

SENDEROS DEL EROTISMO

Revelaciones de un sexólogo
profesional

David Barrios Martínez



ÍNDICE

Agradecimientos	11
Acerca del autor	11

CAPÍTULO 1

Una semana “llena de sexo” (algunos problemas)	13
En el consultorio	13
Sexualidad nuestra de cada día	18
Recuperar la salud sexual	26

CAPÍTULO 2

¿Por qué psicoterapia y sexología?	29
De gustos y vocaciones o por qué soy sexólogo	29
“Asomarse” al pasado	31
A propósito del principio de la Federación Mexicana de Educación Sexual y Sexología	40
¿Tengo una respuesta sobre por qué elegí esta vocación?	44

CAPÍTULO 3

Otras semanas “llenas de sexo” (algunas soluciones)	47
Evolución y seguimiento	47
De travesías y cruceros eróticos	48

CAPÍTULO 4

Les dicen perversiones...	61
Pero son MDS	61
Los mariachis callaron	62
El mejor amigo del hombre	63
El súper héroe	64
Tras el espejo	65

Vampirella	66
Un profesor bien portado	67
Por el placer de estar con usted	68
Nada de nada	70
El jardín del edén	72
Di “sí” al placer	73
<i>Old fashion</i>	76

CAPÍTULO 5

De la utopía a la integración creativa: salud sexual en el siglo XXI	79
Abordajes limitados	79
La integración es necesaria	82
Utopía y reduccionismo	83
La integración creativa necesaria	83
Lo orgánico	84
Lo sociocultural	86
Lo psicoafectivo	88
Abordaje integral	90

CAPÍTULO 6

El galano arte de coger(se)	91
Coger o no coger	91
El erotismo femenino	92
Ellas dicen	94
Diversidad erótica en personas diversas	95

CAPÍTULO 7

Charlatanes, pseudocientíficos y manipuladores medicalizados	97
Humanismo y ciencia en sexología	97
Los nuevos gurús	98
De psicofármacos y reduccionismos	101
La psiquiatría moderna dejó de ser psicoterapia	102

CAPÍTULO 8

La psicoterapia como método general y en sexología clínica	105
La sexología clínica es psicoterapia	105
Pertinencia de la psicoterapia en sexología	106
Un enfoque centrado en la persona	107
Fases y procedimientos en la entrevista sexológica	111
Modelo básico para la entrevista humanista en sexología, con ejemplos breves y concretos	111
Sobre métodos y experimentos en Gestalt	114

CAPÍTULO 9

Docencia y comunicación mediática	119
Profesionalización en sexología	119
Con médicos y médicas	120
En los medios	126
Radio, tele e internet	127
La web	129

CAPÍTULO 10

Reflexiones finales	131
Labor sexológica contemporánea	131
Las cinco revoluciones sexuales	132
Vienen más revoluciones	137
Bibliografía	141

CAPÍTULO 2.

¿POR QUÉ PSICOTERAPIA Y SEXOLOGÍA?

DE GUSTOS Y VOCACIONES O POR QUÉ SOY SEXÓLOGO

Aunque hay tantas disciplinas humanistas y científicas que me atraen y apasionan, decidí hace ya muchos años dedicarme a la sexología y la psicoterapia.

Como profesional de esta disciplina fascinante, he comprobado que una gran cantidad de personas no solo ignora qué es la sexología, sino que además sustentan muchas ideas erróneas, mitos y prejuicios sobre lo que somos y hacemos los sexólogos. Por otra parte, también diversos profesionales tienen esas concepciones equivocadas sobre lo que es nuestra profesión y los distintos quehaceres de las mujeres y los hombres que trabajamos en educación sexual y sexología clínica.

Así, por ejemplo, he escuchado versiones como las siguientes: “La verdad no sé qué es eso de la sexología, pero supongo que es para aprender posiciones sexuales”... “los sexólogos atienden a personas que tienen desviaciones sexuales, son como psiquiatras especializados”... “las educadoras sexuales son mujeres insatisfechas que no tienen llenadera”... “los terapeutas sexuales son individuos entrenados para curar a sus pacientes teniendo relaciones sexuales con ellos”... “los sexólogos se ocupan solamente

de la fisiología del sexo, solo eso les importa, son sujetos sin valores humanos”... y otras lindezas.

