



¿Qué es bueno y qué es malo en materia sexual?

En la vida sexual, uno de los aspectos más importantes es tener claro cuáles conductas son saludables y cuáles pueden resultar peligrosas. A diario los pacientes consultan un sinnúmero de interrogantes en torno a si ésta o aquella práctica sexual es buena, con frecuencia se cuestionan si tener relaciones con la regla, o si el sexo anal o el sexo oral pueden dañar la vida sexual de las parejas.

Curiosamente, es hasta hace muy poco tiempo que tenemos claro el panorama de la salud sexual y es importante recordar brevemente el devenir histórico de este concepto. Hasta el siglo XIX, privaron en el mundo criterios morales o religiosos para designar lo que era sano en el área de la sexualidad.

En esas épocas, los diferentes grupos confeccionaban listas sobre las prácticas sanas y las perversas. Desgraciadamente, ese listado hablaba más del gusto de quienes lo confeccionaban, que de un criterio científico objetivo.

Así se llegó a extremos inauditos, se negó la posibilidad de obtener placer a través del sexo, prohibir la relaciones sexuales aun dentro del vínculo marital -salvo por razones reproductivas-, a valorar como negativo el deleite sexual femenino, por citar solo algunos ejemplos.

Uno de los primeros en señalar, de manera científica, las grandes variantes normales de la sexualidad fue Alfred Kinsey, quien en lugar de teorizar y abstraer, se dio a la tarea de preguntar a las personas comunes y corrientes cuáles eran sus prácticas sexuales, sus conductas, sus visiones y sus pareceres.

Ese estudio pionero reveló que muchas personas mantenían prácticas sexuales que

mundossexual



Dr. Mauro Fernández • Sexólogo
azulmauro@yahoo.com

siempre se habían considerado raras, obscenas y exclusivas de personas con severos problemas psicológicos. Esto inició un verdadero interés por definir realmente cuáles prácticas son normales y cuáles debemos calificar como anómalas o dañinas.

Quizás el criterio más generalizado entre los sexólogos contemporáneos es considerar sana cualquier práctica sexual que se realiza con total consentimiento, sin producir daño, sin aprovecharse de la ignorancia o desconocimiento y que resulte grata, agradable y placentera.

Es decir, hoy entendemos la sexualidad como un gusto, como una actividad lúdica en la que, aunque suene un poco atrevido, todo se vale, en el tanto no dañe, no se obligue y sea agradable.

Por eso, la recomendación para todos los que quieran convertirse en verdaderos amantes, es ante todo dejarse guiar por las señales que emanan del cuerpo, que le den al cuerpo lo que pide y que se zambullan de lleno en la experiencia del placer sexual sin atender a las falsas reglas que han atormentado la vida sexual de la humanidad.

Las personas tienen gustos sexuales muy variados, lo que para unos es indiferente o hasta repulsivo, puede ser extremadamente grato para otros. Por eso debemos conocer las diferentes alternativas que ofrece la sexualidad, experimentarlas y escoger las que resultan agradables para compartir en nuestra vida sexual y, desde luego, entender la negativa de la pareja a realizar aquellas que le resulten poco estimulantes.

Así, hoy se considera que en el mundo sexual, la pareja, es ante todo la medida de todas las cosas.