

Título: *Explica las diferencias entre sexo y sexualidad*

*Importancia de la sexualidad como construcción cultural y sus potencialidades en las distintas etapas del desarrollo humano.
Reconocimiento de mitos comunes asociados a la sexualidad*

Introducción

En cada cultura, las personas expresamos nuestra sexualidad de acuerdo con lo que aprendemos: por ejemplo, se nos enseña que unos deportes son más adecuados para los hombres **fig.1.1**, y que otras actividades son mejor desempeñadas por las mujeres. Sin embargo, estas expresiones no siempre dependen de nuestros gustos, habilidades y capacidades, sino de lo que se nos enseña que debemos hacer, dependiendo si nacimos hombres o mujeres. **(Cota, E. 2012).**

Fig. 1.1 Algunos deportes donde se aplica la fuerza



¿Qué es el sexo y la sexualidad? En las siguientes páginas se presentan distintas perspectivas sobre este concepto.

¿Qué es el sexo?

Evolución del sexo

Se considera que la reproducción sexual apareció por primera vez alrededor de hace 1000 millones de años, evolucionaron dentro de ancestros de eucariotas unicelulares.¹ La razón de la evolución inicial de sexo, (y las razones) por las que ha sobrevivido hasta el presente, son todavía materia de debate. Algunas de las teorías plausibles incluyen: que el sexo crea la variación de la descendencia, el sexo ayuda a la propagación de características ventajosas, y que el sexo ayuda a la eliminación de los rasgos desfavorables; proceso que ocurre mediante la selección sexual.

La reproducción sexual es un proceso específico de las eucariotas, organismos cuyas células contienen un núcleo y mitocondrias. Además de los animales, las plantas y los hongos, otras eucariotas (por ejemplo, el parásito de la malaria) también participan en la reproducción sexual. Algunas bacterias utilizan la conjugación a la transferencia de material genético entre las células, aunque no es lo mismo que la reproducción sexual, esto se traduce también en la mezcla de los rasgos genéticos.

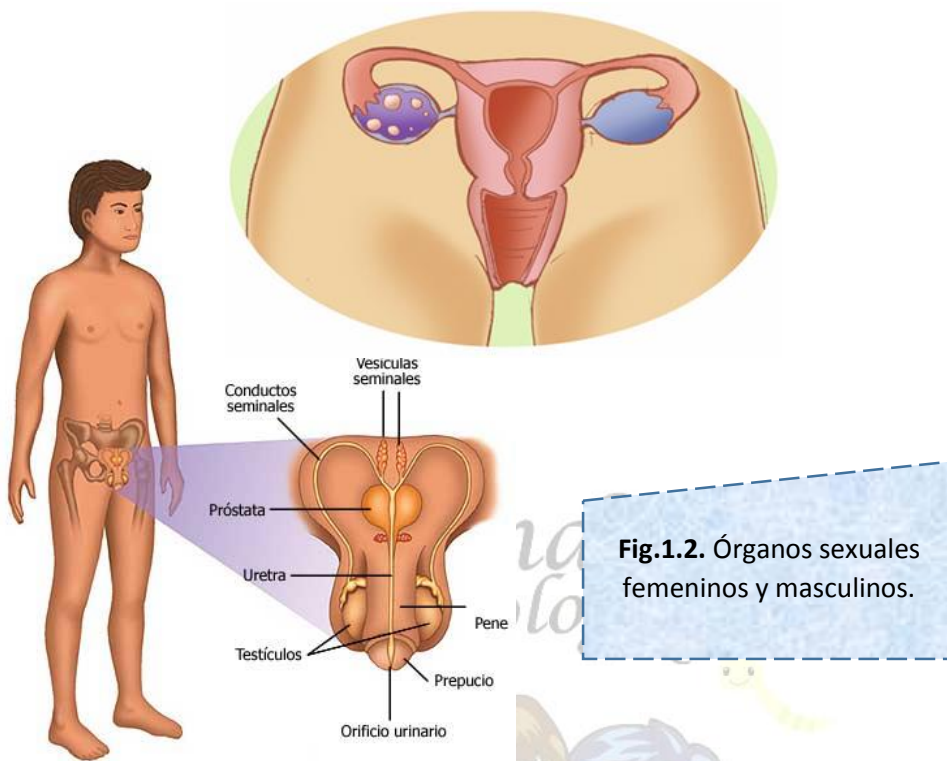
Lo que considera la definición de la reproducción sexual es la diferencia entre los gametos y la naturaleza binaria de la fertilización. La multiplicidad de tipos de gametos dentro de una especie aún se considera una forma de reproducción sexual. Sin embargo, células terceras que no son gametos se conocen en los animales multicelulares.