Aunque parezca increíble, ese tipo de comentarios se siguen haciendo en pleno siglo XXI, era supuestamente caracterizada por la comunicación eficaz y universalizada.

Es asombroso que en congresos y simposios médicos, algunos ginecólogos, urólogos, psiquiatras, endocrinólogos y andrólogos me han expresado ideas igualmente confusas o tergiversadas de lo que son las ciencias sexológicas. De igual modo, especialistas de la psicología y de las ciencias sociales suelen externar comentarios equivocados o parcialmente ciertos.

Es verdad: la sexología es un campo de conocimiento muy joven en la historia de las ciencias y humanidades, y en ocasiones necesita ser explicada para su cabal comprensión.

Escribo este libro con el ánimo de divulgar la labor de las y los sexólogos y al mismo tiempo desmitificar nuestra profesión ante el público general. Debo confesar que durante varios años me resistí a esta tarea, en parte, por el prurito común en médicos y psicoterapeutas de evitar revelaciones del quehacer de nuestros gremios a quienes equivocadamente consideramos profanos, y en parte por una inhibición propia: era imprescindible hablar de mí, de ciertas perspectivas personales y algunas anécdotas que, como se dice, “me pintan tal como soy”.

No obstante, existen dos factores que me hicieron desistir de tal represión: el primero, no era posible la anhelada desmitificación sin aludir a lo personal; el segundo, como he dicho a compañeros y alumnos: me fascinan la sexología, la psicoterapia y la medicina, pero lo mío, lo mío, es la vanidad. La tarea me fue facilitada por la ayuda y la atenta escucha de compañeros del gremio sexológico, algunos colegas y alumnos con los que conversé horas y horas. Eso me permitió salirme de cualquier tono académico y también de lo políticamente correcto, para tratar de fluir sin cortapisas en la comunicación que aquí presento.

En este texto he preferido lenguaje llano, enfoque intimista y comentarios exentos de ampulosidad. Así, he privilegiado los contenidos netos, las evocaciones aclaradoras y, en el sentido amplio del término, las confesiones profesionales que contribuyan a que lectores y lectoras me acompañen sin restricción a lo largo del texto. Creo sinceramente que este libro podría aportar algunos contenidos para mi propósito inicial: difundir y desmitificar el trabajo sexológico. Se me ocurre pensar que la obra que tienes en tus manos también podría estimular a profesionales y estudiantes de diversas disciplinas a prepararse, y más tarde, ejercer formalmente la sexología.

“ASOMARSE” AL PASADO

Puedo encontrar el germen de una vocación y de mi oficio sexológico muchos años antes de estudiar formalmente esta disciplina y de ejercerla en el consultorio y el aula. Para no ser denso, solo refiero aquello que considero pertinente para que mi vocación se comprenda.

Si rastreo en el pasado, recuerdo que mientras crecía en Tulancingo, Hidalgo —donde viví mis primeros 16 años—, era el típico niño provinciano un tanto ingenuo e introvertido que nunca recibió algo parecido a la educación sexual propositiva. No obstante, existieron hechos y circunstancias que propiciaron mi interés temprano en los temas sexuales. Mi mamá, Raquel Martínez González, era enfermera y partera titulada, y mi papá, David Barrios Cid, ejerció diferentes oficios: fue carpintero, músico, reparador de fonógrafos y de antiguos aparatos de radio y televisión. Ella era de religión metodista y él, católico practicante. Ambos, en los hechos, eran liberales respecto de los temas que se hablaban en casa y no tuvieron inhibición alguna en contestar preguntas “difíciles” sobre diferentes aspectos relacionados con sexualidad, pareja, amor,

embarazos y muchos otros. Aunque ocasionalmente acudíamos a servicios religiosos en uno y otro templo, mamá y papá no nos indujeron a profesar ninguna religión, haciendo expresa su idea de que esa clase de decisiones era exclusivamente nuestra y no urgente. En cambio, se nos fomentó el respeto y la no discriminación. Esto fue valiosísimo para mi hermano menor y para mí.

