarazo bajo supervisión médica, pero la abstinencia sólo la determina el médico o los deseos de la mujer.

Durante el segundo trimestre a muchas mujeres les aumenta el apetito sexual. De hecho dicen tener mejores orgasmos, e incluso hay las que han conseguido por primera vez ser orgásmicas o los multiorgásmicas durante la gestación o poco tiempo después del parto.

La mayor irrigación sanguínea de la pelvis, que acompaña también la mayor vascularidad de la embarazada, provoca una congestión tal que aumenta la sensación e intensidad del orgasmo.

Hay mujeres que a pesar de que afirman que durante la cópula se han sentido pesadas, no dejan de disfrutar, buscando también, otras variantes sexuales.

#### ***2.5.2.4.3. Conocer nuestro propio cuerpo no es importante para la sexualidad:***

Casi todo el mundo ha visto ilustraciones que presentan los genitales. Pero aunque parezca raro, no todas las personas se conocen a nivel genital. Se puede decir que el varón se conoce más que la mujer debido a que no se le es prohibida la masturbación ni la sexualidad desde pequeño, pero a la mujer si se le prohíbe la masturbación y la sexualidad en general debido a que si lo hace es sucia, asquerosa y hasta ninfómana. Muchas no se han masturbado nunca y otras tantas lo hacen indirectamente a través de la ducha, el bidet o tocándose sobre la ropa.

La causa más importante por la cual hay que conocer debidamente el propio cuerpo, es para evitar la insatisfacción sexual por ignorancia de gustos acerca de cómo el compañero o ella misma tiene que estimular para excitarse y llegar al placer máximo. Una de las causas del desconocimiento del propio cuerpo y de cómo le gusta que le toquen, es la anorgasmia, la cual la padecen muchas mujeres debido a la desinformación y miedo de conocerse a sí misma.

El primer consejo para empezar es tomar un espejo, y con mucho amor propio y aceptación de los genitales, mirarlos y conocerlos. Y así también con todo el cuerpo, sin olvidar que para la mujer el recurso táctil es el más eficaz para la correcta estimulación.

#### ***2.5.2.4.4. Necesariamente en una pareja, el sexo, con el tiempo, se torna aburrido:***

Es posible que se piense esto, ya que las responsabilidades adultas, el trabajo, los hijos, ocasionan stress y cansancio que perturban el deseo sexual con la pareja y se puede caer en la rutina por estas causas. Pero todo esto no tiene que ser un impedimento para disfrutar de la sexualidad en pareja y permitir que se torne aburrido. Al contrario, hay que tener en cuenta que el conocimiento mutuo que se ha logrado con los años



puede servir para usar la imaginación y ser creativos en la sexualidad y disfrutar más que antes del placer de tener sexo. Además es importante darse los espacios oportunos para la sexualidad y que ésta no pase a un segundo plano, ya que hay que aprovechar estos momentos para la relajación, el disfrute y despeje de los temas cotidianos que tanto deprimen a las personas hoy en día.

Este mito se basa en que las persona pueden ser rutinaria y que la monogamia puede aburrir debido a que siempre está con la misma persona. Y opuesto a esto, más allá que se está siempre con la misma persona lo que cambia es el tipo de actividad sexual, uno puede hacer toda la vida cosas totalmente diferentes a lo que se refiere a la sexualidad, es cuestión de comunicarse con la pareja y llegar a un consenso de los gustos de cada uno y de la variedad de cosas que se pueden compartir juntos a nivel sexual, siendo este una actividad con infinitas variaciones muy creativas y placenteras para nunca aburrirse.

#### ***2.5.2.4.5. Las posibilidades de sentir placer nacen con una; no se pueden aprender:***

Al hecho de no sentir placer y no llegar al orgasmo se le llama preorgasmia. Es un problema frecuente en la población femenina ya que se olvidan de su propio cuerpo y entre otras cosas renuncian también al placer. Para que la mujer recupere el placer y pueda gozar del sexo, tiene que saber que no sólo hay que estimular las zonas sensibles como el clítoris y los senos, si no también tiene que sentirse bien y con ganas. Esto se logra a través de las caricias del compañero, las palabras dulces y tiernas, movimientos lentos y suaves en todo el cuerpo, esto predispone más al cuerpo para mantener relaciones sexuales y llegar al placer máximo. Otra de las cosas muy importantes por hacer es el compartir fantasías con la pareja; tener confianza de sí misma, de la otra persona y de la relación en sí también, y además el afecto que nos brinda la persona que está a su lado y el afecto que tiene a sí misma es muy importante para predisponer al placer. Hay que tener en cuenta que absolutamente todo el cuerpo siente placer, a lo largo y a lo ancho de la piel, ésta se eriza, se tranquiliza, siente la piel del otro y puede comenzar a transitar el camino que la va a llevar al máximo placer, al éxtasis del orgasmo.

Para que todo esto suceda las personas tienen que aprender cómo acariciar su cuerpo, cómo sentirlo, cómo comunicar las fantasías, entre otras, en definitiva debe aprender las maneras de realizar las actividades antes descritas. Y no pensar de que las personas nacen sabiendo cómo funciona el cuerpo, sus emociones y sentimientos para llegar al placer máximo, si no tener en claro que todo lo referido a la sexualidad es un largo y hermoso aprendizaje, que mientras más se aprende, se puede llegar a más placer.

#### ***2.5.2.4.6. La visita de un varón a la casa de una mujer sola implica coito:***

La liberación femenina trajo aparejado la reactualización de diferentes mitos, ya que antes se indicaba que era malo que una señorita recibiera varones en su casa sin la presencia de un familiar, éste indica lo mismo que el mito de que la visita de un varón a la casa de una mujer sola implica coito.

Anteriormente los varones temían invitar a su casa a una mujer ya que suponían que ellas iban a malinterpretar las intenciones de los mismos y por eso la invitaban a lugares públicos. Hoy en día la mujer también vive sola y le gustaría invitar a un amigo a su casa, pero al igual que el varón, teme que él pueda ver otras intenciones aparejadas a la invitación. Y es lamentablemente debido a la idea machista de que “por algo será” o “no hay que desaprovechar la ocasión”, es por esto que prefiere estar incómoda en un bar por ejemplo que en su propio hogar.

Esta sociedad machista piensa que la mujer que vive sola está liberada, y que liberación implica relaciones sexuales en cuando pisa el suelo de su casa, más allá que no le guste la mujer lo hacen igual en demostración de virilidad. Y ellas aceptan ya que confunden su papel, sintiendo luego culpa y asco, y tal vez perdiendo a un posible amigo.

Hay que despertar una nueva conciencia de amor por sí mismas de respeto y autoestima. Evitar situaciones molestas y no mantener relaciones sexuales porque sí, esto implica una mujer moderna y libre. Y nada que se ponga como obligación puede terminar en las buenas. Libertad implica responsabilidad, amor, conocimiento y cuidado de sí mismo y del otro.

#### ***2.5.2.4.7. Si aceptamos caricias, no podemos negarnos al coito:***

Por el hecho natural de aceptar una caricia, unos mimos, besos, o tal vez unos masajes, la mujer debe aceptar sin otra alternativa llegar al coito. Como si la mujer pensara que varón no puede contenerse, y que no mantener relaciones sexuales va a perjudicarlo; de alguna manera esto es una manera de subestimar al varón ya que se lo piensa como un ser con falta de control sobre sus instintos. Además es una manera de bajar la propia autoestima ya que no es capaz de poner los deseos suyos en manifiesto y acepta los del varón como propios.

“Tampoco debemos adoptar una actitud ‘femichista’, termino de cuño reciente que designa a la mujer que, siguiendo modelos masculinos, los implanta en una ideología aparentemente feminista. No podemos culpar de todo al varón y quedarnos tan tranquilas. De forma inconsciente, muchas veces favorecemos la situación, dada la ideología machista dominante. Una forma de hacerlo es dar por sentado que al varón no se lo debe frenar ni frustrar sexualmente. Parece como si ahora, con la ‘seudoliberación de la mujer’, todas tuviéramos que ser súper-sexuales y estar siempre dispuestas; de lo contrario, podemos parecer unas beatas fuera de moda. Y eso también es una nueva forma de machismo.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 120)

Las mujeres disfrutan más de lo táctil que de lo visual, es por eso que disfruta mucho cuando le hacen caricias, y no tiene otro fin que el exclusivo disfrute. Y esta afirmación hay que considerarla con el varón y que a pesar que él se sienta incómodo, ya que está acostumbrado a que siempre le digan que sí, lo importante es que se dé cuenta que no es un cuestionamiento ni un rechazo sino la búsqueda del placer común de los dos, y que la mujer tiene individualidad y gusto propio.

Puede que el varón argumente que se queda sexualmente excitado y que eso le hace sentir mal, esto es un fundamento incorrecto ya que el varón puede alcanzar su orgasmo sin necesidad de penetrar a una mujer. Y a parte hay teorías y prácticas sobre la contención del orgasmo, los cuales tienen una vida plagada de caricias, insinuaciones, miradas deseosas, etc., que suelen excitar más a la mujer, y al varón cuando alcanza el orgasmo, éste es mucho más intenso.

#### ***2.5.2.4.8. Las fantasías sexuales son utilizadas por varones, las mujeres no las tienen:***

Así como a la mujer se le negó el placer sexual, también se le negó la posibilidad y capacidad de desarrollar fantasías eróticas estimulantes.

Más adelante cuando se empezó a aceptar que la mujer podía disfrutar con su marido, las fantasías seguían prohibidas ya que significa que la mujer que las tenía era una mujer frustrada que estaba cometiendo adulterio o poco menos.

Dejar volar las fantasías libremente no significa que vaya a llevar esos actos a la realidad. Debido a esto no hay motivo de que la mujer se sienta culpable por fantasear de dejar libre a la imaginación en el terreno de lo erótico.

Hay parejas en las que el entendimiento y la confianza mutuos permiten que ambos intercambien fantasías ya que pueden sacar provecho de lo excitante que puede ser y sabiendo que son inofensivas y pasajeras.

Tener fantasías es un complemento estimulante, una buena opción para romper rutinas y disfrutar más intensamente, un espacio donde todo es posible.

#### **2.5.2.5. Sobre la masturbación.**

##### ***2.5.2.5.1. Las mujeres que se masturban son anormales:***

Este como otros tantos mitos, tienen su origen en el pensamiento de que la sexualidad femenina es una respuesta a las necesidades del varón del coito y de la reproducción. Es por esto que la masturbación femenina aparecía como algo innecesario en la mujer, y la que no hacía era culpada como golosa insaciable o ninfómana.

Es verdad que aún sigue siendo un tabú. Y esto se ve ya que las mujeres prefieren que las toquen y acaricien en vez de hacerlo ella misma, en un papel pasivo donde el varón sigue imponiendo sus deseos sexuales.

La prohibición de la masturbación femenina proviene desde que es niña, ya que se le dice, implícita o explícitamente, que es feo y sucio.

Las caricias, tanto como los alimentos e higiene son insustituibles. Niños que viven en Casa Cuna que tienen muy buena alimentación e higiene mueren por falta de contacto físico.

Por otra parte, la auto-estimulación se integra en el concepto de amarse a sí misma, condición necesaria para amar a otra persona. “es enorme la cantidad de mujeres que se masturban, de todas las clases y antes y después del primer coito, y esta proporción aumenta a medida que envejecen. Alfred Kinsey, por su parte sostiene que los porcentajes de mujeres que se masturban varían entre un 20 y un 60 por ciento, de acuerdo con los niveles culturales y la clase social.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 76)

La masturbación es un medio para que la mujer se descubra, a través de ella, se pueden develar secretos de la sexualidad que se pretendió durante muchos siglos hacer creer a la mujer que su sexualidad es similar a la del varón. La masturbación es un comportamiento sexual sano y saludable y forma parte de él, se inicia en la infancia y puede continuar a lo largo de la vida adulta.

#### ***2.5.2.5.2. La masturbación es un mal sustituto de la relación sexogenital:***

Este es un mito nacido del machismo que piensa que la única manera de tener un orgasmo es a través de la relación coital, una manera más de hacer que la mujer dependa del varón.

Masturbarse y darse placer a sí misma es un paso importante para la mujer en cuanto a la independencia femenina. Aunque no hay que hacerlo por imposición si no por placer.

La masturbación es una manera de aprender acerca de la respuesta sexual de cada uno y así conocer que es lo que más causa placer para la persona. Esta no tiene que tener como resultado para ser considerada masturbación, pero la mayoría lo consigue.

Son muchas las mujeres que debido a este mito consideran que el orgasmo obtenido sin el coito es menos real, sin embargo los orgasmos obtenidos por masturbación ocurren con mayor rapidez y con mayor intensidad.

Es verdad que puede ser que desde el punto de vista emocional la estimulación solitaria es menos satisfactoria, pero a nivel físico produce mucho placer e incluso hay mujeres que lo disfrutan más que el coito mismo.

La masturbación no se puede considerar un mal sustituto ya que es una respuesta muy positiva de la mujer para sí misma, ya que aumenta la autoestima y es una manera de sentirse bien consigo misma.

Además es una experiencia enriquecedora, un medio para aprender el sexo, una forma más de obtener un orgasmo, ganas independencia y confianza en sí mismas, una manera de conocer sus preferencias sexuales y conocer las zonas erógenas.

Es por esto que no es un mal sustituto de la relación sexogenital, si no una alternativa más para llegar al placer.

