

Sexología y educación sexual. El sexólogo hoy

Santiago Frago y Silberio Sáez

Sexólogos
Asesores sexológicos para jóvenes
del CIPAJ (Ayuntamiento)
y de la Universidad de Zaragoza



El sexólogo trata de invitar a ver el otro lado de las cosas y dar coherencia a las cosas que se oyen.

SANTIAGO FRAGO y SILBERIO SÁEZ

■ Preguntas que invitan a respuestas



¿A qué se dedican los sexólogos?

¿Qué es un sexólogo?

¿Es la sexología una ciencia o una especialidad médica y/o psicológica?

¿Qué problemas o dificultades tratan los sexólogos?

¿Los sexólogos son médicos? o ¿son psicólogos?

¿Tratan los sexólogos problemas sexuales o problemas de pareja?

¿Cómo se hace uno sexólogo o sexóloga?

¿Cómo sé si lo que necesitamos es un psicólogo, un sexólogo o un psiquiatra?

Invadidos como estamos por pseudoprofesionales del sexo, que no de la sexología, nos vemos obligados a intentar dar luz ante tanta oscuridad y promiscuidad conceptual y profesional.

Intentaremos clarificar, dar respuestas y no enredarnos en el bricolaje sexual.

■ La promiscuidad conceptual

Promiscuidad significa, según el diccionario de la Real Academia: "mezcla, confusión". Desde ahí puede afirmarse que en la actualidad el hecho sexual, objeto de la Sexología, es, más que nunca, un hecho promiscuo, donde todo se mezcla y se confunde. Jamás hubo en este país tanta información sobre materias sexuales y, sin embargo, jamás se produjo tanto aturdimiento respecto a "lo sexual". Insistentemente se utilizan los términos "sexo" y "sexualidad" como sinónimos, quizás con un matiz diferencial: parece que la sexualidad es más fina o más humana, mientras que el sexo es más grosero y animal. Confundir **sexo con sexualidad** es como confundir persona con personalidad o razón con racionalidad. Un despropósito.

Otra confusión es la que mezcla el sexo con la conducta o comportamiento sexual, lo que somos con lo que hacemos. Confundir **sexo con conducta sexual** es como confundir la persona con sus hábitos, la cultura con las tradiciones o la democracia con el sufragio. Un desatino.

El dislate de la confusión es la que confunde **sexología con problemas sexuales**. Y un paso más allá, la que confunde **educación sexual con la evitación de problemas sexuales**. Que sería como confundir el derecho con los delitos o la enología con las borracheras.

Muchos profesionales de la sexología y la educación sexual nos sentimos estremecidos y asombrados cada vez que, presuntos eruditos disertan sobre cuestiones sexuales en los medios de comunicación. Estamos asistiendo en la actualidad al discurso -parafraseando a E.Amezúa- de un "sexo sin sexología", en donde la educación sexual se confunde con educación genital y en la que la sexualidad es

entendida como conducta y no como lo que realmente es : una vivencia. En cuestiones "sexuales" no podemos dar por hecho que todos hablamos de lo mismo. Y más en un terreno como es la "sexualidad", entendida siempre como tierra de todos, pero al final de nadie, en donde la "promiscuidad conceptual" es tan patente y donde gran parte de la llamada educación y divulgación sexual que nos invade -basada en el sexo y no en los sexos- es puro bricolaje, una interminable distracción del núcleo de valor.

Nos preocupa la confusión existente en los medios de comunicación cuando se habla de sexo, especialmente cuando se trata como mercancía y en términos exclusivos de mercado, por ello es importante tener algunas ideas mínimamente claras al respecto.

Los profesionales de la sexología hablamos de los sexos, no del sexo como genital, reproducción, placer, enfermedad, delito, vicio o pecado. Hablamos del sexo como valor, como **diferenciación**. Este y otros mensajes son sólo una muestra de lo que hablan y estudian los sexólogos que no es lo que se cree que estudian o tratan. Hablamos de sexología, no de genitología.

La sexología ha conseguido que se haya pasado de "hablar de sexo" al "estudio de los sexos"; o lo que es lo mismo, se haya pasado de la morbosidad al conocimiento.

■ ¿Qué es la sexología?

