

AMOR Y SEXUALIDAD EN LA ADOLESCENCIA

La sexualidad es una parte integral en nuestras vidas, desde el nacimiento hasta la muerte. Para los adolescentes hacerse cargo de su emergente sexualidad es parte del proceso natural de transformación en adulto. La sexualidad debe ser considerada dentro del contexto del desarrollo humano, no como un secreto a ser guardado por el silencio del adulto. El amor y ser querido es una necesidad básica del ser humano; necesidad profunda de superar su individualidad, su aislamiento de otros. Por encima de esta necesidad universal existencial de unión, surge otra más específica y de orden biológico, el deseo de unión entre los polos masculino y femenino. Desde que el niño nace siente necesidad de afecto y de cercanía física, pero en la pubertad y en la adolescencia es cuando el instinto sexual se orienta hacia su satisfacción y a la búsqueda de otro sexo. Sin embargo, el adolescente que ya está capacitado físicamente para procrear no siempre está maduro ni psicológicamente, ni emocionalmente, ni socialmente para ello. Este proceso de alcanzar la madurez en todas las esferas de su desarrollo, toma tiempo. Algunos adolescentes inician su actividad sexual (coital) con una relación de amigovios mientras que otros la postergan. También hay adolescentes que la inician en actividad sexual en relaciones pasajeras, carentes de amor y desprovistas de un ambiente de intimidad como ocurre en un contacto casual, impulsivo, que busca solo el placer del momento. Una relación así puede marcar para siempre el desarrollo sexual, impidiendo la integración armónica de la integración física y afectiva de la sexualidad.

Cuando nace el impulso sexual en la pubertad, este surge como un carácter indiferenciado que se puede graficar como un deseo por el sexo opuesto. A través de un proceso de maduración, el deseo se vuelve selectivo, se da en relación a la persona que se ama. “El proceso de desarrollo tiende a la integración del deseo y el amor”

En la naturaleza humana, con el instinto que compartimos con el resto de las especies, existen también la voluntad, la razón, la inteligencia, los sentidos. Esto es lo que nos humaniza y permite que una relación sexual, no sea solo genitalidad. Tales capacidades también permiten a un (una) joven posponer un bien (el agrado, el placer de un acto sexual) por otro bien mayor como reservar su intimidad para entregarla a la persona con quien compartirá la vida, con quien se complementará y crecerá en su sexualidad. Esta opción de abstinencia no es una evasión o una represión sino que es una manera de prepararse para el amor.

Para el adolescente es fácil confundir enamoramiento con amor. Algunas parejas adolescentes inician relaciones sexuales llevadas por la atracción física,

SILVA M. Las relaciones sexuales en la adolescencia. Universidad Católica. Santiago de Chile, 1992.

creyendo que el estar “loco o tragado” por el otro es una prueba de la intensidad de su amor. Unen el deseo sexual a la idea de amor e incurrir en el error de creer que aman cuando solo se desean físicamente.

Otras parejas viven la experiencia intensa de enamoramiento en que el solo pensar estar cerca del otro los hace estar en las nubes o como en sueños. Esta experiencia subjetiva se acompaña también de actividad física, produciendo fenómenos como suspiros frecuentes taquicardias (sobre todo al ver al otro), insomnio, euforia, si se es correspondido o mucha angustia e inseguridad si se tiene no serlo

¿como puede un adolescente, que siente que ama con tanta intensidad, saber que no se trata del amor de su vida?

¿cómo puede reconocer que se trata de un solo ilusión que hace ver al otro (a) como el ser perfecto?

