

POR REBECA  
YANKE MADRID

OS AÑOS ANTES DE que comenzara el siglo XXI se estrenaba en España la serie *Periodistas*, que se emitió hasta 2002. Como un reflejo de los cambios sociales que se gestaban, iban desfilando por los primeros capítulos cuestiones como la meritocracia en función del género, la violencia dentro del matrimonio, la conciliación familiar y hasta las relaciones entre mayores y menores de edad. Se sucedían escenas hoy imposibles, como la llegada de una chica de 16 años con uniforme escolar a la redacción de un periódico para volver a ver al fotógrafo guaperas con el que había ligado la noche anterior.

Nombraban subdirectora a una mujer y, desde Nueva York, venía un jefe nuevo a la sección de Madrid para sustituirla. «¿Con quién se habrá acostado?», decía una redactora. «Eso diríais si fuera mujer, ¿no?», insistía. Había conversaciones sexuales en una sociedad que aún no estaba hipersexualizada, pero pocas alusiones al empoderamiento sexual femenino. Los móviles comenzaban a usarse pero sólo el informático del sótano sabía conectarse a internet.

Dicen los que saben, expertos en salud afectiva y sexólogos, que el gran cambio de los últimos 20 años en lo que respecta a la mujer y al sexo es que ésta ha decidido reivindicarlo, hacerse dueña de sus orgasmos y darse cuenta del efecto que estos tienen en su bienestar. Incluso sin necesidad de hombres. Acuérdesse del fenómeno Satisfyer. Sólo se hablaba de eso en 2020... hasta que llegó la pandemia.

Las relaciones a través de apps de *dating*, en sus tantas versiones, vivieron entonces su apogeo. Parecía que habíamos aprendido alguna que otra cosa sobre monogamia y poliamor y hasta el BDSM era *mainstream* desde que conocimos las *50 Sombras de Grey*. Pero fueron necesarias dos cosas más para generar verdadera evolución: las redes sociales y un feminismo al unísono cociéndose en su

fuego, que estimularon el proceso de apertura sexual que hoy vivimos aunque, como se verá en próximas líneas, ésta tiene también matices.

La sexología dice que la semilla parte de los 70, más de una década después de que dejara de ser habitual la palmadita en el culo a una mujer en el entorno laboral. Y la rama llega hasta hoy directamente, cuando nuestro país estrena una ley de consentimiento sexual que sólo 10 países más tienen en Europa y una Ley Trans que reconoce la posibilidad de elegir el género con 16 años. La misma edad a la que, en la época de *Periodistas*, se consideraba que no se podían tener relaciones sexuales con una menor.

Hoy lidiamos con las manadas y las violaciones en grupo, con las polémicas constantes sobre pornografía, prostitución, gestación subrogada o *vientres de alquiler*, según quien la mencione. Todas ellas cuestiones relativas al cuerpo de la mujer y que dividen a las feministas. Aparquemos el contexto y centrémonos en ellas. ¿Cómo ha sido el trayecto sexual de la mujer española en los últimos tiempos?

Por lo pronto, su evolución forma parte de un fenómeno global. Y en el proceso de reivindicarse como persona también se incluye denunciar el acoso y el abuso sexual. El movimiento MeToo, a través del cual miles de mujeres de muchos países del mundo narraron sus vivencias de abuso, logró expandirse de distintas maneras alrededor del globo, tal y como explica Rachel Vogelstein, asesora de la Oficina de Asuntos Globales de la Mujer de la Casa Blanca en su libro *Despertar* (Ariel), publicado este año. «El MeToo se convirtió en un movimiento en pro de la equidad y la justicia», sostiene Vogelstein. En España, tras su nacimiento, allá por 2018, hubo una huelga feminista por primera vez en nuestra historia.

«El mundo ha vivido una apertura sin precedentes en torno a los derechos

sexuales, tanto social como legalmente, en los últimos años», afirma también el estudio más reciente de la organización Sexuality Policy Watch, especializada en tendencias sexuales y que agrupa investigadores de todo el mundo. «Al mismo tiempo, también hay una enorme y creciente reacción contra muchos

aspectos de los derechos sexuales en todos los rincones del mundo, y la reducción de los compromisos con la educación integral en sexualidad por parte de una serie de gobiernos».