El dermatólogo berlinés Iwan Bloch (1872-1922) fue quien propuso por primera vez la idea de una labor científica y académica consagrada al estudio del sexo, y fue quien acuñó también un nuevo término: Sexualwissenschaft (ciencia sexual o mejor sexología). En este sentido, Iwan Bloch puede legítimamente ser llamado el padre de la sexología.

La Sexología es una ciencia y para nosotros una dedicación multidisciplinar. Toda dedicación científica participa de alguna filosofía, y en el caso que nos ocupa de la filosofía de la ciencia o epis-

temología, que nos posibilitará comprender, entender y explicar el hecho sexual humano.

Haciendo un breve recorrido histórico diríamos que la sexología ha pasado por tres grandes momentos: una fase **multidisciplinar** de la Sexología, propia del siglo XVIII; una fase **interdisciplinar** correspondiente al siglo XIX y la actual fase **disciplinar**, que se inició en los primeros años del siglo XX.

Entendemos por sexología la disciplina que estudia y trata de hacer inteligible el hecho sexual humano y sus manifestaciones. Estudiar sexología y hablar de sexo son cosas diferentes. La sexología no es una moral sino una disciplina. Estudiar sexología es entrar a fondo en su campo de conocimiento. Entendemos que, desde él, pueden explicarse y comprenderse las cosas de muy distinta manera que desde fuera de él.

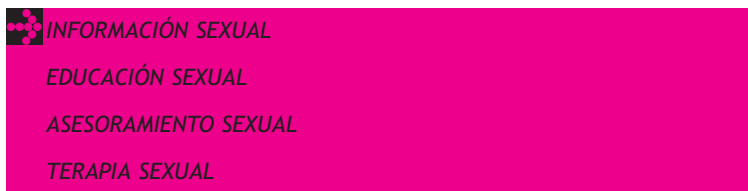
La sexología ayuda a entender e integrar la definición de **salud sexual** dada por la OMS desde 1974, enunciada como: "la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del SER SEXUAL, por medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor". La sexología estudia la realidad sexual desde una perspectiva biográfica, dotando de razón y sentido al ser sexual, ser mujer, ser hombre: los sujetos sexuados.

Es una DISCIPLINA con un campo de conocimientos organizado y explicado desde la Teoría de los Sexos. Es una PROFESIÓN con sus Asociaciones Profesionales que promueven el lógico ejercicio de la profesión de sexólogo/a. Es una CIENCIA cuyo objeto de estudio es el sexo, o sea, la realidad de los sexos. Explica e investiga específicamente el desarrollo de los sujetos en cuanto sexuados. Articulando el mapa del **Hecho Sexual Humano**, es decir, del hecho de que todos somos sexuados, nos vivimos como sexuados, deseamos en cuanto sexuados y nos conducimos como tales.

La sexología, en definitiva, es la ciencia que estudia el HECHO SEXUAL HUMANO. Esta realidad nos lleva a definir tres conceptos fundamentales en la ciencia sexológica: sexo, sexualidad y erótica.

El hecho sexual humano incluye todas las sexualidades, todas las singularidades, todas las peculiaridades, todas las diversidades. Hecho sexual o de los sexos como fenómeno constatable, universal e histórico. Decimos sexual por ser relativo a los sexos, a uno y otro, a ambos, según la clave plural.

La sexología define **3 líneas de intervención profesionales** marcados por el continuo: información, educación, asesoramiento y terapia.



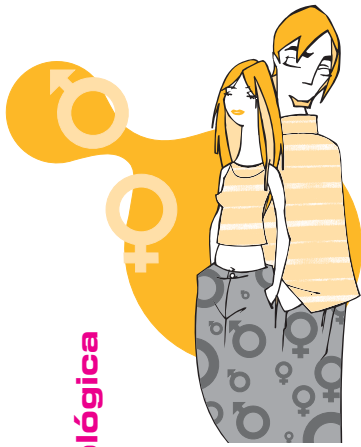
Información sexual

Información sexual es el traslado al usuario de los contenidos de divulgación de la disciplina sexológica, que son demandados puntualmente o que forman parte de una estrategia de intervención en el ámbito del asesoramiento y la terapia.

Educación sexual

La educación sexual es, ante todo, educación. Y no consiste en adoctrinar, o decir lo que se tiene o no se tiene que hacer, sino que es contribuir en formar personas libres y capaces de asumir actitudes de respeto y responsabilidad en sus relaciones interpersonales, así como interiorizar actitudes de complicidad ante la sexualidad entendiéndola como comunicación en todas sus dimensiones y con todas sus implicaciones.

