

APUNTES DE EDUCACIÓN SEXUAL SOBRE LA SEXUALIDAD DE NIÑOS Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD



Herramientas

GUIAS PARA PADRES Y MADRES

Número

18

APUNTES DE EDUCACIÓN SEXUAL

Sobre la sexualidad de niños y niñas con discapacidad

CARLOS DE LA CRUZ MARTÍN-ROMO
ÓSCAR LÁZARO CABEZÓN



Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos

Autor:

Carlos de la Cruz Martín-Romo
Oscar Lázaro Cabezón

Coordinan:

Lola Abelló Planas
Ginés Martínez Cerón
Francisco Delgado
Pilar Triguero
Pablo Gortázar Díaz

Edita: CEAPA

Puerta del Sol, 4 6º A. 28013 Madrid
Tel. 91 701 47 10 Fax 91 521 73 92
E-mail: ceapa@ceapa.es
Web: www.ceapa.es

Primera Edición:

Marzo de 2006

Depósito Legal:

Diseño Gráfico:

Gregorio Chacón

Imprime:

ROELMA, S.L.L.

Junta Directiva de CEAPA

Lola Abelló, Ginés Martínez, Pedro Salguero, Fernando Vélez,
Pilar Triguero, María Isabel Marteles, Antonio Soto, Esther Sosa,
Pura Toste, Juan Antonio Vilches, Francisco Delgado, Francisco
Javier Soler, Francisco Montañés, Rafael Delgado, Francisco
Xosé Silvosa, José Luis Pazos, Pedro Tudela, Clara Rosas,
Francisco Martínez y M^a Carmen Molina

CEAPA ha sido declarada entidad de Utilidad Pública el
25 de Julio de 1995

IMPRESO EN PAPEL RECICLADO 100%

PRESENTACIÓN

Este texto no pretende dejar resuelta la Educación Sexual, seríamos demasiado pretenciosos. Tan sólo acercarnos a ella. Con todo mimo y con todo cariño, pues sabemos que la sexualidad de las personas con discapacidad, con demasiada frecuencia se ha asociado a los problemas y que, precisamente por ello, es algo de lo que todavía se habla poco. Una suerte de superstición que invita a pensar en que si no se habla, no existe, y si no existe, no hay problema.

La sexualidad forma parte de todas las personas y, por supuesto, también de las personas con discapacidad. Y como todas las sexualidades, ésta también se educa. Por eso no da igual si se habla o se calla, qué temas se abordan y con qué tono, la intimidad, las relaciones, el cuerpo... Según se actúe, se darán unos significados u otros y se llevará la Educación Sexual en una dirección u otra.

Como es evidente, nosotros queremos caminar en la dirección de contribuir a que chicos y chicas, niños y niñas, aprendan a conocerse, aprendan a aceptarse y a que las expresiones de su erótica sean fuente de satisfacción y no de problemas. La misma dirección a la que quisiéramos llevar al resto de sexualidades. No puede ser de otro modo.

Algunas de las dificultades de este texto están en que hablamos de niños y niñas, de chicos y chicas con discapacidad como si se pudiera generalizar cuando sabemos que cada caso es singular. Distintas personas, distintas discapacidades. Y no sólo porque no es igual si la discapacidad es física, sensorial, intelectual o con parálisis cerebral. Es que en cada uno de los supuestos también es distinto. Pedimos por tanto el esfuerzo de adaptar el texto a la realidad de quien lo lea. Lo mismo que habrá que hacer al leer sobre las distintas etapas evolutivas.

Otra dificultad está al referirnos a padres y madres o familias. También sabemos que no hay un único modelo de familias y que no todas están constituidas por un padre y una madre. Pero, en cualquier caso, estamos seguros de que en las distintas familias se puede crecer, sobre todo si lo que les une es el afecto, los sentimientos compartidos y el cariño recíproco entre todos y todas.

- 1 -

Ante la noticia de un embarazo, además de todas las precauciones lógicas a tener en cuenta, es inevitable jugar con la expectativa sobre el sexo que tendrá la nueva criatura. Unas veces por la preferencia por un miembro de la pareja, u otras veces por simplemente preferir niño o niña, la elección del sexo queda servida...

Los pensamientos sobre cómo vestiremos al bebé si es niña, a qué jugaremos, cómo decoraremos su habitación... son continuos. Lo mismo en el caso de niño. Es importante, por tanto, ser conscientes de que tanto niños como niñas han de tener las mismas posibilidades y que hay que hacer lo posible para ofrecérselas. Por eso todos esos pensamientos han de ser compatibles con que niños y niñas tengan el mismo punto de partida para que puedan llegar igual de lejos.

Contamos todo esto porque aún hoy, a veces, no se educa igual a los niños que a las niñas. No se les ofrece los mismos juguetes, ni los mismos cuentos, ni las mismas posibilidades de ocio. Hay estudios que indican que, incluso, se les habla de distinto modo y hasta se les coge de manera distinta.

