



REVISTA DE INFORMACIÓN SEXOLÓGICA
Abril/Junio 2021 • Número 141 • www.sexpol.net • info@sexpol.net



*Ilustración Elisa Riemer
Canción "La puerta violeta" de Rozalen*

¡Pandemia!

Editorial

Como cada año, por las mismas fechas, nos vemos envueltos en los finales y los principios que, en nuestro caso, rivalizan con las fantasías y planes de descanso. Sensaciones todas ellas que se entremezclan y provocan emociones igualmente mezcladas. Es nuestro tiempo de empezar a recoger los bártulos, revisarlos y adecentarlos para una nueva temporada. Tiempos en los que nos toca preparar la despedida de nuestras más recientes amistades, y también prepararnos para conocer a las nuevas que están llegando.

Cada año comprobamos cómo la Sexología se consolida más socialmente, cómo genera más y más interés como profesión, y cómo una buena formación sigue siendo una preocupación. Nuestra experiencia nos demuestra que el gremio seguirá creciendo en cantidad y en calidad en el futuro cercano.

Como siempre, una muestra de esta calidad podemos observarla en nuestro alumnado y sus actividades. A través de las Tertulias y nuestra revista SEXPOL es fácil ver que las nuevas promociones continúan subiendo el listón.

También el número de alumnas, como buena escuela de formación, es un índice a contemplar que, de hecho, sigue creciendo en cada promoción. Fruto de esta situación son las cincuenta y cuatro tertulias en abierto que hemos podido realizar a lo largo del curso. Cincuenta y cuatro sólo este año, porque de la edición anterior “sólo” tuvimos unas cuarenta. A dos horas cada una hacen más de 100 horas de contenidos, sabiduría y conocimiento que hemos podido lanzar al viento, en abierto. Y es que

ya no solo contamos con nuestra revista, que tampoco es decir poco, sino que podemos asegurar ahora una vía nueva de educación sexual gratuita y general.

Ahora, si eres de la vieja escuela y prefieres la lectura, aquí te dejamos nueve artículos súper interesantes, variados en contenido y enfoque, pero fieles a la disciplina en la que se enmarcan. Lecturas para la hamaca, a la sombra, e idealmente acompañada de algo para beber, sobre capitalismo y placer, disidencias sexuales, el desapego, afectos líquidos, hipersexualización y cosificación. En fin, lectura ligera que se dice. Hoy en día, en nuestro ámbito, la ignorancia es voluntaria.

Os invitamos no sólo a leer, o a visualizar, también a hablar, a debatir, comentar y curiosear. En unos tiempos tan alborotados donde las posturas se extreman, los argumentos escasean, y el “sentido común” se ha convertido casi en una deidad, el conocimiento nos hace libres.

Nosotras, mientras, como venimos haciendo año tras año desde 1982, seguimos marcando nuestro camino de forma clara y bien visible, allanando en lo posible ese asfaltado que nos encamina a un conocimiento sexual que nos haga libres, individual y colectivamente. Nuestra historia nos posibilita, pero el esfuerzo diario y el aprendizaje constante, principalmente gracias a nuestro alumnado, nos llevan a mantener esa honorable situación en el panorama sexológico nacional; somos referencia. Gracias.

Roberto Sanz Martín. Julio, 2021

Sumario

Editorial / Roberto Sanz. Pág. 2

Historia de mujeres de dudosa moral / Irene Herrero Marie-Richard. Pág. 3

Para la liberación, abolición de la prostitución / Celia Melcón Rodríguez. Pág. 8

Los derechos sexuales de mujeres entre rejas / Erkuden Roa Jorge. Pág. 12

Un tabú con marca de género / Nadia Eramo. Pág. 16

Consecuencias psicológicas y sociales de la cosificación y la hipersexualización de las mujeres en la actual sociedad neoliberal / Ona Maya Trilla. Pág. 21

De una pareja para toda la vida a toda la vida en pareja: ¿por qué estar sola si puedes hacerte Tinder? / Pilar Sánchez Nafria. Pág. 26

La deconstrucción de los afectos desde el desapego / Verónica Rodríguez Parejo. Pág. 30

Sexualidad(es) invisibles: la antimujer, disidencia sexual y dictadura franquista / Cinthia Ermitas Romero. Pág. 33

Capitalismo y disfrute: impacto del neoliberalismo en la erotización del cotidiano / Clara Ros Ferrer. Pág. 37



Irene Herrero Maire-Richard

Monitoria en Educación Sexual
con perspectiva de Género
Fundación Sexpol
Graduada en Bellas Artes

Historia de mujeres de dudosa moral

En los siguientes párrafos haremos un recorrido por la historia de la partería tradicional hasta el nacimiento de la ginecología poniendo en el centro a las figuras que históricamente han acompañado los nacimientos, las parteras. En el libro *"Brujas, parteras y enfermeras"*, Barbara Ehrenreich y Deirdre English nos hablan de las "mujeres sabias" como primeras agentes de salud, encargadas de cuidar y curar, cuyos conocimientos eran adquiridos mediante la transmisión oral, pasados de madres a hijas; basándose estos en la experimentación, en un empirismo acumulado y en el intercambio de saberes. Consideradas las primeras obstetras, ocupándose de la salud sexual femenina (controlaban el embarazo, prescribían anticonceptivos, inducían abortos y atendían el parto) y poseían además conocimientos de farmacología.

A lo largo de la Historia se pueden observar numerosos cambios en la atención al nacimiento, con momentos señalados que provocarán un cambio de paradigma en el que la institucionalización de las prácticas médicas llevó a expulsar a las sanadoras de los libros y de la ciencia oficial. Además veremos cómo la profesión y estas mujeres han sido perseguidas y estigmatizadas. Desde mi punto de vista, hacer este

recorrido es necesario para poder analizar la situación de la salud femenina y el debate actual en torno al parto escogiendo el caso de España, viendo cómo muchas de las problemáticas de las diferentes épocas continúan vigentes.

Podríamos empezar contextualizando que los simios tienen partos en solitario, cuando la hembra está preparada se aleja del grupo y pare. Si pensamos esto detenidamente, podríamos suponer que nosotros, como especie haríamos lo mismo en un primer momento, pero aquí los expertos se preguntan: ¿Qué pasa con los partos en nuestra especie? Nuestra historia evolutiva va ligada a partos difíciles por dos razones: el bipedismo que transforma la anatomía de la cadera haciendo el canal del parto más pequeño en relación a otros mamíferos y la encefalización, aumento del tamaño del cerebro que hace necesarias las rotaciones en el parto.

Esta complejidad ha llevado a plantear la hipótesis de que los partos no fuesen actos en solitario, apareciendo así las primeras mujeres que los acompañaban.

Un breve paso por la Antigüedad para mostrar que en este período la figura de comadrona poseía un



gran prestigio social y conservándose un gran número de escritos ginecológicos hechos por mujeres, siendo el parto un mundo exclusivo para estas. Además, en Egipto y Roma se favorecía la entrada de las mismas a la medicina. Especial relevancia adquieren las parteras atenienses o “maiai” en Grecia, sabiendo estas más sobre mujeres y reproducción que cualquier médico hipocrático de la época.

Durante la Edad Media la Iglesia Católica, situada como fuerza espiritual y política en occidente, muestra un fuerte rechazo al conocimiento científico, dando lugar a la pérdida de conocimientos médicos anteriores. En esta línea hay que señalar que la Iglesia no se oponía a las prácticas médicas dirigidas a las clases altas, siempre que fueran médicos varones bajo su auspicio, pero sí se opuso a que las “sanadoras” atendieran al pueblo.

¿QUIÉNES ERAN LAS SANADORAS Y PARTERAS DE LA ÉPOCA?

Las brujas, mujeres sabias, que fueron perseguidas, acusadas de curar, de tener sexualidad, de crímenes contra los hombres, inmoralidad, blasfemia... todo ello enmarcado en la acusación de brujería, siguiendo la guía “*Maleficarum Malleus*” en la que se recogen procedimientos judiciales e instrucciones para desencadenar la histeria, dicho de otra forma: torturas a las que se las sometió en la llamada caza de brujas.

Este oscurantismo no consiguió eliminar a las sanadoras pero sí las marcaría con el estigma de superchería para siempre. Prohibiéndose la práctica de la medicina a las mujeres en el SXII, adjudicándose por completo a los hombres en Europa en el SXIII.

En el Renacimiento se sientan las bases de la obstetricia; entre el SXVI y XVII las matronas, parteras

y comadres vuelven a ser sujetos con gran poder social, figuras centrales en la vida comunitaria y expertas en la salud de mujeres y niños. A pesar de esto no formaban un grupo organizado ni tenían identidad profesional colectiva.

Durante estos siglos se producen varios intentos de regulación, siendo los médicos quienes pasan a organizar la actividad de las matronas. Es esta una de las razones por las que ellas empiezan a preocuparse por su formación. Otra sería la autorización a los cirujanos para asistir a partos normales, anteriormente solo se les permitía los partos difíciles, entrando en un conflicto de competencias, y a mí parecer el invento del fórceps como un antes y un después en esa lucha por parte de las comadronas a reivindicar su autonomía profesional.

Durante los SXVIII y XIX la obstetricia y la ginecología se convierten en disciplinas científicas; cabe destacar a Elisabeth Nihell primera matrona que denuncia a los llamados “instrumentadores” (hombres cirujanos), por un abuso en el uso del fórceps.

Introduciendo el caso de España: del SXIII al XIX se producen numerosos intentos de regular la profesión, desde exámenes de reválida hasta planificación de estudios oficiales, destacando la creación del Real Protomedicato que pretendía examinar y expedir títulos a las matronas para que estas pudieran ejercer, sin embargo, este tuvo mayor trascendencia como herramienta de poder y consolidación profesional de los cirujanos que como mejora para las matronas.

Una vez llegamos al final del SXIX creo imprescindible introducir las corrientes feministas (pasando por la liberal, socialista, radical, ecofeminismo, psicoanalítico, estructuralista hasta el postestructuralista) ya que han sido múltiples las aportaciones de estas en salud: desde la denuncia a los hombres médicos en su asistencia a las mujeres (infantilización y sobremedicalización), los riesgos derivados del entorno laboral y los cargos de cuidados asumidos por las mujeres, la libre elección de la maternidad y con ella los anticonceptivos y el aborto, el derecho al parto natural y la lactancia materna o el análisis de género como determinante psicosocial en salud. Todas estas posiciones han ido colándose en el campo de la investigación y del sistema sanitario, cuyo

interés principal radica en visibilizar el sexismo y el androcentrismo presentes en el mundo científico.

Raquel Osborne en el libro “Mujeres bajo sospecha. Memoria y sexualidad 1930-1940” recoge diferentes voces que nos hablan de los modelos de sexualidad y de la idea de mujer española en el SXX y del que me servirá para contextualizar este período.

En la II República se produce un gran cambio de derechos civiles y sociales, se intenta hacer un primer acercamiento a las bases de Sanidad Pública que tenemos hoy (truncado por la Guerra Civil), articulando una red sanitaria y reforzando instituciones creadas en los años 20, como la Escuela Nacional de Sanidad y la de Puericultura. Imprescindible nombrar el Seguro Obligatorio de Maternidad, que consistía en la asistencia a mujeres trabajadoras y obtención gratuita de material farmacéutico durante el embarazo, parto y puerperio, ya que esta ley supuso una fuerte demanda de profesionales en el que las matronas tuvieron un papel fundamental.

¿QUIÉNES SON LAS MATRONAS EN ESTA ÉPOCA?

Era un colectivo profesional de mujeres que tenían una relevancia social importante, además de independencia económica, contaban con formación superior y una mayor libertad de movimientos por los partos. Durante la Guerra son movilizadas y participan de forma activa en el conflicto, siendo estos los motivos de interés del estudio “*Matronas víctimas de la Guerra Civil*”. Durante la etapa de “terror caliente” fueron asesinadas al menos siete matronas, destacando que en las listas de asesinados, los pocos nombres de mujer son matronas.

¿Qué pasa cuando termina la guerra? No hay palabra más representativa de la dictadura que “represión” y cómo en el caso de las mujeres fue doble por el ideal de “mujer-esposa-madre eugenésica” que buscaba el franquismo, teniendo las matronas una diana en la espalda por ser, de nuevo, encargadas de la sexualidad femenina, poseer conocimientos anticonceptivos y provocar abortos. Estas mujeres son obligadas a exiliarse, encarceladas, obligadas a dejar su profesión o condenadas a muerte.

La creación de la Seguridad Social y la construcción de infraestructura como elemento

clave durante el franquismo determinará el modelo de asistencia al parto. Este pasará de casa, donde la matrona gozaba de total autonomía, al hospital, donde ha de adaptarse a la disciplina y jerarquías de los centros sanitarios. La Transición y la democracia trajeron la incorporación de España a la Unión Europea y con ello una regulación de los estudios de enfermeras-matronas que se han ido modificando paulatinamente hasta la actualidad.

Me gustaría citar a la antropóloga Dolores Juliano para dar pie a una reflexión:

*“aunque hubiera sido mucho mejor mantener a Dios alejado del tema de la sexualidad femenina” (p. 37)**

Y es que, a mi parecer, es un hecho innegable que en nuestro país el peso de la Iglesia Católica y los años de dictadura han supuesto un retroceso en el avance, la concepción de la sexualidad y todo lo enmarcado en ella, incluyendo la salud. Sirva el ejemplo de las diferencias en los libros de formación según el género, o de las actitudes que una buena enfermera debía tener recogidas en numerosos decretos: obedientes, calladas, subordinadas y delicadas, haciéndose aún más visible que la profesionalización de las mujeres ha sido una constante lucha cargada de estereotipos.

También podríamos hablar de los llamados “hombres sabios” como Hipócratas, que acuñó ya en Gracia el término “histeria” o Gregorio Marañón, más cercano, que hablaba de la mujer como potencial de “lesbiana psicópata” cuya única salvación era la maternidad, dogmas utilizados por la ideología franquista.

Antes de hablar del hoy, me gustaría recoger algunas de las pequeñas pinceladas que hemos ido dando por la Historia, por ejemplo, esas persecuciones a las “brujas” en la Edad Media se hacen aún hoy vigentes cuando Pabla Pérez nos habla de las PT de zonas rurales de América Latina, perseguidas y acusadas de la mortalidad materno-infantil, cuando es la pobreza la causante y son ellas las que salvan vidas. Los hombres sabios y su concepción de “mujer” a los que durante tanto tiempo estudiaron los médicos occidentales, siendo obvio que han marcado la concepción de la medicina actual.

¿DÓNDE ESTAMOS?

En la medicina actual, son las voces de tres mujeres de ciencias como son Carme Valls Llobet, Miriam al Adib Mendi y María Blasco Marhuenda las que utilizaré. Ellas nos hablan del androcentrismo en la ciencia, que ha llevado a que se produzcan sesgos de género, al error científico (ya desde los ensayos preclínicos y clínicos) por no atender a la diferencia, a esa “ciencia mal hecha”, ya que se ha pensado durante mucho tiempo que estudiando al hombre se estudiaba a la mujer. Pionera la primera al introducir la morbilidad diferencial y las diferencias al enfermar en España. Hacen visible la sobremedicalización de la mujer, sobre todo en el ámbito de la psiquiatría y el paternalismo en todo el sistema sanitario, que olvidó la escucha.

Podemos encontrar diferentes debates sobre la mesa en cuanto a salud sexual femenina y atención al parto como son el abogar por un parto natural respetando los ritmos de la fisiología, evitando la instrumentalización y las cesáreas innecesarias, que me remiten a Elisabeth Nihell y a su denuncia contra los “instrumentadores” en el SXVIII. Durante siglos se han apropiado de nuestros cuerpos, procesos y capacidad de decidir, la hoy, a mi parecer, bien nombrada “violencia obstétrica”, pero es importante hacer hincapié en la lucha por los derechos en esta materia por parte de activistas, mamás, papás, MaPas y profesionales sanitarios desde organizaciones como “El Parto es Nuestro” para conseguir esos partos respetados, ese acompañamiento en el embarazo y puerperio, basados en información científica y veraz para que la mujer pueda decidir libremente.

Somos todas herederas de un sistema violento, seamos conscientes y luchemos por cambiarlo, desde el activismo, la docencia, la investigación científica, atendiendo la diferencia sin olvidar lo igual y recuperando la memoria de todas las mujeres sabias que han surgido en esta investigación, que son muchas aunque no aparezcan por falta de espacio, y que merecen su sitio en la Historia porque la construyeron aunque no quedara escrito.

BIBLIOGRAFÍA

CONFERENCIAS / VÍDEOS

- García-Díez, M. (2019) “La maternidad

en la Prehistoria” Fundación Juan March. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=a85NRg7CuDs&t=2s>

- Dominguez Monedero, A. (2019) “Mujer y maternidad en la Grecia antigua” Fundación Juan March. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=YH7EQVcvVto>
- “El parto, de la prehistoria a hoy” (2017). Programa de Carne Cruda. Recuperado de https://www.eldiario.es/carnecruda/ciencia/nacer-pie-parto-prehistoria_132_3062024.html
- “Flipando con el parto de Henar Álvarez” (2020) Estirando el chicle. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=wQBenUL3_EI
- “Encuentro mujer, ciencia, medicina y perspectiva de género” (2021) RTVE. Recuperado de <https://www.rtve.es/television/20210309/encuentro-mujer-ciencia-medicina/2081188.shtml>
- “Plantas sagradas de la partería indígena” (2020) Canal trece Colombia recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=KzQ3csFQkJY>

LIBROS

- Ehrenreich B. y English, D. (2006) “Brujas, parteras y enfermeras” Bracelona, Editorial La Sal.
- Alemany Anchel, M. (2016) “De mujeres y partos. Matronas y cambio social en la segunda mitad del S.XX” Valencia, Publicaciones PUV.
- Goberna-Tricas, J. y Boladeras, M. (2018) “El concepto

violencia obstétrica y el debate actual sobre la atención al nacimiento” Madrid, Tecnos.