En nuestra casa había una biblioteca relativamente amplia que mi hermano menor, Francisco (hoy conocido como Paco Barrios, *El Mastuerzo*) y yo consultábamos con avidez en cuanto comenzamos a leer; de hecho, yo aprendí a hacerlo desde antes de ingresar al kínder. Recuerdo, por ejemplo, el descubrimiento maravilloso de textos muy explícitos sobre relaciones sexuales, manuales obstétricos y novelas que se referían al amor y al erotismo. Devoraba los artículos de la ya mítica revista *Luz*, pionera en la difusión de temas sexuales con enfoque científico.

Otras influencias positivas fueron las de mis hermanos mayores, Gloria Edith y Clemente, hijos de un primer matrimonio de mi mamá. Mi hermano mayor fue médico y yo tenía la ocasión de leer los libros que él estudiaba y formularle las preguntas que se me ocurrían. Clemente me introdujo al mundo del cine y de las lecturas no médicas, además de que inculcó en mí el afán permanente de curiosear e indagar lo que no conocía. La aportación de Gloria fue muy distinta pero igualmente valiosa: independientemente de ser la persona más generosa que he conocido, era una mujer amorosa y sexualmente libre (algo inusitado para la época y lugar donde crecí).

Estudí la mayor parte de la primaria en la escuela pública Maestro Justo Sierra, con dos breves estancias previas en la oficial Martín Urrutia Ezcurra y la privada Ignacio Zaragoza. Cursé la secundaria en la José María Lezama, también en mi entonces pequeña ciudad. En ella se tomaba en serio la laicidad (cosa sorprendente en un lugar acrisoladamente religioso y, además, arquidiócesis católica) que, combinada con la relativa liberalidad de mi casa, permiti-

CAPÍTULO 4.

LES DICEN PERVERSIONES...

PERO SON MDS

En mi libro *En las alas del placer* (2005) propuse el nombre de Manifestaciones de la Diversidad Sexual (MDS) a un conjunto de conductas eróticas reales o fantaseadas que a menudo son socialmente estigmatizadas e incluso clínicamente patologizadas. Esto significa que desde criterios medicalizados convencionales se les atribuye enfermedad, desviación o perversión. Sin embargo, en la perspectiva existencial-humanista y no-patologizante, los sexólogos desclasificamos como alteraciones negativas estos comportamientos cuando son consensuados y tienen como marco general el respeto. Por otro lado, al contrario de lo que probablemente supones, no son “rarezas”, sino expresiones humanas frecuentes. En esta nueva visita al cubículo del terapeuta sexual podrás confirmar esa afirmación. Seleccioné para ti algunos casos en los que la vivencia personal o de pareja de cada comportamiento erótico es placentera y se cumple la llamada triple regla de oro en sexualidad: la conducta es gozosa, quienes participan lo hacen consensuada, gustosa y conscientemente y no se daña a ningún individuo. Te encargo que pongas especial atención a cada una de las MDS que aquí se consignan. No descarto que te identifiques con más de una y que tal vez las practiques, las desees efectuar o las fantasees.

LOS MARIACHIS CALLARON

En la Sociedad Mexicana de Sexología Humanista Integral (Someshi) brindé atención y seguimiento a una persona que presentaba varias MDS, cuyo caso puede ilustrar convenientemente la temática de este capítulo.

