



SEXUALIDAD

Introducción

la sexualidad está presente en todas las personas y durante toda la vida. No es algo que les afecte únicamente a las personas neurotípicas, ni aquellas personas que presenten determinadas conductas. Toda la sexualidad se centra en la diversidad, desde el primer hasta el último momento. Esta diversidad se explica desde un prisma amplio en el ser, vivirse y expresarse como persona sexuada.

Es necesario comprender la de esta forma amplia y diversa para que no dejar personas fuera, como puede suceder con las personas con TEA, que presentan una mayor dificultad a la hora de expresarse en entornos sociales, con los códigos y mecanismos sociales preestablecidos.

Las personas con TEA también tienen sexualidad, son personas sexuadas con necesidades concretas, igual de diversas que las presentamos las personas neurotípicas. A esto se le añade la dificultad de que la educación sexual, aunque estamos mejor de como estábamos, se da en entornos sociales, usando muchos eufemismos y desde un modelo centrado mayoritariamente en los genitales. Esto es algo que las personas neurotípicas tenemos la posibilidad de explorar, preguntar, relativizar... con mayor facilidad que ellas

El modelo del hecho sexual humano

Es un modelo creado por Efigenio Amezua, el cual defiende que todas las personas somos seres sexuales. Lo define dentro de tres categorías que son: el sexo, la sexualidad y la erótica (Efigenio habla también de otros conceptos como la amatoria o la pareja)

El sexo

Es aquello que se define desde un primer momento, y que nos separa como hembras y machos de la especie, es decir, el proceso de sexuación que tenemos desde antes de nacer. Este proceso no se





queda ahí, sino que nos va acompañando el resto de nuestra vida, ya que es constante nuestro cambio corporal, junto con las diferentes etapas y las diferentes necesidades que aparecen en cada una de ellas.

Este sexo no es rígido, no hay un modelo de ser hembra o de ser macho de una especie. Ni siquiera unas estructuras concretas que lo definan.

Por ejemplo, las personas intersexuales, son personas que nacen con rasgos y agentes sexuales mixtos, que hacen que las leamos de una manera y otra, pero presentando peculiaridades de los dos sexos. Un ejemplo de esto sería las personas con intolerancia a los andrógenos. Sus cromosomas sexuales son XY, sin embargo, presenta una vulva, aunque no se han desarrollado genitales internos, esto se produce porque el cuerpo no asimila determinadas hormonas que en otras personas desarrollarían los genitales que encendemos de macho de la especie.

Sexualidad

Es la vivencia por el hecho de ser sexuado. Las principales ideas a tener aquí en cuenta son la identidad y la orientación.

Al hablar de identidad, hablamos desde un modelo binario, en principio, el ser hombre o ser mujer, asociado al macho y hembra de la especie, hechos que están contruidos socialmente con una determinada forma de expresión. Sin embargo, hemos dicho que hablar de sexo es hablar de diversidad, no siempre es tan sencillo. Hay personas, trans (personas que son leídas al nacer con un género y se sienten de otro) y personas cis (personas que son leídas con un género al nacer y se sienten cómodas con él).

Igualmente, aquí las personas intersexuales tienen mucho que aportar también, ya que siendo personas que son leídas de una manera, pero pueden presentar rasgos (visibles o no) del otro sexo, nos encontramos que muchas de ellas se sienten cómodas con el término dado, pero las hay que no. Al final la identidad siempre está en manos de quien la siente, no de quien la mira, de la misma manera que hay muchas formas de vivirse como hombre y muchas formas de vivirse como mujer, tanto dentro como fuera de los límites establecidos. Hecho que muchas veces intentamos encasillar, lo que para muchas personas con TEA puede llegar a ser una complicación, ya que “no siempre las chicas visten de rosa, ni los chicos de azul”





La orientación, es lo que define por quien sentimos atracción. Damos por hecho, habitualmente, que una personas tiene que sentir atracción por otra persona del sexo opuesto al que se le lee (heterosexual) y desde este modelo educamos y damos opciones al mundo “ya tienes novio/novia”, una información que obvia todo lo demás. Las personas pueden sentir atracción por el sexo opuesto al que se le lee (homosexual), por ambos (bisexual) o absolutamente por ninguno (asexual), esta falta de atracción y deseo por tener encuentros eróticos, no nos deja fuera de la sexualidad, al contrario, hay mucho que hablar desde este prisma.

La erótica

Es lo que define la expresión como persona sexuada que soy. Aquí es donde entran términos como conductas, deseos y fantasía.

