

DEL TABÚ A LA TAREA

Ya no es posible situarse frente a la Sexualidad de las personas con discapacidad como si fuera un tabú. Es verdad que, quizá, aún no hayamos dado con la fórmula para abordarla de la mejor manera y con más eficacia. Pero ya no hay dudas, su sexualidad existe y es importante.

Como profesionales, y también como familiares, hubo un tiempo en que dejamos que los mitos nos pusieran una venda en los ojos. Puede que por confundir sexualidad con relaciones sexuales, o por esa tendencia a infantilizar a las personas con discapacidad más allá de lo que dicta el sentido común, o por miedo a que, por atenderlo, lo sexual pudiera despertarse de manare desbocada.

Ahora ya sabemos que en sexualidad **no hay nadie mejor o peor**. Que cada hombre y cada mujer es único e irrepetible, y no hay primeras ni segundas categorías. Lo mismo que sucede cuando hablamos de personas. Hay muchas personas, **muchas sexualidades** y todas merecen la pena.

Es imprescindible, por tanto, dejar de pensar en la sexualidad como algo que sucede sólo entre los genitales, sólo entre personas jóvenes o solo entre quienes se aproximan a ciertos modelos de belleza

La sexualidad son muchas más cosas y en todas la etapas de la vida, con o sin pareja. Hablar de sexualidad es hablar de sentirse hombre o de sentirse mujer, de todo el cuerpo y no sólo de los genitales, de las caricias, de los besos, de la masturbación... de muchas cosas y de **muchas posibilidades**. También es hablar de las personas con más necesidades de apoyo o de quien expresa poco o nulo interés por todos estos temas.

La coherencia nos dice que es absolutamente necesario tratar de **educar y de atender la sexualidad de hombres y mujeres con Discapacidad Intelectual** y que lo es desde la primera infancia. Por Calidad de Vida, por los principios de la Bioética y, sobre todo por Sentido Común. Se supone que queremos educar a la persona completa y que queremos su plena inclusión en todos los ámbitos. ¿Podríamos mantener estos objetivos descuidando la sexualidad?

Por consiguiente:

▣ Es importante contribuir a que hombres y mujeres con Discapacidad Intelectual **aprendan a conocerse**, a saber cómo son y cómo funcionan, sus genitales y su cuerpo, conocer sobre los cuerpos de hombres y de mujeres, sobre ambos sexos, sobre la reproducción y el placer. Todo esto también forma parte de su entorno. Lo sensato, por tanto, es procurar que aprendan tanto como se pueda y que el límite sea su capacidad de aprendizaje.

▣ Es importante contribuir a que hombres y mujeres con Discapacidad Intelectual **aprendan a aceptarse**, a sentir que están en el mismo terreno de juego que el resto de hombres o el resto de mujeres, a que son dignos y dignas de ser queridos. Para ello, además de palabras es necesario transmitirles afectos y enseñarles a expresar y reconocer emociones. A que puedan mostrarse tal y como son y a que así, de ese modo, se les acepta. Es imprescindible "considerarles" y eso exige aprender a crecer con ellos y con ellas.

▣ Es importante contribuir a que hombres y mujeres con Discapacidad Intelectual **aprendan a expresar su sexualidad de modo que les resulte satisfactoria**. Aprendiendo lo adecuado y lo inadecuado, la importancia del respeto, aprendiendo a

tener relaciones personales igualitarias. El objetivo es que, si aparecen conductas eróticas, éstas acaben generando bienestar y no se conviertan en fuente de problemas.

Es curioso, pero si estos tres últimos párrafos los leyéramos quitando las palabras

“con Discapacidad Intelectual” valdrían para todos los hombres y todas las mujeres. Y es que no puede ser de otra manera. Siempre hablamos de lo mismo: de la sexualidad de hombres y mujeres. También cuando hablamos de personas con discapacidad intelectual. Por eso son los mismos objetivos.

Carlos de la Cruz

Sexualidades que importan

Guía de Educación Sexual para familiares de personas con discapacidad intelectual



DEL TABÚ A LA TAREA

→ ¿Cuáles son entonces las diferencias? Que quizás ante las personas con Discapacidad Intelectual se tenga que poner más empeño y esfuerzo en garantizar unos mínimos. Por ejemplo en contarles cosas y en que, sobre todo, en que aprendan que cuentan con nosotros y nosotras. Aunque no pregunten. Hemos de procurar cuanto más educación e información mejor. Sin olvidarnos de las personas con más necesidad de apoyo en las que los aprendizajes tiene más que ver con los sentidos que con las palabras.

También habrá que poner más empeño en ofrecerles y respetarles su intimidad, así como su pudor y su desnudo. Evitando acceder a las zonas de cambio o aseo salvo que tengamos que prestarles algún tipo de apoyo. Tendremos que recordar que crecen y que, por tanto, cambian algunas cosas. No podemos tratarles siempre como niños o niñas... lo que significa aprender a tenerles en cuenta a la vez que tendremos que proponer algunos límites. Se trata de evitar la sobreprotección.

En definitiva, tendremos que hacer con lo sexual justo lo mismo que hemos hecho en el resto de aspectos. Hacer todo lo posible por mejorar, a sabiendas que, en cada caso, las soluciones puede ser muy distintas. Lo importante: tener claro que sólo crece lo que se cultiva y sólo se resuelve lo que somos capaces de afrontar. Las sexualidades de las personas con discapacidad merecen ese esfuerzo y merecen que el protagonismo siempre recaiga en la propia persona con discapacidad.

Una última novedad es que desde hace dos años las entidades del ámbito de la discapacidad intelectual, Plena Inclusión Confederación, ha aprobado un "Posicio-

namiento por el derecho a la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo" en el que se habla de mínimos imprescindibles para promover ese derecho: información y educación sexual, intimidad, respeto por su cuerpo y su intimidad, autonomía y autodeterminación, diversidad en la identidad de género y orientación sexual, relaciones personales, apoyos necesarios y perspectiva de género.

También se habla en ese Posicionamiento de formar a los y las profesionales y el voluntariado así como a familiares. Por supuesto sin obviar la necesaria coordinación y con el objetivo de trascender a toda la sociedad. Ya no hay excusa, es cuestión de coherencia y compromiso. Hay tarea.



Carlos de la Cruz

Asociación Sexualidad y Discapacidad
Dir. Máster Sexología UCJC