



No hay edad definida para la primera relación sexual

Muchas adolescentes se preguntan cuál es la edad perfecta para iniciar su vida sexual. Pregunte sin pena. Vida sexual activa reduce riesgo de mortalidad en varones.

Publicado: Sábado 19 agosto 2006 | 10:53:35 pm.

Publicado por: Mileyda Menéndez Dávila

Maira se siente un «bicho raro». Tiene 20 años y es virgen. Intenta no desesperarse mientras las amigas cuentan sus experiencias y ella debe permanecer en silencio. Cuando la presionan para que diga su historia, se sonroja y evade las interrogantes.

«No me gusta hablar de mis cosas», dice, pero en su interior piensa: «Todo, menos decir la verdad». ¿Y por qué Maira se siente tan incómoda? ¿Es acaso una meta, o una moda, perder la virginidad antes de una edad preformulada?

A juzgar por los resultados de algunos estudios sobre comportamiento sexual, realizados en Cuba en la última década, la tendencia entre las muchachas es a iniciarse en el sexo poco después de celebrar los «quince». Como si un álbum de fotografías satinadas marcara el «antes» y el «después» de este importante paso.

Adolescentes de uno y otro sexos nos escriben preguntando por la edad ideal para que ellas «empiecen», como buscando algo que avale esa costumbre. La respuesta a esta inquietud es simple: no existe tal fecha.

LA VIDA NO ES UN NÚMERO

Cada individuo madura física y psicológicamente a su tiempo. Forzar ese ritmo no trae placer, sino disgustos y, a largo plazo, algunas disfunciones sexuales.

Médicos, especialistas en adolescentes, científicos sociales y otros expertos en la materia reconocen, internacionalmente, los daños que implican las relaciones precoces para las muchachas, entendidas estas como las prácticas coitales (con penetración) llevadas a cabo dentro de los tres primeros años posteriores a la

menarquia, es decir, a la primera menstruación.

Si una chica tiene su primera regla a los 13 años y se inicia sexualmente a los 15, una simple cuenta da a entender que ni su organismo ni su psiquis están preparados para un encuentro de esa naturaleza.

¿Quiere esto decir que pasados los tres años ya está apta para la vida sexual activa? Pudiera ser, pero la vida no son solo números o años en el almanaque.

Las experiencias eróticas deben seguir —como sugiere José Martí a su hermana Amelia en una hermosa carta— un camino pausado y de naturales progresos: de flor a fruto, a semilla, a arbolillo...

Por ejemplo: una chica que nunca ha tenido novio, aunque tenga 16 o 17 años, no tiene por qué debutar en su vida amorosa con una relación sexual completa, y mucho menos si lo hace por cumplir un «programa» que trazaron para ella sus amistades o por satisfacer el ego de algún pretendiente, tal vez presionado también por el grupo.

Tal salto afecta, cuando menos, su equilibrio emocional, y niega la evolución sana de su sexualidad. Es normal entonces que sienta miedo o se muestre insegura, porque no estaba preparada para algo así.

Quienes hoy andan por los 15 bien pueden hablar de las incertidumbres que provoca el desarrollo puberal, las transformaciones del cuerpo y hasta el cambio psicológico fundamental que significa la búsqueda de una identidad adulta.

Convertirse en una persona sexualmente activa, con los riesgos que eso implica, despierta un lógico temor: no hay por qué avergonzarse de ello. Lo preocupante es que a veces se toma a la ligera, como si fuera un simple cambio de peinado o de distracción.

UNA DECISIÓN PERSONAL

Es cierto que algunas chicas siguen la trayectoria que marca el grupo o ceden a la presión de su pareja, creyéndose obligadas a darle la archiconocida «prueba de amor», que solo sirve para demostrar que en las relaciones humanas no se ha inventado mucho en los últimos tiempos, por más que algunos lo crean.

Iniciarse en el sexo, como elegir estudios, aficiones, amigos o modos de vida, debe ser una decisión propia, meditada: un acto consciente del que se espera algo bueno, que va a aportarle a la vida alguna riqueza espiritual y sentimental, además de resultar placentero para el cuerpo.

Este acto merece una actitud reflexiva, que tiene como elemento imprescindible el estar dispuestas a negociar el uso del condón para evitar posibles embarazos o ITS.

Ninguna adolescente debe sentirse compulsada por los demás ni violentarse a sí misma en esa decisión, solo para estar a tono con las amistades, la moda o el «qué dirán». Tras el baile, o las fotos, no tiene por qué venir la cama.

El sentirse «rezagada» a veces lleva a pensar que algo malo ocurre. La joven se cuestiona por qué no tiene los mismos intereses sexuales que otras, pero tal preocupación no tiene fundamento. Lo más importante es estar bien consigo misma, sin hacer caso de alardes ajenos, que a veces son falsos, para quedar bien con la presión social.

A juzgar por las cartas y conversaciones con adolescentes que nos cuentan su primera vez, se puede sacar al

vuelo una conclusión: mientras más edad, mejor ha sido. Y viceversa.

Aquellas que han tenido una iniciación sexual como la soñaron, que tuvieron la paciencia de aguardar a la persona «ideal» y el momento en que ellas se consideraban con esa necesidad, sin dejarse presionar por otros, son más dueñas de hacer que su vida sexual sea fructífera y feliz, de principio a fin, y por tanto están menos expuestas a fracasos y disfunciones.

No importa la edad —siempre que hayan pasado tres años al menos de la primera menstruación— lo que sí interesa es que esa iniciación tenga su encanto, no traiga consecuencias nocivas para la salud y sea un momento para recordar con agrado por el resto de nuestra vida.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/sexo-sentido/2006-08-19/no-hay-edad-definida-para-la-primera-relacion-sexual>

Juventud Rebelde | Diario de la juventud cubana
Copyright © 2017 Juventud Rebelde