Estrictamente hablando, el sexo es el conjunto de características biológicas que diferencian al macho de la hembra y que al complementarse tienen la posibilidad de la reproducción.

Estas características biológicas no se refieren sólo a los órganos sexuales, sino también a diferencias en el funcionamiento de nuestros cuerpos.

Precisamente, las diferencias de los organismos del hombre y la mujer, son las que permiten que, al unirse sus células sexuales, exista la posibilidad de la reproducción

Fig.1.2. (coveyt.org).



¿Qué es la sexualidad?

La **sexualidad** incluye tanto factores biológicos como psicológicos, sociales económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales. Entre los temas que aborda la sexualidad se encuentran la estructura y funcionamiento del sistema reproductor, las diferentes formas, modelos y conductas en la que hombres y mujeres nos relacionamos, la identidad y gusto que tenemos de ser y sentirnos como hombres y mujeres. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, valores, conductas y relaciones entre personas.

Cuatro potencialidades forman nuestra sexualidad:

- ❖ **Reproducción:** es la posibilidad de producir descendencia. Esta potencialidad tiene que ver con diversos aspectos, como biológicos y los sociales.
- ❖ **Género:** El género se refiere a los conceptos sociales de las funciones, comportamientos, actividades y atributos que cada sociedad considera apropiados para los hombres y las mujeres. Las diferentes funciones y comportamientos pueden generar desigualdades de género, es decir, diferencias entre los hombres y las mujeres que favorecen sistemáticamente a uno de los dos grupos. **(who.int).**

Estas características se aprenden desde el nacimiento y las formas de expresarlas dependerán de cada cultura. ¿De qué color se les viste a los niños y las niñas en nuestra cultura? ¿Qué juguetes se les proporciona?

Otra expresión del género es la función que hombres y mujeres desempeñan en la sociedad. En nuestra cultura, algunas actividades y oficios los realizaban mayoritariamente ya sea personas del sexo masculino, o bien del femenino. Por ejemplo, los trabajadores de la construcción, quienes trabajan en minas, y los bomberos suelen ser hombres, y las personas que desempeñan actividades secretariales y docentes a nivel preescolar, suelen ser mujeres **fig.1.3**. Sin embargo, esto no significa que el género sea una limitante para realizar las diferentes actividades.




Fig.1.3. Cada género posee características que le permiten desempeñarse en cualquier profesión. Por ello, los hombres también pueden ser maestros de preescolar, o las mujeres podrían ser bomberos si así lo deciden.

❖ Vínculos afectivos: Es la capacidad que tiene cada persona para relacionarse, a través de querer, extrañar o cuidar a alguien. La palabra más común con que expresamos este vínculo es *amor*. El amor se construye a cada momento, cuando brindamos cuidado y cariño a otras personas; cuando amamos y reconocemos sus valores, principios, formas de sentir, al identificarnos con esa persona.

❖ Erotismo:
Leyenda...

El Mito de Eros (Cupido o Amor romanos)

Eros es el dios del amor. En un principio se consideraba nacido a la par de Gea y del Caos. También se piensa que nació del Huevo Original engendrado por la Noche, cuyas dos mitades al romperse formaron el cielo y la tierra respectivamente.



Otras versiones que insistían en verlo como un dios menor, y que le quitaban el simbolismo de cohesión interna del cosmos, apuntaban que Eros era un genio intermediario entre los hombres y los dioses, y que había nacido de Poros (el Recurso) y Penía (la Pobreza). Se caracteriza por ser una fuerza inquieta e insatisfecha.

La tradición más aceptada y difundida establecía que era hijo de Afrodita (diosa del amor) y de Hermes (mensajero de los dioses). Gracias a los poetas clásicos Eros adquirió su fisonomía más conocida que es la de un niño alado, que se divierte llevando el desasosiego a los corazones.

Sin embargo, se ha descubierto que hay diversas genealogías para este dios. A veces se le tiene por hijo de Hermes y Artemisa, o bien de distintas Afroditas. Así habría un Amor, hijo de Hermes y Afrodita Urania, Anteros - amor contrario o recíproco- hijo de Ares (dios de la Guerra) y Afrodita (hija de Zeus y Dione). Otro sería hijo de Hermes y Artemisa (hija de Zeus y Perséfone) y es este el que se identifica más con el tradicional niño alado.