- Valls-Llobet, C. (2020) “Mujeres invisibles para la medicina. Desvelando nuestra salud” Madrid, Capitán Swing.
- Al Adib Mendiri, M. (2019) “Hablemos de Vaginas. Salud sexual femenina desde una perspectiva global” Madrid, Oberon.
- Osborne, R. (2012) “Mujeres bajo sospecha. Memoria y sexualidad 1930-1980” Madrid, Editorial Fundamentos. **cita de Dolores Juliano extraída de este libro*
- Prado, A. (2011) “Matrimonio, familia y estado. Escritoras anarco-feministas en la revista blanca” Madrid, Fundación de Estudios Libertarios Anselmo Lorenzo
- Llopis, M. (2015) “Maternidades subversivas” Navarra, Txalaparta.

ARTÍCULOS / ESTUDIOS

- Ruiz-Berdún, D. y Gomis A. (2016) “Matronas víctimas de la guerra civil española”. Asclepio 68. Recuperado de <https://doi.org/10.3989/asclepio.2016.31>
- Conde, F. (2011) “Parteras, comadres, matronas. Evolución de la profesión desde el saber popular al conocimiento científico”. Discurso académico 49. Recuperado de <http://www.academiadelanzarote.es/ Discursos/Discurso%2049.pdf>
- Clare, A. y García, MJ. (1999) “Fechas clave para la historia de las Matronas en España” Híades, Revista de Historia de la Enfermería.

Celia Melcón Rodríguez
Máster en Terapia Sexual y de Pareja
con Perspectiva de Género
Máster en Sexología y Género
Fundación Sexpol
Psicóloga



Para la liberación, abolición de la prostitución

La RAE (2019) define la prostitución como “la actividad de quien mantiene relaciones sexuales con otras personas a cambio de dinero”. Sin embargo, esta escueta definición de prostitución como intercambio de sexo por dinero, encubre dos características fundamentales: el hecho clave de que las prostitutas son mujeres y que no es sexo, es un cierto tipo de sexo, que consiste en que el varón tenga un orgasmo usando como medio el cuerpo de otra persona. Una definición alternativa que contemple esta realidad sería “la prostitución es una práctica por la que los varones se garantizan el acceso grupal y reglado al cuerpo de las mujeres” (De Miguel, 2012).

Todo esto, es una cuestión de género, ya que el 97% de las personas en situación de prostitución son mujeres y el 99% de las personas que consumen prostitución son hombres. Esta realidad que afecta a millones de mujeres y niñas en todo el mundo está en proceso de aumento y expansión en las sociedades formalmente igualitarias, como en España, siendo este el primer país consumidor de prostitución a nivel europeo y el tercero a nivel mundial, en función de los datos de Naciones Unidas (ONU, 2015).

En España, la prostitución se encuentra en una situación de alegalidad, es decir, actualmente no es ni legal ni ilegal. Cuando una persona decide por propia voluntad el ejercerla para beneficiarse, no está penada en todo el territorio español, siempre y cuando no sea en lugares públicos (Garcés, 2018).

A lo largo de este artículo, intentaré exponer de una forma concisa las características y consecuencias de esta realidad desde una perspectiva de género, así como las distintas posturas que existen en torno a ella, señalando el modelo abolicionista como aquel realmente válido para abordar esta realidad desde la defensa de los derechos de las mujeres.

Para comenzar con el análisis sobre la prostitución, cabría preguntarnos ¿dónde queda la sexualidad femenina? Pues bien, esta ni siquiera existe, es tan solo una herramienta para el disfrute de los hombres. En palabras de Kate Millet (1995), para las mujeres prostitutas, el objetivo de su actividad sexual no radica en su propio placer. Con ello se exagera la paradójica situación sexual de las mujeres en el patriarcado: convertidas en objetos sexuales, y que, a la vez, no pueden gozar de su propia sexualidad.

También, sería importante señalar que, en la prostitución, las mujeres y sus cuerpos están al servicio del hombre o es algo sobre lo que el hombre puede disponer a su criterio y deseo para llevar a cabo la utilización de sus cuerpos de una forma unilateral (Pateman, 1999). De esta forma, se ven reforzados los roles de género, teniendo importantes consecuencias educacionales en toda la población. A través del sistema prostitucional, se legitima la desigualdad y el dominio patriarcal. Siguiendo la tesis de la escuela de desigualdad propuesta por Friedrich Engels y Alexandra Kollontai, la práctica de la prostitución no afecta solamente a las mujeres



prostituidas, sino que, de alguna manera, afecta a todas las personas y de todas las partes del mundo. La prostitución afecta al imaginario de lo que es una mujer, lo que se puede esperar de ella y lo que se puede hacer con ella (De Miguel, 2000). De esta forma se perpetúa que los hombres sigan entendiendo el sexo como un ente meramente físico, separado completamente de lo emocional, y visto desde una perspectiva unilateral (Firestone, 1976).

Tal y como señalan autoras como Kathleen Barry, Sheila Jefferys y Carole Pateman en la ideología de la prostitución, el deseo sexual masculino es considerado una necesidad irrefrenable (De Miguel, 2020). Esto, unido al capitalismo en el que todos y todas nos vemos sumergidos, hace que se justifiquen las situaciones de explotación y violación de las mujeres, dando una mayor importancia a las supuestas “necesidades” masculinas que a los propios derechos y libertades de las mujeres. Siguiendo la filosofía de “si puedo pagarlo, puedo hacerlo”.

¿Y qué ocurre con el consentimiento? Pues bien, este es utilizado para invisibilizar la parte fun-

damental sobre la que se funda la institución de la prostitución: el hombre que demanda que su deseo sexual sea satisfecho y la ideología que encuentra normal, natural y deseable que lo haga. Haciendo ver, a su vez, que la sexualidad de las mujeres queda reducida al “consentir” que los hombres puedan acceder a sus cuerpos o no. Una sociedad que banaliza, normaliza e idealiza la prostitución de mujeres es una sociedad que fortalece las raíces de la desigualdad humana, fomentando la feminización de la pobreza (Valcárcel et al., 2007).

Asimismo, la prostitución tiene importantes repercusiones en la salud física, psicológica y emocional de las mujeres. Entre los que destacan, el contagio de enfermedades e infecciones de transmisión sexual, el consumo de drogas, estrés post-traumático, la ansiedad, y la depresión (Meneses, 2010).

Entre los distintos modelos para abordar esta realidad, destacarían el **modelo regulacionista** y el **modelo abolicionista**.

El primero, parte de la premisa de que la prostitución siempre ha existido y, por lo tanto, es

imposible que desaparezca, Por ello, la mejor solución es contemplarla como una alternativa laboral más y mejorar las condiciones y derechos como trabajadoras. Llegados/as a este punto, cabría preguntarse: ¿existen cosas que el dinero no debe/puede comprar? ¿el mercado realmente constituye un distribuidor equitativo de valores fundamentales? ¿se puede considerar trabajo al hecho de ser penetrada por vagina, boca y ano por hombres que no deseas? ¿es equiparable eso a ajustar tuercas, poner cafés o curar personas?

Frente a esto, el modelo regulacionista, incluso afirma que la prostitución es empoderante, ya que, a través de ella, las mujeres capitalizamos nuestra sexualidad y ganamos dinero con nuestros cuerpos. Sin embargo, este modelo no solo conduce a la reproducción de la desigualdad de género sino a la de clases y países. Además, tal y como ha ocurrido en países en los que se ha realizado, no solo ha aumentado la prostitución a un ritmo vertiginoso, sino también la trata de personas con fines de explotación sexual (Sullivan, 2007).

Por otro lado, la postura abolicionista parte de un análisis de la situación actual en el que la mujer no ha conseguido la igualdad real, bajo la premisa de que la prostitución no puede ser un trabajo y que la sexualidad femenina no está en venta. Siendo un mecanismo de lucha contra el sistema de poder patriarcal y capitalista, este modelo aboga por sancionar a los “clientes”, visibilizando al varón putero como el centro del problema. Al mismo tiempo, propone aportar recursos y alternativas reales a las mujeres que deseen abandonar la prostitución, con medidas de residencia, formación profesional y apoyo psicológico. Además, la abolición de la prostitución es un recurso contra el tráfico sexual, acabando con la demanda de prostitución, estamos reduciendo y actuando contra la trata.

Asimismo, desde este modelo, se hace énfasis en la socialización de los hombres bajo la idea de que no tienen derecho a acceder por dinero a cuerpos de mujeres vulnerables y pobres. Existen evidencias probadas acerca de su efectividad, tal y como se ha demostrado en las leyes abolicionistas

suecas o francesas. Esto nos hace ver que no es una utopía, pero necesita tiempo y dotación presupuestaria.

Ahora, cabe preguntarnos ¿por qué la postura abolicionista es menos conocida que la regulacionista? Pues bien, la respuesta es muy sencilla, porque la primera cuesta dinero y la segunda genera dinero. Un dato importante al respecto es que España es el país europeo con más ganancia en su PIB por las drogas y la prostitución. Suponen un 0,35% del PIB es decir 4.100 millones de euros (Hernández, 2018). Por eso no interesa abolir la prostitución porque eso significaría tener en mente un futuro mejor para las mujeres, educar en igualdad... y todo esto cuesta dinero y tiempo.

En conclusión, la enorme visibilidad de este mercado humano está polarizado y dividido entre dos posturas teóricas y políticas enfrentadas: las favorables a normalizar la prostitución y las que plantean como horizonte normativo su desaparición.

Hoy en día es uno de los temas que se encuentran en constante debate dentro de los feminismos. No es específico de España, y de hecho arranca con fuerza al finalizar la segunda ola del movimiento feminista. El debate ha trascendido el marco de la teoría feminista para convertirse en objeto de otros interlocutores como la industria de la explotación sexual, la filosofía moral y política.

El abolicionismo es el único modelo viable para afrontar esta realidad. Hace ya siglos que desde el movimiento feminista se ha hablado de la abolición de la prostitución, porque se considera uno de los privilegios más antiguos de los hombres sobre nuestros cuerpos. Esta postura busca erradicar la prostitución como fin último, siguiendo un modelo antipatriarcal y anticapitalista.

Se basa en la desmercantilización, para que los cuerpos de las mujeres dejen de ser considerados mercancía de una vez por todas. Para que ningún cuerpo pueda tener precio. Entendiendo que las mujeres no somos mercancía ni objeto de consumo, y que la construcción de las mujeres prostituidas no es más que un mecanismo que tiene el

sistema para apropiarse una vez más de sus cuerpos y lucrarse de su actividad (como también lo hace en otros muchos ámbitos considerados como “privados”).

Como conclusión, cabe destacar que las soluciones a cuestiones tan arraigadas socioculturalmente y con tantos intereses económicos por parte de la industria de la explotación sexual requieren políticas públicas comprometidas. Desde una perspectiva feminista, que lucha por la igualdad, no nos podemos olvidar de todas las mujeres que se encuentran dentro del entramado de la prostitución.

Y para quienes califican esto de utopía la respuesta es simple: *sin utopía la práctica política es ciega*. Se trata de hacer de las instituciones elementos de dinamización para la transformación social. Utopía no es fantasía, que es imposible de alcanzar. La utopía parte del presente, de lo real, buscando en él todo aquello que puede ser utilizado como germen o motor de cambio. La utopía representa lo que aún no existe, pero puede y debe existir. Bloch, llamaba a la utopía los sueños revestidos de realidad.

Estamos y seguiremos luchando para que esta vulneración constante de derechos de las mujeres deje de existir.

BIBLIOGRAFÍA:

- Alabart, M. A. (2016). Educación emocional y familia. El viaje empieza en casa. Barcelona: GRAÓ.
- Ana de Miguel (2000) Alejandra Kollontai, Madrid, eds. Del Orto, pp. 45-48.
- Bloch, E. (2000). The spirit of utopia. Stanford University Press.
- Consejo de Derechos Humanos (Naciones Unidas/Asamblea General 31 de marzo de 2015- A/HRC/29/38): Informe de la Relatora Especial sobre la trata de personas, especialmente mujeres y niños
- De Miguel Álvarez, A. (2012). La prostitución de mujeres, una escuela de desigualdad humana. Revista europea de derechos fundamentales, (19), 49-74.
- Firestone, S. (1976). La dialéctica del sexo: en defensa de la revolución feminista. Editorial Kairos.
- Garcés, C. S. (2018). Prostitución callejera y regulación jurídica española. Estado de la cuestión. Indret.
- Hernández, M (2018). La actividad de la prostitución supone el 0,35% del PIB nacional. El Mundo. Recuperado de: <https://www.elmundo.es/espana/2018/09/01/5b8990cb46163f05758b45e2.html>
- Meneses Falcón, C. (2010). Usos y abusos de drogas en contextos de prostitución. Universidad de Valencia. Revista Española de Drogodependencias, Vol. 35, no. 3
- Millet, K. (1995). Política sexual, trad. AM Bravo Garcta, Citedra, Madrid, 118.
- Pateman, C. (1999). What's wrong with prostitution?. Women's Studies Quarterly, 27(1/2), 53-64.
- Protocolo de las Naciones Unidas para Prevenir, Reprimir y Sancionar la Trata de Personas, Especialmente Mujeres y Niños. Convención de las Naciones Unidas contra la Delincuencia Organizada Transnacional y sus Protocolos. Palermo 2000.
- Real Academia Española, (2019). Diccionario de la lengua española (Edición 233 Actualización 2019) Recuperado de: <http://www.rae.es>
- Sullivan, M. L. (2007). Making sex work: A failed experiment with legalised prostitution. Spinifex Press.
- Valcárcel, A., Sau, V., Amorós, C., Gisbert, T., Cobo, R., Montalbán, I., & Miyares, A. (2007). ¿La prostitución es un modo de vida deseable? El País, 21.

Erkuden Roa Jorge
Máster en Sexología y Género
Máster en Terapia Sexual y de Pareja
con Perspectiva de Género
Fundación Sexpol
Trabajadora y Educadora Social



Los derechos sexuales de mujeres entre rejas

“Sin justicia y sin respeto por los derechos humanos no puede haber paz.”

Irene Khan, abogada Bangladeshi.

Empezar hablando sobre los derechos humanos (DH) es abrir un amplio abanico de posibles temas a tratar en este artículo.

Esa frase dulce y conocida que dice *todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos*, es el primer artículo de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Un documento que promete defender los derechos económicos, sociales, políticos, culturales y cívicos para todas las personas, sean del país, raza, etnia, sexo, clase, casta, creencia religiosa, edad u orientación sexual que sean (Al Hussein, Z.R., 2015).

Todo lo redactado en esta Declaración Universal no tiene un acontecimiento concreto que determine su nacimiento, aunque se hayan dado momentos y acuerdos importantes en la historia de todos los países (Gómez, A., 2020), donde poco a poco se van concretando los treinta artículos que hoy en día son identificados. De los cuales se destacan cuatro, siendo uno de ellos el mencionado anteriormente (Naciones Unidas, 1948):

Artículo 3—*Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.*

Artículo 5—*Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.*

Artículo 25.2—*La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. [...] derecho a igual protección social.*

La razón de haber destacado estos artículos es por reducir el amplio abanico comentado al principio y

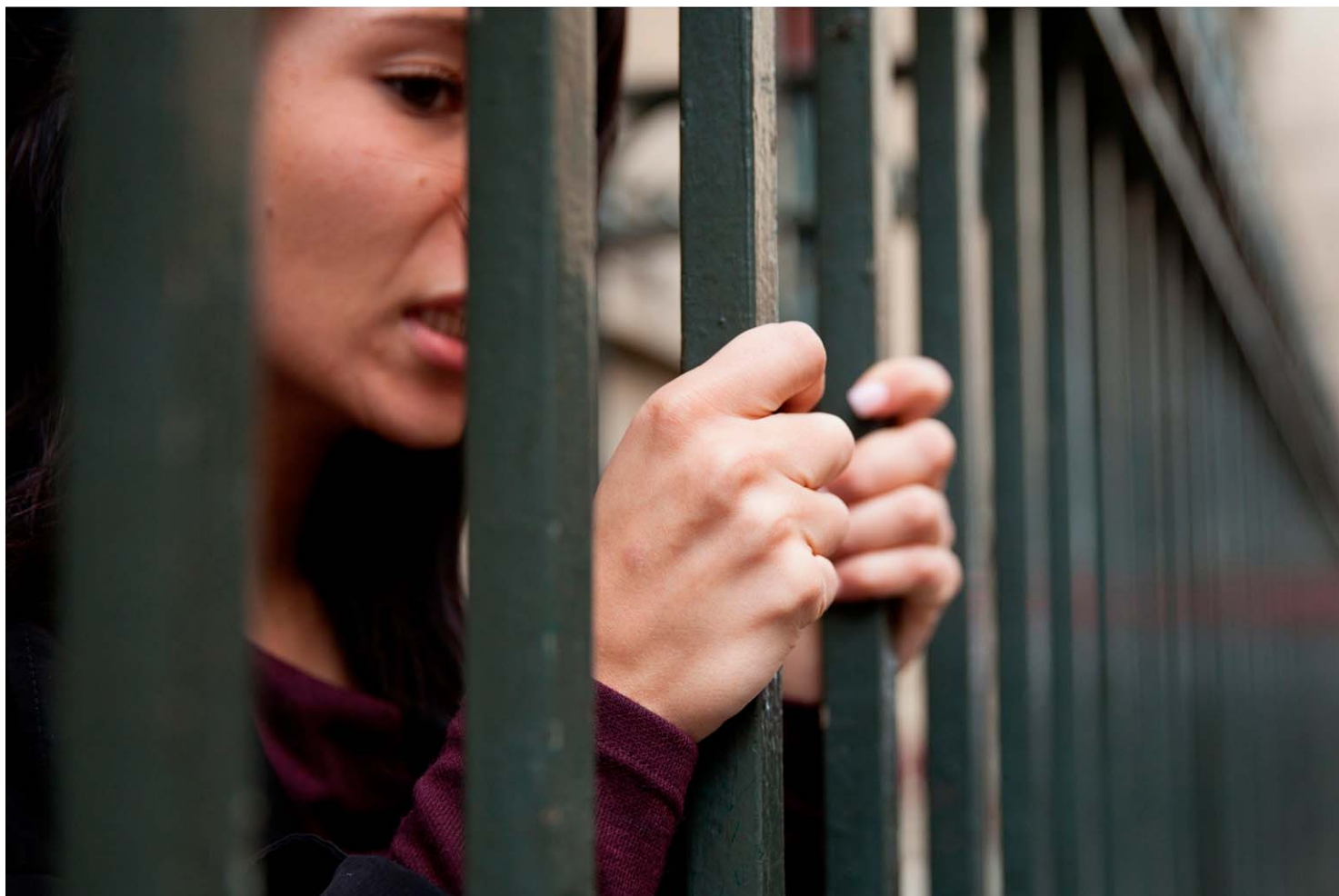
a su vez, empezar a trabajar desde una visión holística el tema al que se quiere llegar. Como se puede ver, estos cuatro puntos tratan el tema de libertad, igualdad, seguridad, no sometimiento a torturas ni a penas, maternidad, infancia y protección social. Derechos que de manera individual, no contemplan holísticamente la situación de las mujeres¹. Es por ello que *coincidiendo con la Segunda Ola del Movimiento Feminista, se empieza a valorar medidas, organismos y tratados específicos a nivel internacional para abordar los derechos humanos de las mujeres* (Gómez, A., 2020, pág. 10). Llegando así, años después, a la creación de la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW).