Educar es incitar a descubrir valores, la educación sexual trata en definitiva de transmitir un valor: el hecho de ser un hombre y una mujer. La comunicación y relación entre ambos, las emociones, las vivencias, las individualidades, el respeto, el sincerar nuestro deseo, el tratar de aceptarnos, constituyen algunas de las dimensiones a cultivar. Educación sexual como educación de los sexos



para el conocimiento y la comprensión de estas manifestaciones del hecho sexual humano que son más variedades cultivables que trastornos curables.

La educación sexual necesita ser tomada en serio y a fondo, desde su misma raíz: no como una asistencia técnica y de urgencias sino como una contribución a la comprensión del hecho sexual en los sujetos y tratando que los jóvenes aprendan a conocerse y aceptarse, a ser más ellos mismos en sus relaciones y en su convivencia. A sentirse únicos y peculiares.

Asesoramiento sexual

Según el diccionario María Moliner del uso del español: **asesorar** es informar o dar consejo a alguien sobre cierta cosa. Asesor es la persona encargada de informar o aconsejar en ciertos asuntos que son de su competencia. Ambas definiciones conllevan de modo implícito la capacitación profesional del asesor.

El asesoramiento sexual, como modelo de intervención de ayuda, es un abordaje que no se centra en los problemas, sino en las personas. Se trata de acompañar al individuo en su crecimiento y desarrollo de forma que pueda enfrentar de modo coherente su problema actual y otros venideros. El asesoramiento, en clave sexológica, no persigue curar, ni dirigir sino cultivar y explorar las posibilidades y capacidades que un sujeto es capaz de desarrollar por sí mismo. El asesoramiento es un modelo de excelencia en la intervención asistencial sexológica.

El asesoramiento sexual trata de trabajar desde las potencialidades del usuario ahondado en sus fuentes de riqueza y no tanto tratando de "arreglar patologías"; cumpliendo el axioma de un histórico de la sexología Havelock Ellis: "en sexología hay más fenómenos cultivables que trastornos curables".

El asesoramiento sexual construye un espacio para "sembrar" valores sexuales (encuentro, bienestar, cooperación, sinergia, fecundidad, erotización, complicidad...,) en un marco de búsquedas y encuentros. En el contexto de un proceso interpersonal de tú a tú (donde el cliente -sujeto o pareja- tiene en el asesor uno más de entre muchos recursos) y donde el objetivo no es "arreglar" sino "crecer".

Desde la sexología no existen las "recetas" tipo: "en tu casa o en la mía", o "me lo dices o me lo cuentas", sino que las soluciones se alcanzan a través de un método dialéctico de preguntas y respuestas que cada persona debe aprender a responderse.

La **metodología** del asesoramiento sexual queda definida por ser no directiva, personalizada, centrada en la persona concreta, que se sitúa en el aquí y ahora o dificultad concreta, con un formato breve de intervención.

Los **recursos** del asesoramiento sexual son de dos tipos: metodológicos (historia sexual, entrevista) y de apoyo (relajación, role playing, literatura, farmacológicos).

Terapia sexual, o sea, de los sexos

Los grandes titulares en sexología han divulgado más los problemas, que los valores y cualidades que se derivan del hecho de los sexos.

De los sexólogos se espera que resuelvan problemas sexuales; de los problemas sexuales se tienen ideas simples: son deseos o respuestas fallidos de ciertos individuos que mantienen relaciones eróticas con otros individuos. De los sexólogos se espera también la información, la formación o incluso la pedagogía para la vida sexual presente o futura.

Los profesionales de otras áreas disciplinares han contribuido a la existencia de una falsa dicotomización: **terapia sexual versus terapia de pareja**. Se pretende hacer creer que la terapia sexual está solo en lo erótico y que terapia de pareja habla del universo no erótico o convivencial. Se quiere limitar la terapia sexual a lo

perigenital, olvidándose de los deseos, de la seducción...., se quiere reducir el sexo a la amatoria relacional.

La terapia sexual será aquella en la que el referente o punto de entrada sea la realidad del sexo: el hombre y la mujer. Ya sea en su proceso de sexuación, en su vivencia o en su expresión. Y dentro de su expresión, en lo individual o interaccional, en su realidad o virtualidad, en su plasmación: convivencial o física (genital o no).