Puede ser según ciertas representaciones que los inflame con la llama del amor, o que los hiera con las flechas. Pero por más ingenua que sea su apariencia, se adivina en el fondo al dios poderoso y grande. Su madre le tiene muchas consideraciones y cierto temor.

Una de las historias más conocidas y además muy romántica donde interviene Eros, es en la que se enamora de la mortal Psique, y de cómo pierde a su amada y luego la recupera, casándose con ella. En ocasiones, se le llama Amor o Amores, y su versión latina es conocida como Cupido. [\(mitosyleyendascr\)](#)

En la adolescencia es posible experimentar diversas sensaciones relacionadas con el erotismo. Por ejemplo, el gusto por la compañía de alguna amistad o persona que es especial para nosotros, la sensación placentera de recibir una atención, una caricia o un beso, o la emoción que recibimos al recibir alguna palabra de afecto. Incluso, los adolescentes pueden soñar que viven situaciones placenteras con las personas que lo aman.

Aunque el erotismo está ligado con los sentimientos que se tienen hacia otra persona, también existen conductas en las que se expresa de manera voluntaria, a través de uno de los 5 sentidos o usando la imaginación. Ello se conoce como **autoerotismo**.

En la adolescencia ocurren cambios en el cuerpo de mujeres y hombres; como consecuencia, los adolescentes sienten la necesidad de reconocer su propio cuerpo. Una forma común e inofensiva de hacerlo es observar las modificaciones que ocurren en su propia anatomía, o explorar sus genitales

y percibir las sensaciones de placer que ello produce. A esta última práctica se le conoce como masturbación.

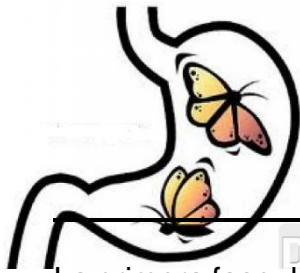
¿Qué es el amor? Respuestas desde la biología...

Quizá es el tema más constante en la literatura, el cine y el arte en general, y el sentimiento más deseado en nuestras vidas. Todos alguna vez lo hemos sentido, gozado y sufrido pero ¿cómo lo entiende la ciencia?

El amor ha dejado de ser exclusivo de los artistas, los filósofos y los enamorados y ha pasado a ser un tema de interés científico dada su importancia en la vida del ser humano. Aunque cada uno de nosotros puede tener su propia definición del amor, desde el punto de vista biológico se le ha caracterizado como un fenómeno integral que involucra nuestro cerebro y nuestros órganos productores de hormonas, como la hipófisis y la glándula adrenal. En el amor participan varios mensajeros químicos que proporcionan una gama de sensaciones que van desde el placer, la euforia, la confianza y la seguridad, hasta la ansiedad, la obsesión y la depresión. Es un fenómeno que incluye patrones conductuales, cognitivos y emocionales característicos.

Todas estas sensaciones y conductas complejas que se viven en el amor han llevado a los investigadores a estudiar cada uno de sus componentes y conocer de este modo las bases biológicas que lo sustentan. Por ejemplo, hay investigaciones que indagan sobre las regiones cerebrales que participan en el enamoramiento, mientras que otras, a través de experimentos de genética molecular, tratan de conocer las bases de los lazos afectivos y las interacciones sociales.

Desde el punto de vista biológico, podemos distinguir básicamente dos tipos de amor: el amor de pareja o romántico y el amor filial (maternal o paternal). Ambos son fundamentales para la supervivencia de nuestra especie, ya que el primero en términos generales lleva a la reproducción, mientras que el segundo permite que las crías reciban los cuidados adecuados para su desarrollo. Recordemos que en la especie humana (así como en los otros primates), las crías requieren de los cuidados de la madre o el padre por un tiempo considerable. Se ha establecido además que el amor de pareja genera seguridad y confianza, lo que asegura protección en situaciones cambiantes en el entorno. Así, el significado biológico del amor se encuentra en la perpetuación y supervivencia de nuestra especie.