Baldomero es un hombre de 42 años, soltero, heterosexual, con ceguera adquirida a los 11 años. Estudió música y se desempeña laboralmente tocando el piano en un jardín de niños y niñas para acompañarlos en sus cánticos y bailes. Vive solo. En la etapa adulta ha tenido cuatro parejas sexuales ocasionales. No ha tenido novias formales y no está seguro de querer tenerlas. Practica la masturbación una o dos veces a la semana, con gran satisfacción y sin culpa. Mi consultante tiene una particular afición erótica que, usando las propias palabras de Baldomero, enseguida expongo: “Le quiero platicar mis modos especiales de darme gusto sexual. Cuando reunía algo de dinerito, lo que hacía era contratar un grupo de mariachis chico, no muy grande, para que fuera a mi casa a tocar para mí. Por la razón que le platicaré, no invitaba a nadie más. A los que sí les invitaba algunas copas y algo de cenita era al grupo de músicos, quienes se aventaban lo mejor de su repertorio. Bueno, aquí entra lo mero especial: como a la quinta o sexta canción y ayudado por el alcohol yo me empezaba a poner caliente y justamente a la hora de que los mariachis entonaban algún falsete o grito mexicano, me masturbaba enérgicamente y *me venía* con muchísima satisfacción. Los cantores eran muy colaboradores en eso y con el paso del tiempo se volvieron mis amigos. Aquí la bronca empezó cuando en las últimas veces, como ya dije, en el mero momento del grito o falsete, le pedía a uno de ellos que me *la chaqueteara*. . . la combinación de los instrumentos del mariachi, con el canto agudo del falsete y la masturbación me daban un gran placer. Decía yo que la bronca empezó porque alguno de los presentes en esas últimas veces seguro fue con el chisme y se armó gran problema, incluso

hasta intervino el sindicato de músicos y fui amenazado con ir a parar a la cárcel. Siento yo que no afecté a nadie, ni a mis amigos los mariachis tampoco. Sí me entristece un poco que ese placer se haya acabado para mí. Bueno, ese “gustito” lo tuve que evitar para quitarme de problemas. La música bravía me ayuda mucho para sentir rico el sexo... lo sigo haciendo, pero lógicamente ya no lo hago en vivo, sino yo solito usando CD”.

EL MEJOR AMIGO DEL HOMBRE

Isaac es ingeniero agrónomo de 58 años, heterosexual y divorciado hace más de 10 años. En los últimos ocho años ha tenido relaciones sexuales con dos mujeres con las que no mantiene vínculos amorosos, pero sí eróticos y placenteros. En la realización de la historia clínica sexual de este consultante, cuyos motivos de búsqueda de atención profesional no se relacionaban con su MDS, surgió esta parte de su relato que ahora comparto contigo. Isaac comenta: “Siempre me ha gustado masturbarme, pero desde hace alrededor de seis años, he adiestrado a dos de mis perros, uno grande y uno mediano, para que mediante sus lamidas yo pueda tener orgasmos especiales. Disfruto con ellos por separado, nunca juntos. Quiero y cuido mucho a mis perros: los atiende el veterinario, se les desparasita, su higiene y alimentación creo son muy buenas. Alguna vez leí que mi conducta es zoofílica y me resistí a aceptarlo en ese entonces, puesto que propiamente no tengo relaciones sexuales con ellos, o sea, ni yo me los cojo ni ellos a mí. He consultado a dos expertas en etología, básicamente para saber dónde está la frontera entre el bienestar de las mascotas y el posible daño que yo les pudiera causar. Su asesoría y recomendaciones me dan tranquilidad.

Ya vengo aceptando que mi diversión es una forma de zoofilia, pero no soy ningún perverso ni psicópata. También supe por lecturas y las etólogas que me asesoraron, que hay modos de saber si un

animal disfruta o sufre por alguna razón... ya tengo claro que igual que yo, mis canes están bien. Lógicamente, cuando recibo sus caricias en el pene y los testículos, siento mucho placer, tanto así que mis orgasmos son igual o más fuertes que los que tengo cuando me masturbo o en mis relaciones sexuales con mujeres. Actualmente no me siento culpable. Las sesiones de terapia, las confrontaciones que usted me ha hecho y lo que he leído me han ayudado mucho, más aún, actualmente ya ni me da vergüenza platicarlo, claro, aquí en terapia o con personas de amplio criterio”.

EL SÚPER HÉROE

Durante algún tiempo supuse que el caso documentado que enseguida te platicaré era excepcional o poco común. Sin embargo, con el paso de los años, tres colegas míos me han contado casos semejantes, por supuesto, con la imprescindible secrecía profesional que impone el anonimato de los consultantes.