#### ***2.5.2.5.3. La masturbación no ayuda a las mujeres preorgásmicas:***

Resulta que en realidad la verdad es totalmente contraria a esta afirmación, ya que la masturbación prolonga la vida sexual, además le brinda a la mujer más confianza en sí misma, ayuda a gustar el propio cuerpo y a disfrutarlo. Esto es lo que va a permitir que en el momento que mantenga relaciones sexuales con su compañero, se le facilite tener un orgasmo ya que ella conoce su cuerpo, sabe lo que le satisface y siente la necesaria confianza en sí misma como para tener un orgasmo acompañada de su pareja.

La mayoría de las mujeres preorgásmicas, no han llegado nunca al clímax ya que no se conocen su propio cuerpo y su gusto, por la sola causa de que nunca se masturbaron, es por esto que se les aconseja que comiencen a masturbarse en un ambiente tranquila, donde nadie la va a molestar y con todo los detalles que pueden acondicionar el momento de encuentro con su propio cuerpo y por lo tanto con su sexualidad. Ya que es la mejor solución, la mujer es mucho más orgásmica es sus relaciones en la medida que se masturbo alguna vez.

La estimulación del clítoris es la mejor manera de llegar al clímax, acariciándolo sola o acompañada con la pareja. Y no hay mujer que no sea capaz de experimentar un orgasmo con tal que no tenga problemas físicos que destruyan la fase del orgasmo, y esto es rarísimo que suceda.

#### ***2.5.2.5.4. La masturbación deforma nuestros genitales:***

“Masturbarse es tocar, conocer y acariciar los propios genitales. La masturbación es una expresión más de la sexogenitalidad y es absolutamente normal en mujeres y varones. No todas las sociedades condenan la masturbación.

Además, se había observado que las personas que sufrían afecciones mentales, sobre todo las que estaban en manicomios, se masturbaban en lugares visibles, y se pensó que la masturbación era la causa de su problema cuando en realidad no era más que un síntoma de la falta de un lugar privado.” (Lerer, M. L., 2004: pp. 82)

Y es así como diferentes creencias han ido mitificando la masturbación. Hoy sabemos que no es una enfermedad, excepto la masturbación compulsiva en la que no se tiene contacto con las demás personas y con el mundo externo. Es un elemento más del desarrollo psicosexual que permite conocerse, para saber qué caricia, estimulación se necesita para llegar al placer y esto comunicarlo a la pareja.

La masturbación no deforma los genitales, al contrario, al tocarlos, acariciarlos, mirarlos, hace que las personas amen y se enorgullezcan de sus genitales y de su propio cuerpo.

#### **2.5.2.6. Sobre el orgasmo**

##### ***2.5.2.6.1. En la mujer el goce es más espiritual que corporal:***

Este mito está sostenido por la Edad Media donde se pensaba que todo lo que venía del cuerpo era pecaminoso, sucio y malo y fundamental para la mujer.

La verdad es que mientras más libertad personal exista aumentan las sensaciones físicas.

La mujer tiene capacidad para mantener encuentros sexuales en que la principal motivación no sea el amor. Gozan de relaciones en que el fin es recreativo. Es real que el mejor afrodisiaco es el amor, pero esto no quiere decir que la mujer en ausencia del amor no pueda gozar y que el amor sea todo. Reconocer esto permite tener relaciones sexuales más auténticas.

Al varón le resulta más fácil diferenciar entre deseo sexual y el amor que puede sentir por una mujer, puede sentir ambos, pero en caso de que no, el varón sabe si es deseo o amor. En cambio la mujer reprimida y presionada por la cultura, cuando siente atracción por un varón dice que es amor a primera vista.

Es importante conocer los deseos de uno mismo y saber que teniendo en claro los sentimientos y los gustos, se puede disfrutar al máximo la sexualidad con un adecuado estímulo ya sea táctil o auditivo.

***2.5.2.6.2. Es imposible que la mujer produzca una emisión líquida cuando tiene el orgasmo:***

En el interior de la vagina existe una pequeña zona muy sensible a la excitación sexual y que brinda la posibilidad de alcanzar un intenso placer y orgasmo diferentes de los producidos por el clítoris.

Se encuentra detrás del hueso púbico, en el interior de la pared frontal de la vagina. Suele estar situado a medio camino entre la parte posterior del hueso del pubis y la cara anterior del cuello del útero, a lo largo de la uretra y junto al cuello de la vejiga mediante el cual este se une a la uretra. Son dos centímetros de tejido que es diferente del que se encuentra en el resto de la cavidad vaginal, y puede percibirse al tacto. La estimulación correcta de este punto produce un poderoso orgasmo con una emisión líquida que no es orina.

La manera pertinente de llegar a éste es sentada o agachada e introducir los dedos y estimular de tal manera que produzca placer. Esto se debe hacer si es que el deseo se tiene, si no se opta por esto cada persona es libre.

***2.5.2.6.3. Las mujeres deben saciarse con sólo un orgasmo:***

Siempre se utilizó el patrón de la sexualidad masculina para medir la sexualidad femenina. Debido que para el varón puede alcanzar la satisfacción con un orgasmo y la eyaculación, se piensa que las mujeres también. Hay muchas mujeres que después de tener un orgasmo no se sienten totalmente satisfechas ya que una vez tenido el orgasmo la sangre pelviana se retira muy lentamente y por eso se conserva el potencial de tensión suficiente para gozar de otros orgasmos.

Una mujer puede ser uniorgásmica un tiempo, y luego ser multiorgásmica. Y después de un tiempo volver a ser uniorgásmica, eso depende de cada mujer.



Según Lerer M. L. la multiorgasmia depende de varios factores: la correcta estimulación, contar con el compañero adecuado, como se encuentre la mujer a nivel psicológico y físico como así también la libertad con que la mujer se permita disfrutar prolongadamente. Y las mujeres que aprenden a experimentar el orgasmo durante horas, hasta alcanzar la total satisfacción se muestran más agradecidas y cariñosas con su compañero.

#### ***2.5.2.6.4. La mujer normal sólo alcanza el orgasmo con el coito:***

Este es un mito que, apoyado por Sigmund Freud, sostenía que la mujer normal y madura llega al orgasmo sólo por la vía vaginal, es decir, a través del coito.

Las investigaciones afirman que el disparador orgásmico por excelencia es la estimulación clitorídea. Esto puede producirse como resultado de la estimulación directa: manual o mecánica; o bien de forma indirecta: resultado de la presión del pene sobre estructuras anatómicas que a su vez estimulan el clítoris.

El sistema clitorídeo está dotado de células sexuales receptoras que lo hacen extremadamente sensibles a cualquier estímulo. Hay que evitar su manipulación brusca en los primeros momentos de la excitación sexual, ya que esto puede resultar doloroso. En cambio la vagina, exceptuando una zona muy específica, está escasamente provista de células sexuales receptoras. Solo el tercio externo es sensible. La mayoría de las mujeres no notan el contacto en el interior de sus vaginas, exceptuando una parte específica que es el punto G, cuya estimulación también desencadena orgasmos intensos. Pero el despertador del orgasmo femenino es el clítoris. Cualquiera sea el medio que se utilice y la zona que se excite, generalmente el orgasmo se localiza en el clítoris. Lo que lleva a creer que el orgasmo es vaginal son las contracciones que se desencadenan en el momento de gran excitación.

En investigaciones realizadas se ha constatado de que la mujer que alcanza el orgasmo por medios que no sean la penetración vaginal puede considerarse absolutamente normal y madura, ya que son muchas las mujeres que afirman que obtiene una mayor excitación por contacto clitorídeo y menciona el deseo de penetración vaginal como refuerzo a la culminación del placer.

### **2.5.2.7. Sobre la violencia y el abuso sexual**

#### ***2.5.2.7.1. El maltrato de la mujer por parte del compañero es un problema privado:***

Este mito nació debido a que esta sociedad calla a las mujeres golpeadas obligándolas a que esos problemas los resuelvan puerta adentro. Actualmente hay una ardua batalla de mujeres en lucha contra el flagelo y los malos tratos contra la mujer. Hemos tenido que ver repetidas imágenes de mujeres asesinadas para que se abrieran algunos espacios en los medios de comunicación.

Hoy muchas de ellas saben que solo de sí misma de ella dependen su vida y su seguridad. También aprendieron que la violencia de la que creían ser las únicas víctimas cobra en realidad muchísimas víctimas, y que esto no es un problema privado sino social y público. Como consecuencia de esto se acercan a los grupos de reflexión y autoayuda, reconociendo sus sufrimientos junto a otras tantas mujeres golpeadas. Algunas han podido denunciar sus historias en las comisarias. Otras se refugian en líneas de asesoramiento, donde pueden ocultar una cara detrás del teléfono y una voz comprensiva la guía.

#### ***2.5.2.7.2. La mujer puede evitar ser violada:***

“Por la educación que recibimos, el varón desarrolla más su fuerza física y su agilidad, se lo estimula a ser físicamente potente y a confiar en su propia fuerza, en tanto que a nosotras, las mujeres, no se nos estimula a desarrollar en forma especial la fuerza de nuestro cuerpo, ni nuestra agilidad. Se nos insta permanentemente a ser dulces, frágiles y a confiar en nuestros sentimientos, a no practicar ningún deporte que nos haga desarrollar la verdadera fuerza física que, por supuesto, poseemos.

La forma de vivir el propio cuerpo no es biológica, es aprendida, desde la ropa cómoda que se le hace usar al varón y la ropa femenina ceñida, muy ceñida hasta hace poco, los tacones altos, comparándolos con los zapatos cómodos que los varones, y éstos son sólo algunos símbolos frívolos, externos, que nos dicen lo que la cultura quiere de nosotras, las mujeres. Que seamos débiles, pasivas, sumisas. Éstos son los elementos del condicionamiento del rol femenino.

Paradójicamente, se nos exige que defendamos activamente nuestra virginidad, y sobre todo ‘nuestro honor’.

Toda esta carga cultural nos limita las opciones que tenemos para defendernos de una violación. La defensa contra una situación de este tipo no está n el repertorio de conductas aprendidas por la mujer” (Lerer, M. L., 2004: pp. 166-167)

### ***2.5.2.7.3. Los hijos son incondicionales en el amor a sus madres e incapaces de maltratarlas:***

Así como se ha difundido el instinto maternal, así también que los hijos aman a sus madres tiernamente, pero aunque sea difícil aceptarlo, a veces ocurre lo contrario.

La mujer siempre fue tratada como un objeto, algo que se podía golpear, maltratar, quemar etc.

En las familias el hijo ve cómo el padre maltrata a su mujer, como se trata a ella misma y así uno comienza a ver la imagen que tiene el hijo de la mujer, fundado en una cultura machista donde la mujer no sirve para nada.

Aunque parezca una aberración, cuando el hijo ya es grande, con más fuerza que su madre, se venga de los aspectos de que no gustan de ella maltratándola, golpeándola. Es porque aprendió a despreciar ese ser inferior y subordinado en la cultura de los varones de la familia.

Además hay que tener en cuenta que no sólo se agrede a la madre con golpes, sino también al no vitarla, no ocuparse de ella, internándola en un instituto geriátrico, subestimándola, etc.

Por eso es necesario hablar, consultar, leer sobre lo que compete a la violencia para saber qué hacer. No hay quedarse solamente con el llanto, que si bien es necesario, pero no es suficiente.

## **2.5.3. Mitos sexuales Masculinos**

### ***2.5.3.1. Los hombres no deben tener ciertos sentimientos, o al menos no deben expresarlos:***

Este mito se refiere a la clásica frase: “los hombres no lloran”. Al varón se le permiten muy pocas emociones (agresividad, competitividad, enojo). Debilidad, confusión, miedos, vulnerabilidad, ternura, compasión y sensualidad están permitidos sólo a las niñas y mujeres. Crecen con la consigna de que “a golpes se hacen los hombres”. Se preparan y les preparan el cuerpo para eso.

Ponen el cuerpo en el trabajo, en las relaciones como si no fuera de ellos, sino de otro. Lo hacen fuerte y lo usan como un acorazado dentro del cual guardan y sepultan todo; temores y dolores, como aquellos sentimientos que “no son masculinos”. Los mensajes que les dan acerca de su cuerpo tienen que ver con el esfuerzo; el rendimiento. También es de hombres aguantar las más firmes y pertinaz de las gripes y seguir trabajando como si ocurriera en otro cuerpo. No escuchan a este cuerpo cuando habla, no registran sus síntomas, cuando lo hacen muchas veces, es tarde. Creen que si paran el funcionamiento de esta máquina productora, serán débiles e incompetentes y estarán amenazados.

No sólo les ha sido dado para producir, luchar, resistir, también tienen el derecho de estar en él y nada más; pueden usarlo para recibir, dejarse hacer cosas que le produzcan placer; la pasividad no los hace maricones. El cuerpo de macho es una cosa, el de varón otra.

Una queja difundida en las mujeres es que los varones son poco locuaces y demostrativos. Cuando se trata de hablar de sentimientos, crisis, sufrimientos, temores y sus cosas más profundas; allí donde ellas hablan, ellos tienden a callar. Creen que deben defender su invulnerabilidad y no demostrar debilidades. La cultura dominante los ha llevado a evitar expresar sentimientos dulces, tristes o amorosos. Con esto se privan de buena parte de sus posibilidades de comunicación. Muchas veces lo que necesitan es expresar ternura, poder dar un abrazo.

Esto se traslada al sexo. Si el hombre tiene dificultad para expresar sus sentimientos, más dificultoso va a ser que reconozca que no sabe algo relacionado con el sexo, porque en el modelo de fantasía que él tiene de lo debe ser un hombre, éste no habla y lo sabe todo.

