
Cuidados antes de iniciarse en la vida sexual

Los verdaderos profesionales del mundo del cine, el teatro y el espectáculo se cuidan sobremanera de exponer su obra antes de tenerla lista. La fecha prevista para el estreno mundial puede variar y no importan los costes económicos que esto puede significar pues nunca serán mayores al precio de un estreno fatal. Estas precauciones para con una obra muy bien podrían trasladarse a los cuidados que deben tener los adolescentes antes de iniciarse en la vida sexual.

La primera vez en el sexo

Claro que no es la sexualidad un suceso de pasarela, es preferible incluso que el comentario no trascienda el círculo más íntimo de amigos y familiares, pero acudo al símil para referirme a la tendencia en no pocos países a iniciar cada vez más tempranamente las relaciones sexuales, obviando “detalles” que resultan esenciales como la madurez orgánica y psicológica.

La precocidad en materia de sexo, sea por moda o por ceder a presiones de uno u otro miembro de la pareja, no es garantía de una sexualidad feliz y plena, por el contrario, podría poner en riesgo un componente esencial de nuestras vidas. A no pocas chicas y chicos esa “primera vez” se les ha convertido en una pesadilla que les ha acompañado el resto de su vida.

El cuerpo en la adolescencia

En algunas culturas se asume que luego de la menarquia, la chica ya está lista para el matrimonio, acto que a veces ha estado “pactado” desde la infancia. Pero la realidad es que ese primer sangramiento es apenas una de las aristas visibles del complejo proceso de desarrollo que vive el cuerpo en la adolescencia.

Desde el punto de vista orgánico, los órganos sexuales suelen madurar en la primera mitad de la segunda década de la vida pero aunque la vagina tenga las dimensiones adecuadas para acoger un pene, o éste consiga erecciones y eyaculaciones, el sistema metabólico, esencial para producir las hormonas que condicionan el placer sexual, podría no estar listo aún.

Desde el punto de vista psicológico, una investigación realizada hace unos años por sexólogos latinoamericanos también descarta la prisa. Ellos demostraron que en la misma medida en que los jóvenes se inician a una edad mayor, así será la probabilidad de que logren una vida sexual satisfactoria, conserven una pareja estable y den prioridad a la protección ante los embarazos no deseados y las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

Otro estudio, publicado en la revista estadounidense, *Journal of Adolescence*, asegura que los chicos que se inician tempranamente en el sexo tienen una tendencia mayor a recurrir a las drogas y al alcohol, las primeras para prolongar el acto sexual y el segundo para desinhibirse y divertirse frente a las chicas que recién conocen. Un argumento frecuente entre los precoces fue también que la experiencia sexual los hace sentir que tienen más años de los que realmente poseen.

Las prisas en el sexo traen problemas

Como ves la prisa trae más problemas que respuestas. No conviertas el sexo en una meta, ni permitas tampoco que te presionen exigiéndote “pruebas de amor”. El afecto verdadero no pide nada a cambio. Sentir deseos de besar a un chico y disfrutar de su compañía no significa que estés lista para iniciarte en las relaciones sexuales.

Primero explora tu cuerpo, busca respuestas por ti misma, conversa con alguna persona adulta que pueda aconsejarte —la madre suele ser la mejor opción—. Luego habla con tu pareja, que no tiene por qué ser la que te acompañe el resto de tu vida —pocas veces sucede— pero sí será un protagonista esencial en ese descubrir de la sexualidad.