Ahora estamos hablando de sexualidad y discapacidad y decimos lo mismo. Habrá que ofrecer las mismas posibilidades. Niños y niñas con discapacidad tienen las mismas dificultades pero han de tener las mismas posibilidades. En cuanto a la sexualidad, decimos lo mismo. Tan importante va a ser educar la sexualidad en las niñas con discapacidad como en los niños con discapacidad. No hay diferencia.

La expectativa de sexo, no es la única expectativa. Durante el embarazo se gestan muchas más. Sobre el futuro, sobre las relaciones, sobre situaciones compartidas. Sabemos que asumir la discapacidad es también asumir que algunas de esas expectativas serán difíciles de cumplir. Pero creemos que habrá que aprender a mirar las posibilidades y no quedarse en las dificultades.

Desde este texto quisiéramos invitar en otros aspectos a lo mismo que pretendemos con la Educación Sexual. A tratar por igual a niños y a niñas y que el sexo no suponga en ningún caso una dificultad añadida o un puerta que se cierra para educar o trabajar determinados aspectos. La Educación, tanto desde la familias como desde la escuela, tiene que procurar no discriminar a niños y a niñas, ofreciendo a ambos las mis-

mas posibilidades. Evidentemente en el plural de niños y niñas están incluidos quienes tienen discapacidad.

- 2 -

Al nacer un hijo o una hija con discapacidad, tanto el padre como la madre entienden que todos somos diferentes... pasarán días y meses hasta comprender que precisamente por eso, hay que tratar a todos, a todas, como iguales. Y eso no es nada fácil

¿Diferentes? ¿Iguales? ¿Cómo conjugar ambos términos? Ahora estamos hablando de Sexualidad y por eso resulta más complicado. Pero sabemos que cada hombre es distinto. Que cada mujer es también distinta. Que son distintas todas las circunstancias personales. Como también lo son los valores, las experiencias, los modos de pensar, los miedos,... Sabemos que vivimos en un mundo lleno de singularidades y que tanta diversidad es buena. Entre todos y todas hacemos el arco iris.

Pero también somos iguales. Porque nadie puede considerarse mejor que otro. Además, como ya hemos dicho, todos y todas hemos de tener las mismas oportunidades, los mismos derechos y obligaciones y las mismas posibilidades para desarrollar todo el potencial que llevamos dentro. Así es la sociedad que queremos construir y esa es la dirección en la que queremos avanzar.

Con la sexualidad y la Educación Sexual sucede igual. No puede ser de otro modo. Todos los hombres y todas las mujeres son distintos en cómo son, en cómo viven su sexualidad y en cómo la expresan. Cada persona es única y peculiar. Pero ninguna persona es mejor que otra y todas están llenas de potencialidades. Las personas con discapacidad no son una excepción.

Educar y atender la sexualidad de chicos y chicas, de niños y niñas es ayudar a que se desarrollen de manera integral. A que aprendan a conocerse, a saber cómo son y cómo funcionan. A que aprendan a aceptarse, a sentir que como hombres y como mujeres merecen la pena, a que se les quiere y se les acepta como son. Y, por último, a que aprendan que la sexualidad no ha de ser fuente de problemas y, sin embargo, si puede serlo de satisfacciones.

Es indudable que estos objetivos son muy ambiciosos y difíciles de conseguir, pero también es indudable que han de ser los mismos para todas



las sexualidades. Porque en todos los casos hablamos de hombres y mujeres. Aunque sabemos que con discapacidad los logros va a ser más difíciles. Por eso, si queremos ayudarles en su Educación Sexual procuraremos ser conscientes de las dificultades para así no hacerlas más grandes y, por contra, intentar sortearlas y minimizarlas. Merece la pena.

- 3 -

Todos los hijos, todas las hijas son personas sexuadas. Poco importa que desde el entorno sólo se perciban cambios hormonales e intereses en unos niños y niñas, mientras que se simule la invisibilidad de esos mismos cambios e intereses en los niños y las niñas con discapacidad.

Con demasiada frecuencia a la sexualidad de los chicos y chicas con discapacidad se la rodea con un muro de silencio. Algo de lo que no se habla. Así suele ocurrir en el ámbito de las familias, donde se suele hablar poco o nada sobre la sexualidad de estos chicos o chicas, y donde tampoco se habla, apenas nada, con ellos o ellas de este tema.

Por cierto, ese mismo silencio es toda la información que ha recibido esa familia sobre la sexualidad de sus hijos e hijas. Tanto por lo que manifiestan en casa como por lo que han aprendido de su entorno. Es frecuente que los profesionales, tanto del mundo educativo como del mundo sanitario, hayan contribuido con sus silencios a levantar ese muro. De la sexualidad no se habla, salvo que no quede otro remedio.

Parece como si con ese silencio se quisiera proteger al niño o la niña. Como si las palabras pudieran despertar la sexualidad. Como si la invisibilidad o el silencio fueran una vacuna frente a los problemas.