Mariposas en el estómago

La primera fase de una relación amorosa es el enamoramiento, el cual es transitorio, dominado por procesos de atracción y que inicia por la percepción y el consecuente placer producido por la estimulación de nuestros sentidos. Antiguamente el estímulo más importante (quizá lo siga siendo) en una relación amorosa, y que generó por mucho tiempo la frase "amor a primera vista", era justamente la vista, dada la importancia que ha adquirido para nosotros este sentido a lo largo de la evolución, sin hacer menos la estimulación del oído, el olfato, el gusto y el tacto. Sin embargo, en estos tiempos modernos los avances en la comunicación han hecho que muchas veces el primer contacto entre dos personas sea virtual, a través del correo electrónico o las redes sociales, y que sin tener una estimulación olfativa, auditiva o incluso visual se pueda desencadenar el enamoramiento.

Durante el enamoramiento ocurren cambios fisiológicos impresionantes en nuestro organismo. Se modifica la producción de hormonas (mensajeros químicos secretados por una glándula y con efectos distintos sobre la mente y el cuerpo), cambia de manera notable nuestro estado de ánimo e incluso se llega a tener una percepción diferente de la realidad.

Se ha encontrado que en los primeros meses de enamoramiento hay un aumento en los niveles de cortisol, una hormona esteroide relacionada con el estrés. Además, en el hombre disminuye la producción de testosterona, una hormona sexual que es más abundante en el hombre que en la mujer (ver ¿Cómo ves? No. 134), mientras que en la mujer aumenta, lo cual hace que el hombre modifique un poco su conducta y se muestre más tranquilo, mientras que la mujer puede estar más alerta o incluso agresiva.

Se sabe que los enamorados presentan estados de ansiedad y estrés moderados que se manifiestan a través de un aumento en la sudoración, la presión arterial, el ritmo cardíaco y en los movimientos peristálticos intestinales (las famosas "mariposas en el estómago"). Mientras estos cambios fisiológicos sean moderados, el enamoramiento es benéfico para la salud: es un estado muy motivador, inspirador y reconfortante que mantiene a la gente alerta y optimista. Se sabe que a la larga, después de esta etapa incierta que es el enamoramiento, el amor reduce el estrés.

(Camacho, I. 2007)

No se puede vivir sin amor...

La ciencia revela 3 verdades y mentiras sobre el amor

Parecen frases vacías de contenido. Y tal vez ocuparían el lugar de mitos, fantasías o lugares comunes, si no fuera porque la ciencia está estudiando los mecanismos que las provocan. Aquí, algunas de las frases que suelen renacer en el mes de la primavera y su correlato científico.

❖ *“Fue amor a primera vista”*

“Ciertamente, el ‘flechazo’ existe para la ciencia”, explica a Clarín Agustín Ibáñez **fig.1.4.**, investigador del CONICET y Director del laboratorio de Psicología Experimental y Neurociencias de INECO. “Sistemas de neurotransmisores que activan el circuito del placer (como la dopamina) pueden activarse rápidamente ante una persona que resulta atractiva, produciendo una sensación de bienestar y apego. Salvando las distancias, en el amor a primera vista interviene el sistema de recompensa, el mismo que se activa en las adicciones, y produce una sensación de placer no demorada (ver infografía). El atractivo físico, la fijación de la mirada, la simetría facial, la inteligencia en el hombre y la relación cintura-cadera y la edad en las mujeres actúan como inductores de la experiencia de flechazo”.



Fig.1.4. Clarín Agustín Ibáñez.

❖ *“No se puede vivir sin amor”*

Es sabido que, a medida que crecemos, la aterosclerosis –que puede producir infartos de miocardio o accidentes cerebrovasculares (ACV)–, aumenta. “Lo interesante es relacionar su progresión con la condición de pareja”, comienza Daniel López Rosetti **fig.1.5.**, que es docente de psicofisiología, una rama de la medicina que estudia los fundamentos biológicos de las conductas emocionales.

“Una investigación publicada en el Journal of Psychosomatic Medicine (confirmada posteriormente) mostró que los hombres casados desarrollaban menor nivel de aterosclerosis que los solteros. Así interpretaron que la tranquilidad y la estabilidad

emocional disminuían el nivel de estrés y generaban menor formación de aterosclerosis”, explica. ¿Qué ocurre con las mujeres? “Se comprobó que quienes desarrollaban menor nivel de aterosclerosis eran quienes manifestaban vivir una relación de pareja feliz. Así, se interpretó que en los hombres importa más el status (‘estar casado’), mientras que en las mujeres es central que sea un vínculo satisfactorio”.