Una pareja es por definición sexual: hombre o mujer. El sexo nos ayuda a superar dos de los grandes sesgos inherentes en la dicotomía "terapia sexual" y "terapia de pareja": la heterosexualidad, por un lado, y la convivencia como encuentro no-sexual por otro. La terapia de pareja parece diferente a la sexual..., pero ¿se puede ser pareja sin ser antes sexual?. ¿Es posible una pareja sin sexo en sus componentes?.

La terapia sexual se basa fundamentalmente en la creación de interacciones de conducta entre los miembros de la pareja, en el marco de su relación y que se cimienta en estrategias clínicas, exploración y búsqueda de deseos; y para las que se sirve de juegos, que buscan promover que los miembros de la pareja detecten la causa y origen de su problemática erótica, cultivando la búsqueda y satisfacción de los verdaderos deseos, aquellos que componen el arte de amar, que el encuentro de los sexos posibilita en el marco de la relación de pareja.




La terapia sexual, en definitiva, puede no ser de pareja; pero la terapia de pareja nunca podrá dejar de ser sexual.

■ ¿Qué se consulta a los sexólogos? A modo de orientación

Trastornos de la identidad sexual y de la orientación del deseo

La identidad sexual (hombre-mujer) y la orientación del deseo sexual (homosexualidades y heterosexualidades): evolución, procesos y toma de conciencia.

 *No sé si soy homo o hetero ¿Es normal? ¿Cómo puedo estar seguro?
¿Puedo ser bisexual?*

*Soy homosexual y no sé como va a reaccionar mi familia y amigos
¿Qué hago? ¿A quién se lo digo?*


*Me siento más próximo y en sintonía con las personas del otro sexo
¿Seré transexual?*

¿A qué se debe la orientación sexual en sentido homo u hetero?

¿Se puede cambiar de una orientación a otra?

¿Qué es la transexualidad? ¿Es lo mismo transexualidad que travestido?


Campo de la sexuación: alteraciones de la anatomía y fisiología sexual.

 *Tengo molestias durante el coito y creo que tengo fimosis, ¿cómo asegurarme?*

¿Es normal levantarse por la noche a orinar más de 4 veces?

¿Es normal que mi pene se incline hacia abajo?

Anticoncepción. Información anticonceptiva y preventiva (ETS/SIDA). Higiene y otros.

 *¿Si se rompe el condón qué hacemos? ¿Se puede hacer algo para evitar el embarazo? ¿Y el SIDA?*

*¿Qué es eso de la "píldora del día después"? ¿Es sólo una pastilla?
¿Cuánto tiempo tengo para tomarla? ¿Dónde y como la consigo?*

Soy alérgico al látex ¿Puedo usar condones? ¿Qué otros métodos anticonceptivos hay? ¿Previenen también del SIDA y las ETS?

*¿Dónde están y como acudir a los "Centros de Planificación Familiar"?
¿Cuál me pertenece?*

¿Se transmite el sida por el sexo oral?.

¿Dónde puedo hacerme la prueba del VIH?

Campo de la erótica: deseo y sus problemáticas, respuesta sexual.

Dificultades de erección y de la eyaculación, alteraciones orgásmicas, trastornos con el deseo, desajustes de deseos, dispareunias, vaginismos o imposibilidad para realizar el coito, insatisfacciones...



Creo que tengo eyaculación precoz ¿Tiene remedio?

Llevamos de novios 2 años, hemos intentado hacer el coito..pero no podemos, ¿qué nos pasa o me pasa?

No puedo realizar el coito, me duele y no puedo seguir...¿qué hago?

He tenido alguna pérdida de erección (gatillazo), me aterra que se vuelva a repetir ¿Cómo lo resuelvo?

No consigo el orgasmo y me siento insatisfecha...

¿Existen diferentes tipos de orgasmo? ¿Cómo se distinguen y cuál es mejor? ¿Existe el multiorgasmo?

¿Las mujeres eyaculan? ¿Qué y por donde? ¿Existe el punto G en ambos sexos? ¿Hay otros "puntos"? ¿Varía de unas personas a otras?

Tenemos menos (o más) relaciones sexuales de lo que realmente deseo, y esto nos crea problemas de pareja, ¿qué hago?

Creo que mi pareja va a lo suyo y sólo piensa en la penetración....