Esta es la historia de Indalecio y Victoria, pareja conyugal durante 20 años. Ella es ama de casa y atiende una miscelánea en una colonia popular. Él es encargado del mantenimiento eléctrico en una empresa privada. Casi desde el propio inicio de su relación de pareja, dos años antes de casarse, descubrieron una suerte de ritual sexual que les ha conducido a senderos eróticos que les son muy satisfactorios. Indalecio solo puede excitarse cuando el ritual se lleva a cabo. Lo ha intentado de diversas formas, sin éxito. Victoria tendría otras maneras de erotización, pero se complace mucho en ser apasionada cómplice de su marido. El ritual es el siguiente: en algún momento de la noche, cuando el vecindario reposa, Indalecio se ha ataviado de súper héroe: porta mallas, camiseta estrecha, una vistosa capa con vivos rojos y una máscara de luchador especialmente confeccionada para él. El solo hecho de vestirse así lo empieza a excitar. Camina sigilosamente por el patio trasero de su

CAPÍTULO 8.

LA PSICOTERAPIA COMO MÉTODO GENERAL Y EN SEXOLOGÍA CLÍNICA

LA SEXOLOGÍA CLÍNICA ES PSICOTERAPIA

No niego la pertinencia de la llamada *medicina sexual* en el diagnóstico y tratamiento de múltiples problemas del área sexual, especialmente de la vida erótica (deseo, excitación, orgasmo, frecuencia y calidad de las relaciones, así como los fenómenos emocionales y sociales vinculados). Yo mismo practico medicina sexual cuando es lo que conviene a mis consultantes. No obstante, es importante no confundir lo afortunado de las intervenciones médicas en algunos casos de disfunciones eróticas, con la injustificable preeminencia de la excesiva medicalización de la vida sexual. Dos ejemplos de signo contrario: 1) yo mismo celebré en mi libro *La molécula que revoluciona la sexualidad* (2007) el surgimiento y disposición al público de los fármacos conocidos como inhibidores de la 5-fosfodiesterasa (primero Viagra, luego los demás). Afirmé en ese texto que dichos fármacos propician una *firmeza emocional* que incrementa la calidad del erotismo en pareja y que informada y razonadamente usados, contribuyen a forjar mejores amantes; 2) he criticado adversamente el empleo de fármacos antidepresivos y moduladores del talante que, como efecto secundario y pobre, alargan un poco el llamado período de meseta en la curva de la respuesta sexual, lo cual permite un pírrico éxito prolongando el tiempo en el que se produce

la eyaculación. Cuestioné que se anunciaran pomposamente estos fármacos como “el tratamiento de la eyaculación precoz”, por dos razones básicas: no favorecen el control voluntario de la eyaculación y porque este reflejo propio de la vida erótica puede ser afortunadamente modulado por métodos clásicos de terapia sexual, sin los efectos colaterales indeseables de tales medicamentos.

En terapia sexual los sexólogos a menudo empleamos métodos y experiencias (“técnicas”) de probadísima eficacia que en el contexto de un trabajo profesional de acompañamiento suelen tener magníficos resultados; un ejemplo es, desde luego, el tratamiento no medicamentoso de la eyaculación precoz y otras variadas disfunciones de la vida erótica.

PERTINENCIA DE LA PSICOTERAPIA EN SEXOLOGÍA

Lo que acabo de expresar, me conduce inevitablemente a conversar un poco sobre la psicoterapia, herramienta esencial en la sexología clínica. Aunque tradicionalmente se ve a la psicoterapia como un método aplicado a la atención de problemas psicológicos, enfermedades de la psique, tribulaciones emocionales o trastornos mentales, es válido decir que la psicoterapia también implica el acompañamiento profesional a personas que simplemente deseen conocerse, desarrollarse y tomar decisiones responsables. La psicoterapia *no es dar consejos*, sino un proceso *tú-yo* (Martin Buber *dixit*) en el que no existe el “yo” sin el “tú” o, dicho de otro modo, la relación con otra persona (incluyendo el vínculo psicoterapeuta-consultante) es constitutiva del propio ser. Martin Buber nos enseñó que las personas poseemos un significado más amplio que la mera reivindicación de la individualidad; en cualquier relación profesional de ayuda nos elaboramos y construimos recíprocamente. Además, el gran terapeuta Irvin D. Yalom, en uno