Partiendo de la base que todos los DH son intrínsecos a las personas simplemente por la razón de ser personas, se llega a la deducción de que todas las personas por ser seres sexuados también deben gozar de sus derechos sexuales².

Los Derechos Sexuales (DS) son presentados por primera vez en el XII Congreso Mundial de Sexología de 1997 celebrado en Valencia. Posteriormente se revisa en 1999 por la Asamblea General de la Asociación Mundial de la Sexología (WAS) y en 2014 se aprueba y se publica la última actualización (Ibídem, pág.2). En dicha publicación se reafirman, reconocen y declaran diferentes puntos como *toda persona tiene derecho a disfrutar de los derechos sexuales [...] sin distinción de [...] sexo, [...]*

¹ En su definición más amplia y completa.

² Un concepto que constantemente es completado por: y *derechos reproductivos*. Coletilla que no se quiere utilizar en este artículo por defender la idea de que lo reproductivo también es parte de la sexualidad de una persona.



situación social y económica o cualquier otra condición. También se menciona el derecho a la vida, libertad y seguridad de la persona, indicando que *toda persona tiene derecho a [...] acceder a los servicios relacionados con la salud sexual;* el derecho a la autonomía e integridad del cuerpo: *la toma de decisiones libres [...] a cualquier prueba, intervención, terapia, cirugía o investigación relacionada con la sexualidad;* derecho a la privacidad: *prácticas sin interferencia ni intrusión arbitrarias;* derecho al grado máximo alcanzable de salud y experiencias sexuales placenteras, satisfactorias y seguras: *[...] servicios de atención a la salud sexual de calidad;* derecho a la información relacionada con la sexualidad y por último, el derecho por un lado a contraer matrimonio y por otro a decidir tener hijas³, el número de estas y espaciamiento de las mismas (Sanz, R. 2020, pág. 32).

Si leyésemos este último párrafo pensando en las mujeres privadas de libertad, ¿tendríamos más dudas sobre el cumplimiento de los derechos sexuales? Hagamos el análisis sobre las cárceles que privan la libertad de las mujeres.

³ Utilizando el género femenino para referirme a las personas.

Si se realiza este análisis desde una perspectiva de género, se puede ver que en el 2010 el estado español ocupaba el primer lugar en la UE-27 por la alta cantidad de mujeres encarceladas. Siendo desde marzo de 1997⁴, noviembre de 2009 el mes con mayor cantidad de mujeres privadas de libertad, exactamente con 6.198 mujeres (frente a 70.670 hombres). Es decir, de 100 personas presas, 8 eran mujeres. En junio de 2016⁵, las mujeres presas eran un 7,65% (3.881 frente a 46.836 hombres) (Ministerio del Interior, 2021). Moreno y Elvira (2017) identifican un gran incremento en los años 1980 y 1990, argumentándolo con las siguientes causas: *un estado del bienestar precario, [...] un régimen punitivo caracterizado por la ausencia de alternativas a la pena privativa de libertad, relacionado con el endurecimiento de las sanciones penales para determinados tipos de delitos.*

Todas estas mujeres se agrupan⁶ en cuatro de

⁴ Siendo la fecha más antigua de la que se han conseguido los datos.

⁵ Último dato actualizado sobre la cantidad de mujeres privadas de libertad.

⁶ No se encuentran datos actualizados de la cantidad de mujeres de hoy en día.

las 69 cárceles del estado español: Brieva (Ávila), Alcalá Meco (Madrid), Alcalá de Guadaira (Sevilla) y Wad-Ras (Barcelona) y en 41 módulos distribuidos en prisiones de hombres. Estos últimos módulos destinados a ellas, prestan poco espacio por lo que obligan a que todas estén mezcladas tanto jóvenes, como *adultas, preventivas, penadas, primarias y reincidentes* (Teta&teta, 2021); realidad que no ocurre en cárceles que están totalmente destinadas para hombres o mujeres. Además, el no aceptar a mujeres en varios centros penitenciarios (en 10 exactamente) incrementa la diferencia con los hombres, ya que ellas deben de cumplir condena lejos de su lugar de residencia. Teniendo en cuenta que el 80% de las mujeres presas son madres, que una de cada cuatro presas es extranjera (incrementando aun más la dificultad de relacionarse físicamente con sus hijas) y que el 56% tiene entre 21 y 40 años (IDEM).

Para terminar con el perfil, es importante destacar que el 84% de las mujeres que migran o viajan con droga al estado español, afirman que lo hacen por ser cabeza de familia y para poder sostenerla económicamente. También es imprescindible dar a conocer que muchos de los delitos ejercidos por ellas, están relacionados con el hombre por razones de dependencia, encubrimiento, violencia o engaño y que el 88,41% de las mujeres que ingresan en prisión han sufrido violencia de género, siendo la más común la física con un 74% y la sexual con un 68%. Por lo que existe una relación directa entre el maltrato recibido y la historia delictiva de la mujer, por las secuelas que este maltrato ha creado como *depresiones, drogodependencias, autolesiones, agresividad y sobremedicación* (IDEM).

Ahondando en lo mencionado hasta ahora, todos los puntos tratados tienen relación⁷ con los DS de las mujeres presas. Al ser cárceles estructuradas para hombres, donde se albergan en módulos específicos (y normalmente pequeños) a mujeres, los espacios para la sexualidad de ellas son escasos. Cuentan con poca intimidad y privacidad en soledad y en compañía y presentan dificultades para mantener relaciones sanas en espacios seguros y para gozar de espacios protegidos y tranquilos para la maternidad. Además, la cantidad de profesio-

nales sanitarias de la salud sexual femenina⁸ que llegan a los centros es escasa. Escasez que nace por la razón de que las políticas penitenciarias sean destinadas solamente a los hombres como ocurre con la poca cantidad de espacios para trabajar la relación que presentan con el rol masculino⁹ o para trabajar la sexualidad femenina (en general). Para explicar esto último se exponen las palabras de Marcela Lagarde (1993)¹⁰:

Las mujeres suelen tener niveles más elevados de tolerancia a la opresión, [...] dada su histórica consideración de vulnerabilidad e inferioridad, esto limita manifestaciones consideradas como delictivas. Lo cual podría explicar el predominio cuantitativo que la población masculina privada de la libertad tiene sobre la femenina (...), situación que ha sido utilizada por las autoridades penitenciarias para justificar una agenda de la política criminal pensada desde una lógica de "gobernar para la mayoría masculina", sin importar las afectaciones diferenciadas que dichas políticas generan sobre las mujeres, sus cuerpos, su salud y sus vidas (2019, pág. 13).

De igual manera, no solamente sufren por la misma normativa dentro del centro penitenciario sino también como mujeres que han sido en gran medida olvidadas por las políticas públicas en todos los ámbitos. Ya que un gran número proviene de sectores sociales vulnerados y en riesgo de exclusión social, lo cual incrementa aun más este mencionado olvido (Moreno y Elvira, 2017).

Como se puede observar los centros penitenciarios y todas las normativas que privan la libertad de las personas y en concreto el de las mujeres, violan muchos de los derechos que se defienden como universales. Por ejemplo, el mencionado en el primer artículo de los DH: *todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos*. Artículo que una vez dentro de prisión se ha vulnerado, llevando así a que muchos más derechos, estén de igual manera vulnerados y violados, empezando desde el primero de los DS: *toda persona*

⁸ Profesionales como ginecólogas, parteras, obstetras, enfermeras especializadas en salud de la mujer... entre otras.

⁹ Recordemos que una gran cantidad de ellas relacionan sus delitos por la dependencia hacia las parejas heterosexuales.

¹⁰ Publicadas por Moreno y Elvira (2017).

⁷ Relación directa o indirecta. Directa por ser causa-efecto e indirecta por el conjunto de varias políticas penitenciarias que llevan a la violación de los derechos.

tiene derecho a disfrutar de los derechos sexuales [...] sin distinción de [...] sexo, [...] situación social y económica o cualquier otra condición. No siendo extraño, ya que si fuera de los altos muros se sigue luchando por ellos aun siendo derechos reconocidos, es inimaginable el trabajo que queda por hacer dentro (tanto fuera) de ellos.

Trabajo que varias asociaciones y fundaciones han querido llevar a cabo, encontrándose con obstáculos como el que expresan en las conclusiones de su trabajo Morena y Elvira (2017), sobre el espacio donde se llevan a cabo:

El contexto en el que se desarrolla el proyecto es en sí mismo un elemento que entra en contradicción con una gran parte de los discursos sobre derechos sexuales [...] son instituciones profundamente desiguales en los cuales la violencia no es un hecho aislado ya que el hecho mismo de la privación de libertad comporta una violencia.

Otra de las contradicciones está relacionada con la posibilidad del cambio en aquellos aspectos de la sexualidad [...] Trabajamos en un entorno hostil y con una población muy vulnerabilizada. Hablar de la sexualidad es conectar con la vida, con el placer, con el bienestar. ¿Es posible conectar con esto en la cárcel?

A modo de conclusión, queda mucho de qué hablar, de qué hacer y de qué cambiar para que la situación de las mujeres que no solamente están cumpliendo una condena judicial, sino social y personal por haber roto con el papel de la mujer que espera la sociedad sobre ellas, no sea tan violada y castigada. Hay que tener en cuenta que una mujer encarcelada por un mismo delito cometido por un hombre, será doblemente juzgada y dentro de prisión, como bien dice la comunidad Teta&teta (2021): *las reclusas comparten una misma condena: no ser hombre*. Por lo que es necesario poner en práctica (de una manera real) la característica de que los DH y DS son progresivos, para que realmente se vayan adaptando y definiendo según el surgimiento de nuevas situaciones y realidades, sin olvidar a ningún colectivo y menos a uno que de por sí, fuera de los grandes muros, durante años ha sufrido aun más el silencio de su sexualidad.

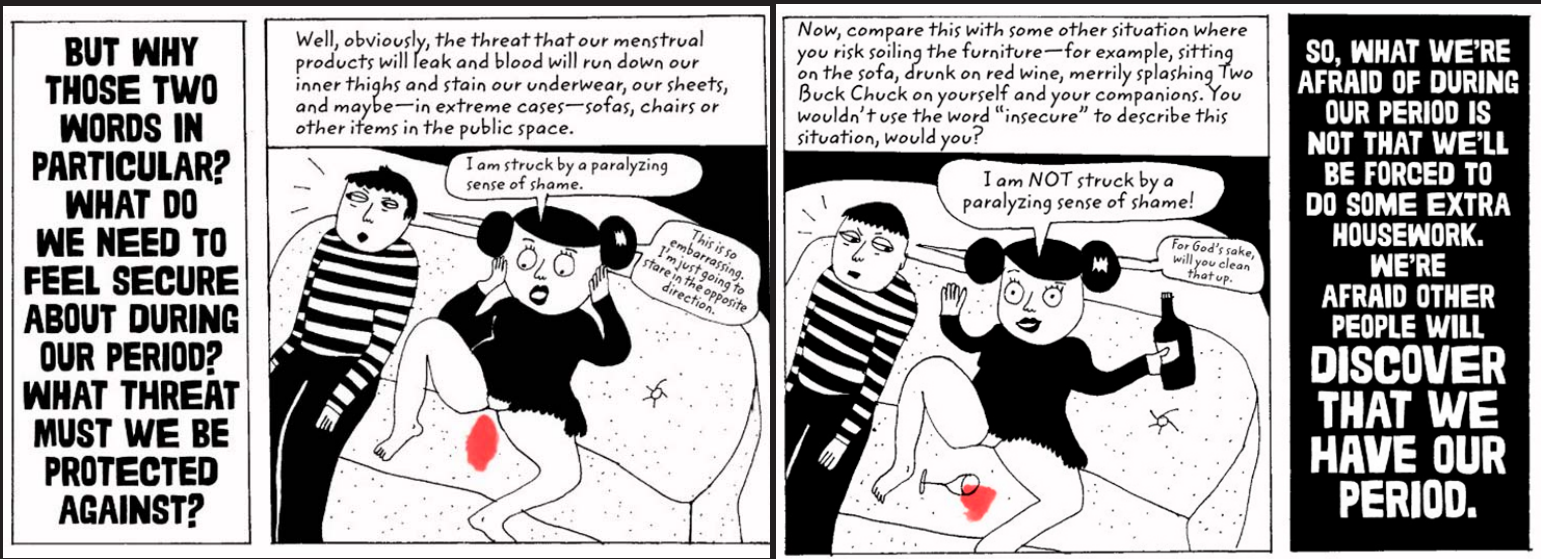
BIBLIOGRAFIA

- Al Hussein, Z.R. - Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (2015). Introducción de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Naciones Unidas. Disponible en: https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf
- Gómez, Alba (2020). Derechos humanos y Sexología. Máster en Sexología y Género. Madrid: Fundación Sexpol.
- Ministerio del Interior (2021). Población reclusa, por sexos (03/1997-07/2019). EPDATA. Disponible en: <https://www.epdata.es/poblacion-reclusa-sexos/b5a739c1-8a1d-4b57-8b0b-4650919a9652/espana/106>
- Moreno, A y Elvira, N. (2017). Prisión y Derechos Sexuales y Reproductivos: Una experiencia de intervención en los centros penitenciarios de Brians 1 y Wad-Ras. Asociación de Planificación Familiar de Catalunya I Balears.
- Naciones Unidas, Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas, Declaración Universal de los Derechos Humanos (Res. 217 A (III) de 10 de diciembre de 1948). Disponible en: <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Sanz, Roberto (2020). Introducción. Máster de Sexología y Género. Madrid: Fundación Sexpol.
- Teta&teta (2021). Iniciativa: A las olvidadas 2018. Disponible en: <https://alasolvidadas.org/reclusas/>



Nadia Eramo
Máster en Sexología y Género
Fundación Sexpol
Ingeniera de Caminos, Canales y Puertos

Un tabú con marca de género



The fruit of knowledge. Liv Strömquist. Little Brown (2018).

“La menstruación es la única sangre que no nace de la violencia y es la que más asco te da”.

Afiche callejero anónimo

“Una minoría blanca del mundo se ha pasado los siglos intentando hacernos creer que la piel blanca hace a la gente superior, a pesar de que lo único que hace en realidad es que la mayoría de quienes la tienen note más el efecto de los rayos ultravioletas y de las arrugas. Los seres humanos hombres han construido incluso culturas enteras en torno a la idea de que la envidia del pene es «natural» a las mujeres, a pesar de que podría decirse que tener un órgano tan mal protegido hace vulnerables a los hombres, y que la envidia al vientre, por el hecho de que éste permite engendrar vida, tendría que ser, como poco, igualmente lógica. Resumiendo, se piensa que las características de quienes tienen el poder, sean cuales fueren, son mejores que las características de quienes no tienen el poder; y esto no tiene nada que ver con la lógica”.

Gloria Steinem, 1978

Se estima que somos 2 billones de personas menstruantes¹ alrededor del mundo. A diario menstrúan

¹ Utilizar el término “persona menstruante” o “cuerpo menstruante” nos permite tener en cuenta que no todas las personas que menstrúan son mujeres (también menstrúan los hombres trans o las personas no binarias) y, al mismo tiempo, reconocer que todas se han enfrentado a la vergüenza del tabú. Por otro lado, hay que tener en cuenta que la menstruación sí es un tabú con marca de género, ya que al tener la regla nos suelen llamar mujeres. Por esta razón, en alguna circunstancia, donde se hace necesario remarcar la tiranía del sistema binario hombre/mujer (dominador/dominada) se hará uso del término mujer.

