

## ¿Cómo se puede educar en la sexualidad a los adolescentes?

autor Raúl Espinoza Aguilera  
martes, 02 de febrero de 2010

Hace poco recibí un correo electrónico de un joven que me comentaba cómo, a través de algunos canales de televisión y la internet, se &ldquo;bombardea&rdquo; a la población para adquirir bienes de consumo, con una postura marcadamente materialista, donde se mira a la mujer como un mero objeto de placer.

Me parece que ésta es una realidad que los padres no pueden pasar por alto o ignorar, y hoy más que nunca reviste especial relevancia el educar correctamente, a los todos los miembros de la familia, en lo relativo a la afectividad y la sexualidad.

Particularmente en la adolescencia, los padres deben de estar atentos a los cambios hormonales que experimentan sus hijos.

Son los años en que brotan los sentimientos del amor, los impulsos biológicos de la sexualidad y el deseo de estar en grupo con las amigas y amigos, y más específicamente, tener una novia.

&ldquo;La sexualidad &ndash;señaló el Papa Juan Pablo II- es una riqueza de toda la persona &ndash;cuerpo, sentimiento y espíritu- y manifiesta su significado íntimo al llevar a la persona hacia el don de sí misma en el amor&rdquo; (Familiaris Consortio, No. 37).

Por ello, es conveniente charlar con los hijos de este tema, con la suficiente periodicidad, para ir aclarando sus dudas y que tengan la confianza de comunicar lo que sienten e irles orientando en sus impulsos e instintos.

Hay que ayudarles, también, a que se den cuenta de que son sensaciones que todos los adolescentes de todas las épocas han experimentado. Que ellos no son un &ldquo;fenómeno o un caso raro&rdquo; sino que lo que les ocurre es completamente normal y que deben de aprender a controlar esas pasiones.

Como nos decía aquel profesor de Bachillerato:

-Muchachos, controlen sus hormonas. Hagan mucho ejercicio, mucho deporte, no se den a la vagancia, cuiden de tener buenas amistades y metan más la cabeza en el estudio. ¡Si se esfuerzan, sí se puede llevar una juventud limpia y casta! La sexualidad, por lo tanto, debe de ser enfocada bajo una perspectiva eminentemente positiva. Como decía San Josemaría Escrivá de Balaguer: &ldquo;Como una afirmación gozosa&rdquo;.

Esto se puede explicitar de esta manera: &ldquo;Porque amo mucho a Dios y a sus preceptos, cumplo &ndash;por consiguiente- con lo que nos ha mandado en materia de sexualidad&rdquo;.

En otras palabras, es decirle a Dios: &ldquo;Sí te quiero, a Ti y a tus Mandamientos y, aunque en algunos momentos me cueste un poco más, pondré todas mis fuerzas en serte fiel y obedecerte&rdquo;.

Hay que añadir, además, que para vivir la virtud de la Pureza se requiere de una actitud hondamente humilde, de pedir ayuda espiritual al Señor y de saber que esta virtud no se puede vivir en plenitud &ldquo;a base de brazos&rdquo;, es decir, con la sola fuerza de voluntad, aunque ésta última tiene también su parte importante.

También hay que explicarles a los hijos que una persona normal no está pensando todo el día en el sexo. Esos casos quedarían, más bien, dentro de las conductas patológicas dignas de ser atendidas por un psiquiatra.

Porque prioritariamente en sus pensamientos e ilusiones están: su padre, su madre, sus hermanos, la novia, sus estudios, sus amigos, las fiestas, sus actividades deportivas, y en quinto o sexto lugar, aparecería el impulso sexual, en un ser humano bien equilibrado.

Una educación sexual que no inculcase en los jóvenes la importancia de la virtud de la castidad, no podría llevar a la madurez humana, objeto de toda formación.