Sin embargo la realidad es tozuda. Chicos y chicas con discapacidad también tienen su sexualidad. Tendrán su desarrollo hormonal, madurarán sus cuerpos, puede que sientan la necesidad de tocarse o acariciarse y, desde luego, estarán influidos por la televisión, las imágenes y los comentarios que sobre sexualidad se realicen a su alrededor. ¿Su sexualidad dormida? Nada de eso. Que no hablen de sexualidad no significa que no les interese.

Casi siempre, tarde o temprano, habrá que afrontar el tema. Insistimos, el silencio nunca ha resuelto un problema. Por tanto será mejor ir preparándose, asumiendo la sexualidad del chico y de la chica con disca-

pacidad, ir conociendo sobre sus peculiaridades y su desarrollo. Se trata de aprender a hablar del tema para que sepan que también en esto pueden contar con su familia.

Por supuesto que las familias tampoco deberían estar rodeadas de silencio, que los profesionales deberían transmitirles información y criterios. Pero mientras esa información llega de forma natural, las familias pueden y deben permitirse solicitarla. Igual que preguntan por todo lo que les preocupa o les interesa, también pueden hacerlo por la sexualidad de sus hijos e hijas. Porque es necesaria para el desarrollo integral de la persona, porque la sexualidad nos interesa y porque no queremos que preocupe. Seguro que la mayoría de profesionales están dispuestos a colaborar.

- 4 -

Empezar a andar, empezar a hablar... son sin duda las grandes referencias que se tienen desde las familias para percibir normalidad en sus hijos y hijas. Cuando esto no ocurre, cuando estas referencias no se cumplen... se dejan muchas cosas pendientes, también la sexualidad.

¿De dónde vienen los niños? ¿Por qué los niños tienen una cosa y las niñas otra? ¿Cómo entra el bebé en la tripa?... Éstas son algunas de las preguntas típicas con las que niños y niñas nos advierten que quieren aprender sobre sexualidad. Como padres y como madres sabemos que las respuestas no son indiferentes. La Educación Sexual ya está en marcha. Por tanto se trata de dejar la puerta abierta y de señalar en la dirección adecuada.

A veces no son las preguntas las que inician la Educación Sexual. El niño o la niña que explora su cuerpo, que se acaricia, que toca sus genitales para darse placer ¿Se le deja? ¿Se le reprime? ¿Si lo hace en casa, si lo hace en el parque? Ante estas cuestiones tampoco da igual que la respuesta sea de un tipo u otro. En cualquier caso la persona adulta sabe que lo que proponga también es Educación Sexual. Y que se educa tanto con el tono como con las indicaciones.

Preguntas normales y conductas normales en la mayoría de niños y de niñas. Y que en los dos casos sirven para tomar conciencia de la necesidad de la Educación Sexual, y de que no da igual. Que siempre será mejor hacer las cosas bien que mal. Sobre todo si el objetivo es ambi-



cioso. Que el niño o la niña también pueda desarrollarse plenamente en lo sexual.

Para los niños o niñas con discapacidad, en algunos casos, estas puertas para la Educación Sexual están cerradas. En los casos en los que las dificultades cognitivas o de lenguaje no permitan las preguntas o en aquellos casos en que las dificultades motrices no permitan la auto exploración. En esos casos, padres y madres pueden creer erróneamente que aún no hay que empezar. Cuando la realidad es que, para bajar lo importante, no es imprescindible pasar por esas puertas.

Para hablar de sexualidad lo importante es la buena disposición. Que tu hijo o tu hija perciba que le quieres hablar, que para ti también es importante hablarle de este tema. Por tanto la pregunta no es lo imprescindible. Lo único necesario es la voluntad de hablar. ¿Podemos hablar aunque no nos hagan preguntas? Evidentemente sí. Lo mismo que hacemos con el resto de los temas. ¿O acaso esperamos siempre a sus preguntas? La realidad es que habitualmente es el padre o la madre quien lleva la iniciativa, quien le cuenta lo que es importante y lo que cree que necesita saber. Pues con lo sexual, lo lógico sería hacer lo mismo y seguro que alrededor de la sexualidad habrá algo que se pueda contar y que puedan entender.

Respecto a las conductas. Lo importante ahora es que aprendan que hay conductas que tienen que ver con la intimidad. Por eso no es lo mismo decir "esto no se hace" que "esto aquí no se hace". Lo más sensato parece la segunda opción. Mejor aún si además se le ofrecen alternativas tales como "cuando estés en casa", "cuando no haya gente delante". Se supone que la pretensión es que algunas conductas se den en espacios de intimidad y no en espacios de prohibición. Y según se haga de un modo u otro, una misma alcoba puede convertirse en una cosa u otra.

Si hablamos de niños o niñas con discapacidad lo importante sigue siendo lo mismo. Aunque para ello no basten las palabras y sea preciso llevarles al cuarto para que asocien e interioricen lo adecuado. El objetivo es que aprendan que hay espacios de intimidad y este aprendizaje es importante incluso cuando no se presentan conductas de masturbación. La intimidad no sólo es necesaria para la masturbación. Es necesaria para crecer.

