

POR  
DENTRO

RELACIONES

24.05.11



Nada impide la sexualidad

# Más allá de las barreras

UN IMPEDIMENTO FÍSICO O ENFERMEDAD NO DEBE FRENAR EL DISFRUTE DE LA SEXUALIDAD

POR ILEANA DELGADO  
CASTRO  
idelgado@elnuevodia.com

*"El ciego no ve una mirada seductora,  
el sordo no susurra palabras cariñosas y  
el manco no acaricia un cuerpo con la mano.  
Pero el ciego sabrá cautivar con las palabras,  
el sordo mirará seduciendo con los gestos y  
el manco acariciará sabiamente con los labios"*  
Marta Allué

**P**ara María del Carmen Rodríguez-Morales, una paciente de distrofia muscular, las palabras de la antropóloga social Marta Allué describen a la perfección cómo las personas con algún tipo de discapacidad pueden amar y expresar su sexualidad, sin importar el impedimento que tengan.

Sin embargo, la realidad con la que la joven de 27 años se topa a diario es completamente opuesta a los planteamientos de Allué.

"Mucha gente cree que porque estamos en una silla de rueda no nos interesa la sexualidad, nos ven como seres asexuales. También he notado que a muchas personas se les dificulta hablar sobre el tema cuando están cerca de nosotros", sostiene María del Carmen, quien acaba de graduarse de una maestría



en consejería en rehabilitación, de la Universidad de Puerto Rico (UPR).

El tema de la sexualidad no es ajeno para la joven. De hecho, dice que por los últimos siete años lo ha estudiado a fondo y ha dictado conferencias en di-

ferentes foros.

Pero su experiencia es que todavía hay un estereotipo de que las personas con alguna discapacidad están en su casa, aburridas y sin interés por nada.

"Muchas veces se sorprenden cuando saben que tengo novio.

Y si una se arregla, se maquilla y viste bien también les parece como algo 'wao'. Además de que nos ven con el 'ay bendito' y no se preocupan de ir más allá para entender que podemos expresar nuestra sexualidad igual que cualquier otra persona",



## MITOS Y PREJUICIOS

- **Las personas con discapacidad son asexuales.**
- **Dependen** de los demás y son como niños/as, por lo que necesitan que se les proteja.
- **La discapacidad física genera impedimento sexual.**
- **Deberían hacer** su vida y casarse con personas como ellos.
- **Los padres** de niños/as con discapacidad no desean darles una educación sexual.
- **La relación sexual** que culmina con el orgasmo es esencial para el goce sexual.
- **Si una persona** con discapacidad física padece un trastorno sexual, casi siempre se debe a su condición física.
- **Si una persona** que no tiene discapacidad mantiene relaciones sexuales con una persona con discapacidad, ya sea hombre o mujer, es porque no puede atraer a individuos normales.
- **No pueden ovular,** menstruar, concebir, ni dar a luz, tener orgasmos, erecciones, eyaculaciones ni fecundar.

Fuente: María del C. Rodríguez Morales  
([www.sex-habilidad.webs.com](http://www.sex-habilidad.webs.com))

agrega la joven con firmeza.

Por eso se ha dado a la tarea de educar a la gente sobre este asunto. Con eso en mente, en febrero de este año inauguró una página en internet llamada Sex-Habilidad ([www.sex-habilidad.webs.com](http://www.sex-habilidad.webs.com)), donde ha desarrollado un espacio informativo sobre temas de sexualidad humana enfocado en la población con impedimentos.

"Continuamente lo estoy actualizando y preveo continuar ampliándolo, igualmente quiero seguir ofreciendo charlas y talleres para continuar educando", resalta María del Carmen, mientras recuerda que mucha gente se sorprende al ver que la conferenciante está en una silla de ruedas.

Pero ninguna de esas "barreas" que impone la sociedad detienen a la energética joven, de apariencia frágil y tímida sonrisa, quien está convencida de la importancia de concienciar sobre un tema que aún es tabú para muchas personas.

Ella, de hecho, es ejemplo vivo de que una silla de ruedas no ha sido un impedimento en su vida, mucho menos para disfrutar de su noviazgo con Harry Rosado Padilla, el joven que le robó el corazón y con el que lleva una relación de amor y respeto.

Así, detrás de su delicada figura y aspecto juvenil, hay una mujer madura que está decidida a luchar por su derecho a ser feliz y que también quiere que otras personas con discapacidad disfruten de su sexualidad.

#### SEXUALIDAD VITAL

Para el psicólogo clínico y especialista en sexología, José Pando, el "sexo es vida" y no tiene "fecha de extinción", además de que es parte esencial del mantenimiento y la reproducción humana.

"El buen sexo no solamente produce bienestar, también se ha demostrado que mejora la calidad de vida del individuo", sostiene el sexólogo. En ese sentido, resalta que las personas con una limitación o discapacidad tienen todo el derecho a disfrutar de su sexualidad.