Por esto hay que animarse a hablar, a expresarse y liberar los sentimientos. Estos no tienen género, tanto hombres como mujeres tienen que decir lo que sienten y

comunicarse. Y no pretender que se sabe todo, esa fantasía de hombre “sabelotodo” con respecto a todo y con el sexo principalmente, puede traer problemas en su relación con su pareja, ya que la única manera de aprender es reconociendo que no se sabe todo.

***2.5.3.2. El sexo, como en cualquier otra cosa, lo que cuenta es el rendimiento:***

También aquí como en cualquier otra actividad los conceptos de producción y rendimiento están presentes. Significa poder cumplir un objetivo y cuantas más veces mejor, la penetración y el orgasmo es la meta. Transforman así al sexo en trabajo, y sólo miran cuan rígido tienen el pene, cuánto tiempo duró parado y cuántos orgasmos tuvo su compañera. La preocupación de obtener objetivos lleva a altos grados de ansiedad, que bloquea la respuesta sexual, es un círculo vicioso. La mayoría de los problemas sexuales masculinos se deben a la llamada ansiedad por rendimiento. Deben rendir sexualmente, si no lo hacen otros los van a desplazar o su compañera va a dejar de quererlos. Esto se ha visto reforzado por la actitud actual de la mujer que reclama sus derechos sexuales. Este hombre comienza a cuestionar su masculinidad y algunos abandonan toda actividad sexual frente al miedo y ansiedad de no rendir como deberían.

Es característico del varón que luego de un orgasmo pase por un período refractario, durante el cual por más que se lo estimule no logrará una nueva erección y menos una eyaculación. Tendrá que pasar un tiempo suficiente que, no es igual para todos. En esto se diferencia de la mujer que puede tener un orgasmo tras otro (multiorgasmo). Sexo no debe ser competición. No hay forma correcta de hacerlo y no hay metas especiales que alcanzar. Debe ser aquello que ambos miembros quieren que sea, en el momento que mejor exprese y satisfaga a los dos.

***2.5.3.3. El hombre es el encargado de iniciar u orquestar lo sexual; es responsable también del orgasmo femenino:***

Se le enseñó al varón de que el hombre tenía la responsabilidad del sexo y que tienen que hacer todo: iniciarlo, excitarla a la mujer, excitarse a sí mismo, decidir las posiciones, provocar por lo menos un orgasmo femenino y además lograr el propio, todo esto sin la necesidad de que la mujer colabore.

Nuestro modelo sexual nos enseña que el hombre no necesita nada especial para estar excitado y obtener una buena erección. Sólo las mujeres necesitan atención especial para lograr excitarse. Muchos hombres piensan que ellos solos deben producir su propia excitación, que deben llegar a una situación sexual ya excitados y erectos. Son responsables de que ella tenga un orgasmo y se sienten culpables si no lo tiene. Buscan información de cuál es la mejor manera de hacer gozar a sus compañeras, pero no se atreven a preguntárselo a ellas, sería admitir una ignorancia que pondría en duda su hombría.

En contraposición con el mito, la actividad sexual con una compañera es, algo compartido con ella: no es cierto que el varón deba hacerlo todo sólo. Es una relación sexual, y por ser relación, los dos son responsables de la misma, por lo tanto varón y mujer son los encargados de producirse placer a sí mismo y al otro.

#### ***2.5.3.4. El hombre siempre debe desear y estar listo para el sexo:***

Aún hoy son pocos los hombres que no piensan “yo puedo con todas las mujeres que quiero, y si no puedo es porque soy un maricón, un débil”. Cumplir con este mandato los lleva muchas veces a no poder elegir y no poder decir que no: es como estar obligados a “poder con todas”.

La mujer tiene el derecho a no aceptar una relación sexual y elegir el cómo, el cuándo, el cómo y el dónde, pero el hombre no tiene esa libertad de elegir. El varón corre la misma suerte que los “boy scout” usando la misma frase que ellos “siempre listo”. No son máquinas sexuales, su respuesta sexual es muy compleja, depende de muchos factores y es vulnerable a varias interferencias. Esta afirmación es difícil de aceptar, porque en el modelo machista el varón siempre puede y quiere, en cualquier momento, en todo lugar y con cualquier mujer.

#### ***2.5.3.5. Todo contacto físico debe necesariamente terminar en una relación sexual:***

La idea de sexo que se les inculca es que este es una cuestión puramente genital. Les cuesta aceptar una sexualidad en la que los genitales no estén involucrados (allí ellos son los protagonistas). Los besos, caricias o masajes tienen que llevar

necesariamente a una relación sexual. Se identifican a través de su pene: son varones porque tienen uno y su mayor o menor tamaño es motivo de preocupación: “Cuanto más grande es su pene más valioso es”. En el modelo fantástico, todo contacto físico sirve como insinuación, pedido de sexo. Se les ha enseñado que solo existen dos tipos de contactos físicos apropiados para ellos: uno agresivo, como el que se ve en los deportes y peleas, apretones de manos; el otro el sexo. No se concibe que sólo quiera una caricia o abrazo. Este mito les impide gozar del simple hecho de tocarse con la mujer y los presiona a tener una relación sexual cuando acarician o son acariciados.

En realidad lo importante es disfrutar mutuamente la piel del otro y viceversa, sentir las caricias y a la vez acariciar y sentir el cuerpo con su piel al otro; besarse de todas las maneras posibles sin llegar a la relación sexogenital; hacerse masajes sería muy enriquecedor como una manera más de mimar al compañero, después de un día largo de trabajo por ejemplo. En síntesis, no olvidarse que las personas están compuestas por mas partes, no sólo de pene y vagina, y esto permite que se puedan contemplar otras cosas en la pareja, una manera más de no caer en la rutina, una manera más para valorarse mutuamente y para la autoestima.

#### ***2.5.3.6. Relación sexual equivale sólo a coito vaginal:***

Hombres y mujeres aprenden que el verdadero sexo se da sólo cuando existe penetración vaginal. El sexo oral y manual aunque lleven a altas instancias de goce sexual es considerado sólo un aperitivo. A pesar de que se habla de coito oral y manual estos constituyen el “juego previo”.

La penetración es indispensable en la procreación (y hasta cierto punto) muchas veces el paciente no llega al orgasmo con estimulación manual/oral, porque considera que sin penetración la relación quedará incompleta. La penetración no es la única forma “natural” o “normal” de relación sexual, sino que es una más, sin duda muy agradable. Cualquier tipo de estimulación que lleve a la satisfacción de ambos es tan verdadera e importante como la penetración. Y una manera más de llegar al clímax y de disfrutar mutuamente los cuerpos. Hay que animarse a disfrutar de todas las alternativas, siempre y cuando estén dentro del repertorio de los gustos de la pareja, y no sobrevalorar

solamente la penetración ya que tanto el sexo oral como el manual son tan importantes y excitantes como éste.

***2.5.3.7. Toda actividad sexual requiere, como condición básica, la erección:***

Cuando se piensa que sin penetración no hay sexo, se transforma a la erección como lo más importante en la relación sexual. Cuando no hay erección, entonces la relación sexual se cancela y generalmente esto termina en momentos poco deseables. Como consecuencia la mujer que no comprende que esta situación no significa que ella es menos atractiva o deseada se siente mal y reprocha a su pareja y él se siente un miserable; si esta situación no es bien entendida estaremos en el comienzo de una disfunción sexual.

Hay que saber que por ser la erección un mecanismo complejo, la afectan múltiples factores; es perfectamente normal entonces que en el curso de una relación sexual haya momentos de pérdida parcial o total de erección. Esta es en general transitoria, y si no se preocupan, seguramente vuelve rápidamente.

Además aunque la erección no sea buena se puede llegar a un orgasmo muy placentero. Y si la erección no aparece en la relación sexual, esta también puede ser muy placentera y hasta resultar mejor que si la hubiera.

***2.5.3.8. Buen sexo es una progresión lineal de excitación creciente que termina exclusivamente en orgasmo:***

A causa de este mito, es difícil concebir que el sexo puede ser algo relajado, con interrupciones, descanso, charla, risas, es decir, algo muy agradable y poco ansiógeno. Este hecho es importante porque psicológicamente la excitación sexual no puede ser mantenida en altos niveles durante largos periodos, lo mismo sucede con la erección que se pierde transitoriamente, y luego se recupera nuevamente un alto grado de excitación y la erección firme.

Para muchos es imposible concebir una relación sexual en la que no aparezca “obligatoriamente” la eyaculación y el orgasmo. No hay duda de que el orgasmo es muy placentero, pero deja de serlo para ambos cuando alcanzarlo los hace “trabajar mucho”.



Una relación puede ser agradable, aunque alguno de los dos no haya llegado al orgasmo. El período refractario es más corto para la erección que para la eyaculación y pueden pasar un rato agradable con su compañera si no se empeñan en que debe haber un final a toda orquesta. A veces después de la edad media de la vida aparecen dificultades no orgánicas con la eyaculación o la erección. Y estos hombres en lugar de vivir con placer lo logrado, viven con angustia lo no logrado. Este tipo de fallas consideradas “normales” es más común después de los 55-60 años, aunque afecta a jóvenes de 20-25 años; ningún hombre está exento. Así como estas fallas son frecuentes en un hombre normal, así de frecuentes son los síntomas que la acompañan. Estas sensaciones son angustiosas, dejan al hombre tenso y a la mujer desconcertada, sin saber qué, ni cómo hacer. Si el problema quedara allí, no pasaría de una experiencia penosa leve. Pero si la experiencia se repite, o se le otorga más importancia de lo habitual, es posible que se transforme en un problema. El hombre se siente impotente, abatido, disminuido; por un erradísimo concepto, se siente “menos hombre”. La vergüenza, culpa, temor al ridículo postergan la consulta a un profesional.

El hombre suele ser orgulloso con otros hombres, suele ufanarse diciendo “jamás he fallado”. Este mito “el hombre nunca falla”, ha provocado más fallas; quien diga que nunca ha fallado, miente. Una simple preocupación es suficiente para provocar la pérdida de la erección.

#### ***2.5.3.9. El sexo debe ser natural y espontáneo:***

Este mito se refiere a que no se necesita aprendizaje. Y esto es un pensamiento equívoco ya que en la vida todo depende del mismo. La consecuencia de este mito es la vergüenza, y la consecuencia de ésta genera muchas dudas o errores que pueden llevar a dificultades mayores.

Para muchos hombres preocuparse y hablar sobre sexo es síntoma de debilidad. Todo debe salir bien, naturalmente y sin comentarios. En el mundo científico y, en el área de la salud, la medicina en general ya, no se discute la necesidad de adquirir conocimientos sexuales. Sin embargo, hay una creencia muy difundida: “los hombres no tienen por qué instruirse respecto al sexo; ya lo saben todo”.

Las parejas tienen que aprender mutuamente, pueden pedirle cosas que le atraigan en la sexualidad, y no suponer nada sobre los gustos del otro. Informarse cuáles son las estimulaciones que le gustan al compañero, y qué caricias le producen placer. Lo importante es preguntar, aprender y enseñar.

***2.5.3.10. En esta era tan avanzada, los mitos precedentes no tienen ya ninguna influencia sobre nosotros:***

Es otro mito suponer que el destape nos ha hecho superar años y años de represión y desinformación. El “yo lo sé todo, no tengo inhibiciones”, cierra las puertas del aprendizaje. Reconocer la existencia de estos mitos es una forma de superarlos. El objetivo: tener una sexualidad más libre, alegre y duradera.

**2.5.4. Mitos sexuales Argentinos**

***2.5.4.1. Si damos mayor información y educación sexual a los niños, se van a volver promiscuos.***

Esta afirmación no es correcta ya que la información es un buen recurso y la manera de enseñar los temas de la sexualidad y, al contrario, mientras más información pertinente es mejor ya que le ayudamos a evitar justamente que mal use y mal vea su sexualidad. La educación es el camino para que comencemos a disfrutar de la sexualidad y que los mitos o creencias falsas desaparezcan.

Además es pertinente que se les enseñen a las personas desde que son niños acerca de su cuerpo, su funcionamiento y la manera de conocerlo, de amarlo, etc., esto va a ayudar que cuando comiencen a mantener relaciones, éstas sean muy placenteras para él/ella y para su pareja, y no se cometan los errores que se cometen actualmente. También va a ayudar que se respeten mutuamente, colabora con su autoestima, y que tenga una vida sexualmente sana y plena.

***2.5.4.2. La eyaculación precoz se debe a un exceso de sensibilidad.***

Según Gindin, L. R. (2005) el eyaculador precoz no percibe sus sensaciones eróticas previas al momento eyaculatorio. De hecho es contrario a lo que dicen del exceso de sensibilidad, pareciera que en realidad sufriesen una anestesia genital, su cuerpo no les avisa cuando van a eyacular.

Los varones, previo al reflejo eyaculatorio percibe una sensación propioceptiva, que en cada uno es diferente, es un aviso de que próximamente va a eyacular.

Además las causas no son el exceso de sensibilidad, sino la ansiedad y el mal aprendizaje. Ambas interactúan y se refuerzan mutuamente.

La edad en que se manifiesta este problema es en las primeras etapas de la vida sexual, y el varón con miedo y ansiedad de lo que va a pasar y de hacer todo bien, puede causar la eyaculación precoz. Lo que sucede es que en la próxima relación sexual, en muestra de que puede contenerse, la ansiedad, el temor al fracaso repetido, nuevamente tiene una rápida respuesta, y es así, que luego la ansiedad y el temor lo va a perseguir en sus relaciones posteriores por olvidarse de que la contención y el retraso de la eyaculación es una cuestión de aprendizaje y que no se puede saber desde la primera vez, el control se da una vez que hay experiencia y se ha aprendido cómo hacerlo.