Resulta que la verdadera Educación Sexual ha empezado mucho antes y casi siempre de la mejor manera posible... Bien. Si es así ahora sólo habría que dar continuidad. Los besos, las caricias, decirle que le quieres... todo eso es Educación Sexual

Educar la sexualidad no consiste sólo en que niños y niñas aprendan cómo se hacen los bebés, tampoco en que sepan que hay cosas que no deben hacerse en público. Ya hemos dicho que eso es importante, que es necesario. Todo eso y mucho más pero, sinceramente, quizá lo realmente importante esté en otro sitio.

Uno de los objetivos de la Educación Sexual es aprender a aceptarse. Sentir que mereces la pena, y eso se va logrando poco a poco. Desde que el niño o la niña es bebé. Cuando llora y le coges, cuando le acaricias, le besas, le achuchas. Cuando le estás demostrando que le quieres y le aceptas tal y como es.

En el contacto próximo, en el contacto piel con piel, el bebé aprende a expresar emociones y a que se las reconozcan, aprende a tener seguridad en los demás y lo que es más importante aún: que es digno de ser querido, digna de ser querida. Parece claro que ésta es la puerta para aprender a aceptarse. O, acaso, ¿es posible estar a gusto contigo mismo si tu entorno no te transmite con absoluta claridad que mereces la pena?

Todo esto es Educación Sexual aunque no se digan las palabras pene, vagina, embarazo, preservativo o masturbación. Y además sabemos que para ser feliz es mucho más importante saber que se te quiere que aprender cuál es el papel del endometrio en la menstruación o el de la próstata en la fabricación del semen.

Estos mensajes siguen siendo necesarios cuando pasan los años, cuando el bebé ya es un niño o niña, o más adelante: un chico o chica, un hombre o una mujer. Siempre es necesario saber que las personas que te importan, te quieren y te aceptan como eres. Mucho más importante aún para las personas con discapacidad donde el mensaje que reciben desde algunos entornos es contradictorio: las verdaderas mujeres, los verdaderos hombres no tienen discapacidad

En la sexualidad, en los afectos, en el placer hay muchas cosas subjetivas. Lo que significa que nadie está más preparado que otra persona.



Porque cada vivencia es personal y por tanto no es posible compararlas. Por eso cada hombre y cada mujer, siendo como es, tiene capacidad para sentirse feliz.

- 6 -

La afectividad entre padres y madres e hijos e hijas va evolucionando con los años, cambian los modos y los lugares donde se muestra. La misma evolución se da con el resto de personas adultas. Sin embargo, en el caso de hijos o hijas con discapacidad, no siempre ocurre lo mismo.

Es probable que como padres y como madres siempre sintamos un cariño parecido por nuestros hijos e hijas. En la dirección contraria, los afectos también suelen mantenerse estables. Aunque es verdad que, con el paso del tiempo, puede que vayan cambiando las demostraciones de afecto y las palabras que utilizamos.

Cuando el niño o la niña acude a Educación Infantil habitualmente al salir del colegio nos busca para fundirse en besos y abrazos. En Educación Primaria las cosas cambian, quizás un saludo, las gracias por la merienda y poco más. En Secundaria, casi mejor ni acercarse por el Instituto. ¿Significa esto que nos quieran menos? Nada de eso. Significa que poco a poco van interiorizando ciertas normas sociales y, hoy por hoy, en la sociedad en la que vivimos nos besamos y nos mostramos los afectos pocas veces en público.

Sin embargo esos mismos chicos y chicas siguen necesitando saber que se les quiere, siguen necesitando, además, tener un espacio donde puedan expresarse como son, donde puedan ser naturales y expresar sus emociones tal y como las sientan. Donde puedan reír, donde puedan llorar, donde puedan estar llenos de dudas, de pudores, donde puedan mostrarse vulnerables. Queremos decir que esos chicos y chicas, en casa y sin público, vuelven a aceptar las caricias, las palabras amables y que se les permita estar sin caretas.

Para muchos niños y niñas con discapacidad las cosas son parecidas, y desde la familia lo que toca es aceptar las nuevas reglas para los afectos. Aunque en ocasiones estas nuevas normas no aparecen. Es más, se mantienen las anteriores. Así, se permite que chicos y chicas con discapacidad, y que ya no están en edad de Educación Infantil, sigan llenando de besos exagerados a todas las visitas o que sean las personas adul-

tas quienes les besen y achuchen en cualquier situación y con independencia de la edad y de quienes estén delante.