Una de las características de los fenómenos afectivos (emociones, sentimientos, etc.) es que, al tener una intensidad excesiva, estos pueden alterar la lógica y la objetividad y disminuir el sentido crítico frente a la realidad pueden dejarse llevar por sus sueños o fantasías llegando al acto sexual. Iniciar relaciones sexuales en estado de enamoramiento, en una relación más impulsiva que reflexiva es un gran riesgo para los adolescentes que no miden las consecuencias de este acto. La capacidad de postergar los impulsos y deseos en todo orden de cosas y particularmente en el ámbito sexual, refleja un grado de madurez. La etapa de enamoramiento, si se vive como corresponde a esta edad, es provechosa para que los jóvenes vallan aprendiendo a ver la realidad sin dejar de soñar, conociendo y aceptando lo bueno y los defecto del otro (a) y aprendiendo a dar y compartir. Todo esto los ayudara en su desarrollo personal y los motivara a establecer una relación amorosa mas equilibrada, mas estable y mas profunda. Una pareja adolescente puede llegar a las relaciones sexuales por múltiples razones: por que se aman o creen amar; por que se desean y sienten necesidad de tener una relación mas intima; solo por búsqueda de placer; por temor a que la pareja lo (la) deje por que creen que todos los (las) jóvenes las están teniendo para llenar carencias afectivas; por que les mejora su autoestima; por falta de resistencia a la presión externa; por carencia de principios morales; etc. Amar presupone entrega, respeto, responsabilidad y compromiso ¿qué sucede con las relaciones sexuales con adolescentes que “andan” “tiran” o “son amigovios”? se entregan los cuerpos pero ¿hay responsabilidad y compromiso?. El inicio de actividad sexual entre adolescentes ¿es una conducta aceptable o reprochable? ¿Deben ser permitidas o reprimidas las relaciones intimas? Al educar en afectividad y sexualidad no se trata de permitir o reprimir conductas sino de formar un espíritu crítico dando claves interpretativas para actuar; dando elementos de análisis para que cada uno reflexione a cerca de las ventajas y desventajas de iniciar la actividad sexual. Cada joven debe pensar, escoger, decidir desde sus principios desde sus valores, lo mas informado posible, lo que mas le conviene y tener la madurez que requiere para hacerse responsable de las consecuencias de su decisión.

PARA UN ACTO SEXUAL RESPONSABLE

Se requiere de una sexualidad madura. Debe ser un acto:



Voluntario y no reflejo.



Incorporado al amor y no solo al deseo



Que no responda a presiones afectivas y sociales, de grupo, o influidos por los medios de comunicación.



Con vinculo de compromiso y responsabilidad con uno mismo y con el otro



Entre personas con capacidad para evaluar y asumir las consecuencias; capaces de reconocer si se cuenta con las condiciones físicas, psicológicas, sociales, económicas para asumir un hijo en caso de que se produzca un embarazo. También reconocer que exista la posibilidad de contagio de una infección de transmisión sexual que puede dejar secuelas (desde la esterilidad hasta la muerte). Lo mas conveniente entre las relaciones amorosas entre los jóvenes es que avancen paulatinamente: primero conocerse y simpatizar, luego enamorarse y empezar a salir de modo que se conozca el carácter, los gustos, intereses, valores, expectativas, metas de vida, etc del otro. Para lograr una relación afectiva satisfactoria, estable, enriquecedora, no se debería empezar por el final , sino ir conociéndose mas a fondo así mismo y al otro. Esto requiere tiempo. Debería vivirse por etapas y esperar que cada una vaya consolidándose como persona. No se empieza por el acto sexual para ver si después se entienden en otras formas de convivencia humana. El acto sexual es una relación interpersonal y por lo tanto, debe evaluarse en términos de sus efectos; si ayuda o perjudica a cada uno de los componentes de la pareja. La sexualidad es paradójal; puede ser fuente de alegrías o sufrimientos, por eso es importante que los jóvenes comprendan que su sexualidad debe ser pensada como otro aspecto mas de su proyecto de vida y no ser vivida al azar. La información, sobre el tema, junto con la formación valorica de cada uno, ayudará a tomar la decisión mas adecuada y a consolidar una postura firme e independiente frente a las presiones externas. Con esto, se evitarán conductas inadecuadas o imprudentes y contribuirá a que el encuentro hombre – mujer sea para los jóvenes un delicado y lento descubrimiento. Finalmente, dependerá de cada uno darle un sentido a su capacidad de amar.

BIBLIOGRAFÍA

1. SILBER, Tomas., MUNIST Mabel y otros. Manual de Medicina de la Adolescencia, Pág. 78-88. OPS.1992.
2. SILVA M. Las relaciones sexuales en la adolescencia. Universidad Católica. Santiago de Chile, 1992.