Las conductas eróticas son amplias y variadas, las cuales siempre tendrán que ir mas relacionadas con el placer, que con la obligación. Cuando pensamos en sexo (o en erótica en este caso) rápidamente se nos viene a la cabeza los genitales, qué hacer con ellos y como tienen que responder. ¿qué sucede cuando se presiona mucho una idea? Que al final deja de funcionar, de la misma manera los genitales, la erótica es algo amplio, variado, que puedo o no querer compartir con otros, que puede o no tener que ver con genitales, sin embargo, es donde solemos centrar nuestra atención, en lugar de comprender que es placer, que no hay una única practica hegemónica (coito), sino diversas necesidades e intereses que compartirnos entre nosotros y nosotras.

Los deseos son el motor de la erótica, no siempre se desea lo mismo y en los mismo momento, al contrario, es diverso y variable a lo largo del tiempo, de tal manera un niño/niña puede presentar un tipo de deseo, que no tiene nada que ver con el del adulto, y tampoco con el de la persona mayor, de la misma manera que el deseo es el que nos lleva a buscar a las personas o las practicas que nos dan placer y nos hacen felices, las que en muchas ocasiones se salen de los genitales.

No hay que confundir deseo con fantasía, la fantasía es un imaginario, una pelicular una realidad que no siempre tengo por qué desear, se me ocurre algunas fantasías como la de un hombre/mujer heterosexual que sueña con un encuentro con un mujer/hombre homosexual. ¿es homosexual a partir de ese momento, sin haber tenido un deseo previo? No, solo es una fantasía sin más, y no hay





que confundirla, de la misma manera que si veo Superman me gusta, pero no me pongo una capa y me echo a volar.

LA EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL

La educación afectivo sexual, hoy en día, aunque estamos mejor de lo que estábamos, es bastante escasa o puntual, por lo general dada por personas externas que nos hablan de colectivos LGTBIA, feminismos... y algún/alguna que otro/a sexólogo/a que da alguna charla en clase durante un mes, y que nunca se termina de tocar todos los palos que se pueden llegar a tocar en relación con las formas de ser, vivir y expresarse. Sin embargo, hoy en día, hay una gran posibilidad de acceso a información, que filtramos, ocultamos o intentamos obviar y bloquear, pero a la que todas las personas terminamos accediendo si realmente tenemos interese, lo que me lleva a preguntar ¿no sería mejor formar, que dejar que se formen?

Carlos de la cruz (psicólogo y sexólogo) nos da algunas pistas de cómo realizar esta educación de una manera coherente. Lo primero que vamos a ver y a leer en él es como centra tres grandes objetivos, que nos ayudaran a cualquier intervención posible.

Conocerse

Este objetivo es esencial en todas las personas, y es un buen punto de partida a la hora de trabajar temas de sexualidad. Lo más real que hay que conocer es el cuerpo, sus partes, sus respuestas, sus sensaciones... que ya están presentes desde el primer momento de vida, y que es interesante no ocultar. Como se suele decir “la información es poder”, el ocultar y guardarnos información no suele ser siempre la mejor respuesta, ya que el silencio también educa y no suele hacerlo para bien.

Centrando este objetivo en persona con TEA, y viendo todo el espectro, es importante acompañar esto siempre de contextos adecuados, adaptando el aprendizaje de su mismo y mismas en relación con actividades funcionales. Está claro que no todas las personas con TEA llegan a etiquetar o a comprender algunos términos abstractos, lo que hace pensar que es mejor ser claro, conciso y directo, en lugar de buscar pseudónimos para algunas partes del cuerpo (como los genitales), para





las sensaciones que están teniendo (placer) o para definir respuestas corporales que son completamente naturales.

Aceptarse

La diversidad es un hecho, algo que está presente cada vez más en nuestros días, diversas identidades, orientaciones, vivencias... esta diversidad es y es en todas las personas, cada vez el término "normal" comienza a estar más en un segundo plano.

Para trabajar este objeto tiene que ser algo constante, no debemos etiquetar las cosas sin antes preguntar a la persona, dar autodeterminación ayuda a fomentar la aceptación de uno/a mismo/a. Además, tenemos muchas cosas que entender de nosotros y nosotras mismas /os, no hay una forma de ser mujer o de ser hombre, no hay un modelo rígido de sentir deseo por otras personas, o no sentirlo, sino que existen muchas variables.