Que nadie piense que estamos en contra de los afectos ¿Alguien podría estar en contra? Ni siquiera estamos seguros de que el modelo de sociedad donde los afectos se esconden para el ámbito privado y sólo para algunas personas sea el que más nos gusta. Pero sucede que la sociedad en la que queremos integrar a todos los chicos y chicas, también con discapacidad, tienen estas normas. La mayoría de niños y de niñas las aprenden solos, incluso con exceso de rigor y antes de tiempo, pero en otros casos, en muchas personas con discapacidad, deberemos hacer lo posible para que las aprendan, sin que ello pueda interpretarse como que el cariño se reduce o se limita. Sólo se transforma

- 7 -

La sexualidad se entiende como algo natural, pero la verdad es que luego cuesta actuar con naturalidad... Más aún cuando somos conscientes de nuestros pudores, nuestras dudas o nuestros prejuicios. Muchos de ellos aumentados ante la sexualidad del niño o la niña con discapacidad.

Imagina por un momento que nunca recibiste Educación Sexual y que, además, crees que te faltan conocimientos sobre el tema y que eres consciente de que estás lleno de dudas, de pudores y de prejuicios. Imagina, también, que consideras que para hacer una buena Educación Sexual son importantes los conocimientos y, desde luego, saber hablar del tema con "naturalidad" y en el tono correcto y con las palabras adecuadas. Por supuesto, sin pudores ni prejuicios. Imagina ambas cosas a la vez y piensa que son ciertas. En esas condiciones, ¿seríamos capaces de hacer Educación Sexual? Me temo que no. Que preferiríamos no ver la necesidad.

Así ocurre, que con esas premisas, muchos padres y madres no se sienten preparados para hacer Educación Sexual. Piensan que el listón está muy alto y, puesto que no llegan, mejor ni siquiera lo intentan. Sin embargo, desde nuestra idea de la sexualidad, el listón está a ras de suelo. Todos los padres y todas las madres pueden pasar por encima de él. Todos los padres y todas las madres están preparados.

Por supuesto que hace falta "naturalidad" para hacer Educación Sexual. Pero naturalidad significa "mostrarte como eres" y no otra cosa. De



ningún modo significa ser capaz de algo más o tener que fingir para mostrar determinado tono. Ser naturales significa eso: que puedes ponerte colorado, tener dudas, mostrar tus nervios...

Al hablar con tu hijo o con tu hija de sexualidad lo realmente importante es que el niño o la niña perciba que quieres hablar con él. ¡Fíjate si tienes interés que hasta haces esfuerzos por comunicarte y no te importa ni titubear, ni que se te suban los colores! Eso es ser naturales, ser tú mismo, tú misma. Además ese es el único modo de que el niño o la niña aprenda a mostrarse como es, con su naturalidad, sin tener que fingir delante de nosotros o de nosotras.

Lo mismo sucede con otras situaciones que también tienen que ver con la sexualidad, donde lo importante será mostrarnos naturales y, llegado el caso, ofrecer criterios y razonarlos. Para que nos comprendan y comprendernos, por eso será importante hablar en primera persona.

El niño y la niña con discapacidad también precisa de nuestra naturalidad. y también de nuestras dudas, nuestros criterios y nuestros esfuerzos. Recordamos que niños y niñas aprenden de lo que ven y un padre o una madre que se muestran tal y como son, aceptándose, son un buen modelo de aprendizaje. El mejor modelo.

- 8 -

Con frecuencia la mayoría de las preocupaciones de padres y madres respecto a la sexualidad de sus hijos o hijas... tienen que ver con genitalidad y, por consiguiente, con reproducción. Lo que, de algún modo, invita a descartar la sexualidad en sus hijos e hijas con discapacidad.

¿La sexualidad está en los genitales o en todo el cuerpo? Sabemos que en todo el cuerpo. Por eso la educación sexual no consiste sólo en dar conocimiento sobre los genitales. La Educación Sexual consiste en aprender a conocer y a manejar el cuerpo. Tanto como se pueda. Y, evidentemente, sin olvidar que en los cuerpos hay genitales. Habrán de ser parte aceptada de un cuerpo aceptado. Una parte.

Tampoco la sexualidad se reduce a la reproducción. Sabemos que hay sexualidad y posibilidad de que está se exprese en todos los hombres y en todas las mujeres, tengan o no pareja, la masturbación, las fantasías, los

deseos, las curiosidades...y en definitiva las distintas formas de manifestarse la sexualidad.

Si hay pareja, también sabemos que las relaciones eróticas no tienen por qué limitarse al coito y que, además, éste puede hacerse protegido. En definitiva, que no hay dudas de que una cosa es la sexualidad y otra es la reproducción. Pero, por otra parte, sería pecar de ingenuos no reconocer que el fantasma de un posible embarazo puede estar por ahí. Es importante reconocerlo para que ese fantasma no crezca más de la cuenta.

Algunos padres o madres han intentado atajar ese miedo negando la sexualidad de su hijo o de su hija, como si fuera a ser siempre una "sexualidad infantil". Pero la estrategia no ha funcionado. Chicos y chicas con discapacidad madurarán biológicamente como el resto. Tendrán su pubertad y su desarrollo y, aunque se les haya negado la sexualidad, llegará la capacidad reproductora y con ella los fantasmas que se han pretendido evitar. ¿Qué hacer ahora? ¿Empezar todo desde el principio?