#### ***2.5.4.3. Los alimentos afrodisíacos: perejil, nueces, apio, coca con geniol, ostras, el alcohol.***

En realidad si nos podemos a observar el ambiente que rodea la ingestión de comidas, juega un papel importantísimo ya que existe una serie de estímulos que ayudan a hacerlas mucho más sugestivas: la media luz, las velas encendidas, el olor a esencias, los diferentes perfumes, la disposición corporal y una combinación de estímulos que favorecen el incremento de la sensualidad. Además se utilizan palabras muy relacionadas con la sexualidad como comer, chupar, morder; y algunos afrodisíacos funcionan como analogía, como las ostras en forma de vulva o el espárrago como símbolo del pene.

La mayoría de los alimentos que dicen que son afrodisíacos se debe a diferentes características naturales de los mismos: por su buen aroma como el ajo; algunas contienen pequeñas cantidades de feromonas (apio); estimulantes el azafrán; el aspecto

que tienen unas que hacen analogía a los genitales como por ejemplo la banana; algunas tienen poder astringente y antiséptica como la canela; otros son de muy buen sabor y antioxidantes como el chocolate; las ostras son ricas en zinc (integrante de la testosterona); y la mayoría de las comidas por el significado y la cultura en que se está como por ejemplo las almejas, las manzanas, las uvas, etc.

Lo que en realidad sucede es que es la sugestión la que principalmente participa en estas comidas, ya que la pareja se bien predispone para desearse, excitarse y disfrutar mutuamente de una hermosa velada, y es lo que importa realmente al momento de mantener relaciones sexuales.

Y con respecto al alcohol es real que tomar un poco puede reducir la inhibición y la cautela y ayuda a relajarse para reducir el miedo o la ansiedad, igualmente hay que tener bien claro que sólo es un poco, un vaso a lo sumo.

***2.5.4.4. Tanto la mujer como el hombre, no pueden infectarse con VIH u otra enfermedad venérea si sólo han mantenido relaciones con una persona:***

La mayoría de las personas piensan que no se pueden infectar de VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana) u otra enfermedad venérea ya que fundamentan haber mantenido relaciones sexuales con una sola persona. Esta afirmación es equivocada ya que el contagio no depende de la cantidad de personas con la que se mantienen relaciones, si no que depende de que la otra persona tenga o no alguna enfermedad (ya sea por mantener relaciones con alguien infectado, por contagiarse en algún hospital debido a una operación, transfusión de sangre, por drogas, etc.)

El contagio se puede dar estando tanto con una sola persona o con muchas, la única manera de evitar el contagio es usando un método de protección como por ejemplo el preservativo.

## **CAPÍTULO III**

### **PARTE PRÁCTICA**

### **3. Procedimiento metodológico**

En esta primera parte la investigación es cuantitativa de tipo descriptiva, ya que vamos a especificar donde se encuentran instalados los mitos sexuales en las personas según el género y la edad.

Trabajamos con una encuesta extraída de un estudio realizado por un equipo de psicólogos en Estados Unidos, la cual la utilizaron para un grupo de presidiarios para investigar los qué mitos sexuales estaban instalados en los sujetos antes y después de un taller de Educación Sexual.

El cuestionario fue realizado por Castro M. E. (2004) cuenta con 46 preguntas ya determinadas sobre los mitos sexuales y con respuestas ya fijadas a fin de facilitar la codificación, es decir, que se va a utilizar una encuesta de tipo cuestionario y está adaptado a la población Argentina ya que la cultura no es la misma y esto en el estudio puede influir. (EL Cuestionario está ubicado en “Anexos”)

La unidad de muestra de la cual requerimos su opinión fue de 60 personas varones y mujeres que estuviesen en las distintas etapas del Ciclo Vital.

Las seleccionamos de manera aleatoria, las cuales son: 10 mujeres de entre 14 y 25 años, otras 10 de entre 26 y 64 años y 10 de 65 en adelante; y 10 hombres de 14 a 25

años, otros 10 de 26 a 64 años y por último 10 de 65 años en adelante, y a esta muestra de 60 personas les proporcionamos el cuestionario con una lista de mitos los cuales ellos tuvieron que responder cuales son mitos y cuáles les parece que no, “verdad” (V) o “mito o creencia falsa” (M).

Y por último, con el fin de completar esta investigación descriptiva, realizamos una parte cualitativa, en la cual, se les hizo una pregunta, “¿usted cree que en la actualidad los mitos sexuales tienen influencia sobre nosotros?” “¿Por qué?”, la cual se respondía de manera positiva o negativa y el fundamento por el cual pensaba alguna de las dos contestaciones.

Cada respuesta ha sido ubicada en diferentes categorías y analizadas para saber qué es lo que piensan los sujetos sobre la influencia de los mitos sexuales en las personas y su sexualidad.

### **3.1. Resultados**

A continuación detallaré todos los resultados obtenidos según las variables utilizadas para cada caso. Lo expondré de lo general a lo particular, en primer lugar se observarán los resultados según el Género (masculino y femenino); luego de acuerdo a las diferentes edades (adolescencia, adultez y adultez mayor); y por último lo más específico, se encuentran los resultados obtenidos según el género en cada edad.

#### **3.1.1. Mitos y sexualidad y su relación con el Género.**

Es de mi interés este resultado ya que quise estudiar cuál es la diferencia entre varones y mujeres con respecto a los mitos en la sexualidad. Cuales mitos están más instalados en el género femenino y cuales en el masculino, ya que el género es una construcción social que conceptualiza lo femenino y lo masculino y de alguna manera, nos damos cuenta qué es lo propio al pensamiento de la mujer y que es lo propio al pensamiento del varón, influenciado por la estructuración de la sociedad, la cual disocia los esquemas conceptuales de uno y del otro.

### **3.1.2. Mitos y sexualidad y su relación con la edad.**

En este caso, mi interés de conocer los resultados de acuerdo a la edad ya que quiero saber si al pasar los años los mitos han ido cambiando, si dependen de la época donde la persona ha nacido, ya que la sociedad va evolucionando a través de los años, lo cual se va a reflejar en las diferentes edades de los sujetos que respondieron la encuesta.

### **3.1.3. Mitos y sexualidad y su relación con el género y la edad.**

Y por último, es de mi utilidad investigar los resultados según la edad y el género, es decir, los hombres de mi investigación, de tal etapa del ciclo vital, tienen instalados determinados; al igual que conocer a la mujer en sus diferentes edades y cuáles son sus pensamientos acerca de las creencias de la sexualidad. Esto es debido a que especificaría mis estudios acerca de la sexualidad y su relación con el género y la edad; porque además de saber las diferencias de género, le incluiría la diferencia en la etapa del ciclo vital y además de la diferencia de la sociedad hace 70 años y de la actual.



### Mitos y sexualidad y su relación con el Género.

Resultados de la encuesta, de la cantidad de varones y mujeres en los que está instalado el respectivo mito sexual, realizado a 30 varones, de 18 años en adelante, y 30 mujeres dentro del mismo rango de edad.

Lista de Mitos	Mujeres	Varones
1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen.	9	14
2. La sexualidad es natural e instintiva.	11	10
3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.	9	12
4. El tamaño del pene influye decisivamente en la satisfacción sexual de la mujer, de forma que, a mayor tamaño del pene, mayor satisfacción obtiene la mujer.	2	8
5. En su primera relación sexual la mujer no puede quedarse embarazada.	4	4
6. El sexo oral y la penetración anal es una práctica sexual de personas perversas y de homosexuales	3	4
7. La mayoría de las mujeres sólo pueden llegar al orgasmo mediante la penetración.	2	5
8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.	20	16
9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.	10	6
10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.	15	18
11. La virginidad de la mujer es un tesoro.	6	8
12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.	7	11
13. La mujer es frígida por naturaleza.	1	5
14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.	6	12
15. El hombre debería llevar el “mando” en las relaciones sexuales.	4	7
16. La masturbación no es una conducta saludable y placentera.	4	3
17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.	5	11

18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os	11	13
19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.	4	12
20. los adultos mayores no mantienen relaciones sexuales.	1	4
21. La mujer que tiene orgasmos vaginales es más madura sexualmente que aquella que consigue orgasmos mediante la estimulación del clítoris.	5	1
22. Las mujeres que fueron violadas seguro que les ocurrió por provocadoras.	2	5
23. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la misma cosa.	2	19
24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.	20	8
Lista de Mitos	Mujeres	Varones
25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales.	7	12
26. La maternidad disminuye el deseo sexual.	8	19
27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.	19	5
28. Si ambos miembros de la pareja no obtienen un orgasmo simultáneo, la relación no llega a ser satisfactoria.	4	4
29. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que sí.	2	8
30. si aceptamos besos y caricias, significa que tenemos que aceptar llegar al coito.	2	3
31. Los hombres no tienen que tener sentimientos y tampoco expresarlos.	0	1
32. Tener fantasías no es normal.	3	3
33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.	14	14
34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.	8	8
35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.	12	12
36. Las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja.	10	10
37. Conocer nuestro cuerpo no es importante para la sexualidad.	1	1
38. La mujer es la única que tiene que cuidarse.	1	1
39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante	8	8
40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.	13	13
41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.	4	4
42. Si damos mayor información y educación sexual a los niños se van a volver promiscuos.	3	3
43. Cualquier mujer que lleva la iniciativa en las relaciones sexuales o en el sexo es una inmoral.	0	0
44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.	13	13
45. Necesariamente, en una pareja, el sexo, con el tiempo se torna	4	4

aburrido.		
46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.	12	12

### Mitos y sexualidad y su relación con la edad

Resultados de la encuesta de la cantidad de personas, en la que está instalado el respectivo mito sexual, realizado a 60 varones y mujeres: 10 de cada uno entre 18 y 25 (A) años, 10 de cada uno entre 26 y 64 años (B) y 10 de cada uno 65 años en adelante (C).

Lista de Mitos	A	B	C
1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen	7	10	6
2. La sexualidad es natural e instintiva	3	8	10
3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.	9	3	9
4. El tamaño del pene influye decisivamente en la satisfacción sexual de la mujer, de forma que, a mayor tamaño del pene, mayor satisfacción obtiene la mujer.	2	4	4
5. En su primera relación sexual la mujer no puede quedarse embarazada.	3	1	4
6. El sexo oral y la penetración anal es una práctica sexual de personas pervertidas y de homosexuales	0	0	7
7. La mayoría de las mujeres sólo pueden llegar al orgasmo mediante la penetración.	3	0	4
8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.	13	8	15
9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.	3	1	12
10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.	10	14	9
11. La virginidad de la mujer es un tesoro.	2	4	8
12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.	4	3	11
13. La mujer es frígida por naturaleza.	0	0	6
14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.	9	5	4
15. El hombre debería llevar el “mando” en las relaciones sexuales.	2	2	7
16. La masturbación no es una conducta saludable y placentera.	0	2	5
17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.	3	4	9

18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os	5	5	14
19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.	8	2	6
20. los adultos mayores no mantienen relaciones sexuales.	2	2	1
21. La mujer que tiene orgasmos vaginales es más madura sexualmente que aquella que consigue orgasmos mediante la estimulación del clítoris.	3	0	7
22. Las mujeres que fueron violadas seguro que les ocurrió por provocadoras.	0	0	3
23. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la misma cosa.	1	1	5
24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.	12	12	15

Lista de Mitos	A	B	C
25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales.	2	2	11
26. La maternidad disminuye el deseo sexual.	7	5	8
27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.	11	9	18
28. Si ambos miembros de la pareja no obtienen un orgasmo simultáneo, la relación no llega a ser satisfactoria.	1	1	6
29. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que si.	4	2	4
30. si aceptamos besos y caricias, significa que tenemos que aceptar llegar al coito.	2	1	2
31. Los hombres no tienen que tener sentimientos y tampoco expresarlos.	0	0	1
32. Tener fantasías no es normal.	0	1	3
33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.	8	5	10
34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.	1	3	10
35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.	5	4	12
36. Las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja.	6	2	6
37. Conocer nuestro cuerpo no es importante para la sexualidad.	0	0	1
38. La mujer es la única que tiene que cuidarse.	0	0	2
39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante	3	4	9
40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.	7	9	13
41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.	1	1	9
42. Si damos mayor información y educación sexual a los niños se van a volver promiscuos.	1	0	3
43. Cualquier mujer que lleva la iniciativa en las relaciones sexuales o en el sexo es una inmoral.	0	0	0
44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.	7	4	11
45. Necesariamente, en una pareja, el sexo, con el tiempo se torna aburrido.	0	2	6
46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener	12	8	4

varias relaciones sexuales seguidas.			
--------------------------------------	--	--	--

### Mitos y sexualidad y su relación con el género y la edad.

Resultados de la encuesta de la cantidad de varones y mujeres, en la que está instalado el respectivo mito sexual, según la edad y el género, realizado a 10 mujeres entre 18 y 25 años (A) y a 10 varones entre 18 y 25 años (B).