Otro estudio realizado entre más de 500 mil parejas formadas por mayores de 65 años mostró cuánto daña la salud la viudez: el riesgo de muerte aumentó hasta un 21% en los hombres que enviudaron y hasta el 17% en las mujeres.

Fig.1.5 Daniel López Rosetti

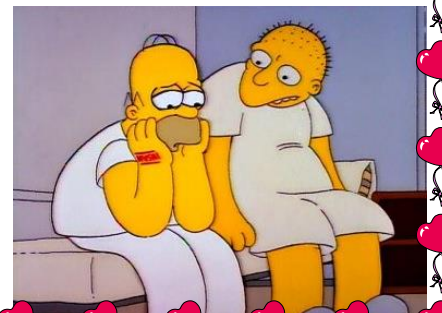


❖ “Está loco de amor”

Si bien el investigador Arthur Aron **Fig.1.6**, de la Universidad de Nueva York, sostiene que el enamoramiento puede durar hasta cuatro años, el reconocido psiquiatra Hagop Akiska asegura que “estar enamorado más de seis meses puede ser patológico”. Resulta que Akiska estudió personas enamoradas y encontró que sus niveles de serotonina (un neurotransmisor del sistema nervioso) eran similares a los de los pacientes con trastorno obsesivo-compulsivo. (clarin.com)



Fig.1.6. Arthur Aron



Mitos relacionados con la productividad...

<i>Mito</i>	<i>Argumento en contra</i>
La sexualidad de una persona comienza cuando tiene su primera relación sexual.	Debido a que la sexualidad está conformada por cuatro potencialidades, ésta inicia desde el momento mismo en que nacemos.
Una forma de prevenir el embarazo es retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación.	Previo a la eyaculación, el pene libera algunos fluidos que contienen espermatozoides, los cuales pueden fecundar el óvulo y producir un embarazo.

Mitos relacionados con el género...

<i>Mito</i>	<i>Argumento en contra</i>
Las mujeres deben de ser dulces y tiernas	La capacidad de expresar los sentimientos no está limitada a un género. Los hombres también tienen esa capacidad, aunque socialmente les han enseñado a expresarla en forma diferente.
Los hombres son más fuertes.	La fuerza de una persona se relaciona con su musculatura, alimentación y talla, más que con el género al que pertenece.

Si quieres aprender, enseña.

Mitos relacionados con los vínculos afectivos

<i>Mito</i>	<i>Argumento en contra</i>
El amor se acaba cuando la pareja se casa.	Los sentimientos de afecto se expresan de diferente manera conforme se desarrollan los vínculos afectivos. Una pareja puede expresarse su amor con atenciones, cuidados o caricias diferentes en el transcurso del tiempo, sin que ello signifique que el amor se terminó.
Si me pegas es señal de que me amas.	La violencia sexual y de género es totalmente inaceptable. El amor se expresa a través de caricias, atenciones, palabras de afecto, etc. Los golpes en una relación de amistad, noviazgo o entre personas casadas,

dañan la relación de amor y la dignidad de las personas.

Mitos relacionados con el erotismo...

<i>Mito</i>	<i>Argumento en contra</i>
A las personas que se masturban, les salen pelos en la mano.	La vellocidad en el dorso de la mano obedece a factores hereditarios.
Las mujeres que utilizan minifalda o blusas con escote están buscando “provocar” a los hombres.	El uso de las prendas de vestir obedece a un grupo personal de quien la lleva puesta, ya sea que lo haga por comodidad, por moda, o porque la persona se siente admirada al vestir con esas prendas, o por otras razones.

(Prado, A. 2010).



FUENTES DE CONSULTA

Cibergrafía:

- <http://www.who.int/topics/gender/es/http://www.sinembargo.mx/28-08-2014/1098926>
- <http://mitosyleyendascr.com/mitologia-griega/grecia31/>
- http://www.clarin.com/ciencia/titulo_0_338366313.html
- http://www.conevyt.org.mx/cursos/cursos/sex_juv/contenido/revista/sxj_01.htm

Bibliografía:

- Cota, E. 2012. Ciencias I Biología, Trillas, México, D.F.
- Prado, A. 2010. Ingreso a bachillerato, Trillas, México, D.F.

Hemerografía:

- (Camacho, I. 2007) “¿Qué es el amor? Respuestas desde la biología*” ¿Cómo ves? #183, UNAM, México, D.F.