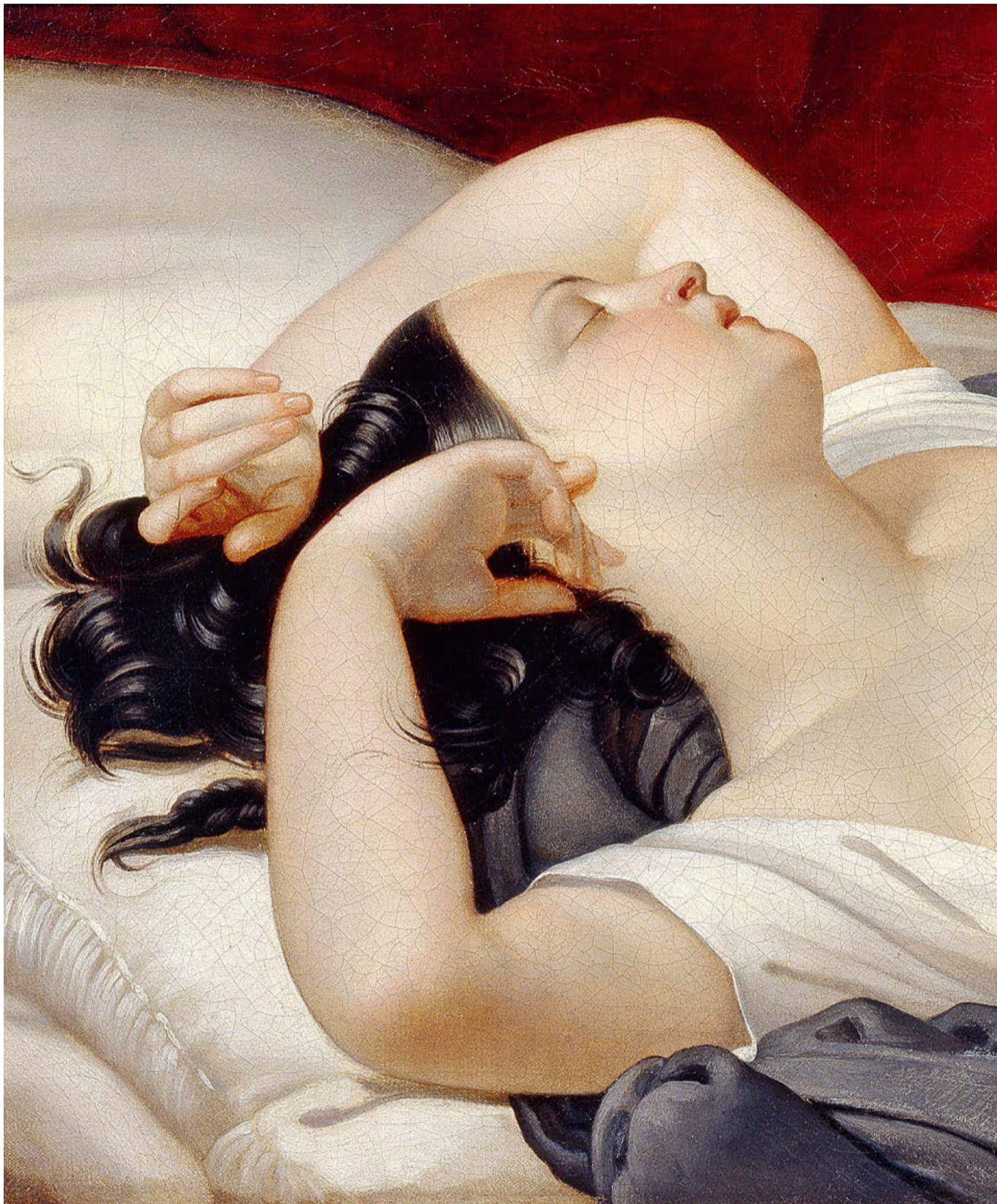
Lo que significa que, aún en la cresta de la ola de esta (r)evolución sexual sigue habiendo contradicciones, pasos hacia adelante y después hacia atrás, así como la muy extendida tendencia a callar para no ofender a nadie por encima de todo. Un ejemplo: la sexóloga Valerie Tasso publicó en 2003 la novela autobiográfica *Diario de*

*una ninfómana*; hoy cree que no podría publicarla.

