



SEXUALIDAD

1. DEFINICIÓN

Existen diversas formas de definir la sexualidad, pero existe claridad al afirmar que hay que diferenciar y no confundirla con el significado de sexo, erotismo o genitalidad.

La sexualidad deber ser entendida como una dimensión de la personalidad que involucra formas de pensar, sentir o actuar con relación al sexo, tanto en sus aspectos biológicos como socioculturales.

Implica, por tanto, no solo las relaciones sexo-genitales entre varón y mujer, sino que involucra sentimientos (como el amor), conductas (como hablar, caminar o gesticular de cierta manera) y valores (como el respeto mutuo entre los miembros de la pareja, la fidelidad, etc.).

2. OTROS CONCEPTOS RELACIONADOS

A. Sexo

La palabra *sexo* proviene del latín *sexus* o *dividere* (dividir). Se define como la condición orgánica (anatómico-fisiológica) que distingue al macho de la hembra. En la especie humana se distingue:

- Sexo cromosómico: Cromosoma sexual XY para el varón, y XX para la mujer.
- Sexo gonadal: Se poseen testículos u ovarios.
- Sexo hormonal: En función de la mayor presencia de hormonas masculinas o femeninas.
- Sexo genital: Referido al pene o vagina.
- Sexo del esquema corporal: Según la forma del cuerpo.

B. Erotismo

Se refiere al plano del placer y del deseo. Algunos autores consideran el nivel erótico como la existencia de una respuesta sexual humana ante un estímulo efectivo; otros consideran estas manifestaciones como el contenido afectivo, la experiencia subjetiva y la vinculación de los sentidos al placer.

Disfrutar de una caricia, de la contemplación de un cuerpo bello, de la poesía, la música, son vivencias y manifestaciones del erotismo.

3. FACTORES QUE INFLUYEN EN LA SEXUALIDAD

A. Factores biológicos

Los factores biológicos influyen en la sexualidad de múltiples formas. Desde la etapa de la concepción, por ejemplo, se produce la determinación genética del sexo (XX, XY). Alrededor de la sexta semana se inicia en el varón el proceso de masculinización, por medio del cual se produce la formación de los testículos y, aproximadamente, en la duodécima semana, se inicia la formación de los ovarios, en el caso de la mujer. Los gametos diferenciados inician la producción de hormonas sexuales, con predominio en la producción de andrógenos en el hombre y de estrógenos en la mujer. Posteriormente, en la pubertad, el proceso de diferenciación sexual se manifestará a través de la aparición de los caracteres sexuales secundarios.

Otro aspecto del efecto de lo biológico sobre la sexualidad, lo podemos apreciar en una mujer en edad reproductiva, en la que los cambios hormonales influyen no solo anímicamente, sino también en lo que concierne al deseo o apetito sexual. Diversas investigaciones constatan la existencia de sensaciones cíclicas en la mujer, estrechamente ligadas a las modificaciones hormonales que experimentan.

B. Factores socioculturales

Los aprendizajes, las normas sociales, la moral, las creencias y pautas de comportamiento, propias de cada entorno sociocultural, determinan innumerables aspectos de la sexualidad. El hombre es un ser esencialmente social, en esa medida, nuestra identidad de género, roles sexuales, los comportamientos que definen nuestra masculinidad y femineidad están

determinados por nuestra experiencia al interior de todo un conjunto de relaciones sociales, dentro de las cuales cabe destacar, las relaciones económicas, políticas, los contenidos ideológicos, el factor religioso, etc.

C. Factores personales

Existen, también, una serie de formaciones psicológicas en la personalidad que constituyen y determinan la forma como vivenciamos y conducimos nuestra sexualidad.

Nos estamos refiriendo a los siguientes aspectos:

- **Identidad sexual (cómo se siente):** Se refiere a la conciencia íntima de ser hombre o mujer. Es el sentimiento interior de pertenecer a un sexo preciso: soy hombre, soy mujer, o experimento confusión en torno a cómo me siento. La identidad de género se construye inicialmente en el proceso biológico y de socialización, en los primeros tres años de vida, quedando fija cuando se ha adquirido el lenguaje.