La estrategia buena era haber aprendido a hablar sobre sexualidad cuando no teníamos ni miedo, ni prisa. De este modo, ahora tendríamos la complicidad y la costumbre a nuestro favor, ahora ya sabríamos hablar de lo sexual con nuestros hijos e hijas y de lo que es importante y necesario. Así cada uno con sus miedos, pero también con su naturalidad, podrá hablar de pareja, de riesgos, de intimidad, de deseos y de no aceptar imposiciones, de criterios, de valores... de muchas cosas pero sobre todo de una: de sentirse bien y de evitar consecuencias no deseadas. Todo tipo de consecuencias no deseadas.

Como ya hemos dicho, en alguna otra ocasión, los silencios casi nunca solucionan los problemas. Así que habrá que saber mirar a los fantasmas de frente, reconocer los miedos e intentar espantarlos de modo que chicos y chicas puedan seguir creciendo en todos sus aspectos. También en lo sexual.

Después puede que vengan más fantasmas: ¿anticoncepción? ¿esterilidad?... Pero las claves son parecidas. Si se llega con los deberes hechos, algo más fácil se tendrá. Se podrá edificar sobre cimientos firmes. Mirar para otro lado o negar la sexualidad ni soluciona los problemas, ni evita acabar dándonos de frente con la realidad.



Las relaciones con los hermanos y hermanas son todo un aprendizaje entre iguales. También lo son las relaciones con otros niños y niñas del vecindario, del parque, de las zonas infantiles, ... no hacer partícipes a los niños y niñas de estas relaciones sería una temeridad.

Es evidente: todos y todas necesitamos relacionarnos, más aún cuando estás en la infancia. Necesitas relacionarte con tu familia y con tus compañeros y compañeras del colegio. Pero también se necesita que esas relaciones se den en otros contextos y también con más gente. Aprender a relacionarse es aprender a vivir en sociedad.

La familia del niño o de la niña con discapacidad está representada por su padre, su madre o las personas adultas que vivan con él y le cuiden y le quieran. Pero evidentemente son también sus hermanos o hermanas. Con los que habrá que procurar que establezca una relación lo más igualitaria posible. Es decir que compartan espacios, juegos, momentos de ocio, conversaciones, si son posibles, televisión, cenas... todo lo que pueda compartirse en una casa. Lo que supone compartir ratos buenos y malos, risas, llantos, emociones, sentimientos. Es decir lo que significa formar parte de la familia como uno más, como una más.

En otro apartado comentamos que las familias son imprescindibles para aprender a aceptarse, para aprender que se es digno de ser querido, de ser querida. El siguiente paso es aprender a relacionarse. Del mismo modo que decíamos que ese objetivo no había que abandonarlo, este tampoco.

Son necesarios más espacios de interacción que la escuela. Espacios más informales y donde las relaciones se establecen entre iguales. Por tanto, hay que facilitar que el niño o la niña pueda relacionarse con tantos niños o niñas como sea posible. Para eso sólo es necesario procurar llevarle a los lugares donde habitualmente se puede compartir juegos con otros niños y niñas: zonas infantiles, parques, piscinas... Hablamos evidentemente de niños y niñas de todo tipo y no sólo con discapacidad.

Sabemos que el rechazo es una posibilidad, pero también sabemos que sin riesgos nada podremos cambiar. De todos modos tenemos que saber que las relaciones entre niños y niñas, entre todos los niños y las niñas, se construyen con facilidades y dificultades, aceptaciones y rechazos, con timidez y con extroversión, puede que con besos y golpes, con días buenos y días malos... precisamente por eso son importante este tipo de

relaciones: para aprender a equivocarse, a corregir, a distinguir entre comportamientos adecuados y aceptables y otros que molestan.

Hemos hablado de niños y de niñas, lo que no quiere decir que las relaciones más adelante no sean necesarias. Por supuesto que lo son y mucho. Pero como con todo, será más fácil relacionarse de manera adecuada entre chicos y chicas si previamente hubo el aprendizaje ¿Imaginamos las dificultades que tendrá para relacionarse en la adolescencia un chico o una chica que sólo conoce la escuela y la casa? ¿Un chico o una chica que sólo ha aprendido a relacionarse con las personas adultas amigas de la familia?

- 10 -

Ni ángeles, ni demonios. Estamos aprendiendo a desterrar muchos de los mitos que tradicionalmente han rodeado a la sexualidad. Sin embargo todavía se da credibilidad a algunos de los que hacen referencia a la sexualidad de las personas con discapacidad. Pero no por repetirlos se vuelven verdad.

Haciendo un poco de memoria, es fácil recordar muchos de los mitos, falsedades y medias verdades con los que ha estado asociada la sexualidad. Mitos sobre la regla, la masturbación, las relaciones eróticas, los cuerpos, los genitales, sobre cómo son y cómo se comportan los hombres o las mujeres, sobre el placer, la sexualidad y sus peligros... afortunadamente muchas cosas han cambiado.