800 millones de personas en el planeta. La etapa fértil de una persona menstruante dura aproximadamente 38 años. La menstruación ocupa alrededor de 2000 días a lo largo de la vida de una persona menstruante, algo más que 5 años (considerando 13 menstruaciones al año de una duración media de 4 días por 38 años). Sin embargo, la menstruación sigue siendo un tema tabú.

Los tabúes menstruales nos condicionan a entender la función menstrual como algo que debe ser es-

condido, algo que causa vergüenza. De hecho, según una encuesta mundial realizada por la aplicación de salud femenina Clue, en el mundo hay al menos 5.000 maneras diferentes de referirse a la menstruación sin nombrarla. Al no ponerle nombre a algo, reforzamos la idea de que no debe ser nombrado y, por tanto, alimentamos el sistema que ha generado el tabú.

Una teoría [1] sugiere que este último surge con el patriarcado. Sea cual sea el origen real, en la mayor parte de la historia occidental escrita, e incluso en los

De hecho, aunque algunos aspectos, como la sangre azul, se han eliminado de las campañas publicitarias, algunas empresas muestran cuerpos no fenotípicamente femeninos y otras alguna capa de algodón orgánico en sus anuncios, la idea de suciedad y la necesidad de ocultar la menstruación para adaptarse al funcionamiento lineal de la sociedad, que nos quiere siempre al máximo de nuestro potencial, siguen siendo un importante argumento de venta para las principales empresas de productos de higiene menstrual (véase anuncio incluido a continuación).



Figura 1. Anuncio Evax (2021)
Fuente: <https://www.evaxtampax.es/es-es>

códigos religiosos, el ciclo menstrual se ha relacionado con la vergüenza y la degradación, con la naturaleza oscura e incontrolable de las mujeres[2]. A las mujeres que menstruaban se las consideraba sucias. En el siglo I d.C., Plinio El Viejo escribió en su Historia Natural:

“El contacto con el flujo mensual de la mujer amarga el vino nuevo, hace que las cosechas se marchiten, mata los injertos, seca semillas en los jardines, causa que las frutas se caigan de los árboles, opaca la superficie de los espejos, embota el filo del acero y el destello del marfil, mata abejas, enmohece el hierro y el bronce, y causa un terrible mal olor en el ambiente. Los perros que prueban la sangre se vuelven locos, y su mordedura se vuelve venenosa como las de la rabia. El Mar Muerto, espeso por la sal, no puede separarse excepto por un hilo empapado en el venenoso fluido de la sangre menstrual. Un hilo de un vestido infectado es suficiente. El lino, cuando lo toca la mujer mientras lo hierve y lava en agua, se vuelve negro. Tan mágico es el poder de las mujeres durante sus períodos menstruales, que se dice que lluvias de granizo y remolinos son ahuyentados si el fluido menstrual es expuesto al golpe de un rayo”

Este tabú atávico ha llegado hasta el día de hoy y sigue siendo explotado por las empresas de productos de higiene menstrual para lucrarse de ello.

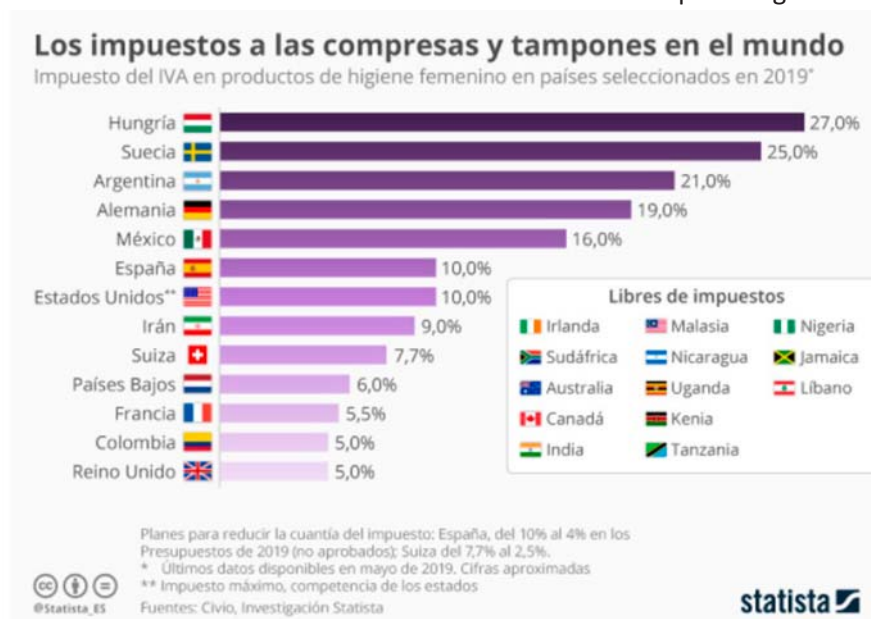
Como bien sintetiza Ana Dalqvist: *“Quienes no menstrúan piensan que la regla es algo sucio. Quienes menstruamos no nos sentimos frescas y nos avergonzamos. Y quienes se lucran con la protección menstrual tienen un poderoso argumento de venta que refuerza nuestra sensación de suciedad”*.

El movimiento menstrual, en gran auge en este segundo milenio, que aboga por romper el tabú de la menstruación y hablar de ella de una manera interseccional, feminista e informada, ha conseguido alcanzar grandes logros en algunos países (abolición de los impuestos sobre los productos de higiene menstrual, uso de materiales y productos sostenibles, difusión de la educación menstrual, difusión de los productos de higiene menstrual entre las personas en situación de pobreza y vulnerabilidad, permisos menstruales, empresas menstrualmente responsables, etc...) pero, aun tratándose de avances hacia el camino de la igualdad, muy pocas veces están acompañados por grandes cambios en las políticas gubernamentales.

De hecho, la marca de género y la discriminación de clase asociadas a la menstruación, siguen estando muy arraigadas, dejando de manifiesto que cuando el cambio no está supeditado a un interés económico, no despierta la atención inmediata de los potentes de este planeta.

La figura incluida a continuación muestra, en paralelo, los impuestos aplicados sobre compresas y tampones en el mundo y unos recortes de artículos de periódicos digitales donde se muestra que, mientras la VIAGRA está considerada en España un bien de primera necesidad, no ocurre lo mismo con los productos de higiene menstrual²

Es inamisible que haya personas que tengan que elegir entre comprar comida o comprar compresas. Hay quienes no pueden gastarse lo que no tienen en productos de higiene menstrual, recurriendo a métodos para gestionar su menstruación impensables en nuestra sociedad: cartones, periódicos, retales de telas. Una pobreza menstrual que se agrava al no tener acceso a un



El pasado Febrero (2020), Escocia se convirtió en el primer país que provee a su población de tampones y compresas de forma gratuita. (13)

En España, el gobierno se ha comprometido a bajar los impuestos de tampones y compresas al 4%. Pero a día de hoy, se les aplica un 10%. Los mismo impuestos que se pagan por ir a un parque de atracciones o a los toros.

Este gráfico muestra los impuestos a las compresas y tampones en varios países del mundo en Mayo 2019. (14)

EL PAÍS

S | Trabajo
MODA

My Alma: “Los productos de higiene íntima tienen un IVA del 10% pero el viagra es primera necesidad”

Figura 2. IVA sobre productos de higiene menstrual VS IVA sobre Viagra.
Fuente: Statista, El País y El Periódico

Resulta difícil frente a esta evidencia no hablar de un sistema patriarcal, androcéntrico y hegemónico y constatar que la pobreza menstrual no es una realidad lejana.

baño o a una ducha. En España 2 de cada 10 mujeres viven bajo el umbral de la pobreza; lo que implica que 2 de cada 10 viven una menstruación antihigiénica [6]. Menstruar en condiciones higiénicas no debería ser un privilegio, sino un derecho.

² Existe una propuesta de bajar el IVA al 4% pero no ha sido incluida en los Presupuestos Generales del Estado de 2021.

Como sintetiza Ana Dahlqvist^[3]: “Cuando la vergüenza que rodea la regla se combina con la pobreza se vulneran sistemáticamente el derecho a la dignidad, el derecho a la no discriminación, el derecho a la educación, el derecho a la salud y a la privacidad, por nombrar sólo algunos de los derechos humanos que guardan relación con la regla. Adquirir poder con respecto a la regla es una necesidad, un requisito para participar en la vida pública” y añadiría, en las mismas condiciones de quienes no menstrúan. Es inaceptable que las personas menstruantes, estén expuestas a la violación sistemáticas de los derechos humanos solo por el hecho de tener la regla.

Para ahondar aún más en la marca de género asociada a la menstruación, no se puede obviar mencionar la falta de interés mostrada respecto a esta cuestión por parte de la Ciencia.

Carme Valls Llobet afirma [8]: “Algo tan cotidiano como la menstruación para la vida de millones de mujeres es invisible para la ciencia, ya que sólo se ha potenciado su abolición por parte de la industria farmacéutica con métodos anticonceptivos diversos, pero no se ha potenciado la investigación de su fisiopatología... En lugar de conocer la realidad, la medicina ha intervenido sobre ella sin conocimientos suficientes, con apresuramiento, presionada por la industria o interesada en controlar, estimular el consumo y medicalizar, pero olvidando el prin-

de las enfermedades ligadas al ciclo menstrual como la endometriosis, el síndrome premenstrual (SPM) y el trastorno disfórico premenstrual³ (TSPM). Otro ámbito excepcionalmente inexplorado es el de las infecciones ligadas al tratamiento de la regla que no solo afecta a las personas en situación de pobreza por las escasas condiciones higiénicas en las que se ven obligadas a menstruar, sino que también a las que pueden acceder a productos desechables debido a las sustancias que intervienen en la fabricación de compresas y tampones. Los distintos plásticos, el blanqueo de celulosa y el algodón cultivado con fuertes pesticidas despiertan preocupación.

Estudios como el informe Chem Fatale y las hojas informativas de Women Environmental Network desvelan una larguísima lista de sustancias nocivas en los productos de cuidado femenino. La investigación detectó que muchas sustancias tóxicas no se agregaron intencionadamente, sino que se crearon accidentalmente durante el proceso de fabricación. Este es el caso de las dioxinas, cancerígenas y disruptoras hormonales. En otras ocasiones, los tóxicos se encuentran en las materias primas, como el pesticida glifosato en el algodón. Aunque resulte extraño, los productores no están obligados a decirnos qué ingredientes tienen los productos menstruales que comercializan. Tampoco existen requisitos específicos para la composición, producción de productos menstruales, tal y como desveló una investigación realizada en Francia por ANSES. Está claro que, si

NOMBRE DE PRODUCTO QUÍMICO	FUNCIÓN	EFFECTOS A LA SALUD POTENCIALES	SE ENCUENTRA EN
Cloruro de Benzetonio	Conservante, espermicida	No para el uso en las membranas mucosas, maternal y toxicidad de embrión	Polvos y supositorios de desodorante, lavado femenino
Benzocaína	Anestésico leve	Erupción alérgica, dermatitis	Crema Anti-comezón
Butilparabeno	Conservante	Alteración Endocrina, riesgo del cáncer de los senos aumentado, erupción alérgica	Toallitas
D&C Red 33	Colorante (tinte)	No para el uso en las membranas mucosas	Lavado femenino
Diazolidinil urea	Conservante	Emite formaldehído, erupción alérgica, cáncer	Lavado femenino, ducha vaginal
Dioxina y Furanos	Contaminante del proceso de blanquear	Cáncer, alteración endocrina, toxicidad reproductiva	Tampones (no revelado en la etiqueta)
DMDM Hydantoin	Conservante	Emite formaldehído, erupción alérgica, cáncer	Toallitas, lavado femenino
Etilparabeno	Conservante	Alteración Endocrina, riesgo del cáncer de los senos aumentado, erupción alérgica	Toallitas
Ext. Violet 2	Colorante (tinte)	No para el uso en las membranas mucosas	Lavado femenino

Figura 3. Productos químicos en productos de higiene según Informe Chem Fatale (cont. en p. sig.)

cipio que guía el trabajo de los profesionales sanitarios “primum non nocere” (lo primero no hacer daño)”.

Y añade: “La invisibilidad de la mujer se remonta a Aristóteles y a los padres de la Iglesia. La mujer siempre es considerada inferior: un espermatozoide fuerte es el que daría lugar a un hombre y un espermatozoide débil a una mujer. Subyace en el inconsciente y es la razón del prejuicio de que lo que le pase a una mujer es menos importante. A partir de aquí parte la idea de que estudiando solo hombres las mujeres quedarán estudiadas, y no es así”.

De ahí que el dolor en la mujer se considere normal y que no se considere necesario ahondar en sus causas. Una de las consecuencias de este enfoque es el limitado conocimiento y la dificultad en el diagnóstico

queremos cuidar del planeta y de nosotras mismas, el uso de productos más sostenibles es necesario.

Para acabar con la violación sistemática de los derechos humanos de las personas menstruantes se necesitan acciones gubernamentales concretas. Es necesario que desde el Ministerio de Medio Ambiente se tomen acciones concretas para controlar la producción de los productos de higiene menstrual y se fomente el uso de alternativas sostenibles; desde el Ministerio de Hacienda se concrete la propuesta de reducir el IVA y se valore la

³ Los síndromes premenstruales (SPM) se presentan en forma de, entre otras cosas, melancolía, náuseas, ansiedad, cambios de humor, cansancio y alteración del sueño. En el caso del TDPM, los síntomas se asemejan a los del trastorno de ansiedad y las depresiones e incluyen, en algunos casos, pensamientos suicidas. Dura de 3 a 14 días, cada mes

NOMBRE DE PRODUCTO QUÍMICO	FUNCIÓN	EFFECTOS A LA SALUD POTENCIALES	SE ENCUENTRA EN
FD&C Yellow No.5	Colorante (tinte)	Reacciones alérgicas incluyendo asma bronquial	Lavado femenino
Fragancia	Fragancia	Contiene productos químicos no revelados de toxicidad desconocida, probable de contener alérgenos, erupción alérgica, alteración endocrina, cáncer	Toallitas, lavado femenino, tampones, toallas sanitarias, ducha vaginal, desodorante, crema anti-comezón
Metilcloroisothiazolinone	Conservante	Erupción alérgica	Lavado femenino
Metilisothiazolinone	Conservante	Erupción alérgica	Toallitas, lavado femenino, crema anti-comezón
Metilparabeno	Conservante	Alteración endocrina, riesgo del cáncer de los senos aumentado, erupción alérgica	Toallitas, desodorante, crema anti-comezón
Octoxinol 9	Espemicida	Irritación genital, flujo vaginal aumentado, toxicidad reproductiva potencial	Ducha vaginal
Residuos de pesticidas	Contaminante de algodón cultivado tradicionalmente	Cáncer, alteración endocrina, toxicidad aguda	Tampones (no revelado en la etiqueta)
Polioximetileno Urea	Conservante	Emite formaldehído, erupción alérgica, cáncer	Polvo Desodorante
Propilparabeno	Conservante	Alteración endocrina, riesgo del cáncer de los senos aumentado, erupción alérgica	Toallitas, cremas anti-comezón
Quaternium-15	Conservante	Emite formaldehído, erupción alérgica, cáncer	Toallitas, lavado femenino
2-Bromo-2-Nitropropano-1, 3-Diol	Conservante	Emite formaldehído, erupción alérgica, cáncer	Toallitas

Figura 3 (cont). Productos químicos en productos de higiene según Informe Chem Fatale. Fuente: https://womensvoices.org/wp-content/uploads/2013/11/Chem-Fatale-Report_Spanish.pdf

posibilidad de la distribución gratuita de los productos de higiene menstrual para las personas en situación de pobreza; desde el Ministerio de Educación se tomen iniciativas para que la educación menstrual entre en las escuelas; desde el Ministerio de Ciencia e Innovación se financien investigaciones sobre enfermedades ligadas al ciclo menstrual (y en general sobre enfermedades que afectan cuerpos biológicos que no sean de hombre) y desde el Ministerio de Igualdad se promuevan iniciativas para eliminar el estigma y la vergüenza asociados a la regla. Ojalá podamos asistir al cambio, pero, de momento, podemos seguir suscribiendo las palabras escritas por Gloria Steinmen en 1967:

“¿Qué ocurriría, por ejemplo si, de pronto, por arte de magia, los hombres pudieran tener la menstruación

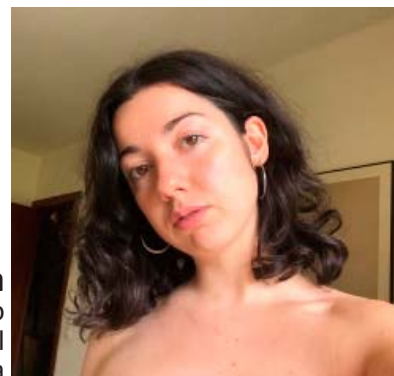
y las mujeres no? La respuesta está clara: la menstruación sería un acontecimiento de hombres, totalmente envidiable y del que se podría presumir. Los hombres hablarían del tiempo de duración y de la cantidad de su período. Los muchachos celebrarían el inicio del periodo -ansiada prueba de su masculinidad- con rituales religiosos y fiestas sólo para hombres. El Congreso subvencionaría el Instituto Nacional de la Dismenorrea para combatir las molestias del mes. Compresas y tampones recibirían subvenciones federales por lo que serían gratuitas...”

Palabras que, sin querer invisibilizar a nadie, constatan la profunda marca de género que rodea la menstruación.

