

EL AFECTIO, EROTISMO Y ESPIRITUALIDAD SON BÁSICOS PARA LOGRAR LA PLENITUD SEXUAL

• "El 85% de los partos de niñas entre 12 y 14 años son con hombres que les llevan seis o más de diez años; es decir, es un abuso sexual", explica la especialista Margarita Murillo

SANDRA GONZÁLEZ
VARGAS

sgonzalez@prensalibre.co.cr

Foto: Photos.com

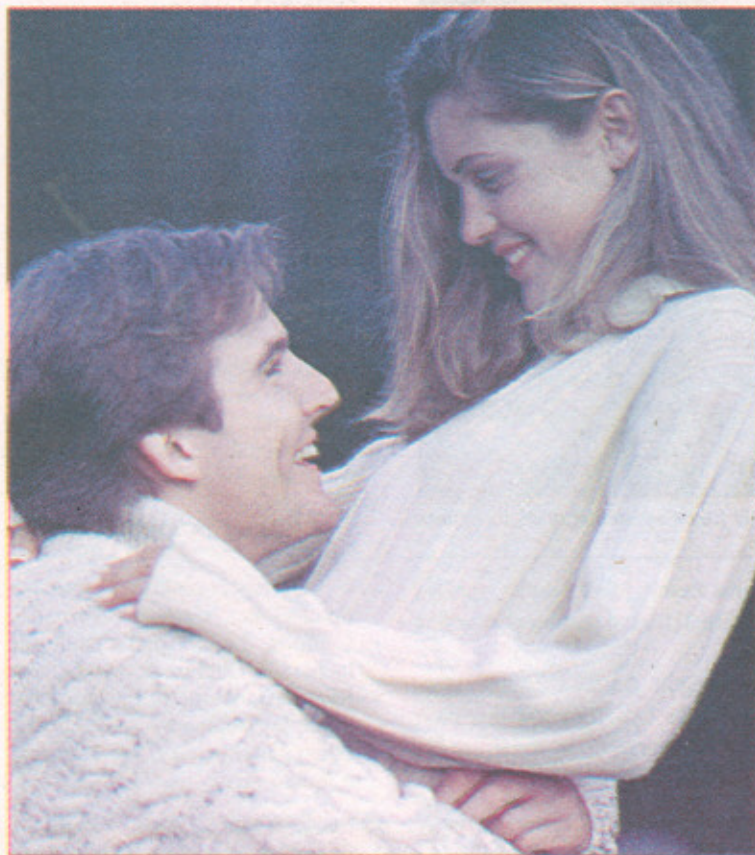
La vida sexual es un componente básico en la vida de todo ser vivo. Gracias a esta práctica se garantiza la continuidad de la especie; pero, también es indispensable para alcanzar una vida placentera, plena y completa.

En sexualidad se habla de tres componentes: afectivo, erótico y espiritual. "La práctica sexual coital y/o genital, será siempre saludable si la persona ha logrado una madurez erótica, afectiva y espiritual. Esto toma tiempo, sin embargo se puede lograr. Es lo más recomendable", indicó Margarita Murillo Gamboa, psicóloga con estudios e investigación en salud y educación sexual y Directora Ejecutiva y fundadora de la Fundación para la promoción de la salud y el bienestar sexual, laboral y recreativo (FUDHI).

Detalla que la sexualidad está llena de estigmas y mitos que culturalmente han confundido a la sociedad y por eso es importante reconocerlos y abordarlos.

Por ejemplo, es un error limitar la sexualidad a la genitalidad, acto coital y/o reproducción, ya que es lo que menos interesa de la sexualidad. "De ahí no se va a derivar el placer como fuente de salud", dijo.

Al referirse a los factores culturales que afectan la salud sexual, hace referencia al estudio sobre la representación social del virus del papiloma y descubre tres



El impulso sexual es un estabilizador de las emociones y su misión es generar vínculos para el ser humano.

factores que afectan de muchas maneras la salud.

FACTORES

Murillo señala los factores de género; es decir, la forma en que los hombres y las mujeres son educados hacia el placer y hacia la forma en que van a vivir y disfrutar la sexualidad. "Simplemente no es lo mismo, nos educan para

que no logremos entender y utilizar adecuadamente este impulso que tiene mucha energía para el ser humano".

"El otro factor cultural, son los estigmas. Muy a menudo se dice: 'es que los hombres son así...' haciendo referencia a que siempre quieren sexo, o solo piensan en eso, esto es un estigma que hace invisible el tercer factor cultural: la vulnerabilidad.

"Si nosotros pensamos que todos los hombres solo piensan en sexo, estaríamos limitando el placer y no nos damos cuenta que ellos piensan así, porque la cultura, de manera inconsciente y colectiva, les ha dicho que para 'hacerse hombres' deben tener relaciones coitales; es decir, deben penetrar a una mujer, dominarla y controlarla, entre otros".

Todos estos mandatos ponen tanto al hombre como a la mujer en un estado de vulnerabilidad, porque se busca realizar el acto coital, esperando muchas cosas, que desde esta posición no se van a lograr.

Otro error es considerar que la vida sexual está limitada únicamente a las relaciones coitales/genitales. "La sexualidad no es solo eso. Los orgasmos se obtienen profundamente en cada uno de los componentes y aunque una persona nunca haya tenido relaciones coitales, no le va a pasar nada, absolutamente nada malo en su salud. La salud sexual está compuesta de los tres componentes" recalca.

UNA VIDA SEXUAL SANA

La mejor manera de llevar una vida sexual es viviendo a plenitud cada uno de los componentes, no uno más que otro; o sea, entendiendo la afectividad en la sexualidad, la parte erótica y la parte espiritual.

Enfatiza en la importancia de la educación sexual. "Por supuesto que tenemos que educar en materia de sexualidad desde que se nace para que sea disfrutada en

todos sus componentes y se convierta en fuente de salud".

Una de las consecuencias de una educación mal encaminada o inexistente son los embarazos en niñas y adolescentes.

Los embarazos en esta población, dice Murillo, están mal abordados y llenos de estigmas, porque se asume que son ellas las que se embarazan, cuando hay un hombre que también se embaraza (si lo ponemos desde el punto de vista de responsabilidad) por lo tanto, debemos de educar a los hombres en este proceso, y en la responsabilidad de sus conductas y prácticas sexuales.

Precisamente el 85% de los partos de niñas entre 12 y 14 años son con hombres que les llevan seis o más de diez años, es decir es un abuso sexual y no se aborda como abuso, sino como responsabilidad de la niña, desde aquí hay estigma y una gran situación de vulnerabilidad.

Hay que educar los sistemas de salud, evidenciar el machismo que impera y comenzar a realizar programas de prevención y promoción de la salud donde abiertamente se incluya a los hombres.

Una sociedad educada sexualmente, es una sociedad más pacífica, porque el impulso sexual es un estabilizador de las emociones y su misión es generar vínculos para el ser humano. "Por lo tanto, las personas tendrían una mayor estabilidad emocional y una mayor capacidad para hacer y disfrutar de los vínculos humanos", concluye Murillo.

Para más información ingresar a www.sexoamoryvida.com