Hemos aprendido a hablar de lo sexual, a sacar estos temas del cajón de los secretos y, por tanto, a distinguir los conocimientos ciertos de los que son mitos o creencias erróneas. Evidentemente para ello ha hecho falta leer, hablar, escuchar y sobre todo dar importancia al tema en cuestión. Es indudable que ahora sabemos más y mejor sobre sexualidad que hace algunos años.

Sin embargo, para muchas cosas, la sexualidad de niños y niñas con discapacidad sigue en el cajón. Sigue escondida y sigue rodeada de mitos. Por ejemplo: considerar a las personas con discapacidad siempre como niños o niñas y, por consiguiente, sin sexualidad. Otro ejemplo: si la sexualidad de la persona discapacitada se despierta, si lo hace, será de una manera salvaje y desbocada. Lo curioso es que ambos mitos se contradicen y, aún así, permanecen juntos en el imaginario de muchas personas.



Las personas con discapacidad no son siempre niños o niñas. Como cualquiera, crecen y se desarrollan y lo que necesitan es que se les acompañe en ese desarrollo y, desde luego, para que puedan aprender a aceptar sus cambios es importante que su entorno más querido, su familia, le transmita que también acepta y asume cada nueva etapa. Por cierto aunque se les quisiera tratar siempre como si fueran niños o niñas esta no sería una razón para negarles la sexualidad, pues sabemos muy bien que la sexualidad está presente en todas las personas y a todas las edades.

Tampoco es cierto que cuando se presenta la sexualidad lo hace de manera más descontrolada, con más intensidad y más frecuencia. No hay nada que indique que los comportamientos sexuales son más frecuentes entre chicos o chicas con discapacidad que sin ella. Ni la masturbación, ni la curiosidad. Otra cosa es que, si no hay intimidad, si no se les ha indicado lo inadecuado de algunas conductas en público o si se ha sido más permisivo, algunas de estas conductas se hagan más visibles. Pero entonces lo que haría falta es hablar de educación y criterios y no dejarse llevar por mitos. Que en algunos casos se vea más, no significa que la sexualidad sea distinta a la del resto de las personas.

- 11 -

El cuerpo desnudo forma parte de la intimidad de cada persona. En el caso de las personas con discapacidad debería ser igual, y que sólo accedieran al mismo las personas que resultan imprescindibles y en las circunstancias necesarias. Aunque no lo expresen y no lo exijan, su pudor y su desnudo son tan importantes como los de cualquiera.

¿Cuántas personas tienen acceso a vernos cuando estamos desnudos o desnudas? ¿Cuántas a tocarnos? Pocas, muy pocas y sólo si hay razones poderosas: contacto íntimo, revisión médica o alguna otra circunstancia especial y, siempre y cuando, se justifique.

En seguida se aprende que el desnudo corresponde a la intimidad, al dormitorio, al baño y a que es algo que se comparte con muy pocas personas. Todo esto se aprende de forma natural, en cuanto se asoma el pudor al acabar la primera infancia. Un poco aprendido, otro poco imitado y algo de manera espontánea. En cualquier caso, casi nunca hay que explicitar los límites. Caen como fruta madura.

Cuando la persona con discapacidad necesita ayuda para vestirse, para lavarse o para ir al baño es inevitable invadir, en alguna medida, un terreno privado: el de su cuerpo, el de su pudor. Por eso es importante no hacerlo de cualquier manera.

Si algún otro hijo o hija necesitara, circunstancialmente, ayuda en su aseo diario o para vestirse, se procurará hacerlo con las puertas entornadas, respetando sus pudores, nunca delante de otras personas... en fin, del mismo modo que quisiéramos que se actuara con nosotros o nosotras en caso de necesitarlo. Evidentemente con el chico o chica con discapacidad se habrá de actuar de la misma manera. No hay que esperar que él o ella nos indique que le da vergüenza que le vean desnudo. Tiene que aprender que su cuerpo es parte de su intimidad. Para que no crea que puede desnudarse donde quiera, pero también para que aprenda que no le puede ver desnudo o desnuda cualquiera.

En los centros escolares y en las residencias es también muy importante observar estos límites. Procurando no entrar en las dependencias donde se pueda estar aseando o cambiando a alguien, salvo si es estrictamente necesario. No creemos que las prisas justifiquen obviar el pudor. Por las mismas, cuando es una nueva persona quien se encarga de estas tareas, lo sensato es empezar explicando y pidiendo permiso. Aunque sabemos que no siempre hay capacidad para entender estas explicaciones, casi siempre la hay para entender que "algo pasa", que la situación no es la habitual y que por lo menos se le tiene en cuenta.

- 12 -

Con la pubertad, chicos y chicas adolescentes exigen a sus padres y madres respeto a su intimidad: ir solos a comprarse ropa, tener su propio cuarto, poder decorarlo a su gusto... no suele ocurrir lo mismo con los hijos e hijas con discapacidad.