de sus textos más difundidos, *Psicoterapia existencial* (2015, p. 562) comenta que la persona que ejerce la psicoterapia entra en una *sincronización* al enfrentarse a conflictos vinculados con la muerte, la libertad o el aislamiento, *mentalizándose* con los motivos de consulta de la persona con quien interactúa. Nos dice Yalom: “El terapeuta debe ponerse en sintonía con el significado, pensar en el enfoque general y en la dirección de la vida del paciente”. En mi experiencia, esto es particularmente importante en la sexología clínica. No olvidemos que el profesional de la psicoterapia es un ser humano que escucha, interactúa, empatiza, confronta y apoya decisiones creativas.

Otro gran terapeuta, Louis Cozolino en su libro *Cómo ser un terapeuta* (2019), enfatiza el poder de saber escuchar, el contacto visual y los estilos de comunicación en nuestra psicoterapia. Descuella en su texto que la parte medular del trabajo terapéutico es la capacidad profesional de “centrarnos”, mantener la atención física y psicológica, así como la escucha profunda. La postura terapéutica deberá incluir una sabia combinación de “discreta tranquilidad” y atención acuciosa. En sexología clínica y psicoterapia sexual, ello es relevante, pues el consultante o paciente nos permite ingresar a su mundo íntimo y personalísimo.

UN ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

A mí, David Barrios Martínez, me gusta el modelo de Carl Rogers conocido como *Enfoque centrado en la persona*, aplicado a sexología clínica. Por supuesto que muchos autores contemporáneos han abonado distintas y riquísimas aportaciones al modelo de Rogers, entre estas menciono las de Claudio Naranjo, Gerard Egan, María Fonet, Irvin D. Yalom, Giorgio Nardone, Paul Watzlawick, Fina Sanz Ramón, Stanley Milgram y Robert Bolton, por citar unas cuantas.

Creo absolutamente que, tanto en psicoterapia general, como en psicoterapia sexual, el modelo estaría muy restringido y linda-ría con los enfoques neopatriarcales que desatienden la equidad de género, si no se les añade como un componente fundamental algunas de las perspectivas feministas, no necesariamente las hegemónicas u oficialistas. Actualmente es profusa la bibliografía y muy dinámico el activismo que propone enfoques terapéuticos equitativos o con perspectiva de género. Como textos de iniciación en estos rubros, me permito recomendar tres libros —no precisamente dirigidos a psicoterapeutas y sexólogos— que aportan elementos significativos al respecto: *Mosaico de género. Más allá del mito del cerebro masculino y femenino*, de Daphna Joel y Luba Vikhanski (2020), *Violencias de género. Las mentiras del patriarcado*, de Liliana Hendel (2017) y *La perspectiva de género*, de Daniel Cazés Menache (2005).

La primera publicación se refiere fundamentalmente a la refutación de que existen cerebros diferenciados entre mujeres y hombres y que, con base en aportaciones científicas contemporáneas, nuestros cerebros son una mezcla de rasgos convencionalmente considerados masculinos y femeninos. Aunque las investigaciones citadas en este texto requieren mayor profundización y contraste con otros trabajos que no avalan sus asertos, no deja de ser una lectura interesante. El libro propone la liberación de los estereotipos binarios como un modo creativo de desarrollarnos como personas y, sobre todo, sin inadmisibles inequidades.

La segunda nos habla de las refutaciones básicas de las ideologías neopatriarcales y la injusticia de su imposición. Plantea que en el contexto de los derechos humanos es menester la cancelación de los privilegios masculinos y la consecuente aceptación de la equidad con las mujeres. Esto desembocaría no solo en la igualdad social (que no igualdad biológica), sino también en la independencia emocional de las mujeres, lo cual contribuye —y mucho— al bienestar de las personas.