Pero enfatiza en la importancia de que "no se pasen la vida llorando por lo que han perdido o lo que no pueden hacer". Más bien, recomienda, deben expandir o mejorar "la habilidad" que les queda.

"Una persona con impedimento puede tener salud sexual si hace un examen exhaustivo de lo que tiene y decide trabajar para mejorar lo que le queda. Yo he tenido parejas en la que uno

## Disfrute sexual

**EN SU PÁGINA CIBERNÉTICA**, María del Carmen tiene una sección llamada "Actividad sexual" en la que ofrece alternativas "para el disfrute o placer sexual de personas con diversidad funcional" y en la que destaca que el disfrute o placer sexual no implica solamente el coito (penetración).

"El disfrute o placer sexual va más allá, desde una suave caricia en el cuello hasta un beso en los genitales", agrega tras resaltar que tener una discapacidad física o limitada la movilidad de extremidades y la postura no implica que no se pueda practicar y disfrutar del coito, de los besos y las caricias.

Pero también pone el ejemplo de la pérdida de la visión para resaltar que no es necesario ver para practicar el coito, dar y recibir besos y caricias, porque "a la hora de la verdad encontramos lo que queremos".

En esa misma línea, María del Carmen señala que tener una discapacidad que limite poder escuchar o hablar, para nada limita tener relaciones sexuales. De la misma forma, explica que tener alguna diversidad funcional mental, tampoco limita tener relaciones sexuales.

Más adelante también destaca que la mejor herramienta que todos poseemos para el disfrute sexual son los sentidos: vista, olfato, gusto, tacto y audición. "Al tener alguna diversidad funcional puede que alguno de éstos se afecten, pero nos quedan los restantes", agrega.

era parapléjico o tenía alguna limitación física debido a una enfermedad, pero aprendieron a expresar su sexualidad y a complacer a su pareja efectivamente de diferentes formas", explica Pando, quien destaca que la "necesidad te lleva a la invención".

Pero lo que sí se debe evitar, resalta el psicólogo, es pensar que porque se está, por ejemplo, en una silla de ruedas eres fea o feo o no estás apto para disfrutar de una expresión sexual saludable.

"El parapléjico, por ejemplo, puede aprender a usar zonas de su cuerpo que lo pueden excitar, como las orejas o el cuello, además de manipular a su pareja para que ésta disfrute también. La idea es que, con sus limitaciones, aprenda a expresarse sexualmente", sostiene Pando.

Eso, precisamente, lo ha entendido María del Carmen hace ya mucho tiempo. Aunque acepta que a muchas personas se le hace difícil acercarse e interactuar con una persona que tiene algún impedimento, lo que tiende a limitar las relaciones. Pero también es muy importante, agrega convencida, la forma en como la persona con discapacidad se proyecta.



"Si la persona tiene una autoestima saludable, se considera atractiva y se siente bien consigo misma, se va a proyectar bien y puede hacer lo que quiera", afirma la joven. Ella, de hecho, es ejemplo de eso.

**CREATIVIDAD Y SINCERIDAD**

Son dos palabras que están muy presentes en la vida de María del Carmen y su novio Harry, a quien conoció por internet en el 2004 y con el que poco a poco fue desarrollando una bonita amistad. "Desde un principio sabía que ella tenía una condición y que estaba en silla de ruedas, pero

para mí no era un obstáculo", afirma Harry, tras destacar que el impedimento físico de su novia "nunca lo vi" y nunca lo tuvo en cuenta cuando finalmente la conoció personalmente.

"Me enamoró su pelo rizado, el colorcito bronceado de su piel y esa sonrisa tan natural que tiene", dice el joven, mientras la mira amoroso, evidentemente enamorado.

Por supuesto, han tenido que hacer ajustes y modificaciones en muchas áreas, acepta María del Carmen, pero destaca que todo está en "ser creativos y hacer los arreglos necesarios para poder compartir como pareja".

"Pero son cambios que no tie-

nen por qué afectar la relación. En mi caso yo hablo de forma clara y digo lo que puedo hacer y lo que no", agrega la joven, tras resaltar que la clave es la sinceridad.

"Muchas personas se pueden preguntar cómo va a ser la vida de una pareja en la que uno de ellos tiene dificultad para moverse o está en silla de ruedas. Por ejemplo, si podrá tener hijos o cómo los va a cuidar. También está el 'issue' de que a veces no tenemos trabajo y se nos hace más difícil conseguirlo. Eso hace que los demás nos vean menos independientes", acepta María del Carmen.

Son preocupaciones válidas

que, según dice, ella aprovecha para educar, tanto sobre su afección de distrofia muscular, como de lo que es capaz de hacer.

"Yo siempre trato de educar sobre lo que puedo o no puedo hacer. Así que nosotros mismos somos los que tenemos que educar a los demás", agrega la joven, quien destaca la importancia de realizar investigaciones sobre sexualidad y discapacidad con puertorriqueños.

Más que nada, abunda, porque siempre se "utilizan referencias de otros países y otras poblaciones y no sabemos si realmente son similares a las de aquí".