Lista de Mitos	A	B
1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen	3	4
2. La sexualidad es natural e instintiva	0	3
3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.	4	5
4. El tamaño del pene influye decisivamente en la satisfacción sexual de la mujer, de forma que, a mayor tamaño del pene, mayor satisfacción obtiene la mujer.	1	1
5. En su primera relación sexual la mujer no puede quedarse embarazada.	1	2
6. El sexo oral y la penetración anal es una práctica sexual de personas pervertidas y de homosexuales	0	0
7. La mayoría de las mujeres sólo pueden llegar al orgasmo mediante la penetración.	0	3
8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.	7	6
9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.	2	1
10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.	4	6
11. La virginidad de la mujer es un tesoro.	0	2
12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.	1	3
13. La mujer es frígida por naturaleza.	0	0
14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.	4	5
15. El hombre debería llevar el “mando” en las relaciones sexuales.	0	2
16. La masturbación no es una conducta saludable y placentera.	0	0
17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.	1	2
18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os	3	2
19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.	2	6

20. los adultos mayores no mantienen relaciones sexuales.	0	2
21. La mujer que tiene orgasmos vaginales es más madura sexualmente que aquella que consigue orgasmos mediante la estimulación del clítoris.	1	2
22. Las mujeres que fueron violadas seguro que les ocurrió por provocadoras.	0	0
23. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la misma cosa.	0	1
24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.	5	7

Lista de Mitos	A	B
25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales.	0	2
26. La maternidad disminuye el deseo sexual.	4	3
27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.	5	6
28. Si ambos miembros de la pareja no obtienen un orgasmo simultáneo, la relación no llega a ser satisfactoria.	0	1
29. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que si.	1	3
30. si aceptamos besos y caricias, significa que tenemos que aceptar llegar al coito.	1	1
31. Los hombres no tienen que tener sentimientos y tampoco expresarlos.	0	0
32. Tener fantasías no es normal.	0	0
33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.	3	5
34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.	0	1
35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.	1	4
36. Las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja.	2	4
37. Conocer nuestro cuerpo no es importante para la sexualidad.	0	0
38. La mujer es la única que tiene que cuidarse.	0	0
39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante	2	1
40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.	4	3
41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.	0	1
42. Si damos mayor información y educación sexual a los niños se van a volver promiscuos.	0	1
43. Cualquier mujer que lleva la iniciativa en las relaciones sexuales o en el sexo es una inmoral.	0	0
44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.	3	4
45. Necesariamente, en una pareja, el sexo, con el tiempo se torna aburrido.	0	0
46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.	4	8

Resultados de la encuesta de la cantidad de varones y mujeres, en la que está instalado el respectivo mito sexual, según la edad y el género, realizado a 10 mujeres entre 26 y 64 años (A) y a 10 varones entre 26 y 64 años (B).

Lista de Mitos	A	B
1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen	5	5
2. La sexualidad es natural e instintiva	6	2
3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.	1	2
4. El tamaño del pene influye decisivamente en la satisfacción sexual de la mujer, de forma que, a mayor tamaño del pene, mayor satisfacción obtiene la mujer.	0	4
5. En su primera relación sexual la mujer no puede quedarse embarazada.	1	0
6. El sexo oral y la penetración anal es una práctica sexual de personas pervertidas y de homosexuales	0	0
7. La mayoría de las mujeres sólo pueden llegar al orgasmo mediante la penetración.	0	0
8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.	5	3
9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.	1	0
10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.	6	8
11. La virginidad de la mujer es un tesoro.	2	2
12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.	1	2
13. La mujer es frígida por naturaleza.	0	0
14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.	2	3
15. El hombre debería llevar el “mando” en las relaciones sexuales.	0	2
16. La masturbación no es una conducta saludable y placentera.	2	0
17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.	0	4
18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os	1	4
19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.	1	1
20. los adultos mayores no mantienen relaciones sexuales.	1	1
21. La mujer que tiene orgasmos vaginales es más madura sexualmente que aquella que consigue orgasmos mediante la estimulación del clítoris.	0	0
22. Las mujeres que fueron violadas seguro que les ocurrió por provocadoras.	0	0
23. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la	0	1

misma cosa.		
24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.	6	6



Lista de Mitos.	A	B
25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales.	1	1
26. La maternidad disminuye el deseo sexual.	2	3
27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.	4	5
28. Si ambos miembros de la pareja no obtienen un orgasmo simultáneo, la relación no llega a ser satisfactoria.	0	1
29. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que sí.	0	2
30. si aceptamos besos y caricias, significa que tenemos que aceptar llegar al coito.	0	1
31. Los hombres no tienen que tener sentimientos y tampoco expresarlos.	0	0
32. Tener fantasías no es normal.	0	1
33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.	1	4
34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.	1	2
35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.	2	2
36. Las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja.	1	1
37. Conocer nuestro cuerpo no es importante para la sexualidad.	0	0
38. La mujer es la única que tiene que cuidarse.	0	0
39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante	2	2
40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.	4	5
41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.	0	1
42. Si damos mayor información y educación sexual a los niños se van a volver promiscuos.	0	0
43. Cualquier mujer que lleva la iniciativa en las relaciones sexuales o en el sexo es una inmoral.	0	0
44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.	0	4
45. Necesariamente, en una pareja, el sexo, con el tiempo se torna aburrido.	1	1
46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.	5	3

Resultados de la encuesta de la cantidad de varones y mujeres, en la que está instalado el respectivo mito sexual, según la edad y el género, realizado a 10 mujeres de 65 años en adelante (A) y a 10 varones de 65 años en adelante (B).

Lista de Mitos	A	B
1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen	1	5
2. La sexualidad es natural e instintiva	5	5
3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.	4	5
4. El tamaño del pene influye decisivamente en la satisfacción sexual de la mujer, de forma que, a mayor tamaño del pene, mayor satisfacción obtiene la mujer.	1	3
5. En su primera relación sexual la mujer no puede quedarse embarazada.	2	2
6. El sexo oral y la penetración anal es una práctica sexual de personas pervertidas y de homosexuales	3	4
7. La mayoría de las mujeres sólo pueden llegar al orgasmo mediante la penetración.	2	2
8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.	8	7
9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.	7	5
10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.	5	4
11. La virginidad de la mujer es un tesoro.	4	4
12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.	5	6
13. La mujer es frígida por naturaleza.	1	5
14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.	0	4
15. El hombre debería llevar el “mando” en las relaciones sexuales.	4	3
16. La masturbación no es una conducta saludable y placentera.	2	3
17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.	4	5
18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os	7	7
19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.	1	5
20. los adultos mayores no mantienen relaciones sexuales.	0	1
21. La mujer que tiene orgasmos vaginales es más madura sexualmente que aquella que consigue orgasmos mediante la estimulación del clítoris.	4	3
22. Las mujeres que fueron violadas seguro que les ocurrió por provocadoras.	2	1
23. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la misma cosa.	2	3
24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.	9	6

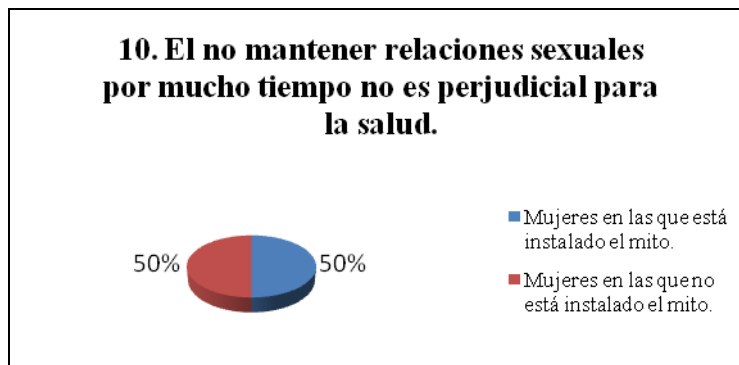
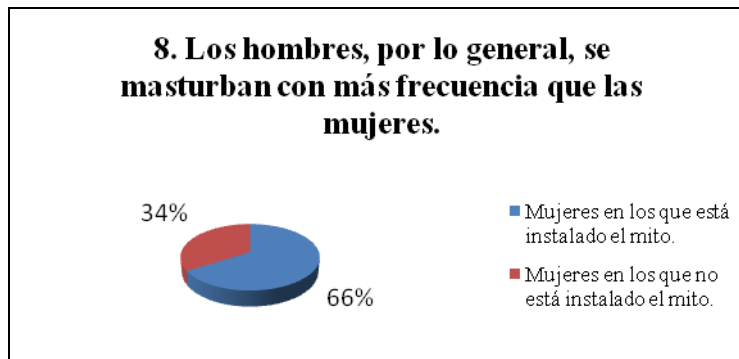
Lista de Mitos.	A	B
25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales	6	5
26. La maternidad disminuye el deseo sexual.	2	6
27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.	10	8
28. Si ambos miembros de la pareja no obtienen un orgasmo simultáneo, la relación no llega a ser satisfactoria.	4	2
29. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está diciendo que sí.	1	3
30. Si aceptamos besos y caricias, significa que tenemos que aceptar llegar al coito.	1	1
31. Los hombres no tienen que tener sentimientos y tampoco expresarlos.	0	1
32. Tener fantasías no es normal.	1	2
33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.	5	5
34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.	5	5
35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.	6	6
36. Las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja.	1	5
37. Conocer nuestro cuerpo no es importante para la sexualidad.	0	1
38. La mujer es la única que tiene que cuidarse.	1	1
39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante	4	5
40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.	8	5
41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.	7	2
42. Si damos mayor información y educación sexual a los niños se van a volver promiscuos.	1	2
43. Cualquier mujer que lleva la iniciativa en las relaciones sexuales o en el sexo es una inmoral.	0	0
44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.	6	5
45. Necesariamente, en una pareja, el sexo, con el tiempo se torna aburrido.	3	3
46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.	3	1

### **3.2. Gráficos**

En las siguientes páginas podremos observar graficados los resultados significativos en esta investigación, es decir, de los mitos que influyen a la mayoría de las personas encuestadas. Los gráficos realizados están divididos según las variables de “género”, “edad” y de “edad y género”.

### 3.2.1. Mitos de la sexualidad y su relación con el Género.

Gráficos de los resultados significativos de 60 mujeres, de 18 años en adelante, en las que está instalado el mito.



**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



**33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.**



**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**



**44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.**



Gráficos de los resultados significativos de 60 varones, de 18 años en adelante, en las que está instalado el mito.

**1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen.**



**8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.**



**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



**18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os**



**23. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la misma cosa.**



**26. La maternidad disminuye el deseo sexual.**



**33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.**





**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**



**44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.**



**3.2.2. Mitos de la sexualidad y su relación con la edad.**

**Gráficos de los resultados significativos de 10 mujeres y 10 varones, entre 18 y 25 años, en las que está instalado el mito.**

**3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.**



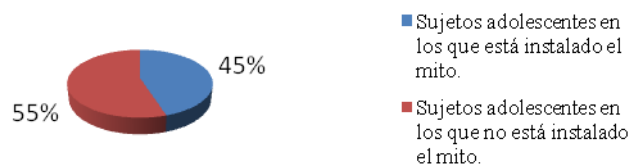
**8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.**



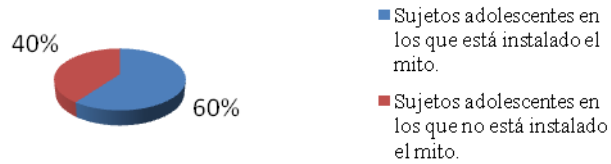
**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



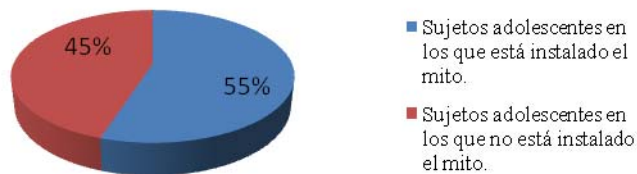
**14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.**



**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**



**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**

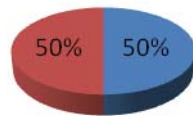


**46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.**



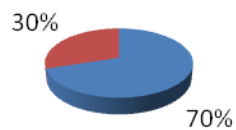
Gráficos de los resultados significativos de 10 mujeres y 10 varones, entre 26 y 64 años, en las que está instalado el mito.

**1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen**



- Sujetos adultos en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos en los que no está instalado el mito.

**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



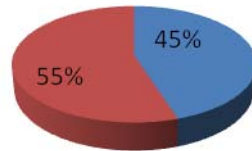
- Sujetos adultos en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos en los que no está instalado el mito.

**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**



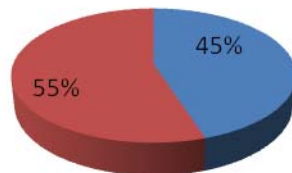
- Sujetos adultos en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos en los que no está instalado el mito.

**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



- Sujetos adultos en los que está instalado el mito sexual.
- Sujetos adultos en los que está no instalado el mito sexual.

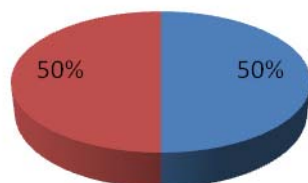
**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**



- Sujetos adultos en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos en los que no está instalado el mito.

**Gráficos de los resultados significativos de 10 mujeres y 10 varones, de 65 años en adelante, en las que está instalado el mito.**

**2. La sexualidad es natural e instintiva**



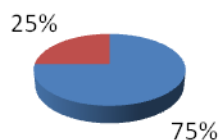
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.**



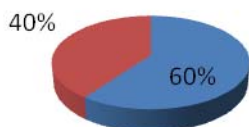
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



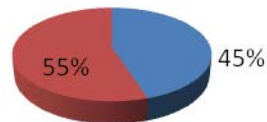
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.**



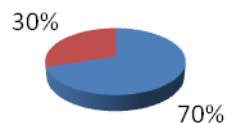
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito sexual.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito sexual.

**17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.**



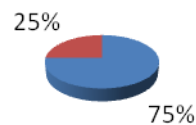
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**



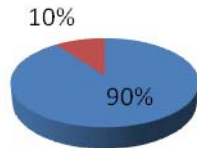
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales.**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

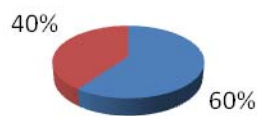
**34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.



