

"La sexualidad es esencial también para las personas con discapacidad"



NATALIA RUBIO ARRIBAS ES PRESIDENTA DE LA [ASOCIACIÓN ESTATAL DE SEXUALIDAD Y DISCAPACIDAD](#), PSICÓLOGA CLÍNICA, PEDAGOGA Y MAESTRA DE EDUCACIÓN ESPECIAL

Natalia Rubio visitó San Sebastián el pasado mes de marzo, invitada por la [asociación Gielmar \(Gipuzkoako Elbarriak Martxan\)](#) a unas jornadas sobre Discapacidad y Sexualidad. HIRIAN la ha entrevistado ahora.

Afrontar la sexualidad parece siempre difícil. En el caso de las personas con discapacidad, ¿lo es más?

Claro que es difícil, siempre lo es. La dimensión afectivo-sexual, y con ella la sexualidad, de los colectivos con necesidades especiales de apoyo y de las personas con discapacidad es una realidad

con demasiada frecuencia ignorada. Acciones como las jornadas de marzo pretenden devolverla al lugar que le corresponde, que no es otro que el mismo terreno de juego que el del resto de sexualidades, intentando no dejar en el olvido ninguna sexualidad y ninguna etapa evolutiva: desde la infancia a la edad adulta, desde las personas que necesitan mayor frecuencia e intensidad de apoyos hasta aquellas que puedan lograr tener una vida más autónoma, y atendiendo la diversidad de situaciones que presentan las personas con discapacidad, de origen congénito o de nacimiento y de origen adquirido o sobrevenido.

Supongo que el papel de la familia es muy importante. ¿Qué inquietudes manifiestan las familias de las personas con discapacidad, a la hora de abordar su sexualidad?

Generalmente son muy parecidas a las de otros padres y madres: el querer ayudar y no sentirse lo suficientemente capacitado para hacerlo... Sin embargo, todo es mucho más sencillo de lo que creen; para hacer bien la tarea desde el papel de padre o madre bastan muy poquitas cosas y, desde luego, no es necesario ser especialista ni sexólogo. Lo esencial es una buena disposición, que aprendan que se les quiere hablar y que lo que a ellos les preocupa a nosotros también, decir y contar la verdad de lo que sepamos. Incluso se puede decir «no lo sé» y dar una buena respuesta. Tampoco sabemos de todo de muchos otros temas y, sin embargo, no dudamos en poder hablarlos. Con la sexualidad debiese ocurrir algo parecido; darnos permiso y abrir la puerta del diálogo. Basta con ser naturales y aprender a mostrarse como se es, lo que significa que se puede hablar poniéndose un poco colorado o titubeando. Hablar con tus hijos e hijas de sexualidad no es un examen. Ellos no están esperando respuestas técnicas de diccionario. Lo más importante es que aprendan que cuentan con nosotros. El objetivo es siempre el mismo: que la persona con discapacidad, como cualquier otra persona, aprenda a conocerse, a aceptarse y a expresar su sexualidad de modo que resulte satisfactorio.

¿Dónde radican las mayores dificultades-problemas a la hora de enfocar la sexualidad... y especialmente a la hora de abordar la sexualidad en este colectivo?

Hay que empezar por el principio, principio... ¿Qué entendemos por sexualidad? A la hora de hablar de sexualidad, se suelen cometer algunos errores, como confundir la sexualidad con las relaciones sexuales y, además, reducir éstas a una conducta muy concreta como es el coito; y esto es una idea muy pequeña y reduccionista de lo que es la sexualidad. Cuando los profesionales de la sexología hablamos de sexualidad, queremos hablar de muchas más cosas: de cómo son los hombres y las mujeres y de que cada persona es única y diferente. También de la identidad sexual y de la orientación del deseo, hablando de diversidad, y de cómo ciertos modelos propiciados por la cultura o los medios de comunicación se lo están poniendo más difícil a algunas personas. La sexología también se encarga de los deseos y de las conductas y en esto también las personas son únicas (valores, creencias, miedos, expectativas...). Por eso no todo el mundo ni desea, ni quiere, ni hace las mismas cosas. Todo esto nos lleva a hablar de sexualidades, en plural, de que hay muchas maneras de ser, de vivirse y de expresarse, y eso ocurre con todas las personas, sufran o no algún tipo de discapacidad y en cualquier momento evolutivo.

¿A qué se refiere cuando habla de «atender, educar y prestar apoyos» a la sexualidad de la persona con discapacidad?