REFERENCIAS

- [1] Blood Relations: Menstruation and the Origins of Culture. Chris Knight. Yale University Press (1995).
- [2] Cuerpo de mujer, sabiduría de mujer. Christiane Northrup. Urano (2006).
- [3] Es solo sangre. Ana Dahlqvist. Navona_People (2019).
- [4] Cosas de mujeres. Menstruación, género y poder. Eugenia Tarzibachi. Sudamericana (2019).
- [5] The Fruit Of Knowledge. Liv Strömquist. Little Brown (2018).
- [6] La revolución roja: menstruación consciente desde los feminismos. Menstruación: Las reglas de la 4a ola feminista. Irene Aterido (2019).
- [7] <https://www.elperiodico.com/es/opinion/20210102/combatar-pobreza-menstrual-ana-enrich-11427002>
- [8] <https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/carme-valls-la-menstruacion-ha-quedado-invisibilizada-en-la-medicina--2716>.
- [9] Invisibles para la ciencia. Menstruación: Las reglas de la 4a ola feminista. Carme Valls Llobet (2019).
- [10] <https://www.libresdecontaminanteshormonales.org/2020/11/09/menstruacion-libre-de-plastico-toxicos-tabues/>
- [11] https://womensvoices.org/wp-content/uploads/2013/11/Chem-Fatale-Report_Spanish.pdf

Ona Maya Trilla
Máster en Sexología y Género
Fundación Sexpol
Psicóloga



Consecuencias psicológicas y sociales de la cosificación y la hipersexualización de las mujeres en la actual sociedad neoliberal

NOTA: Cuando hablemos de mujeres en este artículo estaremos hablando tanto de mujeres cis, como mujeres trans*, como personas no binarias que son leídas socialmente como mujeres. Se hablará mucho desde el binarismo hombre/mujer, no por ignorar deliberadamente otras identidades, sino para plasmar el binarismo actual en el que se producen estas dinámicas desiguales de poder en la actual sociedad patriarcal.

Resumen

El presente artículo pretende ser una aproximación introductoria al fenómeno de la *cosificación* e *hipersexualización* del cuerpo de las mujeres en los medios de comunicación y en cómo este fenómeno se traduce y se reproduce en nuestra cotidianidad (psicológica, social y cultural). Para acabar abriendo un debate alrededor de si es o no posible un empoderamiento real a través de nuestra corporalidad y sexualidad.

COSIFICACIÓN E HIPERSEXUALIZACIÓN

“La **cosificación** hace referencia al proceso de construcción social por el cual todas las mujeres, constituyen un todo homogéneo y no heterogéneo, diverso y con agencia¹. Por el contrario, se objetiviza a las mujeres y sus cuerpos [...]. Sus cuerpos sexualizados son mercantilizados o convertidos en un producto, utilizados por el sistema liberal y patriarcal como una mercancía, que se intercambia o manipula según los intereses de grupos y organizaciones androcéntricos” (Lauretis, 1989; Jeffreys, 2005). Por otro lado, la **hipersexualización** se referiría a la reducción de un individuo (mujer) a únicamente su dimensión sexual, sin tener en cuenta otros aspectos de su identidad. Cuando hipersexualizamos también deshumanizamos, ya que restamos complejidad a la persona. Creamos la imagen de una mujer que siempre está lista para el sexo y para complacer a los hombres (cis y heterosexuales), lo cual, debe recalcar: la mujer hipersexualizada no es dueña de su sexualidad (como los hombres), sino que su sexualidad está al servicio del Patriarcado... “*Libertad sexual para los hombres y disponibilidad de las mujeres para uso sexual de los varones*” (Cobo, 2015)

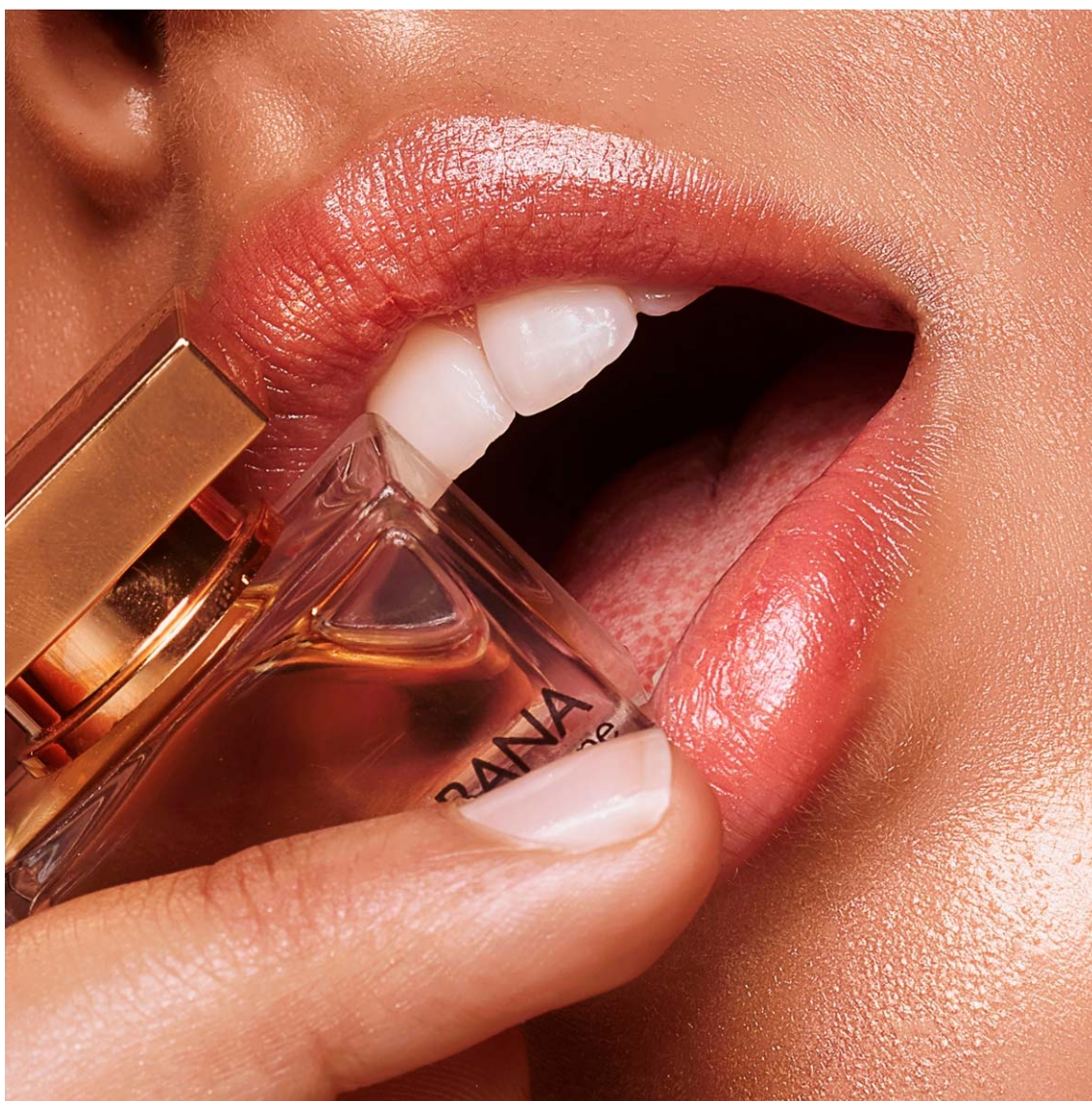
El fenómeno de cosificar a las mujeres y sus cuerpos empezó a cobrar especial importancia durante el auge de la publicidad gráfica (primera mitad del siglo XX). Poco a poco, la hipersexualización se hizo cada vez más presente en esas imágenes y, desde hace unas pocas décadas, cosificación e hipersexualización conviven como un dúo prácticamente indivisible dentro del imaginario colectivo. Desde el ama de casa servicial de los años 50 hasta la diosa irresistible de los perfumes del siglo XXI, la publicidad sigue reproduciendo esta imagen de mujer-objeto bonito al que admirar, totalmente complaciente y sin ningún otro deseo en la vida que ser deseable y venderte el producto de turno. En algunos casos, ni siquiera sale entera, sino que se utilizan solo trozos de su cuerpo (usando ángulos y dobles sentidos muy sexualizados como piernas abiertas, escotes vertiginosos, traseros respingones...) para “realzar” el ítem comercial en cuestión.

Otro gran ejemplo sería el de las películas y series, donde existe una infinidad de personajes femeninos que podrían entrar en distintas categorías del espectro cosificación/hipersexualización por razones varias. Existen muchísimos arquetipos que se repiten

¹ Del inglés “agency”.

una y otra vez como, por ejemplo: la madre sacrificada, la chica guay, la bomba sexual, la marimacho, la tía buena heroína (tipo Lara Croft), la “Manicpixiedream-girl”, la chica popular manipuladora, la “Jezebel”, la latina ardiente, la trans* prostituta²... Todas ellas tienen sus particularidades específicas, pero coinciden en que tanto su sexualidad, como su belleza y feminidad (o la ausencia de ellas) son cualidades imprescindibles para poder encajarlas en estos estereotipos, los cuales, las di-

las mujeres, históricamente relegadas a lo doméstico durante siglos, su belleza ha sido la moneda de cambio con la que han tenido que jugar para encontrar marido y, por ende, poder sobrevivir... Hoy en día, sigue siendo una vara con la que medir nuestra valía como personas dignas de amor, respeto y oportunidades laborales. La posibilidad de elegir libremente si seguir o no estos cánones no existe, ya que no cumplirlos nos empuja a los márgenes y nos puede poner en situaciones de mayor



vide en imágenes binarias y mutuamente excluyentes de virgen/puta o guapa/fea. Esto nos trae al siguiente punto: **la belleza**. A las mujeres se nos EXIGE socialmente ser bellas y femeninas normativamente³ hablando o, al menos, intentarlo con mucha fuerza (Miller, 2020). Para

² Nótese que, en el caso de las mujeres trans* y/o racializadas esa cosificación e hipersexualización están aún más enfatizadas por la particular mirada fetichista y sesgada con la que se las ha representado durante décadas. Según la teoría de la Interseccionalidad, las distintas capas identitarias que puedan suponer ser oprimidas u opresoras en la sociedad trabajan en conjunto continuamente.

³ La normatividad se refiere a lo que los cánones de belleza dictan en cada momento histórico como bello y femenino.

vulnerabilidad social. Resumiendo, la belleza es una forma de capital social que nos brinda mayor o menor privilegio. Un caso especialmente significativo es el de las presentadoras y reporteras de los telediarios y las presentadoras del tiempo, las cuales son sustancialmente más jóvenes que sus compañeros masculinos, su aspecto está mucho más “cuidado” para ser percibidas como normativamente bellas y tienen muchas más posibilidades de que su sexualidad se explote como reclamo para atraer a una mayor audiencia (Vázquez-Miraz,

2018)... Aún cuando su aspecto no tiene nada que ver con el desempeño eficaz de su trabajo. Aún cuando sus compañeros pueden acumular canas o no tienen porqué ser tan normativamente bellos o requieran la mitad de tiempo en el camerino de ropa y maquillaje.

Para acabar, deberíamos hacer especial mención a la industria de la música y a la industria pornográfica.

La primera, por tener un alarmante número de letras donde se reduce a las mujeres a meros objetos sexuales a los que exprimir a su antojo (llamarlas “culito” como apelativo, dejar claro que la mujer en cuestión es “suya”, enaltecer única y exclusivamente sus atributos físicos, romantizar situaciones que rozan la violación...) por no hablar de los videoclips donde se coleccionan mujeres como si de jarrones se tratara. En la segunda, sin ahondar demasiado, vemos lo mismo pero elevado a 100: las mujeres existen únicamente para dar placer (al hombre cis y heterosexual), cumplen con unas exigencias estéticas muy concretas y rígidas, hay categorías por razas o aspecto físico como si fuesen fetiches (negras, asiáticas, gordas, rubias, etc) y la violencia hacia ellas está totalmente normalizada.

Tanto en la publicidad como en el cine, la pornografía y demás creaciones audiovisuales nos encontramos con algo denominado **“la mirada masculina”**⁴ término acuñado por la directora de cine Laura Mulvey en 1975 que describe la particular forma en que los hombres, históricamente, han retratado a la mujer y su cuerpo a través de las pantallas. Podríamos acotar esta mirada a planos que repasan el cuerpo femenino de arriba abajo, haciendo hincapié en partes entendidas como “sexuales” (labios, pechos, trasero, piernas...) y anteponiendo lo físico al argumento. También podríamos considerar *malegaze* a imágenes como la de la musa o la de la femme fatale, creadas casi exclusivamente para ser admiradas o temidas, sin punto intermedio. Así, todas⁵ hemos sido educadas bajo la óptica de esta mirada masculina. Los hombres han aprendido a mirarnos desde esa perspectiva y, nosotras, nos examinamos desde ella también.

⁴ Del inglés malegaze.

⁵ “Todas” en femenino para hablar de todas las personas.

¿QUÉ CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS Y SOCIALES TIENEN LA COSIFICACIÓN E HIPERSEXUALIZACIÓN?

El hecho de que, en palabras de Virgine Despenes: *“por todos lados, atraer las miradas de los hambrientos, estar increíblemente presente”* o, todo lo contrario, sentir casi como que no existes por la ausencia de esa mirada que te han enseñado a buscar durante toda tu vida para sentirte válida, tiene, evidentemente, grandes consecuencias. Para empezar, podríamos hablar de que las mujeres experimentan muchísima más disociación⁶ que los hombres al haber interiorizado esta especie de auto-escrutinio constante para saber si se están presentando al mundo de manera “adecuada”. Esta especie de “verse desde fuera a una misma” crea una desconexión mente-cuerpo constante que, en muchos casos, nos supone una carga y nos priva de vivir la vida en plenitud. Además de generarnos índices más bajos de satisfacción con nuestra autoimagen y menor autoestima (Verdú, 2018; Grande-López, 2019).

Toda esta preparación para performar la belleza y la feminidad imperante nos supone horas y horas de nuestro tiempo, mucha energía y, sobre todo, dinero (Ruiz y Rubio, 2004). No parece casualidad que la industria multimillonaria de la belleza tenga la habilidad de crearnos nuevas inseguridades cada año para poder seguir enriqueciéndose ¿Verdad?

Nuestra salud mental tampoco se queda atrás: *“según una encuesta extraída del documental estadounidense Miss representation (2011): al 53% de las adolescentes de 13 años no les gusta su cuerpo y a los 17 años ese porcentaje aumenta hasta un 78%, un 65% de adolescentes y mujeres adultas han tenido algún trastorno alimenticio debido a su aspecto físico durante algún momento de su vida y un 17% han vivido algún episodio de cortes o autolesiones”* (Siebel, 2011). Son muchos los estudios que confirman que la prevalencia de los Trastornos de la Conducta Alimentaria es abrumadoramente más alta en mujeres que en hombres (Pérez, 2018). Y trastornos como la ansiedad y la depresión se dan en mucho más número en mujeres, las cuales representan la gran mayoría de consumidoras de antidepresivos y ansiolíticos (Martínez, 2003).

⁶ Disociación se refiere a la sensación de verse a una misma desde fuera y/o sentirse separada del propio cuerpo. Puede quedarse en una sensación momentánea, pero, en algunos casos, puede llegar a ser patológica.

También cabe destacar informaciones como que en un estudio de la Universidad de Viena *“tanto hombres como mujeres experimentaron una capacidad disminuida para sentir y reconocer las emociones de las mujeres sexualmente cosificadas”* (Cogoni, 2017) lo cual confirma una de las cuestiones más urgentes a tratar:

no mental, en 8 de cada 10 casos la víctima de violación conocía al violador (Krebs, et. al., 2007).

La domesticación de las mujeres como decía Federici en *“El Calibán y la Bruja”* prevalece, ya no en forma de caza de brujas, sino a través de la presión estética, la cosificación y la violencia sexual y machista



cosificar e hipersexualizar a las mujeres continuamente tiene una relación clara y directa en la violencia ejercida hacia ellas. Y es que, la masculinidad hegemónica NECESITA de la objetivización de las mujeres para poder reafirmarse (véase señor rodeado de mujeres en un videoclip para reafirmar su masculinidad). Mandamos el mensaje de que las mujeres están para el uso y disfrute de los hombres por lo que, no es de extrañar, que el 91% de las víctimas de violación y abuso sexual en USA sean mujeres (Renninson, 2002) y que, lejos de la falacia del violador escondido entre los matorros con algún trastor-

simbólica y explícita. Toda la que se salga demasiado del redil se le castiga de una forma u otra.

¿Y AHORA QUÉ?

Aunque hay muchas conclusiones diversas que podemos sacar de todo esto quería aprovechar este último apartado para, a través de algunas figuras de la música urbana actual, dar vida al debate de cómo representar de una manera “sana y empoderada” la sexualidad de las mujeres lanzando algunas preguntas al aire.

Las cantantes de trap y dancehall, respectivamente, conocidas como La Zowi y BadGyal presentan su propuesta musical desde una especie de “hipersexualización consciente” desde la que defienden sentirse empoderadas y seguras por la cual han sido muy criticadas ¿Puede realmente existir esta supuesta hipersexualización consciente? ¿Cuándo pasamos de lo “sanamente” sexual a lo “hipersexualizado”? ¿Se puede entender su propuesta como performance de la reapropiación de esa sexualidad patriarcal llevada al límite? ¿Si no fueran normativamente atractivas se las alabaría o se las ridiculizaría? ¿Cuando mezclamos sexualidad y beneficio económico entramos en terreno pantanoso del que es imposible escapar?

El debate está servido pero, algo que queda claro es que la educación sexual con perspectiva de género es una emergencia real para dejar de seguir jugando a lo mismo con distinto nombre... Hay que desmontar el sistema desde sus cimientos.