**35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.**



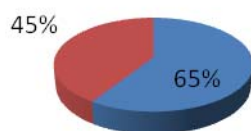
- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante**



- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.

**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**

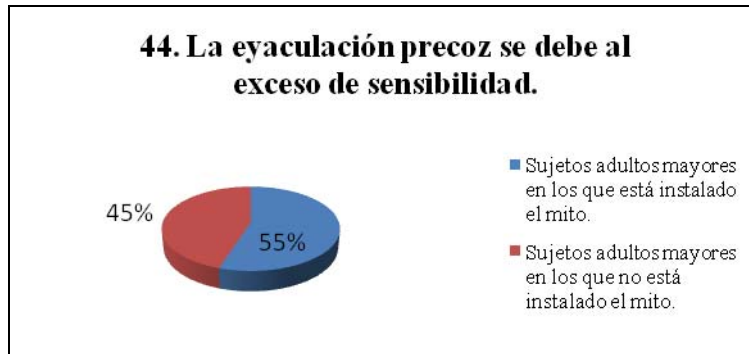


- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito sexual.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito sexual.

**41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.**

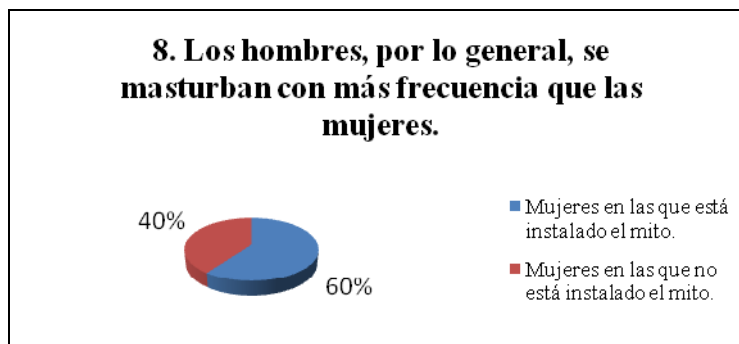


- Sujetos adultos mayores en los que está instalado el mito.
- Sujetos adultos mayores en los que no está instalado el mito.



### 3.2.3. Mitos de la sexualidad y su relación con el género y la edad.

Gráficos de los resultados significativos de 10 mujeres, entre 18 y 25 años, en las que está instalado el mito.



**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



Gráficos de los resultados significativos de 10 varones, entre 18 y 25 años, en las que está instalado el mito.

**3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.**



**8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.**



**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



**14. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre.**



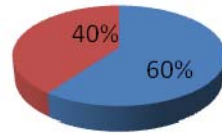
**19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.**



**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**

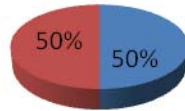


**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



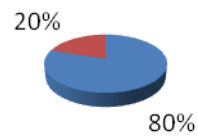
- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

**33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.**



- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

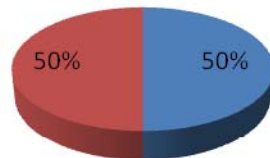
**46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.**



- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

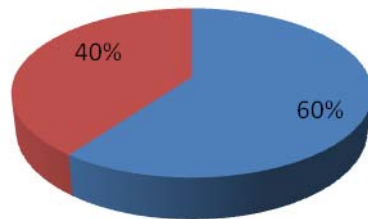
Gráficos de los resultados significativos de 10 mujeres, entre 26 y 64 años, en las que está instalado el mito.

**1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen**



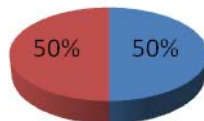
- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**2. La sexualidad es natural e instintiva**



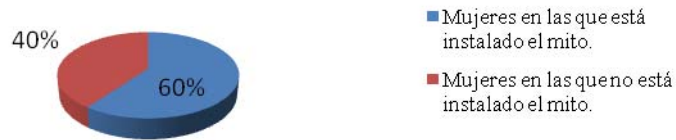
- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.**



- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**

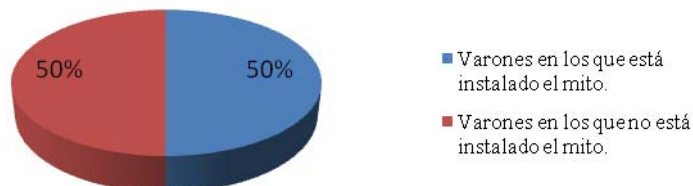


**46. Las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas.**



Gráficos de los resultados significativos de 10 varones, entre 26 y 64 años, en los que está instalado el mito.

**1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen**



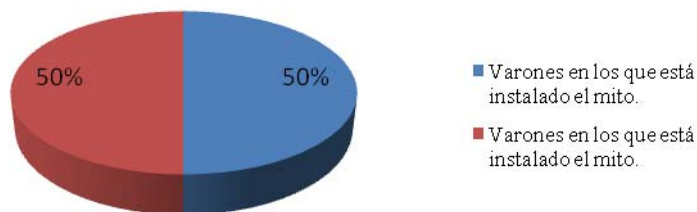
**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**

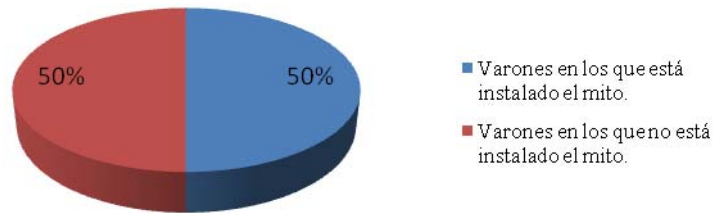


**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



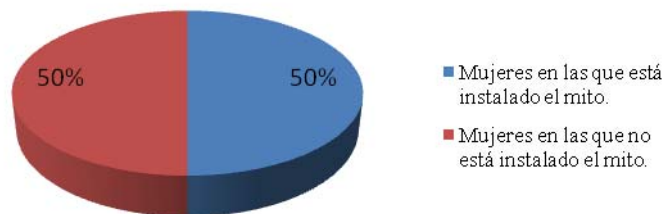


**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**



**Gráficos de los resultados significativos de 10 mujeres, de 65 años en adelante, en las que está instalado el mito.**

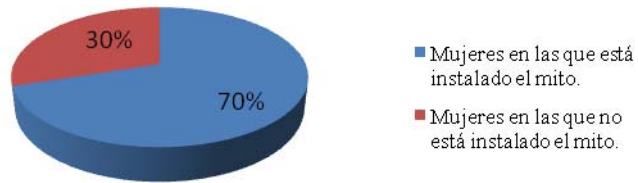
**2. La sexualidad es natural e instintiva**



**8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.**



**9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.**



**10. El no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud.**



**12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.**



**18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os**



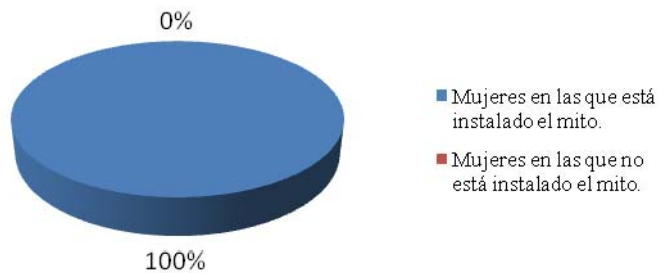
**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**



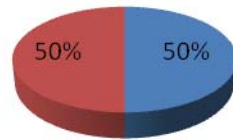
**25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales.**



**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**

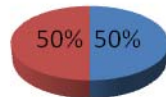


**33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.**



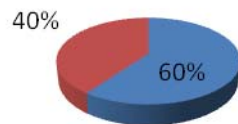
- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.**



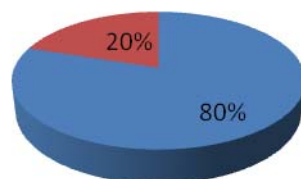
- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.**



- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**

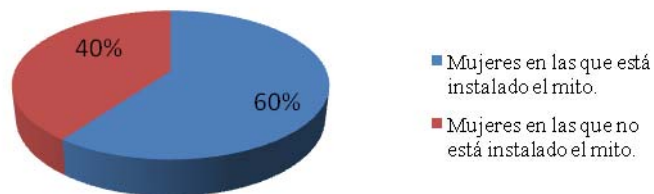


- Mujeres en las que está instalado el mito.
- Mujeres en las que no está instalado el mito.

**41. Si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo.**

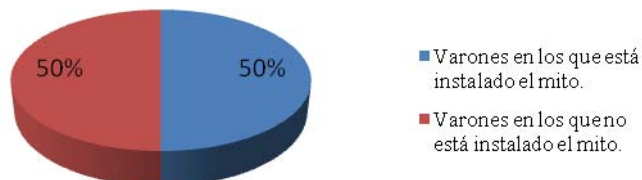


**44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.**

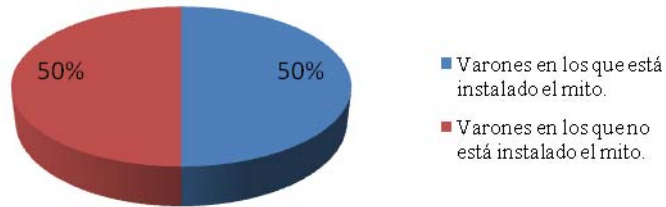


**Gráficos de los resultados significativos de 10 varones, de 65 años en adelante, en las que está instalado el mito.**

**1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen**



## 2. La sexualidad es natural e instintiva



## 3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.



## 8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres.



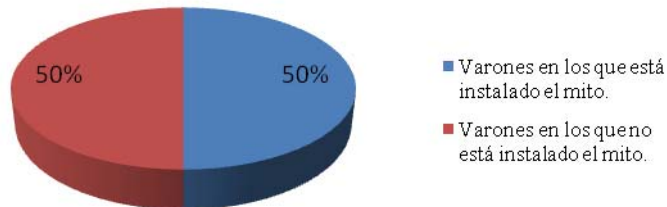
## 9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer.



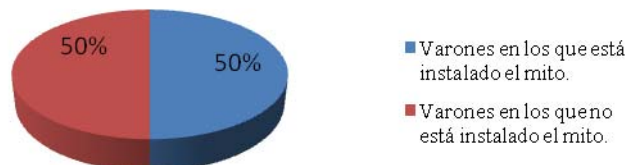
**12. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz.**



**13. La mujer es frígida por naturaleza.**



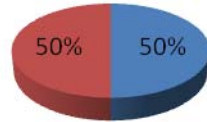
**17. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.**



**18. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os**



**19. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.**



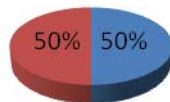
- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

**24. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado.**



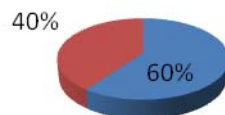
- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

**25. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales**



- Varones en los que está instalado el mito sexual.
- Varones en los que no está instalado el mito sexual.

**26. La maternidad disminuye el deseo sexual.**



- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.



**27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.**



**33. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal.**



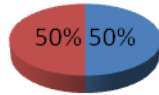
**34. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.**



**35. La pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual.**

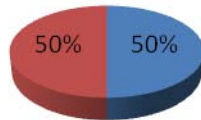


**36. Las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja.**



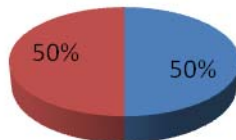
- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

**39. El hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante**



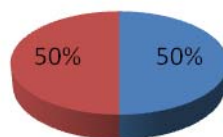
- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

**40. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales.**



- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

**44. La eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad.**



- Varones en los que está instalado el mito.
- Varones en los que no está instalado el mito.

### Resultados del análisis cualitativo

En esta parte de mi investigación ubicaremos, las respuestas de cada integrante encuestadas, en diferentes categorías delineadas según las respuestas de lo que piensan los participantes del siguiente análisis.

La pregunta que se le realizó al final del Cuestionario de Identificación de Mitos Sexuales fue:

“¿Usted cree que en la actualidad los mitos sexuales tienen influencia sobre nosotros?”

“¿Por qué?”

Sujetos divididos por edad y género.	A	B	C	D	E	F
Categorías						
<b>SI</b> (pero no responde el por qué)	2	1		2	1	1
<b>NO</b> (pero no responde el por qué)	1		3	2		2
Sin respuesta				1	2	2
Si, por falta de educación.	4	7	6	3	4	2
No, por exceso de información.		1		1	2	
No, por la libertad de pensamiento y del gusto sexual.	1		1	1		
Si, por la falta de experiencia.	2	1				
No, con la experiencia se corrigen.						
No, el sexo es natural, se nace sabiendo					1	3

A: Mujeres adolescentes de 18 a 25 años.

B: Varones adolescentes de 18 a 25 años.

C: Mujeres adultas de 26 a 64 años.

D: Varones adultos de 26 a 64 años.

E: Mujeres adultas mayores de 65 años en adelante.

F: Varones adultos mayores de 65 años en adelante.

Ejemplos:

Mujer (23 años)

“Sí, porque la gente se deja llevar por esos mitos debido a la falta de experiencia.”

Mujer (21 años)

“No, porque con la experiencia se desmienten.”

Mujer (19 años)

“Sí, porque somos seres sociales y como tales estamos influidos por la sociedad que permanentemente nos mal educa”

Varón (18 años)

“Sí, porque son cosas que se pasan de boca en boca, y las terminamos creyendo sin estar previamente informados”

Varón (23 años)

“Sí, porque la mala información, generada por ignorancia y falta de información, pueden generar embarazos indeseados, transmisiones de enfermedades sexuales, así como también complejos e inhibiciones”

Varón (20 años)

“No, porque la sociedad está cada vez más abierta a este tema y por lo tanto permanentemente nos da mucha información.”