No hay que caer en la trampa de creer que la educación sexual solo consiste en informar sobre aspectos concretos como el desarrollo corporal y la reproducción, o centrar las intervenciones en la parte preventiva y negativa de los riesgos y los peligros, sino que deben abordarse muchas más cosas. Y puede hacerse desde un punto de vista optimista, cultivando y construyendo en positivo. Atender la sexualidad de las personas con discapacidad significa tener en cuenta sus necesidades (las expresadas y las percibidas) y sus demandas, por extrañas o comunes que parezcan. También es necesario resolver sus dudas, eliminando mitos y falsas creencias, preocupaciones, en definitiva, y sus curiosidades, ya que todas son legítimas y pueden ser motor de aprendizaje. Además, será preciso afrontar situaciones, conductas, manifestaciones y expresiones de la sexualidad y reforzarlas, encauzarlas o modificarlas según cada caso y siempre adaptándose a cada persona y su proyecto de vida. Educar la sexualidad de las personas con discapacidad es contribuir de manera positiva a que aprendan a conocerse tanto como sea posible, conocer la diversidad de hombres y mujeres, de genitales y de cuerpos, la respuesta sexual, el placer, la reproducción... Y cómo, en su caso, la presencia de una discapacidad puede alterar ciertos funcionamientos. También a que aprendan a quererse y a aceptarse desde sus diferencias y peculiaridades, y por último, tratando de que aprendan a expresar su sexualidad de modo que resulte satisfactoria, que les haga sentir bien y no sólo a ellos, también a sus familiares, parejas y su entorno próximo.

Finalmente, prestar apoyos quiere indicar que hay que adaptarse a cada persona, ya que cada persona es única, diferente e irreplicable: a sus circunstancias y situaciones personales (necesidad de apoyos, su frecuencia, intensidad, tipología...), considerando sus necesidades individuales de espacios, tiempos, recursos, etc y sus valores y creencias respecto a la sexualidad, la pareja o el placer. Por supuesto, hay que ser especialmente sensible ante situaciones de mayor vulnerabilidad: mujeres, personas inmigrantes, personas mayores, de núcleos rurales, homosexuales...

¿Coinciden las preocupaciones o las inquietudes en torno a la sexualidad que manifiestan las personas con discapacidad con las que presenta el resto de la población?

Los chicos y chicas, hombres y mujeres con discapacidad quieren sentirse en igualdad de derechos que el resto de personas, como los demás. Por ello, parte de la tarea consistirá en dar legitimidad y que cada uno aprenda a vivir su sexualidad en primera persona, a su manera. Las personas con discapacidad se interesan por lo que ven, oyen y lo que perciben que está en el ambiente a través de imágenes, conversaciones, chistes... Está claro que para buena parte de la sociedad y de los medios de comunicación la sexualidad sigue siendo algo limitado a ciertas conductas y funciones y, consecuentemente, a ciertas partes del cuerpo. Por eso muchas veces sus preguntas, sus miedos y preocupaciones reflejan esa misma idea estrecha de sexualidad que la sociedad les transmite. Es importante que, además de hablar de lo que quieren saber, les hablemos de lo que "necesitan" saber. Abrir el modelo de sexualidad a un modelo amplio y comprensivo, en el que nos veamos reflejados y reconocidos todos, ellos incluidos. Lo que se traduce en muchos casos en que hablemos, además de sobre los genitales, también del cuerpo, coito y masturbación, pero también de las caricias y los besos. De los orgasmos, pero también del placer, del deseo y del encontrarse a gusto con uno mismo.

¿Cuáles son los beneficios que la sexualidad aporta a la persona? ¿Por qué es tan

importante el desarrollo sexual en el ser humano?

La sexualidad forma parte de la esencia de cada persona, como no puede ser de otro modo. Ahora bien, lo realmente importante es aprender a conocer y aceptar los distintos desarrollos que se producen en función de cada caso que, dicho sea de paso, no convierten a nadie ni en mejor ni en peor. Algunos ejemplos son las repercusiones o efectos que pueden producir ciertas limitaciones motrices, o pérdidas sensoriales, y que afectan directamente a procesos fisiológicos o a estructuras corporales, como es el caso de las personas con discapacidad. Como profesionales, se debe aprender a aceptar y reconocer los distintos procesos. A no juzgarlos, ni valorarlos. A entender que todos los cuerpos son cuerpos de hombres y de mujeres verdaderos y legítimos. En el caso de las personas con discapacidad, al igual que ocurre con otros colectivos que presentan situaciones parecidas, podemos encontrarnos en algunos momentos del ciclo vital con algunas situaciones que hacen más complicado el aceptarse de forma positiva. Por ello será muy importante que, como profesionales, sepamos aportar modelos amplios y diversos de hombres y mujeres donde puedan verse incluidas también las personas con discapacidad. Aquí el papel de las entidades es fundamental, así como la importancia de visibilizarlo a la sociedad. Y por fortuna cada vez hay más interés por el tema y más instituciones y más profesionales queriendo hacer bien las cosas.

-