BIBLIOGRAFÍA

- De Miguel, Ana. *Neoliberalismo sexual. El mito de la libre elección* (2015), Cátedra.
- Despentès, Virginie. *Teoría King Kong* (2006), Literatura Random House.
- Federici, Silvia. *Calibán y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria* (2004), Traficantes de Sueños.
- Miller, Amarna. *Vírgenes, esposas, amantes y putas* (2021), Ediciones Martínez Roca.
- Carlotta Cogoni et al. *Reduced empathic responses for sexually objectified women: An fMRI investigation* (2017), Cortex.
- Cobo Bedia, Rosa. *El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad* (junio 2015), Universidad de A Coruña.
- González Ramos, Ana M; Torrado Martín-Palomino, Esther. *Cosificación y mercantilización de las mujeres: las tecnologías como instrumento de violencia* (julio 2018), Universidad de Valladolid.
- Martínez Benlloch, Isabel. *Los efectos de las asimetrías de género en la salud de las mujeres* (2003), Universitat de Barcelona.
- Grande-López, Víctor. *La hipersexualización femenina en los medios de comunicación como escaparate de belleza y éxito*(2019), Communication Papers. Media Literacy & Gender Studies.
- Verdú Delgado, Ana Dolores. *El sufrimiento de la mujer objeto. Consecuencias de la cosificación sexual de las mujeres en los medios de comunicación* (2018), Universidad Técnica Particular de Loja.
- Ruiz García, Marta; Rubio Agarra, Joaquina. *La influencia de los medios de comunicación en las imágenes femeninas. Actitudes, hábitos y comportamientos de las mujeres con respecto a la belleza y el cuerpo* (2004), Universidad de Huelva.
- Pérez Rodríguez, Alicia. *Trastornos de la conducta alimentaria: estudio de variables clínicas y propuesta de una tipología* (2018), Universidad Complutense de Madrid.
- Vázquez-Miraz, Pedro. *El temprano retiro de las presentadoras de telediciarios en Colombia y España: el repudio a la vejez femenina* (diciembre 2018), Ediciones Complutense.
- Rennison, C. A. *Rape and sexual assault: Reporting to police and medical attention* (2002), U.S. Department of Justice, Office of Justice Programs, Bureau of Justice Statistics.
- Miller, T. R., Cohen, M. A., & Wiersema, B. *Victim costs and consequences: A new look* (1996), U.S. Department of Justice, Office of Justice Programs, National Institute of Justice.
- Feminine Gaze & Transformative Stories, recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=pwtwsyoKUFo&list=WL&index=52>.
- Viewing myself through the MALE GAZE, recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=sdJ1OA4FeaU&list=WL&index=55>.
- Billie Eilish y la fiscalización del cuerpo de las mujeres | Ayme Roman, recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=9dcJYZ2xcZY&list=WL&index=64>.
- Con la C de Cosificación, recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=CJSCnMfP1F8&list=WL&index=48>.
- Muñequitas del clima, El País, recuperado de https://elpais.com/internacional/2016/01/20/mexico/1453260912_983797.html.

Pilar Sánchez Nafría
Máster en Sexología y Género
Máster en Terapia Sexual y de Pareja
con Perspectiva de Género
Fundación Sexpol
Graduada en Pedagogía



De una pareja para toda la vida a toda la vida en pareja

¿por qué estar sola si puedes hacerte Tinder?

Es evidente que estamos inmersas en una sociedad de muchos cambios e incertidumbre, a la que algunos autores como Zygmund Bauman han denominado

de pareja y la búsqueda de ella. En definitiva, cómo se gestionan los vínculos en esta nueva etapa en la que nos encontramos y qué lógicas los rigen.



modernidad líquida¹, y en el terreno de la sexualidad también podemos percibir algunas de sus características, a lo largo de las siguientes líneas se analizarán las nuevas formas de relacionarnos sexual y románticamente, y cómo las aplicaciones para ligar están modelando la idea

¹ *Amor líquido sobre la fragilidad, de los vínculos humanos*. Paidós (2003).

Hasta hace no mucho la idea del matrimonio para toda la vida estaba dentro del imaginario colectivo, como algo deseable, algo a lo que sobre todo todas teníamos que llegar. Sin embargo, esta idea viene tambaleándose desde los últimos años, y más concretamente a partir de los diferentes movimientos vincula-

dos con la **revolución sexual** de los 70, que entre otras cosas surgieron como una confrontación a la manera en la que se establecían las relaciones tradicionales, dentro de una esfera de control, puritanismo y posesión. Más tarde surgirán las ideas de **amor libre**, o **amor confluyente**² según Giddens (1995), dando lugar a otras formas de vivir el amor, más igualitarias y responsables tanto en el plano de lo afectivo como lo sexual, elementos que de por sí deberían ir de la mano, pero dadas las actuales circunstancias se hace necesario remarcarlo. Sin embargo, estas ideas han sido tergiversadas y malinterpretadas hasta el punto en el que nos encontramos ahora. Si no sabemos cómo vincularnos y cómo gestionar todas las emociones que surgen de ese proceso lo más probable es que caigamos en la trampa que hoy en día hace de Tinder una de las apps más usadas.

No podemos olvidar dentro de este contexto los valores propios de la posmodernidad, que darían un nuevo sentido a cómo nos relacionamos, cómo entendemos los vínculos sexuales y cuáles son nuestras aspiraciones y deseos en este sentido. Empieza a tener lugar lo que se conoce como **cultura hook up** (Wade, 2017), dentro de una sociedad capitalista y de consumo, esta estaría caracterizada por vínculos efímeros, los cuales una vez consumidos pierden su sentido, se trataría de vivir en un eterno presente sexual, con la ayuda de nuevas experiencias a través de nuevos cuerpos, se podría decir que el plano de lo afectivo se está quedando atrás, no hay tiempo para las historias de amor y cuando todo esto es mediado por la tecnología es difícil escapar del control y la vigilancia propios de los dispositivos de poder existentes, de los cuales no somos del todo conscientes y perdemos la capacidad de responsabilizarnos sobre cómo construimos y gestionamos nuestros vínculos.

Tinder surge en el año 2014, habiendo otras muchas aplicaciones para buscar pareja, pero sin duda no tan conocidas ni utilizadas. De hecho, según la autora Judith Duportail es conocida como una de las aplicaciones más rentable de la Appstore³. Alrededor de 50 millones de personas en todo el mundo hace uso de la aplicación de manera diaria y *¿cómo influye Tinder en la manera de*

vincularnos? Siguiendo el planteamiento de Eva Illouz⁴ podríamos entender que dentro de estas aplicaciones pasaríamos a ser un producto, una mercancía dispuesta a ser comprada. Esto no solo nos afecta a nosotras como personas en búsqueda, también influye en cómo nos relacionamos con el otro y tiene lugar lo que se llamaría una ampliación de la tecnología de elección, lo cual cómo señala Byung-Chul Han supondría “no solo la crisis del amor, sino también la erosión del otro, unido a un excesivo narcisismo de la propia mismidad⁵.” Al final, Tinder no sería solo una herramienta para conectar con otras personas, sino también para alimentar nuestro ego, aunque por supuesto no siempre tenemos el éxito que esperamos o que nos promete la app. Además, no es sorprendente que dentro de este nuestro sistema capitalista también se hable en términos de mercado en lo que concierne a las relaciones románticoafectivas y encontremos ciertas semejanzas entre Tinder y otras aplicaciones en las que en lugar de pedir un rollo de una noche pides una pizza, pero esto no solo se queda ahí.

Una vez formamos parte de la comunidad de solteras de Tinder, parece que no tenemos el control total de lo que pasa dentro, la aplicación haría uso de lo que conocemos como puntuación Elo para asignarnos una puntuación en función de la cantidad de *likes* que conseguimos de tal forma que solo nos aparezcan personas con la misma puntuación. Además, la aplicación funciona gracias a un algoritmo que te mostraría personas afines a ti, según algunos datos personales, como por ejemplo tu canción favorita o tu edad, es decir, que en el nuevo mundo de la seducción y búsqueda de pareja como base del amor estaría el que a ambas os gustase el mismo tipo de comida, esto no es de extrañar puesto que viene precisamente de la idea de la media naranja, gracias a la cual se entiende que habría por ahí una persona idónea para ti en base a unas características o gustos concretos, algo propio del **amor romántico**. A pesar de que la manera de entender los vínculos y el amor en la posmodernidad estén cambiando, no es raro ver cómo algunas de sus ideas sostienen todavía estos introyectos. La idea sería ir desargumentando poco a poco estas creencias, y entender que no se trata tanto de la compatibilidad entre las personas, sino del cómo estas

² Anthony Giddens, *La transformación de la intimidad*, Catédra (1995)

³ El algoritmo del amor, un viaje a las entrañas de Tinder. Contra (2019)

⁴ ¿Por qué duele el amor? Una explicación sociológica. Clave intelectual (2012)

⁵ Byung-Chul, *La agonía del eros*. Herder (2012), p. 19



se comparten, siendo así el amor un arte de compartir y compartirse⁶, en lugar de ser compatibles según lo que entienden estas aplicaciones.

Por otro lado, no nos podemos olvidar de investigaciones recientes que sostienen que Tinder tendría un sesgo de género en su algoritmo de emparejamiento, que correspondería a unos valores propio del sistema heteropatriarcal, todo esto se pudo observar por primera vez en la tesis doctoral de Jessica Pidoux, en la cual se mostraba que “hombres ricos y blancos eran más propensos a encontrarse con mujeres de bajo nivel de estudios.”⁷

Su creador Sean Rad, supo entender a la perfección las necesidades de una sociedad narcisista, consumista y con un miedo a la soledad terrible. Las lógicas por las que se rige la aplicación responderían a esa necesidad de validación que surge en cada una de nosotras, sin embargo, existen diferentes intereses y parecen responder a unas diferencias en cuanto al género, ya que

ellos buscan más una experiencia de una noche y ellas una futura pareja estable (Ortiz y Gómez, 2019). Aunque esa idea de matrimonio para toda la vida vaya quedándose lejos, parece que todavía está muy interiorizada en nosotras. Podríamos decir que en la era del vacío hay una necesidad constante de reafirmación, y por supuesto esta pasa por las lógicas del género, en ellos la idea de conquistador y acumulador, en ellas, conseguir al hombre ideal y vivir su historia de amor, dentro de relaciones heterosexuales. Digamos que es lo que daría sentido a nuestra existencia desde la perspectiva amorosa que nos han impuesto.

Tinder se convierte así en nuestro campo de batalla, el cual nos da las respuestas que necesitamos a nuestras tan ansiadas preguntas ¿acabaré sola? ¿me querrá alguien? ¿soy deseable? Y un sinfín de otras más, en definitiva, queremos ser dignos de ser amados, como diría Sylvie Tanenbaum⁸

Todo esto converge con la tendencia de consumo de cuerpos, propia de una sociedad en la que la **cosificación** está a la orden del día y siguiendo las lógi-

⁶ Fina Sanz, *Los vínculos amorosos, amar desde la identidad en la terapia de reencuentro*. Kairós (1955).

⁷ Jessica Pidoux, *El argumento de Tinder en la piel*. <https://www.letemps.ch/societe/jessica-pidoux-lalgorithme-tinder-peau>

⁸ Sylvie Tanenbaum, *Superar la dependencia emocional*, Albin Michel, (2010).

cas de cuerpo-producto esto se hace cada vez más real. Tinder nos plantea la experiencia amorosa de una manera instantánea, a golpe de match, porque nunca antes había sido tan sencillo saber que dos personas tienen interés la una en la otra, pero claro, el qué hay detrás de ese match es un mundo por descubrir, lleno de luces o sombras. Además de ese carácter instantáneo, no nos podemos olvidar de la multiplicidad en el número de parejas potenciales, dando pie a la idea de que hay en el mundo una persona perfecta para ti y solo la tienes que buscar en Tinder a lo largo de un proceso de ensayo y error, convirtiéndonos así en **hiperconsumidoras de experiencias**⁹. Además, Tinder no deja de ser otra red social en la que nos exponemos, al final nos estamos construyendo en la idea de **personalidades alterdirigidas**¹⁰, por las cuales sería el otro quien nos define. Si dejamos la responsabilidad a la otra persona gracias a un like o un match, caemos en el error de valorarnos a través de la mirada ajena, lo cual dista mucho de lo que sería el amor propio. Al final, volvemos a esas ideas mercantilistas, *un-producto es bueno si se vende o, mejor, si está al alcance de algunos pocos*.

Como conclusión diría que Tinder, así como otras aplicaciones del estilo ha sabido leer a la perfección el discurso capitalista de la sexualidad y las relaciones, así como las necesidades de suplir el vacío de una sociedad cada más individualista que rechaza la idea de sufrir por amor hasta el extremo de convertirnos en meras consumidoras de cuerpos o experiencias sexuales. Muy posiblemente estemos en un momento donde los vínculos, así como la manera de entender el amor se estén reconfigurando, pero es importante poner en el foco la idea de intimidad, compartibilidad y responsabilidad en busca de unos vínculos placenteros, saludables e igualitarios. Hoy en día, se trata de hacerlo todo lo más simple posible, pero en cuanto a la experiencia amorosa es importante entender que habrá emociones o situaciones difíciles de gestionar, miedos y dudas. No se trata de evitar todo esto buscando la seguridad de un match o huyendo del compromiso, la idea sería tener la capacidad y el conocimiento necesario como para poder vivir la experiencia amorosa desde el disfrute y gestionando las dificultades o los miedos que surjan de ella. Por su-

puesto que es hora de aplacar definitivamente las ideas del amor romántico, pero no desde el polo contrario, sino desde lo que sería una sexualidad positiva y responsable, siendo conscientes de cómo el sistema o determinadas tecnologías interfieren en ello poniéndonos un poco más difícil.

BIBLIOGRAFÍA

- Bonavitta, P. (2015). El amor en los tiempos de tinder . *Cultura y representaciones sociales*, 197-210.
- Delafoi, F. (24 de Febrero de 2020). *Jessica Pidoux, El algoritmo de Tinder en la piel* . Obtenido de Le temps: <https://www.letemps.ch/societe/jessica-pidoux-lalgorithme-tinder-peau>
- Duportail, J. (2019). *El algoritmo del amor Un viaje a las entrañas de tinder*. París : Contra .
- Estela Ortiz, N. G. (2019). *Love me Tinder* . Madrid : Temas de hoy.
- Flores, R. P. (2017). Los cambios del vínculo amoroso en la posmodernidad. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20.
- Giddens, A. (1995). *La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Madrid : Cátedra.
- Han, B.-C. (2012). *La agonía del Eros*. Berlin : Herder.
- illouz, E. (2012). *Por qué duele el amor. Una explicación sociológica*. Buenos Aires : Kazt editores.
- Lipovetsky, G. (2006). *La felicidad paradójica*. Anagrama : París.
- Ortiz, E. (14 de Diciembre de 2020). *Tópicos sobre tinder y a mirada tradicional de la tecnología* . Obtenido de Rockdelux : <https://www.rockdelux.com/lifestyle/topicos-sobre-el-dispositivo-tinder-y-la-mirada-tradicional-de-la-tecnologia>
- Sanz, F. (1995). *Los vínculos amorosos Amar desde la identidad en la terapia de reencuentro*. Barcelona: Kairos.
- Sibila, P. (2008). *La intinidad como espectáculo*. Argentina : Fondo de cultura.
- Tanenbaum, S. (2012). *Superar la dependencia emocional* . Corona Borealis.
- Wade, L. (23 de Marzo de 2017). *what's so cultural about hookup culture?* . Obtenido de Context : <https://contexts.org/articles/hookup-culture/>

⁹ Guilles Lipovetsky, *La felicidad paradójica*, Anagrama (2007).

¹⁰ Paula Sibila, *La intinidad como espectáculo*, Fondo de cultura, (2008).

Verónica Rodríguez Parejo
Máster en Sexología y Género
Fundación Sexpol
Graduada en Sociología



La deconstrucción de los afectos desde el desapego

“De nada sirve que la imaginación tenga alas si el corazón es una jaula” / **Frida Khalo**



Me pregunto si el actual escenario social permite los afectos desde una mirada responsable o perpetúa escenarios bajo los mismos marcos referenciales de épocas pasadas, teñidas de carencias emocionales en las relaciones interpersonales.

El contexto actual que atravesamos como especie no invita al fortalecimiento de los afectos sino todo lo contrario, a la individualización de los mismos,

nos invita a pasar de puntillas por las relaciones interpersonales, sin tomar responsabilidad ante las mismas ni ante nuestras propias actitudes y creencias por lo que la revisión de las mismas a nivel de conciencia no pasa por ser una prioridad, ni tan siquiera una necesidad que contribuya a la de-construcción personal que lleva a la construcción de vínculos sanos.

Este artículo surge desde la necesidad de construir las relaciones interpersonales tomando como base el concepto del desapego entendido este desde la no propiedad, y desde lo efímero y cambiante frente al concepto de apego entendido el mismo desde el sistema castrante neoliberal basado en la posesión que enseña que somos personas completas cuando tenemos posesiones de todo tipo.

Desde el sistema normativo y capitalista el desapego, según la **RAE** tiene que ver con falta de interés o alejamiento, sin embargo, yo abogo por una connotación del concepto más amplia, sana y adaptativa que nada tiene que ver con esa visión mercantilista propia del sistema capitalista.

El punto de partida para hablar de apego es **Bowlby**, teniendo como base que el crecimiento y desarrollo infantil en un apego seguro dota de herramientas para relacionarse de manera libre, sana para con uno mismo y con el resto. De esta manera,

proporciona confianza y seguridad para desarrollar una autoestima fuerte que garantice niveles altos de interdependencia desde la libertad y el compromiso sin que suponga dolor para uno mismo ni para con el resto de vinculaciones.