«El mayor hito de las últimas décadas es que la mujer busca su placer y se abre a su sexualidad, y el gran cambio sucede con la aparición de las redes sociales. Porque podía haber mucho feminismo y muchas ganas de aprender, pero hasta que éstas no llegaron no se sintió libertad para expresar públicamente ciertas cosas, ni un sistema que lo propulsara», argumenta Mariona Gabarra, sexóloga habituada a dar charlas sobre sexo a padres e hijos. Y afirma que, pese a todos

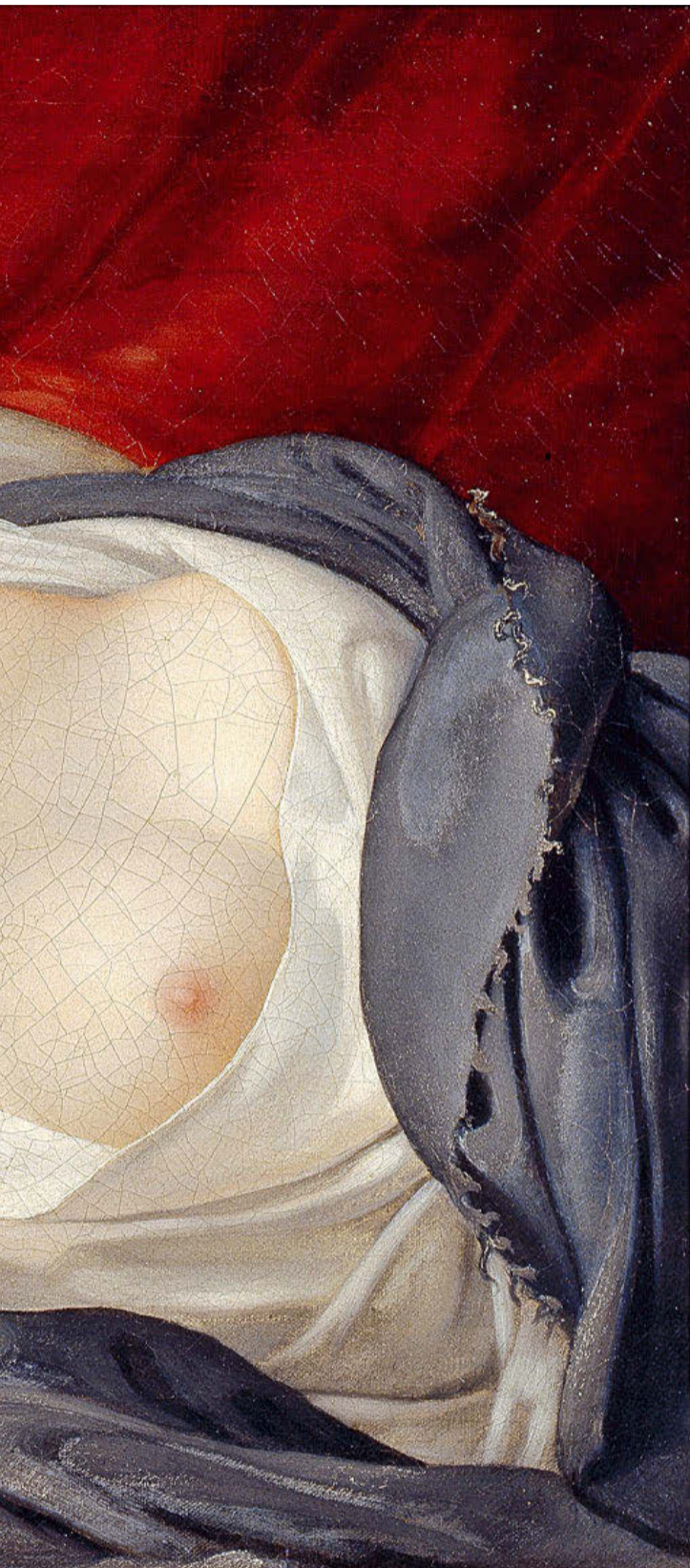
los avances, «hay mujeres que no se han tocado jamás», pero que «preguntan y buscan», al igual que «hay muchos hombres que quieren que la mujer disfrute y se empodere sexualmente».