Mujer (47 años)

“Sí, por ignorancia y desconocimiento sobre el tema, debido a la falta de educación de los padres y de los educadores en general.”

Mujer (28 años)

“Sí, porque si no se fomenta la igual distribución de información desde organismos públicos y no se incentiva lo mismo desde los establecimientos educativos, lo que en definitiva prima es la pobreza de la práctica sexual y fundamentalmente el mal uso o

desuso de métodos que previenen el contagio de enfermedades sexuales, influyendo viejos mitos sexuales.”

Mujer (30 años)

“No, depende en lo que cada uno crea, cada uno puede pensar y creer en lo que quiera, además cada uno es diferente a nivel sexual.”

Varón (55 años)

“Sí, por desinformación, por lo general uno se entera más rápido de boca en boca, y hay poca lectura por lo general de educación sexual y porque no tenemos educación sexual en la escuela”.

Varón (34 años)

“No, porque cada uno vive el sexo a su manera, sin importar lo que digan los mitos, ya que todos tenemos gustos y pensamientos diferentes.”

Varón (42 años)

“No, debido a tanta información que consumimos.”

Mujer (89 años)

“Sí, es verdad que ahora se sabe más que antes, pero falta educación todavía y los padres tienen que enseñar a sus hijos.”

Mujer (70 años)

“Sí, por la falta de educación, en mi juventud, el sexo, el embarazo, las menstruaciones también eran tabú y no había educación con nuestros padres, llegábamos al matrimonio ignorando todo lo referente a la pareja, las relaciones sexuales y sus consecuencias. Y eso se puede ver hoy también en mucho jóvenes por la falta de la educación.”

Mujer (74 años)

“No, porque uno sabe lo que tiene que hacer, te sale naturalmente.”

Varón (66 años)

“Sí, porque falta educación sobre el tema.”

Varón (75 años)

“No, porque es natural y la mujer y el varón van creciendo en su sexualidad naturalmente.”

Varón (68 años)

“No, porque es natural y cada uno tiene su sexualidad, uno sabe cómo es sexualmente sin necesitar de nada, uno tiene que ser como siente, y como es su interior.”

## **CAPÍTULO IV**

### **CONCLUSIONES**

#### 4. Conclusiones

En general ha sido nuestro propósito dilucidar qué mitos son los que están insertos en la actualidad, en este caso en las 60 personas que se sometieron a nuestra investigación a través del “Cuestionario de Identificación de Mitos” sexuales Castro. M. E. (2004). Y qué relación tiene con el género y la edad de estas personas.

Los mitos sexuales han estado a lo largo de toda la historia, en una construcción de los mismos atravesando todas las culturas y creencias e influenciando a toda la población. Esto es debido a la necesidad de darle explicación a diferentes sucesos que fueron acaeciendo en la sociedad, como consecuencia del control social, siendo lo más significativo el control del hombre hacia la mujer.

A lo largo del recorrido por el presente trabajo, hemos podido observar que si bien la sexualidad hoy ha dejado de ser una temática totalmente tabú y se puede contar con una amplia difusión o información al respecto, vivimos una suerte de destape donde lo privado e íntimo se hace público; lo paradójico es que pese a los grandes cambios en esta etapa de “liberación o eclosión sexual”, muchos mitos sexuales (viejos y nuevos) coexisten y forman aún parte del pensamiento masivo.

Con respecto a los resultados del Cuestionario de Identificación de Mitos vimos que con respecto al género, las mujeres y varones de 18 años en adelante tienen instalados los siguientes mitos: en primer lugar que **“los hombres se masturban con más frecuencia que las mujeres”** como consecuencia de la represión sexual hacia la mujer, el desprecio de la vagina a lo largo de toda la historia y el encasillamiento de que la mujer no nació para sentir placer por sí misma; **“el no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud”** esto es debido a la falta a que diferentes instituciones que nos atraviesan han desvalorizado a la sexualidad como una necesidad vital física y psicológica rotulada como practica tabú destinada sólo para la reproducción, como por ejemplo la creencia judeo- cristiana; **“sólo puede considerarse como una relación sexual y completa la penetración vaginal”** este pensamiento también proviene de las creencias judeo- cristianas; **“el hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales”** al haber sido criados en una sociedad machista se piensa que el hombre siempre debe poder y querer, y obligando al



mismo a sentir y hacer actos que no siempre son deseados por él, impidiendo al varón la facultad de **elegir**; **“la eyaculación precoz se debe al exceso de sensibilidad”** debido a pensar que la sexualidad es algo natural, las personas se privan a creer que es un proceso de aprendizaje, y el retraso eyaculatorio debe aprenderse y librarse de la ansiedad que provoca el miedo a eyacular precozmente.

Las diferencias de acuerdo al género en el pensamiento con respecto a la sexualidad se reflejan en las siguientes afirmaciones equivocadas instaladas en las mujeres: **“si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado”** esto puede pensarse debido a que la mujer, por falta de conocimiento de su sexualidad, no disfruta de todas las etapas que la constituyen, al igual que el varón con respecto a la de ella, como consecuencia de la poca importancia que se le ha dado a lo largo de toda la historia a la comprensión de la sexualidad de la misma. Y la otra es **“con su primera menstruación la niña se hace mujer”** cuando una niña tiene su menarca desconoce al mundo y a su cuerpo mismo. Pero esto se contradice con las verbalizaciones que escucha “se hizo mujer” dicho por las personas de su alrededor, creando un esquema de encasillamiento de que su obligación es tener hijos debido a la menstruación. La realidad muestra que sigue siendo una niña y que hay una totalidad de otros acontecimientos y vivencias que permiten la madurez y el paso a ser mujer. Y la menstruación pasa a ser la posibilidad o no de tener hijos según la elección de la mujer.

Y las distinciones en los mitos instalados de los varones con respecto a las mujeres son: **“se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia del himen”**, se puede inferir que la causa principal viene de nuestros antepasados de la época patriarcal que las niñas eran vendidas para casarse y siendo el himen la prueba de que los hijos del esposo eran de él. Otro de los mitos instalados es que **“el tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os”** este pensamiento proviene de la época neolítica donde las hembras interpretaban que a mayor tamaño del pene mayor fertilidad. La siguiente afirmación es **“el fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción, ya que son la misma cosa”** esto es una creencia que proviene de la religión judeo- cristiana donde se asoció exclusivamente a la sexualidad con la reproducción, olvidándose de que es una forma de relacionarse del hombre en busca de la felicidad y como expresión de deseo. Lo

llamativo es que este pensamiento está más instalado en los varones entrevistados, como respuesta de la falta de necesidad de aprender de la sexualidad más allá de lo impuesto por las instituciones, y como consecuencia descubrir los fascinantes fines de la sexualidad. Y por último, **“la maternidad disminuye el deseo sexual”** este mito puede tener su origen en que se piensa que la maternidad es lo mejor que le puede pasar a una mujer, o que en el embarazo lo que único que le importa a ella es el cuidado del nonato y los vínculos de ternura. Lo primero que habría que realizar para esto es dejar de relacionar lo femenino con el cuidado, la ternura, lo asexual, etc., para entender que las mujeres al igual que los varones tienen necesidades sexuales en las diferentes etapas de su vida.

Con respecto a las diferentes etapas del ciclo vital, en este caso la adolescencia, la adultez y la adultez mayor se pudieron observar tres mitos en los que coinciden estos tres grupos de entrevistados: la creencia falsa que veíamos anteriormente se repite como pensamiento en común en que **“el no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud”** en este caso nuevamente se repite el patrón de conducta de que más allá de la edad se sigue desvalorizando a la sexualidad como una necesidad para la salud y bienestar del hombre. Al igual que la idea errónea de que **“si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado”** restándole importancia a la sexualidad en todos sus etapas, y poniéndole sólo el énfasis en el orgasmo. Y por último, el afirmar que **“con su primera menstruación la niña se hace mujer”**.

En referencia a las distinciones según los mitos instalados según la edad, se pudo observar que los adolescentes tienen instalados a diferencia de las demás etapas las siguientes afirmaciones falsas: la primera es que **“debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre”** la cual puede tener su origen en que la falta de educación sexual y principalmente la falta de experiencia. Y la segunda es que **“las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas”**, **“los hombres, por lo general, se masturban más que las mujeres”** y **“si en una relación el hombre no alcanza la erección, no se puede continuar con el acto sexual”** esto se debe a la falta de aprendizaje con respecto al funcionamiento de su propio cuerpo y del otro y también por la falta de experiencia.

En relación a la adultez los mitos instalados en la mayoría de ellos fueron: **“se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia del himen”** debido a que seguramente fueron criados con la mentalidad ortodoxa, donde se sabía aún menos de la mujer que en la actualidad con respecto a su anatomía y funcionamiento, como explicábamos anteriormente. Y también la idea de que **“el hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales”** en repuesta a la era anterior, aún más machista que la actual, donde el hombre todo lo podía, en cualquier momento sin importar la mujer, en representación del “macho que todo lo puede”.

Y con respecto a la adultez mayor, este grupo de personas fueron los que más creencias falsas tienen instalados, quince en total, estos son algunos: **“si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual”**, **“el deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer”**, **“sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo”**, **“el tamaño del pene está relacionado con la fertilidad y con la capacidad de tener hijas/os”**, **“cuando la mujer está menstruando no es conveniente mantener relaciones sexuales”**, **“se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo”**, **“la pornografía y la obscenidad conducen a los excesos sexuales y la exteriorización sexual”**, **“el hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales”**. Es evidente que los mitos en la actualidad han disminuido, no del todo, pero ha habido un avance, lo podemos ver en este grupo de personas de más de sesenta y cinco años los cuales no tuvieron la posibilidad de aprender y de acceder al conocimiento acerca de la sexualidad en general, y que han sido influenciados por educación represora, y podemos decir machista también. Donde la mayoría de los mitos sexuales, están relacionados con la desvalorización y la ignorancia hacia el deseo, el placer, el funcionamiento y anatomía de la mujer. Las cuales remiten a la actividad varonil y la pasividad femenina. Otra conclusión importante que podemos dilucidar es que toda actividad destinada a conocer la sexualidad de las personas ha sido reprimida en estos encuestados, y que no está relacionada al aprendizaje de la misma, sino que se piensa que es natural e instintiva, trayendo como consecuencia la falta de placer en los mismos.

Los últimos resultados que analizamos son de los mitos sexuales con respecto a la edad y el género, pero a diferencia de las anteriores conclusiones, las siguientes tuvieron en cuenta la edad y su género en conjunto.

En referencia a las mujeres y varones adolescentes, encuestados, se vieron que en proporción los varones tienen instalados más mitos que las mujeres. Ellas tienen los siguientes mitos instalados: **“los varones se masturban con más frecuencia que las mujeres”**; **“si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado”** y **“con su primera menstruación la niña se hace mujer”**. Y los varones además de estos sostienen estas creencias falsas: **“si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual”**; **“el no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud”**; **“debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre”**; **“las mujeres cuando están menstruando están enfermas”**; **“sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o la penetración vaginal”** y **“las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas”**. Como observamos los varones tienen, además de los que tienen las mujeres, seis mitos más instalados. Lo que nos lleva a concluir en este caso, que debido a estructurarnos en una sociedad machista donde el hombre tiene que saber todo, éste de alguna manera se priva de conocer y aprender sobre su sexualidad y también el de la mujer.

En cuanto a los adultos se observó que tienen, en comparación, menos mitos instalados. Pasamos a detallar en los que tienen en común los dos géneros: **“se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen”** y **“el no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud”**. En el caso de las mujeres tienen las siguientes creencias falsas: **“la sexualidad es natural e instintiva”**; **“los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres”** y **“las mujeres no están mejor preparadas que los varones para mantener varias relaciones sexuales seguidas”**. Estos pensamientos erróneos, son causa de que las mujeres no se conocen a sí mismas y fueron reprimidas por las distintas instituciones por las que fueron formadas como tal. Siendo esto consecuencia de creer que la sexualidad no se prende sino que se nace sabiendo, y

cuando surgen dudas, está prohibido preguntar, impidiendo que aprendan sobre sí mismas y también sobre el compañero. Y en los varones se observaron estos mitos: **“si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado”**; **“con su primera menstruación la niña se hace mujer”** y **“el hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales”**.

Y por último, con el análisis de las encuestas hacia los adultos mayores, como observamos anteriormente, son muchos los mitos instalados en estas personas debido a que en la época que fueron formados la represión era mayor que en la actualidad. Lo que sí pudimos observar es que los varones tienen más creencias falsas que las mujeres.

Más allá de los pensamientos errados que tienen en común, existen diferencias. Con respecto a las mujeres las ideas falsas instaladas son: **“el no mantener relaciones sexuales por mucho tiempo no es perjudicial para la salud”** y **“si un hombre se siente excitado por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo”**. Es claro que en estos mitos, la influencia de la falta de educación, es inminente, ya que antes era muy común que a las mujeres se les decía que tenían que cumplir con el “deber” para que sus maridos no se queden con las “ganancias” y lo perjudique en su salud.

Y en el caso de los varones adultos se observaron las siguientes creencias falsas: **“se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen”**; **“si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual”**; **“la mujer es frígida por naturaleza”**; **“sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo”**; **“las mujeres cuando están menstruando están enfermas”**; **“la maternidad disminuye el deseo sexual”**; **“las relaciones sexuales tienen que terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja”**; **“el hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas es un buen amante”**. Nuevamente se puede distinguir la falta de educación de los varones adultos mayores, donde la mayoría de los pensamientos que tienen demuestran falta de valorización hacia la mujer, evidente educación machista de hace más de cincuenta años, y que hoy en día se puede comprobar mediante el análisis de sus conductas y pensamientos.