La construcción social del afecto tiene que ver con la manera en que en nuestra infancia hemos sentido los apegos con nuestras personas de referencia, influenciada esta a su vez por el contexto cultural y el sistema patriarcal en el que estamos sumergidos.

Según **Tzeng**, el apego inseguro es aquél en el que las figuras de apego durante el nacimiento y la primera etapa de la infancia no han proporcionado respuesta a las necesidades de la persona dependiente, es por ello que, si se produce una separación aún sin que sea físicamente, este hecho genera angustia en la persona por no cubrir la necesidad de seguridad y protección. Posteriormente ante las figuras de apego, la persona dependiente manifiesta emociones de enojo por la falta de confianza. Este patrón es interiorizado como un introyecto que no pasa por la conciencia, con lo cual es fácil repetirlo de manera automática en sus relaciones futuras y a lo largo de su desarrollo vital.

La consecuencia de este apego inseguro son relaciones de dependencia emocional ante la incapacidad de tomar conciencia para expresar límites tanto para con nosotros como para con el resto, y ante la subjetividad de sentirnos inseguros. Es por ello que recurrimos a otras personas para que, y de manera desadaptativa, cubran nuestras necesidades emocionales no satisfechas, según afirma **Castelló**.

Los afectos tradicionalmente están basados en una idea del apego desde la dependencia emocional, muy relacionado con la culpa, estas relaciones generan frustración y sufrimiento, el dolor es algo inherente al ser humano pero el sufrimiento es un constructo socialmente adquirido que frena la capacidad de valorar el resto de variables.

Como ya hemos visto, el desapego, por su parte, tiene una connotación cultural negativa relacionada con descuidar a las personas en las relaciones del tipo que sean. Poniendo un ejemplo, si yo me marchó a otro país y “dejando” a mis vínculos pudiera parecer un acto

egoísta, desde el punto de vista del egóismo insano, ya que se me puede considerar una persona que descuida lo afectivo, pero precisamente este hecho de desapego es desde el cuidado, ya que tiene más que ver con la libertad de no saberse atado a alguien que nos puede generar culpa y angustia si no estamos constantemente validando esa unión.

El perdón sería una de las claves para comenzar a practicar el desapego, y me refiero el perdón hacia nosotros y a nuestros actos y comportamientos son producto de un conjunto de circunstancias, es importante entender que no somos el foco de todo lo que nos ocurre, algo que por otro lado, también es impuesto culturalmente, la idea de que lo que nos atormenta y lo que hicimos “mal” es “culpa” nuestra, forma parte de todo un entramado mercantilista muy relacionado con la moral y la religión judeo-cristiana.

La responsabilidad sería otra de las claves, que es justo lo contrario a la culpa desde esa dicotomía entre la moral impuesta de la culpa y la responsabilidad de nuestras propias actitudes.

Por último, aceptar que ningún estadio de la vida es infinito, inmutable y eterno nos lleva a practicar el desapego ya que de este modo entendemos las pérdidas como algo que no depende de nosotros sino que todo a nuestro alrededor va mutando y tenemos la oportunidad de ir transicionando hacia otros estadios.

Cuando nos separamos de otras personas o simplemente nos distanciamos de algunos vínculos, nuestra cultura de manera sutil y transversal nos mantiene ancladas en esa nostalgia del pasado que nos impide ver otros vínculos que sí están presentes, de este modo, idealizamos lo que no tenemos y ansiamos que vuelva.

Esto vuelve a ser una trampa del sistema capitalista, mercantilizar los afectos como bienes que necesitamos obtener, la idea de modernidad líquida según **Bauman** donde todo se puede comprar y vender. El desapego tiene que ver con esa ruptura de la economía de bienes, con la productividad entendida para consumir sin control, con la necesidad de la posesión de bienes materiales, afectos o personas, el apego a la necesidad de acumular para poseer, son necesidades creadas que

garantizan el estatu quo del sistema y ello también se refleja en nuestras relaciones interpersonales.

Evidentemente la generalización al respecto de este concepto en las relaciones interpersonales es reduccionista ya que habría que tener en cuenta la historia subjetiva de cada persona.

¿Es necesario pues, deconstruir los afectos desde el desapego? Esencialmente yo diría que no, pero teniendo en cuenta que la sociedad construye las relaciones desde el concepto de amor romántico parece que se hace necesario desaprender los afectos, ya que esto nos libera de la víctima, de la dependencia emocional, y de la pérdida de alguien que creemos está bajo nuestra posesión. Este proceso pasa por la capacidad de sentirnos en libertad para que tanto nosotros, como otras personas crezcan a nuestro lado sin necesidad de rescate.

Una de las pautas básicas del desapego es que somos responsables de nosotros sin necesidad de otros y esto tiene que ver con la **Teoría de la Gestalt** que aboga por vivir en el momento presente sin el sentimiento de culpa por experiencias pasadas ni con el miedo y la angustia respecto al futuro, aceptando la realidad que tenemos en ese momento. Las relaciones interpersonales son un mecanismo de evolución no se establecen para suplir creencias emocionales.

A lo largo de esta exploración respecto al tema quedan en el tintero muchas cuestiones ya que hablar de desapego en las relaciones es un tema incómodo, un introyecto que no es fácil abordar, como tampoco lo ha sido la recopilación bibliográfica al respecto.

Como conclusión tenemos, por tanto, que el desapego tiene más que ver con fortalecer los vínculos que con ese imaginario colectivo de falta de interés en nuestras relaciones interpersonales.

Tampoco se puede perder de vista que el desapego no es elaborar toda una ideología que lo convierte en una teoría que aprendemos y vamos recitando, sino que como cualquier otra construcción emocional y/o comportamental, de creencias o actitudes tiene que ver con aprender desde la vivencia, desde lo corporal desde lo que nos atraviesa y desde lo práctico.

Por otro lado, las construcciones culturales educativas y sociales impuestas que no tienen que ver con nuestra libertad nos limitan en esta nueva manera de deconstruir las relaciones, por tanto, en este proceso necesitamos de cierta perspectiva para analizar desde dónde venimos construyendo las relaciones.

El desapego tiene que ver con las claves de sentir felicidad, gozo y placer muy desvinculado del sistema patriarcal capitalista que nos roba el derecho de hacernos responsables de nuestra propia felicidad otorgándonos el control de la misma al consumo de bienes, servicios y personas. Y todo ello tiene que ver con el género ya que el privar de la responsabilidad de sus propios deseos a las mujeres es un mecanismo de control del sistema para fortalecer el amor desde el apego y no desde la libertad, ya que implica proporcionar libertad real a las personas para que puedan decidir cómo vivir sus vidas de acuerdo a sus necesidades. Esto, genera caos a la hora de mantener privilegios, ya que si las personas son libres realmente las relaciones de poder no existen y sin relaciones de poder no hay desigualdad ni opresión y sin violencias de este tipo el reparto sería equitativo eliminando la lucha de clases y de género cayendo de este modo todo el sistema.

BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

- BAUMAN, Zygmunt, (2005), Modernidad líquida, Fondo de Cultura Económica: Argentina.
- Bowlby, J. (1973): La separación afectiva. Paidós. Buenos Aires. Castelló, J. (2007). Dependencia emocional. Características y tratamiento. Madrid: Alianza Editorial.
- Tzeng, O. (1992). Theories of Love Development, Maintenance, and Dissolution: Octogonal Cycle and Differential Perspectives. Nueva York.
- <https://cuartopodersalta.com.ar/todo-amor-es-politico-2/>
- https://elpais.com/elpais/2016/12/20/seres_urbanos/1482243362_973036.html
- <https://depsicologia.com/desapego-emocional/>
- <https://www.monografias.com/trabajos13/enfogest/enfogest.shtml>

Cinthia Ermitas Romero
Máster en Sexología y Género
Fundación Sexpol
Educatriz Social



Sexualidad(es) invisibles: la antimujer, disidencia sexual y dictadura franquista

En España, la historia del colectivo LGTB es una historia de violencia y persecución de la que, además, existe una gran dificultad para obtener fuentes bibliográficas. Hablamos de una historia sistemáticamente silenciada e invisibilizada, habitualmente reducida a ideas simplistas y/o generalizaciones debido, precisamente, a la falta de documentación y testimonios de la época. Siguiendo la reflexión de Trujillo (2009), sin memoria no existe la identidad, por tanto, hacer memoria histórica alrededor de la cuestión de la disidencia sexual y de género no es otra cosa que un acto de justicia, para poder construir o dibujar un discurso que permita dar visibilidad a lo invisible y dar voz a los testimonios que sí han logrado sobrevivir al silencio.

Por otra parte, conocer el contexto sociohistórico de nuestra sociedad, concretamente la española, nos ayuda a entender el momento actual que estamos viviendo, desde dónde o cómo se construyeron nuestros valores sociales y cuál es la base y el imaginario en el que nos asentamos. El presente artículo, tiene como objetivo elaborar una pequeña aproximación a la historia del colectivo LGTB, así como de la figura de la mujer durante la dictadura, para poder entonces centrar la cuestión alrededor de las mujeres que tenían relaciones sexo-afectivas con otras mujeres o mujeres sáficas¹, de cómo se construye esta identidad y cómo se pone de manifiesto trabajar esta cuestión desde una sexología feminista.

¹ Se escoge la palabra "sáfica" como sinónimo de "mujer no heterosexual" con el objetivo de usar un término paraguas aplicable tanto a mujeres lésbicas como bisexuales o mujeres que no definen su sexualidad bajo ningún término concreto.

La dictadura franquista responde al período comprendido entre los años 1939 y 1975. Esta tuvo como factor determinante un conflicto bélico anterior, la Guerra Civil española del año 1936.

Supuso un total de 36 años en los cuales el poder político estaba constituido por un régimen dictatorial, con una ideología nacional-catolicista donde los tres pilares fundamentales eran la Iglesia, el Ejército y la Falange Española Tradicionalista y de las Juntas de Ofensiva Nacional Sindicalista (FET y de las JONS). Una fuerte recesión económica, el hambre, el miedo, la precariedad e inestabilidad social y la represión por parte del estado hacia todo aquel que no respetaba las normas y la lógica del régimen, constituyó el panorama general de esta etapa, si bien es cierto que, en las últimas décadas, se produciría un gran crecimiento económico, debido a una serie de medidas liberalistas y aperturistas que van a transformar el panorama económico y de mercado en España. Sin embargo, este crecimiento no vendrá acompañado de ningún cambio en la ideología política, la cual continuará censurando, reprimiendo y castigando cualquier idea o corriente política que no respondiera a la lógica nacional-catolicista.

Cabe hablar entonces, de estos sujetos represaliados, más concretamente del colectivo LGTB y la figura de la mujer en la dictadura franquista. Ambas historias serán la clave para luego hablar y analizar concretamente la identidad de la mujer sáfica.

Para comenzar, y tomando como referencia a Carranza (2011), cabe destacar que la homosexualidad

17 julio 1954

4862

condiciones derivadas del acuerdo del Consejo de Administración de la citada Compañía, de veintisiete de julio anterior.

Artículo segundo.—Se concede un crédito extraordinario de doscientos ochenta y cuatro millones cuatrocientas diez mil ochocientos setenta y cinco pesetas, aplicado a un grupo adicional que se figurará en el Presupuesto en vigor de la Sección quince de Obligaciones de los Departamentos ministeriales, «Ministerio de Hacienda»: capítulo cuarto, «Gastos de carácter extraordinario o de primer establecimiento»; artículo primero, «Construcciones y adquisiciones extraordinarias», con destino a liquidar el anticipo de Tesorería otorgado para la suscripción de quinientas cuarenta y un mil setecientas treinta y cinco acciones, que corresponden al Estado en el aumento de capital acordado por la Compañía Telefónica Nacional de España a que se refiere el artículo anterior.

Artículo tercero.—El importe a que asciende el mencionado crédito extraordinario se cubrirá en la forma determinada por el artículo cuarenta y uno de la vigente Ley de Administración y Contabilidad de la Hacienda pública.

Dada en el Palacio de El Pardo a quince de julio de mil novecientos cincuenta y cuatro.

FRANCISCO FRANCO

LEY DE 15 DE JULIO DE 1954 por la que se modifican los artículos 2.º y 6.º de la Ley de Vagos y Maleantes, de 4 de agosto de 1933.

La producción de hechos que ofenden la sana moral de nuestro país por el agravio que causan al tradicional acervo de buenas costumbres, fielmente mantenido en la sociedad española, justifican la adopción de medidas para evitar su difusión.

Las establecidas por la presente Ley, mediante la que se modifican los artículos segundo y sexto de la Ley de Vagos y Maleantes, de cuatro de agosto de mil novecientos treinta y tres, no son propiamente penas, sino medidas de seguridad, impuestas con finalidad doblemente preventiva, con propósito de garantía colectiva y con la aspiración de corregir a sujetos caídos al más bajo nivel moral. No trata esta Ley de castigar, sino de proteger y re-formar.

También aspira la misma Ley a proteger la paz social y la tranquilidad pública contra las actividades, no constitutivas de delito o cuya delincuencia consta, pero no puede ser inmediatamente probada, de sujetos que, por su habilidad, escapan a través de las mallas de la Ley o eluden su aplicación, por cuya causa constituyen un serio peligro para una ordenada vida de la colectividad.

En su virtud, y de conformidad con la propuesta elaborada por las Cortes españolas,

DISPONGO:

Artículo primero.—Los números segundo y undécimo del artículo segundo y el número segundo del artículo sexto de la Ley de Vagos y Maleantes, de cuatro de agosto de mil novecientos treinta y tres, quedan redactados en la siguiente forma:

«Artículo segundo.—Número segundo.—Los homosexuales, rufianes y proxenetas.»

«Artículo segundo.—Número undécimo.—Podrán asimismo ser declarados peligrosos como antisociales los que en sus actividades y propagandas, reiteradamente inciten a la ejecución de delitos de terrorismo o de atraco y los que públicamente hagan la apología de dichos delitos.»

También podrán ser objeto de igual declaración los que, de cualquier manera, perturbén con su conducta o pusieren en peligro la paz social o la tranquilidad pública.»

«Artículo sexto.—Número segundo.—A los homosexuales, rufianes y proxenetas, a los mendigos profesionales y a los que vivan de la mendicidad ajena, exploten menores de edad, enfermos mentales o listados, se les aplicarán, para que las cumplan todas sucesivamente, las medidas siguientes:

a) Internado en un establecimiento de trabajo o Colonia Agrícola. Los homosexuales sometidos a esta medida de seguridad deberán ser internados en Instituciones especiales y, en todo caso, con absoluta separación de los demás.

b) Prohibición de residir en determinado lugar o territorio y obligación de declarar su domicilio.

c) Sumisión a la vigilancia de los Delegados.»

Artículo segundo.—Quedan derogadas cuantas disposiciones se opongán a las establecidas en la presente Ley y autorizado el Ministro de Justicia para dictar las medidas necesarias para su ejecución y cumplimiento, dejando subsistentes las facultades gubernativas que en materia de orden público, moralidad y disciplina social tiene actualmente atribuidas el Ministerio de la Gobernación.

Dada en el Palacio de El Pardo a quince de julio de mil novecientos cincuenta y cuatro.

FRANCISCO FRANCO

fue considerada durante siglos, bajo los postulados de la Iglesia católica, una conducta pecaminosa e inmoral y, por lo tanto, prohibida. Siguiendo esta lógica, durante la dictadura franquista, bajo los mandatos del nacional-catolicismo, la homosexualidad fue fuertemente castigada y represaliada. Precisamente para este fin, se modifica en el año 1954 la Ley de Vagos y Maleantes (LVM) pasando a incluir en la misma a los homosexuales y, más tarde se crea la Ley de Peligrosidad y Rehabilitación Social (LPRS), del año 1970 que sustituía a la anterior. Esta legislación dio carta blanca a la persecución de la homosexualidad durante todos los años de vida del régimen, lo que se tradujo en brutalidad, torturas, violencia y encarcelamientos.

Cuando se habla de esta homosexualidad durante la dictadura, se hace únicamente referencia a la homosexualidad masculina. Esto se debe a que, como se menciona con anterioridad, la sexualidad de las mujeres era sistemáticamente negada por los valores de la época.

Por todo ello, la homosexualidad de las mujeres fue un hecho ignorado y silenciado durante la dictadura franquista, lo que supuso que la persecución y represión sufrida por estas mujeres no fuera la misma que la sufrida por los hombres homosexuales, aunque sí es cierto que existen varios casos de aplicación de la LVM a mujeres acusadas de homosexualidad. Como apunta Platero (2012) las mujeres que deseaban a otras mujeres

vivieron durante la dictadura una represión sexual absoluta, condenadas al silencio y a la clandestinidad, carentes de redes, términos y referencias. Los hombres homosexuales eran perseguidos y castigados conforme a las leyes vigentes, lo que paradójicamente les otorgaba cierta visibilidad y representación, al reconocer su identidad de manera legislativa se les otorgaba entidad, lo que hacía imposible negar su misma existencia.

Por otra parte, para las mujeres el inicio de la dictadura significaba que todos los derechos ganados a lo largo del período de la II República Española fueran suprimidos y eliminados. Como señala Ballarín (2001) el fin de la Guerra Civil supuso que, después de haber ocupado el espacio público y social y ser la única fuente de recursos mientras los hombres luchaban en el frente, las mujeres habían sido relegadas a retirarse al espacio del hogar, pasando a ocupar una posición de subordinación total. Esta posición estaba alimentada por los valores nacional-catolicistas, patriarcales y derechistas, que entendían que su papel y función en la sociedad no era otro que la maternidad y los cuidados del hogar, negando su sexualidad más que para la procreación y siempre sujeta al deseo masculino.