Ahora, existen algunas teorías que pretenden manipular a los adolescentes y tratarlos &ndash;en la práctica- como si fueran sexualmente subnormales, incapaces de tener dominio de sí mismos. En este contexto, se promueven irresponsablemente las relaciones prematrimoniales. Y así afirman algunos:

-Como los jóvenes de ahora no pueden controlar sus instintos sexuales, hay que facilitarles preservativos y todo tipo de métodos artificiales para que no embaracen a las chicas ni contraigan enfermedades venéreas. El Papa Benedicto XVI, en su visita a África, abordó esta falacia y expuso con claridad que cuando, con el pretexto de combatir el sida, se distribuyen masivamente condones, lo único que provocan es que esta enfermedad se propague más y adquiera dimensiones de epidemia. Por lo tanto, resulta contraproducente este recurso y aumenta el problema. La Iglesia siempre se ha opuesto al uso del preservativo porque va contra la dignidad de la persona humana y el correcto enfoque de la sexualidad.

Por ello, los padres deben saber adelantarse y no inhibirse ante la explicación de este tema con sus hijos. No se puede permitir que se sean algunos compañeros de escuela corrompidos, la internet u otros medios de comunicación, lo que les den una visión deformada de esta realidad.

Deben los papás estar muy atentos, &ldquo;ante una cultura que &lsquo;banaliza&rsquo; en gran parte la sexualidad humana &ndash;comentaba Juan Pablo II-, porque la interpreta y la vive, de manera reductiva y empobrecida, relacionándola únicamente con el cuerpo y el placer egoísta&rdquo; (Familiaris Consortio, No. 37).

Sería un error muy grave reducir la sexualidad a una mera genitalidad, a un mero acto sexual irresponsable y separado completamente de su intención procreadora.

Tanto casados como solteros deben de vivir la castidad, cada quien en su respectivo estado. Los primeros, siendo fieles a su cónyuge, y los jóvenes solteros deben de abstenerse de las relaciones prematrimoniales porque el sexo está destinado a los esposos, dentro del matrimonio, en orden a la procreación y conformación de una familia.

Un adolescente o una chica no serán más &lsquo;hombres&rsquo; o más &lsquo;mujeres&rsquo; si se dejan llevar por sus instintos, si se comportan más como bestias o animales que como seres humanos.

En cambio, entre los jóvenes que viven la virtud de la Pureza son los que tienen mayor dominio de sí mismos, mayor

autocontrol en esa y otras muchas pasiones, en definitiva, los que alcanzan más pronto la madurez.

Como una ayuda necesaria, los muchachos tienen que aprender a guardar los sentidos (la vista, la imaginación); a no caer en curiosidades malsanas (por ejemplo, frecuentar ciertos portales desorientadores de internet o asistir a bares con un ambiente nocivo); a evitar, con ciertas amistades, mantener conversaciones obsesivas sobre este tema; a no dialogar o fantasear con la impureza y saber huir de las ocasiones; de mismo modo, a no ponerse en tentación viendo películas, revistas o programas de TV en los que se distorsiona la noble finalidad del sexo.

Es recomendable, en cambio, aprovechar bien el tiempo y evitar el ocio, cultivar sanas amistades con muchachas y amigos, hacer mucho ejercicio físico, practicar algunos deportes, interesarse por tener aficiones formativas, como la música, la pintura, las buenas lecturas, etc.

San Josemaría Escrivá de Balaguer escribe en su homilía Porque verán a Dios: "El amor humano, cuando es limpio, me produce un inmenso respeto, una veneración indecible. ¿Cómo no vamos a estimar esos cariños santos, nobles, de nuestros padres, a quienes debemos una gran parte de nuestra amistad con Dios? (...) ¡Bendito sea el amor humano! (...)

"Hemos de ser lo más limpios que podamos, con respecto al cuerpo, sin miedo, porque el sexo es algo santo y noble —participación en el poder creador de Dios—, hecho para el matrimonio. Y así, limpios y sin miedo, con vuestra conducta daréis el testimonio de la posibilidad y de la hermosura de la santa pureza" (Amigos de Dios, nn. 184-185).

Saber vencerse en esta materia, es además fuente de alegría, de seguridad personal, ayuda a fortalecer el carácter, la voluntad, y se incrementa el afán de servir a los demás. ¡La juventud es la edad de los grandes ideales, y los padres y profesores deben de alentarlos! respinoza@yoinfluyo.com