Con respecto a esto nos gustaría agregar que esta falta de aprendizaje y conducta represora hacia el tema sexo como tabú, la vivimos, cuando encuestamos a los adultos

mayores, varios amenazaron con llevar esta investigación a los medios masivos, ya que opinaban que era una tarea perversa y de muy mal gusto.

Los encuestados, de acuerdo a la pregunta que se les hicieron sobre si los mitos hoy en día nos influncian la mayoría contestaron que sí, y debido a la falta de educación y de creer que es natural e instintiva. Nuevamente se pueden observar la creencia de la mayoría de los adultos mayores de que la sexualidad no se aprende si no que se nace sabiendo. Sólo unos pocos de los sesenta entrevistados respondieron que no, y los fundamentos en general fueron, que porque hay exceso de información en los medios o directamente no dijeron el por qué.

Por todo lo expuesto podemos decir que deberíamos empezar a incluir la educación sexual en todos los centros educativos y no seguir dejando la responsabilidad de desinformar en los medios de comunicación, los amigos o la Iglesia. Es incierto que la educación sexual en los colegios conduzca a la promiscuidad. Existen estudios realizados en los últimos años que demuestran que la educación sexual no incita en absoluto a una mayor frecuencia en búsqueda de pareja de forma promiscua, por el contrario, una educación sexual correctamente transmitida ayuda a reducir estas actitudes, además de ayudar a los jóvenes a desarrollar actitudes positivas y saludables hacia la sexualidad.

Ser saludable sexualmente consiste en tener el conocimiento y las habilidades necesarias para tomar decisiones responsables sobre su conducta sexual. Comprender el desarrollo sexual y los sentimientos que nacen con él. Tener la habilidad y la autoestima suficientes para planear su recorrido por la vida y estar lo suficientemente motivados para pensar en las consecuencias futuras de las decisiones que tomen hoy.

Y es necesario educar para que el niño y adolescente se sienta libre y no dependiente. En un clima de respeto y confianza no solo se podrá hablar de la sexualidad con naturalidad, sino también se la podrá vivir saludablemente. Si queremos que los niños de hoy no abusen mañana de la libertad debemos ser educados en libertad para la libertad. Nadie puede ser educador si primero no se educa a sí mismo.

La familia es la primera educadora sexual del niño y sólo puede entenderse como una educación del carácter, y tiende al desarrollo del conocimiento de los aspectos físicos, psicológicos, y sociales de las relaciones sexuales humanas, saliendo, de este modo, del reduccionismo de la procreación y del acto sexual. Así es como la sexualidad

se recrea como una parte importante en el conjunto de experiencias y vivencias en el desarrollo de la vida. La educación sexual da al individuo la oportunidad de poder integrar su sexualidad dentro de un proceso armónico de maduración que le permitirá realizarse y vincularse con los otros. Reflexionar sobre nuestros deseos y sentimientos y aceptar al otro en sus legítimas diferencias, y respetarlo en su ser y en sus deseos.

La educación sexual para niños y jóvenes no es una capacitación más, es un volver sobre sí y descubrir aspectos de su identidad, no siendo importante cómo ser varón o mujer, sin estereotipos, sino lo importante es ser, ser saludable en la sexualidad.

# **BIBLIOGRAFÍA**



**Bibliografía:**

- Barrientos Delgado J. (2006) ¿Nueva normatividad del comportamiento sexual juvenil en Chile? *Última década*, vol. 14 ,nº 24, pp. 81-97  
Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-22362006000100005&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-22362006000100005&script=sci_arttext&tlng=es)
- Brandani M. A. (2003). *Educación sexual y adolescencia*. Tesis para optar al título de Licenciatura en Obstetricia, Facultad de Medicina, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.
- Cafaro M. E. (2002). *Pareja Contemporánea Mitos en torno a la sexualidad y al matrimonio y modalidad vincular de la misma*. Tesis para optar al título de Licenciatura en Psicología, Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.
- Castro M.E., Sueiro E., López A. & Cortegoso M. (2004). Conocimientos y actitudes hacia la sexualidad de agresores sexuales antes y después de un programa educativo. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, nº 69/70, pp. 78-94.  
Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en: <http://www.editorialmedica.com/Cuader-69-70-04-Trabajo6.pdf>
- Cortes Alfaro A, Pino Chivas A, Sánchez Rodríguez M, Alfonso Valiente A, Fuente Abreu J. (1999). Comportamiento Sexual, Embarazo Aborto y Regulación Menstrual en Adolescentes de Tecnológicos de Ciudad Habana. *Rev. Cubana obstetricia Ginecología*; 25(1). Obtenido el 10 de agosto, 2009, en:  
<http://www.revistaciencias.com/publicaciones/EEIEAkIEZVHlqnzpJA.php>

-Gergen, K. (2008). El movimiento del construccionismo social en la psicología moderna.

Obtenido el 23 de octubre, 2009, en:

[http://74.125.155.132/scholar?q=cache:g6j28Rwv4agJ:scholar.google.com/+CONSTRUCCIONISMO+SOCIAL&hl=es&lr=lang\\_es](http://74.125.155.132/scholar?q=cache:g6j28Rwv4agJ:scholar.google.com/+CONSTRUCCIONISMO+SOCIAL&hl=es&lr=lang_es)

-Gindin, L. R. (2003). *La nueva sexualidad de la mujer: a la conquista del placer*. Buenos Aires: Norma

-Gindin, L. R. (2005). *La nueva sexualidad del varón: del macho inseminador al hombre receptivo: una nueva edición de lo masculino* (2ª ed.). Buenos Aires: Norma

-González Domínguez A. R., Núñez Rodríguez L. M., Hernández Pupo O. & Betancourt Navarro M. (2005) Sexualidad en el adulto mayor. Mitos y realidades. *Archivo médico de Camagüey*, vol. 9, nº 4. Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en: <http://66.102.1.104/scholar?hl=es&lr=&q=cache:xqi-w2FhIuwJ:www.amc.sld.cu/amc/2005/v9n4/1062.htm+la+sexualidad+en+los+adultos+mayores+de+la+provincia+de+Camag%C3%BCey>

-I. G. Labrador y otros (2002). Mitos y tabúes en la sexualidad humana.

[versión electrónica]. *Revista Cubana Medica General Integral*, vol.18, nº 3

Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252002000300012&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252002000300012&script=sci_arttext&tlng=es)

-Info – Pene.com (2001/2008). Glosario.

Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en: <http://www.info-pene.com/glosario-sexo-sexualidad-sexologia/>

-Kusnetzoff, J. C. (2000-2009). Mitos de la sexualidad.

Obtenido el 5 de julio, 2009, en:

[www.e-sexologia.com](http://www.e-sexologia.com)

-Kusnetzoff, J. C. (2004). *La mujer sexualmente feliz: del mito a la verdad científica* (2ª ed.). Buenos Aires: Granica.

-Lerer M. L. (2004). *Sexualidad femenina: mitos y realidades*. Buenos Aires: Paidós

-López Villaverde, P. (2004). Influencia de los mitos y falacias en las prácticas sexuales de la población adolescente madrileña. [versión electrónica]. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual* 2, pp. 87-93. Madrid. España.

Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en:

<http://www.aseteccs.com/revista/pdf/v02/mitossexuales.pdf>

- Minici, A, Rivadeneira, C y Dahab, J. (2009). *Terapia Cognitivo Conductual*.

Obtenido el 5 de octubre, 2009, en:

<http://www.cognitivoconductual.org>

-Morris, D. (1986). *“El mono desnudo: un estudio del animal humano”*. (3ª ed.). Buenos Aires: Orbis Hispamérica.

-Ortega V., Ojeda, P., Sutil, F. & Sierra J. C. (2005) Culpabilidad Sexual en adolescentes: estudio de algunos factores relacionados [versión electrónica]. *Anales de Psicología*, diciembre, vol. 21, nº 002, pp. 268- 275. Murcia. España.

Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/167/16721208.pdf>

-Pugni S. (2006). *Mitos y estereotipos sexuales*. Máster en Sexología Clínica y de la Salud.

Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en:

<http://www.aidepsicologia.com/documentos/mitos.pdf>

-Román de Giro, A. (2005). *Sexualidad*. Manuscrito no publicado, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.

-Sánchez Lázaro A. M. & García Martínez, A. (2001) *Educación sexual y adolescencia: mitos y perspectivas [Abstract]*. *Anales de Psicología*, nº 19, pp. 87-104  
Obtenido el 10 de septiembre, 2008, en  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=297133>

-Villamil Cajoto, I., Villacián Vicedo M. J, Canedo Romero, C, Villacián Vicedo,G, Rodríguez Framil, M. (2005) *Medicina del adolescente [versión electrónica]*. *Anales de Psicología*, noviembre, vol. 22, nº 11. Madrid. España.

Obtenido el 15 de julio, 2009, en:

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-71992005001100005&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-71992005001100005&script=sci_arttext)

# **ANEXO**

**Cuestionario de Identificación de Mitos.**

Lista de Mitos	M	V
<p>1. Se puede saber si una mujer es virgen por la presencia o ausencia de himen.</p> <p>2. La sexualidad es natural e instintiva.</p> <p>3. Si en una relación el hombre no alcanza la erección no se puede continuar con la relación sexual.</p> <p>4. El tamaño del pene influye decisivamente en la satisfacción sexual de la mujer, de forma que, a mayor tamaño del pene, mayor satisfacción obtiene la mujer</p> <p>5. En su primera relación sexual una mujer no puede quedarse embarazada</p> <p>6. El sexo oral y la penetración anal es una práctica sexual de pervertidos y homosexuales</p> <p>7. La mayoría de las mujeres sólo pueden llegar al orgasmo mediante la penetración</p> <p>8. Los hombres, por lo general, se masturban con más frecuencia que las mujeres</p> <p>9. El deseo sexual del hombre es mayor que el de la mujer</p> <p>10. El no mantener relaciones sexuales durante mucho tiempo no es perjudicial para la salud</p> <p>11. La virginidad es un tesoro de la mujer.</p> <p>12. Las enfermedades de transmisión sexual sólo se transmiten por contacto con prostitutas</p> <p>13. La masturbación masculina puede provocar un problema de eyaculación precoz</p> <p>14. La mujer es frígida por naturaleza.</p>		

<p>15. Debido a mantener gran cantidad de relaciones sexuales, la vagina puede llegar a hacerse excesivamente grande como para proporcionar placer a un hombre</p> <p>16. El hombre debería llevar “el mando” en las relaciones sexuales</p> <p>17. La masturbación no es una conducta positiva, placentera y saludable</p> <p>18. El que un/a adolescente mantenga una relación homosexual no implica que, de adulto, sea homosexual</p> <p>19. Sexualmente la mujer es pasiva y el varón activo.</p> <p>20. El tamaño del pene está relacionado con la fertilidad o capacidad de tener hijos</p> <p>21. Los homosexuales son “gente enferma”, que tiene algún tipo de trastorno psicológico.</p> <p>22. La mujer que tiene orgasmos vaginales es más madura sexualmente que aquella que consigue orgasmos mediante la estimulación del clítoris.</p> <p>23. Las mujeres cuando están menstruando están enfermas.</p> <p>24. El fin único y prioritario de la sexualidad es la reproducción ya que son la misma cosa</p> <p>25. Si en una pareja, una persona alcanza el orgasmo y la otra no, siempre va a estar más satisfecha la persona que lo ha alcanzado</p> <p>26. Cuando la mujer está menstruando (con la regla) no es conveniente mantener relaciones sexuales</p> <p>27. Con su primera menstruación la niña se hace mujer.</p> <p>28. El tamaño de los pechos influye en la cantidad de placer que puede alcanzar una mujer</p> <p>29. Las eyaculaciones nocturnas son un claro síntoma de debilidad sexual</p> <p>30. Si ambos miembros de la pareja no obtienen un orgasmo simultáneo, la relación no llega a ser satisfactoria</p> <p>31. Cuando una mujer dice que no quiere hacer el amor, en realidad está</p>		
--	--	--

<p>diciendo que sí</p> <p>32. La maternidad disminuye el deseo sexual.</p> <p>33. Necesariamente, en una pareja, el sexo, con el tiempo se torna aburrido.</p> <p>34. Tener fantasías sexuales no es normal</p> <p>35. Sólo puede considerarse como una relación sexual completa el coito o penetración vaginal</p> <p>36. Se cree que el coito interrumpido (sacar el pene de la vagina antes de eyacular) es un método anticonceptivo eficaz e inocuo.</p> <p>37. La sífilis es una parte del cuerpo del hombre</p> <p>38. Las relaciones sexuales tienen por qué terminar con el orgasmo de ambos miembros de la pareja</p> <p>39. El máximo placer que puede alcanzarse en una relación sexual es lograr un orgasmo simultáneo</p> <p>40. Los adultos mayores no mantienen relaciones sexuales.</p> <p>41. Conocer nuestro cuerpo no es importante para la sexualidad.</p> <p>42. Un hombre que puede mantener varias relaciones sexuales seguidas no tiene por qué ser un buen amante</p> <p>43. El hombre siempre está dispuesto y desea llevar a cabo relaciones sexuales</p> <p>44. Si un hombre se siente excitado sexualmente por una mujer y, por ello, tiene una erección, es perjudicial que no logre un orgasmo</p> <p>45. Las mujeres están mejor preparadas físicamente para mantener varias relaciones sexuales seguidas</p> <p>46. Cualquier mujer que lleva la iniciativa en las relaciones sexuales o en el sexo es una inmoral</p>		
---	--	--