Todo esto tiene mucho que ver con desde dónde se construyó la identidad “mujer” en este período. La sociedad franquista se asentaba en una idea de mujer y hombre contrapuestas, no solamente desde una visión fisiológica/biológica sino en base a una serie de atributos, proporcionados por la Iglesia católica, considerados “divinos” y “naturales” que situarán al hombre, y por tanto lo masculino, como superior y a la mujer, y lo femenino, en una relación de subordinación a lo anterior. El régimen dictatorial necesitaba reproducir dicha estructura para mantener su poder, por lo que a través de esta asociación con la Iglesia y la Psiquiatría generará un esquema sociopolítico en base al que la sociedad española del momento deberá comportarse, castigando todo aquello que se salga de esta norma.

Precisamente para este castigo y más concretamente cuando hablamos de mujeres sáficas, la Iglesia y la Psiquiatría tendrán mucho protagonismo, ya que no solamente serán los principales encargados de construir ese esquema de poder entre hombres y mujeres sino que, también serán los encargados de

erradicar aquellos comportamientos que no sigan dicha lógica. Las instituciones de salud mental fueron las principales *cárceles* para las mujeres sáficas, que sufrieron una profunda patologización de su identidad y sexualidad.

Estos valores van a constituir la base para la creación de un modelo legal, ideológico y cultural alrededor de la figura de la mujer y la feminidad, que como expone Arribas (2003) servirá para educar las mujeres con la finalidad de la asimilación del rol de madre y esposa, centrando su papel social en torno a su capacidad reproductiva y en base a unas características consideradas como propias e innatas a las mujeres: inferioridad intelectual, fragilidad, emotividad y sumisión. Esto se traducirá en el rechazo y censura de mujeres que no asimilaban o respondían a dichos valores, ya que estas representaban a la “antimujer”,² y ponían en duda los esquemas y modelos del régimen. Las mujeres que se relacionaban con otras mujeres, mujeres no heterosexuales, lésbicas o simplemente mujeres que vivían su sexualidad libremente van a responder o a constituir, precisamente, esta idea de “antimujer”.

En este punto se pone de manifiesto la cuestión de la represión sexual en todos los sentidos, que además se establece como el arma que más influencia tendrá en la cuestión femenina. Si bien es cierto que la sociedad franquista era una sociedad conservadora y católica en la que la sexualidad estaba sujeta a los valores eclesiásticos y muy asociada a la culpa y el pecado, esta “represión sexual” no va a ser lo mismo si hablamos de hombres que de mujeres. Se entendía que los hombres tenían impulso sexual y, en cierta medida, se podía hablar de deseo y placer masculino, aunque la cuestión del pecado siguiera entrando en juego. Sin embargo, no se podía hablar de deseo y placer sexual femenino, como se ha mencionado anteriormente, la institución psiquiátrica va a patologizar todo aquello que tenga que ver con la cuestión de la sexualidad femenina, por lo que no solamente el pecado católico entra en juego, sino que también se va a entender la sexualidad femenina desde una cuestión patológica y ligada a la enfermedad. Los valores franquistas pretendían *castrar* la sexualidad

² Arribas (2003) define el concepto de “antimujer” como aquellas mujeres que no habían cumplido la norma sociocultural asociada a la figura de la mujer durante la dictadura franquista.

femenina en todos sus aspectos y, como consecuencia, despojar a las mujeres de su libertad sexual para poder así tener un control total sobre sus cuerpos con fines reproductivos.

En este sentido, las mujeres sáficas van a significar la ruptura absoluta con los roles asociados a las mujeres en el régimen franquista. No solamente hablamos de mujeres *con* sexualidad y deseo, sino también de la ruptura total del sexo como fines reproductivos y, por tanto, heterosexual. Las relaciones sexo-afectivas entre mujeres no tendrían un objetivo más que el deseo y el placer, algo que ponía de manifiesto, indiscutiblemente, que las mujeres *tenían* deseo sexual, erótica y placer. Se podría hablar entonces de cómo esta figura de la mujer sáfica ponía en entredicho un sistema de valores y creencias sin apenas mucho esfuerzo. La persecución y patologización de las mujeres sáficas, así como la necesidad de invisibilizarlas y silenciarlas podría estar influenciado por el peso político y revolucionario que suponía su mera existencia.

Precisamente en este sentido de peso político y transformador, el enfoque de la sexología feminista nos aporta una perspectiva muy interesante sobre la sexualidad de las mujeres en la dictadura franquista, permitiéndonos analizar la cuestión de una forma más profunda y compleja.

Partiendo de la base de que la sexualidad humana es una cuestión biopsicosocial, entendemos que la sexualidad se construye, se aprende y se performa. Esto supone, en primer lugar, este enfoque nos permite analizar cómo se ha construido históricamente nuestra sexualidad, prestando atención a los momentos sociopolíticos que afectan a nuestra sociedad podemos observar como ha evolucionado nuestra comprensión de la sexualidad y qué valores y/o esquemas operan en ella. En segundo lugar, entender que dichos esquemas son variables y dinámicos y por tanto pueden transformarse. Es posible desaprender cuestiones que hemos asimilado en cuanto a nuestra sexualidad e incorporar y/o construir unos nuevos y, por último, la sexualidad se performa, es decir, con todo lo anterior nos comunicamos hacia el exterior de una forma u otra con diferentes objetivos. En este aspecto, las disidencias sexuales se han valido de esta herramienta performativa durante muchas décadas.

La performatividad del sexo o de la sexualidad es por tanto una herramienta muy interesante y útil cuando hablamos de aquellas identidades que, socialmente, habitan los márgenes.

En este aspecto y en relación con el tema que nos ocupa, cuando hablamos de la necesidad de una sexología feminista, estamos hablando de la reapropiación de las libertades y derechos, de la recuperación del cuerpo la erótica y el placer. También se habla, necesariamente, de resignificar el concepto de sexualidad femenina, alejándolo de la patología, la enfermedad y el pecado cristiano.

En una sociedad en la que la creatividad en la sexualidad es algo que se niega y suprime para seguir ejerciendo control social y mantener el status quo, el concepto de *performance* es una herramienta política. La construcción de un placer y erótica propia y disidente, ajena al sistema sexual hegemónico es un acto revolucionario, que todas poseemos pero del que quizá no todas seamos plenamente conscientes.

BIBLIOGRAFÍA

- Arribas, J. C. M. (2003). La Educación Física femenina y el ideal de mujer en la etapa franquista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 3 (10), 83 100.
- Ballarín Domingo, P. (2001). La educación de las mujeres en la España contemporánea. *Madrid: Síntesis*.
- Barbadillo, G. T. (2009). *Deseo y resistencia: Treinta años de movilización lesbiana en el Estado español (1977-2007)*. Egales.
- Carranza López, R. (2011). Evolución histórica del colectivo LGTB: de las leyes represivas a la aprobación de la Ley 13/2005, de 1 de Julio. Universidad de Salamanca. Recuperado de: <https://gredos.usal.es/handle/10366/101362>
- Platero, R. M. (2008). Lesboerotismo y la masculinidad de las mujeres en la España franquista. *Bagoas-Estudios gays: géneros e sexualidades*, 2(03). Recuperado de: <https://periodicos.ufrn.br/bagoas/article/view/2281>

Clara Ros Ferrer
Máster en Sexología Sanitaria
con perspectiva de Género
Fundación Sexpol
Graduada en Medicina y Cirugía



Capitalismo y disfrute: impacto del neoliberalismo en la erotización del cotidiano

«Se cree que el hedonista es aquel que hace elogio de la propiedad, de la riqueza, del tener, que es un consumidor. Eso es un hedonismo vulgar que propicia la sociedad. Yo propongo un hedonismo filosófico que es en gran medida lo contrario, del ser en vez del tener, que no pasa por el dinero, pero sí por una modificación del comportamiento. Lograr una presencia real en el mundo, y disfrutar jubilosamente de la existencia: oler mejor, degustar, escuchar mejor, no estar enfadada con el cuerpo y considerar las pasiones y pulsiones como amigas y no como adversarias»

Michael Onfray (1959), filósofo francés.



¿Nos acostamos con el sistema político-económico en el que vivimos? ¿Cómo influyen las dinámicas capitalistas y neoliberales en nuestra dimensión erótica? Vivimos en la sociedad de la autoexplotación y la hiperexigencia, inmersas en el hacer y en el logro objetivos productivistas. Esta atmósfera le deja poco espacio al disfrute, al placer por el placer. Este artículo pretende analizar cómo los ritmos y las exigencias de la sociedad en que vivimos limitan nuestro potencial erótico y decapitan nuestra capacidad

de disfrute, planteando la recuperación del hedonismo como acto político.

La gran transformación que supuso la irrupción del capitalismo en la historia de Occidente afectó no sólo a las formas concretas de trabajo y a su organización, sino al lugar que este ocupa en la escala de valores sociales. La sociedad capitalista es la primera que puede definirse como una sociedad del trabajo y que lo valoraría positivamente, pero no siempre ha sido así. Según Enric Sanchis (2004), las formaciones sociales anteriores no estaban estructuradas en torno al trabajo

requiere de un estilo de vida determinado, que llevaría al individuo posmoderno a vivir sumergido en una vorágine de hiperactividad, hiperexigencia e hiperconsumo: nos enfrentamos a jornadas maratónicas en la que dedicamos la mayor parte del tiempo a actividades de índole práctica como trabajar, estudiar, realizar tareas del hogar o gestiones cotidianas... teñidas, además, por la tiranía de la inmediatez y el perfeccionismo. Esto generaría un fuerte impacto en la esfera emocional del sujeto contemporáneo: estrés, agotamiento psíquico, frustración vital, estados de ansiedad y depresión...



y tenían una concepción negativa de este, pues era percibido como un elemento que los alejaba del cultivo del espíritu. En el sistema capitalista cualquier forma de vida es un espacio de rentabilidad y explotación, así pues, nos hallamos sumergidas en un modelo político y económico que se construye a partir del ensalzamiento del trabajo y a la acumulación de capital. Creemos en un contexto que nos educa en la lucha por alcanzar un ideal materializado en un puesto de trabajo reconocido, una casa grande, un coche de alta gama, un teléfono móvil de última generación... La fantasía capitalista

sin olvidar las repercusiones psicosomáticas que estos conllevarían. Todo ello daría lugar a sujetos anhedónicos y desconectados de sus necesidades reales y, por lo tanto, muy alejados de un estado de bienestar integral en el que desarrollar plenamente su sexualidad.

La consolidación de la sociedad de consumo en gran parte de Occidente desde las primeras décadas del siglo XX, minó las bases materiales en que se sustentaba la ética del trabajo y alumbró una ideología hedonista, centrada en la exigencia de disfrutar el presente, en

cierto sentido contradictoria con las necesidades del ámbito de la producción. De esta manera, el capitalismo también se apropia del disfrute, el placer y el goce desde una dimensión productivista y mercantilizadora. Nace así la tiranía del deleite con un ocio basado en el sobreconsumo y la hiperexigencia: tenemos que ir al cine, a los museos, al teatro, estar al día de la últimas series; ir al gimnasio, bailar y practicar deportes de aventura; viajar a lugares lejanos, vivir experiencias únicas, comer en los mejores restaurantes de tu ciudad... El cumplimiento de este mandato conforme al goce que nos impone el neoliberalismo aleja al individuo posmoderno del disfrute en sí mismo y no basta para librarle del desvalimiento existencial, sino que nos vuelve adictos al consumo, autómatas, alienados en los requerimientos del discurso ideológico oficial. Nuestro tiempo y nuestro disfrute nos dejan de pertenecer.

La vivencia plena de la sexualidad necesita tiempo y dedicación, de modo que el ritmo de vida rápido y estresante que venimos analizando influiría negativamente en ella: las dinámicas capitalistas también envenenan nuestra esfera más íntima. ¿Cómo reapropiarnos del disfrute?, el hedonismo es sexualidad en sí mismo, pues tiene que ver con el placer, con la búsqueda del bienestar, con la atención plena, con la sensorialidad... trasladarlo a nuestra vida diaria podría ser una forma de resistencia ante la desconexión a la que nos aboca el sistema. Para ello, en primer lugar cabría plantearse qué cosas nos gusta hacer por el simple hecho de hacerlas: pararnos y explorar qué nos gusta realmente, qué nos genera placer, con qué y quienes disfrutamos, qué nos excita o qué creemos que podría hacerlo. Otro aspecto importante sería el de simplificar nuestras vidas y no saturarlas con actividades y obligaciones; establecer prioridades nos ayudaría a prescindir de aquellos compromisos y tareas no primordiales. Así liberaríamos tiempo para dedicarlo al placer y para agendar espacios en nuestro día a día para hacer aquello que verdaderamente disfrutamos. Además, si traemos la conciencia del disfrute y el enfoque de la búsqueda del placer a nuestra cotidianidad, nuestros cuerpos y nuestras mentes estarían más predispuestos a vivirnos sexualmente: tendremos tiempo, energía, mejor estado anímico, búsqueda más activa del encuentro sexual y una atención más plena y sensorial.

Sería interesante que pudiéramos pararnos a pensar sobre el espacio que damos en nuestro día a día al placer, al deseo y al goce. Liberarnos de las exigencias y del productivismo para vivir en el erotismo como un arte en el cual el placer, no solo sexual, es un fin en sí mismo. Como explica María Laura Schaufler (2013) citando a Foucault: "El erotismo es un dominio absoluto del cuerpo, goce único, olvido del tiempo y de los límites, elixir de larga vida, exilio de la muerte y de sus amenazas." Así pues, ante un sistema capitalista y patriarcal que sobreexplota nuestros cuerpos y nos aliena de nosotras mismas, llenemos de placer nuestro cotidiano para lograr vidas que merezcan la alegría y el goce de ser vividas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abril, M. (2017). *Erotismo, Cuerpo y Placer*. Máster en Sexología Sanitaria. Madrid: Fundación Sexpol.
- D'Atri, Andrea. (2020). Tiempo de deseos: sexo y capitalismo. Revista Ctxt: contexto y acción. Número 262, julio 2020. <https://ctxt.es/es/20200701/Firmas/31298/sexo-capitalismo-feminismo-andrea-datri.htm>
- Darder, M. (2014). *Nacidas para el placer*. 1a edición. Barcelona: Rigden.
- Lombardía, Ana (2019). La importancia del hedonismo en nuestra vida diaria. Blog Sexo en la Piel. <http://www.sexoenlapiel.com/2018/08/02/la-importancia-del-hedonismo/>
- Miret, María. (2021). Así ha alterado la pandemia el deseo sexual de las mujeres. Revista El Salto, sección Sexualidad. <https://www.elsaltodiario.com/sexualidad/asi-ha-alterado-pandemia-deseo-sexual-mujeres>
- Requena, Ana. (2020). *Feminismo vibrante: si no hay placer no es nuestra revolución*. Roca editorial. Madrid.
- Sanchis, Enric. (2004). *Concepciones del trabajo: de las ambigüedades medievales a las paradojas actuales*. Cuadernos de Relaciones Laborales. Vol 22 Núm 1.
- Simón, Cristina. (2013). La ética psicoanalítica del deseo frente a la moral capitalista del placer. *Universitas*, XI (19), julio-diciembre, p.129-146. Quito: Editorial Abya Yala/ Universidad Politécnica Salesiana.
- Schaufler, M. (2013). *Erotismo y sexualidad: Eros o ars erótica*. Foucault frente a Marcuse y Freud. Consejo Latinoamericano De Ciencias Sociales, 2. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Argentina/ces-unne/20141001052706/Schaufler.pdf>



FUNDACIÓN
Sexpol



Centro colaborador de:
Universidad Nacional de Educación a Distancia
Universidad Autónoma de Madrid
Universidad Pontificia Comillas de Madrid

Universidad Rey Juan Carlos de Madrid
Universidad Complutense de Madrid
Universidad de Alcalá

formación especializada en Sexología desde 1982

Cursos de posgrado

Máster en Terapia Sexual y de Pareja con Perspectiva de Género

<http://www.sexpol.net/master-universitario-en-terapia-sexual-y-de-pareja-con-perspectiva-de-genero/>

Máster en Sexología y Género

<http://www.sexpol.net/master-universitario-en-sexologia-y-genero/>

Máster en Sexología Sanitaria con Perspectiva de Género

<http://www.sexpol.net/formacion-sexpol/master-en-sexologia-sanitaria-con-perspectiva-de-genero/>

Titulación de la U. Nebrija
/ Fundación Sexpol



UNIVERSIDAD
NEBRIJA



FUNDACIÓN
Sexpol

Comienzan en octubre
Modalidad presencial y online

Curso de Monitor/a en Educación Sexual

<http://www.sexpol.net/monitora-en-educacion-sexual-perspectiva-genero/>

Terapia Psicológica y Sexual

Individual y de pareja, Previa cita, tel. 91 522 25 10
C/ Fuencarral, 18 - 3º izda. 28004. Madrid

Redes sociales:

Web: <https://www.sexpol.net>

Correo electrónico: info@sexpol.net

Instagram: <https://www.instagram.com/fundacionsexpol/>

Facebook: <https://www.facebook.com/fsexpol/>

Youtube: <https://www.youtube.com/user/FSEXPOL>

Telegram: <https://t.me/fundacionsexpol>

Twitter: <https://twitter.com/@fundacionSexpol>

¡NOVEDAD! Ahora puedes unirse a nuestro Canal de Telegram para estar informado/a de todas nuestras actividades, talleres, novedades, noticias... solo tienes que pinchar en el siguiente enlace: <https://t.me/fundacionsexpol>