Esta afirmación, «queda mucho por recorrer aunque se haya avanzado también» encaja con los resultados de la encuesta más reciente realizada en España sobre sexualidad y elaborada por Gleeden, que se vende como «la web especializada en encuentros extraconyugales, pensada por y para mujeres». Según sus datos, «sólo el 25% de la



“EL MUNDO HA VIVIDO UNA APERTURA SIN PRECEDENTES EN DERECHOS SEXUALES”

“HAY MUJERES QUE NO SE HAN TOCADO JAMÁS Y AHORA BUSCAN INFORMACIÓN”



'Mujer italiana durmiendo'. FINE ART IMAGES / HERITAGE / GETTY

sociedad española está realmente satisfecha con su vida sexual, más de la mitad de los españoles no tiene claros los tipos más básicos de relaciones no monógamas y ambos géneros son infieles. Ellos, en un 42%. Ellas, en un 37%. Y no se arrepienten».

Para Gabarra, «el feminismo ha fomentado el desarrollo de la sexualidad femenina». Pero también alerta de que «como estamos en la era de las etiquetas», considera que «hay que andarse con mucho cuidado». «El activismo puede complicar las cosas porque los avances

se dan de manera progresiva y no a golpes», sostiene.

Iván Rotella, en cambio, también sexólogo y miembro de la Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología (AEPS) sí cree que «el feminismo es el gran motor de estos cambios: su constante lucha contra viento y marea, a lo largo de muchas décadas, empeñado en conseguir la igualdad entre sexos, ha supuesto y sigue suponiendo un motivador muy grande de

ese cambio social, lento pero que se va produciendo, que se busca en pro de una sociedad más igualitaria, más respetuosa y muchísimo más justa».

En la misma línea se expresa otra especialista, esta vez en terapias de pareja, Diana Fernández Saro, a la que le parece importante estar aprendiendo a decir NO: «Fomenta el empoderamiento y la asertividad sexual planteando límites claros: 'No quiero hacer esto ahora', 'no quiero hacer esto contigo', 'no quiero hacerlo'». «El desarrollo de la asertividad sexual», piensa esta sexóloga, «nos facilita vivir encuentros eróticos fluidos desde la libertad de saber expresar lo que deseamos con (auto)conocimiento y (auto)cuidado».

Pero también le saca los colores al feminismo y a quienes practican el postureo sexual: «Tenemos que poner atención en no pasar de antiguas prohibiciones coercitivas a nuevas prescripciones normativas, porque encontramos pautas e indicaciones de prácticas como la masturbación para aumentar el deseo como si se tratara de una tabla de gimnasio y con la consecuente frustración de no hallarlo. No eres más feminista por tener más deseo ni por tener relaciones abiertas. Se trata de que cada una pueda vivirse sana, satisfactoria y plenamente en toda su unicidad».

En la era de la hipersexualización, Satisfyer en mano, son capaces de hablar de sexo en la mesa de Navidad y de regalar productos sexuales a las madres o tías. Provocando cambios.

Deseándolos. Pero también algo envueltos, diríase envueltas, en la moda del momento según, ejem, los artículos en prensa, entre otras cosas: «Las 10 posturas sexuales que te falta por probar para tener el mejor orgasmo». «Cómo conseguir un *squirting*». «Éste es el lugar del cuerpo más erógeno en los hombres»...

«A veces, sin darnos cuenta, podemos caer en interpretar un personaje o lo que se espera de nosotras como mujeres en lugar de ser verdaderamente libres y auténticas», apunta Isabella Magdala, sexóloga y autora del ensayo *Tu vagina habla*.

«Es decir, el verdadero movimiento feminista implica que la mujer sea ella misma en todas las facetas, también la sexual, y que pueda expresarse, sin interpretar lo que se espera de ella. El momento en el que 'hay que dar la talla como mujer' o 'cumplir alguna expectativa' es involución, en lugar de evolución. La mujer es ilimitada y el feminismo fomenta que la mujer se exprese por lo que ella es y no por lo que haga o lo que demuestre ser».

### “EL CAMBIO REAL VENDRÁ CUANDO VIVAMOS LAS RELACIONES Y NO LAS SOBREVIVAMOS”

### “EL 'INFORME HITE' SUPUSO UN ANTES Y UN DESPUÉS EN LA LIBERACIÓN FEMENINA”

Magdala acude también a los 70 para explicar los cambios actuales y menciona el *Informe Hite*, que supuso «un antes y un después», pues su autora recopiló las respuestas de más de 3.000 mujeres sobre temas como orgasmo, masturbación y sexualidad femenina. De ellas, un 82% afirmaba que se masturbaba y un 95%, que podía alcanzar el orgasmo fácilmente. «Eso en los años 70 era todo un hito, pues lo aceptado socialmente era que la mujer principalmente alcanzaba (o tenía que alcanzar) el orgasmo con el hombre. Muchas mujeres no sentían orgasmos fácilmente y se les culpaba de ser frías. Sin embargo, a través de la masturbación no tenían ninguna dificultad. Saber

incorporación de la mujer al mercado laboral». Un avance «que fomenta que la mujer recupere espacios y reivindique otros, como su derecho al placer, a la protección y a decidir en exclusiva sobre su cuerpo y su deseo. Poder tener y visibilizar su erótica propia y exclusiva y vivirla como entienda que le apetece».