Es necesario mencionar también que la identidad de género es un aspecto de la formación de la identidad en general, entendida esta, como una dimensión de la personalidad referida a la construcción de la autoconciencia. Es más, la conciencia de la pertenencia sexual es, en todas las edades, uno de los elementos más importantes y estables de la autoconciencia integral que tiene cada individuo.

La mayoría de los psicólogos coinciden en señalar que el periodo crítico de formación de la identidad personal –y por tanto, de la identidad sexual– es la adolescencia. Existe un marco social que favorece este proceso y que incluye una serie de procesos íntimamente relacionados: culminación de la maduración física y sexual, variaciones en el contenido de la actividad, nuevos roles sociales, cambios en el plano de la comunicación, en la significación de los demás (pares, familiares), el desarrollo de habilidades, las transformaciones en la esfera de los intereses, motivos, valores, etc. Aunque los procesos de maduración sexual, el incremento de la fuerza física, la modificación en los contornos del cuerpo, generan, obviamente, el interés del adolescente por sí mismo, el factor

determinante en este hecho no son los procesos fisiológicos en sí, sino el hecho de que la maduración física constituye un símbolo social, un signo de pubertad al que prestan mucha atención y siguen de cerca, tanto los adultos como los padres. Una muestra de ello es la preocupación que tiene el adolescente de su atractivo (autovaloración).

- **Rol o papel del género (cómo actúa):** Se refiere a los patrones de comportamiento masculinos o femeninos. Se expresa mediante actitudes, reacciones afectivas, vestimenta, apariencia o roles sociales.

Se puede afirmar por ello que la masculinidad y la femineidad se desarrollan en un proceso de bio-socio-cultural. En nuestra cultura, por ejemplo, al interior de la pareja, tomar la iniciativa para insinuar, sugerir, persuadir e insistir a la pareja para iniciar las relaciones sexuales (sexo-genitales), se considera frecuentemente un rol masculino. En ciertas tribus de Nueva Guinea, en cambio, ocurre a la inversa.

¿Qué se entiende por masculinidad y femineidad?

La masculinidad es el conjunto de caracteres propios del sexo masculino, es decir, desarrollados exclusivamente por el varón. De manera análoga para la femineidad: cualidad de ciertos caracteres en cuanto pertenecen a la mujer. Así, la rudeza, seriedad y seguridad se consideran rasgos propios del varón; mientras que la suavidad, fragilidad, atolondramiento e inseguridad, propios de la mujer. Los conceptos de femineidad y masculinidad podrían variar al entorno cultural y a la época.

D. Funciones de la sexualidad

¿Debe la sexualidad estar circunscrita solo a la función reproductiva? La mayoría de psicólogos, en la actualidad, consideran que la sexualidad, en tanto dimensión de la personalidad, cumple funciones muy diversas, funciones que solo son posibles de encontrar en el ser humano, en su condición de ser social, las cuales son elementos de diferenciación del hombre con el animal.

- **La creación de vínculos afectivos estables**

La sexualidad contribuye a la formación de relaciones amorosas. El amor existente en las relaciones familiares surge de la sexualidad. En consecuencia, la sexualidad es origen de la relación más perdurable que existe.

- **El erotismo y la sensualidad:** La capacidad sensorial de nuestro cuerpo nos permite apreciar valores estéticos más allá del mero sentido pragmático de las cosas: la belleza, la ternura, lo agradable del contacto, del sonido, del ritmo; en otras palabras, nos permite el goce de lo placentero.

- **Otras funciones**

Respecto a las funciones de la sexualidad, podemos afirmar que existe el sexo procreador; el sexo de formación de pareja, cuando su función es la de favorecer el acercamiento de un hombre y una mujer para formar pareja estable; el sexo de mantenimiento de pareja el que, una vez formada, es útil para mantener a la pareja como tal.

Creemos que, en realidad, el sexo en la especie humana evolucionada se refiere a la unión corporal que, sin tener como fin único la reproducción, conlleva una serie de elementos afectivos de relación en los que al placer desinhibido, se une el goce pleno de la entrega y de la posesión.

Retroalimentación

1. ¿Qué se entiende por sexo genital?

2. ¿Qué se entiende por identidad sexual?

3. ¿Qué es el rol de género?