Crecer es también ir ganando en independencia y autonomía. Y aunque estas palabras puedan parecer muy grandes cuando hablamos de chicos o chicas con discapacidad no por ello han de volverse inexistentes. Se trata de su independencia y de su autonomía. Tanta como se pueda.

Adquirir nuevos hábitos, establecer nuevas relaciones, asumir pequeñas responsabilidades... todo eso está en el camino de cualquier chico o de



cualquier chica. De hecho, se supone que como padres o como madres se debería potenciar que así ocurra. Lo que sucede es que, a veces, un poco por pereza y otro poco por pena, cuesta verles crecer y, por eso, no siempre se potencia todo lo anterior.

Pero... aunque cueste aceptarlo: acaban creciendo y ganando en independencia y autonomía y exigiendo su propio espacio, su intimidad y que se respeten sus decisiones. En definitiva quieren que se acepte y se entienda su peculiar manera de ser. Y esto ocurre aunque el padre o la madre no lo hayan potenciado. Así que, puesto que el crecer es inevitable, lo mejor será asumirlo y ponerse al lado y no enfrente.

La diferencia con los chicos y chicas con discapacidad está en qué es más fácil mantenerse en la ficción de que todo sigue como antes, creer que el crecimiento es sólo corporal. Precisamente porque en muchos casos no van a aparecer esas exigencias. De todos modos, parece sensato que también en estos casos la familia se sitúe al lado y acompañe en el proceso potenciando tanta autonomía e independencia como sea posible. Ni más ni menos.

Un pequeño espacio de intimidad se vuelve imprescindible, un cajón donde guardar recuerdos, una pared donde colgar fotos, poder tomar pequeñas decisiones, que perciba que se le respeta su espacio, llamando a la puerta teniéndolo en cuenta... Insistimos sin forzar y con los pies en el suelo, siendo tan conscientes de las dificultades como de las posibilidades.

EPÍLOGO

Escribir todas estas cosas es mucho más fácil que ponerlas en práctica. Sabemos que cada realidad está llena de pequeños matices y que las tonalidades grises abundan mucho más que sus extremos: el blanco o el negro. Por eso sabemos que para la puesta en práctica lo realmente importante es la voluntad de querer hacerlo bien. Aunque, por supuesto, la buena voluntad, siendo imprescindible, no garantiza por sí sola un buen resultado.

Al igual que se hace con otros temas, las familias se deberían permitir hablar entre ellas de todo lo relacionado con la sexualidad de sus hijos e hijas con discapacidad. Sabemos que las preocupaciones son similares, como lo son los miedos y las situaciones con las que habrá que enfrentarse. También sabemos que sentirse solo o sola no es la mejor manera de afrontar todo lo que viene. Es importante la complicidad de la pareja, de la familia más extensa y también la de otros padres y madres que están en circunstancias parecidas.

Compartir experiencias, para así aprender de las ajenas. Hablar, escuchar y sentirse acogido por otras personas. Recordar que la palabra naturalidad también ha de aplicarse a estas situaciones donde, evidentemente, un padre o una madre puede y debe expresarse como es: con sus dudas, sus preocupaciones e inquietudes. Las certezas no son una obligación.

Por todo esto no estamos hablando para padres o madres que quieran ser perfectos, sino para quienes quieran ser personas con todo lo que eso supone de vulnerabilidad, pero también de seguridad por saber el terreno que se pisa y a dónde se quiere llegar. ¿Qué pueden aparecer errores? No nos cabe ninguna duda. Como tampoco que la única forma de corregirlos es saber distinguirlos para enmendarlos y no sentirse culpables por ello.

Para terminar queremos volver al principio, haciendo de este texto una invitación a hacer realidad la Educación Sexual, evitando fantasear con nuevos cuentos para tapar viejos miedos (parafraseando al poeta León Felipe)

Todo el abanico de herramientas, pautas y recomendaciones, puede resumirse en un principio elemental: el de tratar a todos y todas por igual! Ponerse en situación del otro hijo u otra hija sin discapacidad: ¿cómo actuaríamos? Y acabar respondiéndose a uno mismo con el mismo criterio.

Y si alguna recomendación práctica pudiera reflejarse en este análisis, sólo se nos ocurre una: animamos a que se faciliten encuentros, intercambios, relaciones, comunicaciones,... Es decir, creemos que el código de la buena educación sexual pasa por el buen gobierno de las relaciones sociales. Y a éstas sólo se puede acceder desde el plano de la comunicación real mediante palabras, gestos y silencios, pero sobre todo desde la buena disposición para comunicarse.

Por nuestra parte, así lo hemos intentado, redactando una reflexión a modo de viñetas cuya secuencia permite advertir la dificultad de ser padres y madres y, por tanto, educadores las veinticuatro horas de todos los días de la vida de unos hijos o de unas hijas.





CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES
DE PADRES Y MADRES DE ALUMNOS

Subvencionado por:

MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO
Secretaría del Plan Nacional sobre el SIDA