¿Qué más mitos se han destruido? «Que con los años la mujer va perdiendo apetito sexual, productividad o vitalidad», señala Magdala. «En realidad, la mujer va ganando experiencia, sabe mucho mejor lo que quiere y lo que le gusta. Puede vivir plenamente hasta su último instante en cualquier aspecto de su vida, también el sexual. O que la mujer necesita a un

hombre, familia o a alguien para desarrollarse. La mujer a quien necesita es a sí misma y estar lo suficientemente atenta como para priorizarse y no abandonarse jamás. O que la mujer está loca, es neurótica, histérica o una bruja, que tiene el demonio dentro o está poseída algunos días al mes. La mujer tiene la menstruación, tiene hormonas, lleva muchas cosas hacia adelante y

merece atender su cuerpo cada día aunque no todos los días tenga las mismas necesidades».

Está por ver, y sobre ello leeremos en sucesivas páginas, cómo será la sexualidad adulta de los que hoy son jóvenes. Pero la sexología piensa que quienes hoy somos adultos nos hemos criado en un sistema que nos ha enseñado a «sobrevivir a las relaciones amorosas y sexuales entre hombres y mujeres». No a disfrutarlas: a sobrevivirlas. Lo piensa la sexóloga Martina González Veiga: «Es imposible vincularte bien desde la amenaza. El cambio real partirá de aprender a vivir las relaciones en lugar de sobrevivir a las relaciones. Y esto pasará por una educación sexual de calidad, que enseñe a amar la diferencia, a conectar con la humanidad y a generar contextos seguros en comunidad».

Su compañera Mariona Gabarra y en general la sexología al completo en España se expresa igual: el cambio que nos queda es el de la educación sexual y la gestión emocional, «porque el sexo, al final, son vínculos y emociones». «Aprender a relacionarse desde el buen trato es fundamental», prosigue González Veiga. «También hay que dejar de decir que los niños son violentos y las niñas vulnerables, o que ellos sólo quieren aprovecharse de ellas, y dejar de usar el concepto 'sexo opuesto'».

Culmina Rotella: «El siguiente paso lógico sería el incorporar a nuestro sistema educativo, como llevan haciendo décadas otros países europeos y tal y como indican organismos internacionales como la UNESCO, una Educación Sexual entendida como Educación de los Sexos. Una formación que sirva para promover valores, no tan solo prevenir riesgos. Valores basados en la igualdad, el respeto, la diversidad, el conocimiento real del cuerpo... y que fomente un encuentro entre los sexos mucho más equitativo. Solo legislar no sirve. Necesitamos que se genere desde edades tempranas un aprendizaje que se pueda ir integrando en quienes somos y que nos permita crecer como sociedad. Sociedad justa, igualitaria, libre y sin violencias».

### “NECESITAMOS QUE LA EDUCACIÓN EN VALORES SE INTEGRE A EDADES PEQUEÑAS”

### “LA MUJER A QUIEN SE NECESITA ES A SÍ MISMA, PRIORIZARSE Y NO ABANDONARSE”

que más mujeres se daban placer a sí mismas, libres de culpas y con total autonomía de su intimidad, supuso que muchas más mujeres se plantearan qué estaban haciendo con sus vidas sexuales y comenzaran a liberarse de las represiones masculinas impuestas».

Sobre los años 70, Rotella alude, en primera instancia, al paso «de una dictadura a una democracia constitucional». Y también a que se fue destruyendo una

que la mujer necesita a un hombre, familia o a alguien para desarrollarse. La mujer a quien necesita es a sí misma y estar lo suficientemente atenta como para priorizarse y no abandonarse jamás. O que la mujer está loca, es neurótica, histérica o una bruja, que tiene el demonio dentro o está poseída algunos días al mes. La mujer tiene la menstruación, tiene hormonas, lleva muchas cosas hacia adelante y