Si pensamos en el hecho de ser hombre o de ser mujer, vemos que hasta ahora los roles de género nos han impuesto cosas, algunas sin demasiado sentido, como profesiones o colores en la vestimenta. Pero de la misma manera no siempre estamos dispuestos comportarnos dentro de ellos ¿qué puede suceder con una personas con TEA? En realidad estas normas rígidas nos pueden llevar a algunos conflictos, en especial cuando hablamos de personas con alto funcionamiento, ya que si decimos a un hombre a una mujer con TEA que tiene que ser una determinada manera, vemos que estas normas pueden llevarles a situaciones de crisis, en el momento que marcamos necesidades que no son reales en el mundo en el que vivimos (pienso en que pasa con la frase los hombres visten de azul, las mujeres de rosas). De la misma manera, hay casos documentados de personas con TEA trans, al igual que cis, ¿cómo se sentida una personas con TEA si su identidad no coincide con lo que se lee de él o ella?, por lo general no creo que demasiado bien, al contrario, ya que va a ser tratados de una forma que no se sienten, luego aceptarse siempre va a ser complicado. En esta misma línea temas de orientación, incluyendo a la asexualidad, ¿que pensara una personas que no tiene deseo que tiene que hacer? Posiblemente verse formalizado o forzada a tenerlo y sentir atracción por otras personas, independientemente de que es lo que realmente quiera.

Vivirse satisfactoriamente





Es decir, fomentar que las personas tengan las habilidades necesarias para poder relacionarse con el medio de una forma sana, segura y que no estigmatice. Para esto, temas tan importante como la intimidad, la comprensión de la diversidad de los demás, pero sobre todo de sí mismos y mismas.

Las formas de expresarnos en el mundo son diversas, hay muchos modelos de la erótica, no siempre relacionados con los genitales, sino formas personales y placenteras necesarias para cada persona.

Sin embargo, vivimos en un mundo donde perder la virginidad está centrada en el coito, donde si has tenido sexo “completo”, es solo si ha habido penetración, al igual que si tienes pareja es porque tienes encuentros con penetración incluido y todo lo que no esté dentro de esto está fuera de los límites.

Una vez más hablamos de una realidad diversa dentro del TEA, pero si es posible que muchas personas con TEA no tengan la necesidad de relacionarse con otras personas en un encuentro erótico, aunque si sientan atracción por ellas, de la misma manera tengan la necesidad de vivir su erótica, su intimidad, su placer de forma autónoma o compartida con otras personas. Pero teniendo la dificultad para comprender otras mentes y sus intenciones, la complicación de romper los límites que les marcamos o de comprender límites que no resultan del todo claros.

Así sería importante trabajar grandes temas que les permitan vivir en comunidad con el resto protegiéndose a sí mismo y no invadiendo el espacio de los demás, como puede ser la construcción clara de la intimidad (desde mis cuerpo y quien accede a él y de qué manera, a que partes del cuerpos son más privada (según el contexto social en el que se encuentre) y cuales menos), la vivencia de qué tipo de personas existen en relación a mi (desde el desconocido a la personas más cercana), la pluralidad de eróticas y expresiones de placer existentes, según mis intereses y la variabilidad de espacios necesarios para expresarlos, ligar con otras personas

Conclusión

la sexualidad de las personas con TEA es exactamente igual a la del resto de las personas, pero las personas con TEA están en una situación desfavorable en comparación con el resto, ya que sus vivencias, sus experiencias y su acceso a la información, está condicionado por una dificultad para comprender las medias tintas, para no leer las mentes ajenas y sus intenciones, para poder entender





términos tan abstractos como puede ser el de la intimidad, el placer o la excitación, la compleja generalizar y flexibilizan aquellas normas impuestas, que ni siquiera terminan de estar bien definidas... dificultades que nos hace responsables para acercarles la información de una forma adaptada, clara y concisa. No desde el ocultismo, sino desde la realidad. Y por supuesto siendo claros y concisos en lo que queremos y en cómo y por qué les tratamos de una determinada manera (véase la intimidad de la ducha)

Educación en sexualidad es una necesidad compartida por todas las personas, pero en el caso de las personas con TEA con mucha más razón, ya que va desde ayudarles a conocer su cuerpo, hasta el trato que les damos, la forma en que accedemos a su cuerpos (en una ducha, médico...) o lo que damos por hecho al verles (son ángeles, son demonio...), todo esto puede perjudicar o ayudar a desarrollar una calidad de vida plena a las personas, o a generar frustraciones y dificultades en esa vivencia de su sexualidad, su disfrute y su placer.