Tengo miedo a llevar la iniciativa, mi vida sexual es aburrida y temo la reacción de mi pareja.

¿Dónde está el punto G? ¿Existe realmente?

¿Es normal fantasear con personas que no son tu pareja?. ¿Ello indica que mi relación no va bien?

Problemas con las peculiaridades sexuales.

Conflictos con la erótica y la vivencia sexual.



Tengo adicción al cibersexo y esto me hace sentir mal..

A mi pareja le preocupan ciertas "aficiones" sexuales que tengo y me amenaza con romper la relación.



¿El tener relaciones sexuales con prostitutas afectará a mis futuras relaciones de pareja?

¿Es normal que sólo me gusten chicos mucho más mayores que yo?

Dificultades de pareja en el plano convivencial: amores, desamores, encuentros y desencuentros.



Mi pareja me ha dejado pero yo le quiero ¿Sería sensato volver a intentarlo?

No soporto ver a mi pareja flirtear con otras personas. Me inquieta que se vaya de viaje sin mi... ¿Soy celoso/a o precavido/a?

Me obsiona el recuerdo de un ex. ¿cómo olvidarlo definitivamente?

Mi pareja me ha sido infiel. Siento un gran dolor y no sé si romper o no.

Mi chico nunca habla, ni me cuenta lo que siente... ¿cómo hacer para que cambie?

¿Cómo ser menos celosa?

Llevamos 6 años de novios pero noto menos pasión que antes..¿cómo recuperar la pasión?

Sugerencias bibliográficas (libros, manuales de autoayuda...), recursos en educación sexual, direcciones de interés, cursos de formación.



¿Cuál es el mejor libro de sexualidad para jóvenes?

¿Por dónde van los últimos avances en sexología?

Nos gustaría hacer un trabajo sobre sexualidad y queremos que nos orienten de forma concreta y útil.

Soy psicóloga y me quiero formar en sexología, ¿dónde puedo acudir?

Desde la Escuela de Ciencias de la Salud nos han mandado un trabajo sobre "embarazos y adolescencia", ¿cómo lo enfocamos, qué datos nos podéis dar, qué documentación podéis ofrecernos.

Trabajamos con gente joven en Escuelas de Tiempo Libre y deseamos alguna guía de recursos en educación sexual.

La formación del sexólogo

Los títulos sexológicos españoles actuales no son troncales (diplomatura, licenciatura o doctorado) sino de Postgrado, lo cuál no significa que carezcan de carácter académico.

Un sexólogo es aquel licenciado universitario en sexología o en su defecto , aquellos profesionales con licenciatura universitaria que acrediten además formación superior de Post-grado en esta disciplina.

Los programas de formación, tal y como contempla la Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología (AEPS), han de realizarse en una Institución con personalidad jurídica reconocida, que incluya la formación como uno de sus objetivos, ofrezca un programa multidisciplinar, defina unas normas que regulen el proceso completo de la formación, valore dicho proceso y la adquisición de competencias de las personas en formación, mantenga un registro de sus miembros formados con expresión del nivel máximo de formación alcanzado y la calificación profesional que conlleva.

En la actualidad existen varias Universidades que ofrecen Programas de Formación de Postgrado en sexología y educación sexual.



Bibliografía

AMEZÚA, E. *Cuestiones históricas y conceptuales: El paradigma del hecho sexual, o sea, de los sexos, en los siglos XIX y XX*. Anuario de Sexología AEPS, nº 4. 1999.

AMEZÚA, E. *Líneas de intervención en sexología*. Anuario de Sexología AEPS, nº 5. 1999.

BRECHER, M. *Investigadores del sexo*. Ed. Grijalbo. México. 1973.

BUNGE, M. *Epistemología*. Barcelona: Ariel. 1985.

GILBERT TORDJMAN. *Diálogo sexual*. Ed. Caralt. Barcelona. 1977

ORMAZA, A. Y MONTES. *Una aproximación al asesoramiento sexual*. Anuario de Sexología AEPS, nº 7. 2001.

ROGERS, C.P. *Orientación Psicológica y Psicoterapia*. Madrid. Ed. Narcea. 1978.

SAEZ SESMA. S. *Documentación interna*. Instituto Amaltea. Zaragoza. 2004.



WEB

Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología (AEPS)
(<http://www.aeps.es>)

Sex Information and Education Councils of the United States (SIECUS)
(<http://www.siecus.org>)