4. Menciona dos funciones de la sexualidad.

Trabajando en clase

La escalera de la autoestima

- ▶ **El autoconocimiento:** Vivir concientemente y no evadir la realidad. Ser conscientes de nuestras acciones, propósitos, valores y metas. ¿Te conoces?
- ▶ **El autoconcepto:** Es la visión o la imagen que tengo de mí mismo, si digo «Yo creo que soy» todo lo que diga acerca de mí, es mi autoconcepto. ¿Tienes un buen autoconcepto de ti mismo?
- ▶ **La autoevaluación:** Es la capacidad de evaluar como positivo o negativo aquello que sea realmente positivo o negativo para mí, reflexionando al mismo tiempo sobre normas y valores de la sociedad. ¿Te evalúas o te devalúas?
- ▶ **La autoaceptación:** Aceptarme no es necesariamente gustarme, sino reconocer qué soy. Para aceptarme no tengo que negar qué soy, al contrario, se trata de aprender, con todas mis características, lo positivo o negativo, mis capacidades y mis limitaciones, mis aciertos y mis errores. ¿Te aceptas?
- ▶ **El autorrespeto:** Autorrespetarse es atender, es hacer caso a las propias necesidades para satisfacerlas, vivir según nuestros propios valores y expresar nuestros sentimientos y emociones, sin hacernos daño ni culparnos. Buscar y aclarar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo. ¿Te respetas?

► La autoestima

Es amarnos y confiar en nosotros para lograr nuestros objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener. Quien se quiere a sí mismo se conoce y se acepta como es, conoce sus cualidades y sus limitaciones. Todas las personas valemos por nosotras mismas. No es necesario ser el mejor o la mejor. Lo importante es hacer nuestro mejor esfuerzo y sentirnos satisfechos con nuestros logros. Alcanzar la meta en nuestro desarrollo personal.

No es autoestima el amor a sí mismo en el sentido egoísta: el alarde, el autoelogio; no es tampoco un inventario de aptitudes, habilidades, carácter, personalidad o logros. ¿Conoces a grandes «personajes» que se han convertido en alcohólicos, drogadictos o que se han suicidado, para escapar de un «yo» que han llegado a odiar?

Responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es la autoestima?

2. ¿Qué es el autoconcepto?

3. ¿Qué es el autorrespeto?

4. ¿Qué es la autoaceptación?

► Escribe a qué tipo de sexo corresponde:

Testículos	
Forma del cuerpo	
Pene o vagina	
Hormonas M o F	
XY o XX	

Verificando el aprendizaje

- El sexo _____ hace referencia a si se poseen testículos u ovarios.
 - cromosomático
 - hormonal
 - genital
 - gonodal
 - del esquema corporal
 - cromosomático
 - hormonal
 - del esquema corporal
- El sexo _____ hace referencia a la definición genética.
 - genital
 - gonodal
 - Hace referencia a la conciencia íntima de descubrirse hombre o mujer:
 - Identidad sexual
 - Rol de género
 - Preferencia sexual
 - Orientación sexual
 - Erotismo

4. Hace referencia a los patrones de comportamiento definidos como masculinos o femeninos:
- a) Erotismo
 - b) Presencia sexual
 - c) Identidad sexual
 - d) Rol de género
 - e) Orientación sexual
5. El sexo en la especie humana se refiere a _____.
- a) erotismo
 - b) rol de género
 - c) solo unión corporal
 - d) unión corporal y elementos afectivos
 - e) búsqueda de dominio
6. No es una función de la sexualidad:
- a) El erotismo
 - b) Crear vínculos estables afectivos
 - c) Reproducción
 - d) Sensualidad
 - e) Tensión
7. Reflexionar sobre valores hace referencia a(l) (la) _____.
- a) autoconcepto
 - b) autoevaluación
 - c) autoaceptación
 - d) autorrespeto
 - e) autoconocimiento
8. Es la visión o imagen que tengo de mí mismo:
- a) Autoconocimiento
 - b) Autoevaluación
 - c) Autoaceptación
 - d) Autoestima
 - e) Autoconcepto
9. Es aprender a reconocer que soy como soy:
- a) Autoestima
 - b) Automotivación
 - c) Autorrespeto
 - d) Autoaceptación
 - e) Autoevaluación
10. Es amarnos y confiar en nosotros para lograr nuestros objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener.
- a) Autoestima
 - b) Autoconocimiento
 - c) Autoconcepto
 - d) Autoevaluación
 - e) Autoaceptación