

Sexualidad Humana



MAESTRÍA EN CIENCIAS DE
LA EDUCACIÓN FAMILIAR

SEGUNDO SEMESTRE



TABLA DE CONTENIDOS

MENSAJE DE BIENVENIDA..... 6

OBJETIVOS..... 7

CRITERIOS DE EVALUACIÓN..... 8

FUENTES GENERALES..... 9

EJERCICIO DIAGNÓSTICO..... 12

La vida a través de las Neurociencias..... 13

INTRODUCCIÓN..... 14

ORGANIZADOR GRÁFICO..... 15

1. VISIÓN DE LAS NEUROCIENCIAS..... 16

2. LA VIDA..... 26

FORO..... 51

EJERCICIO..... 52

¿Qué nos hace la especie más exitosa sobre la tierra?..... 53

INTRODUCCIÓN..... 54

ORGANIZADOR GRÁFICO..... 55

1. NEURONAS ESPEJO Y EMPATÍA..... 56



TABLA DE CONTENIDOS

2. LOS VÍNCULOS Y LOS SISTEMAS DE
RECOMPENSA Y DE RESPUESTA AL ESTRÉS..... 63

3. NEUROPLASTICIDAD: UN CEREBRO CAPAZ DE
CAMBIARSE A SÍ MISMO..... 76

EJERCICIO..... 88

PRÁCTICA..... 89

El amor ¿es lo que creemos?..... 90

INTRODUCCIÓN..... 91

ORGANIZADOR GRÁFICO..... 92

1. EL AMOR, ¿ES LO QUE CREEMOS?..... 93

2. LA URDIMBRE, ENTRAMADO ORIGINALMENTE Y
AFECTIVO..... 103

3. EL IMPULSO DE FUSIÓN, ORIGEN DEL
AMOR..... 117

4. EL SISTEMA DE RECOMPENSAS Y EL
AMOR..... 131

EJERCICIO..... 134

¿Hombre o Mujer?..... 135

INTRODUCCIÓN..... 136



TABLA DE CONTENIDOS

ORGANIZADOR GRÁFICO..... 137

1. SEXO, DESARROLLO, ORIENTACIÓN,
PREFERENCIA E IDENTIDAD SEXUAL..... 138

2. MORFOLOGÍA SEXUAL: DESARROLLO SEXUAL
BIOLÓGICO..... 141

3. TRASTORNOS EN EL DESARROLLO
BIOPSIKOSEXUAL. ORIENTACIÓN SEXUAL..... 150

4. IDENTIDAD E IMAGEN CORPORAL
SEXUAL..... 156

5. ¿QUÉ ES LA PERSONA?..... 164

6. TRASTORNOS NEUROPLÁSTICOS EN LA
SEXUALIDAD Y EL AMOR..... 168

EJERCICIO..... 176

PRÁCTICA..... 177

Los excesos..... 178

INTRODUCCIÓN..... 179

ORGANIZADOR GRÁFICO..... 180

1. HIPERSEXUALIDAD..... 181

2. PLASTICIDAD SEXUAL, ADICCIONES Y
VIOLENCIA..... 193



TABLA DE CONTENIDOS

3. LA PORNOGRAFÍA Y LOS GUSTOS
ADQUIRIDOS..... 198

4. PLASTICIDAD SEXUAL Y AGRESIVIDAD,
VIOLENCIA Y SADOMASOQUISMO..... 212

EJERCICIO..... 219

Cuando la sexualidad agrede..... 220

INTRODUCCIÓN..... 221

ORGANIZADOR GRÁFICO..... 222

1. AGRESIÓN, VIOLENCIA, ABUSO SEXUAL Y
PEDERASTIA..... 223

1.1 AGRESIÓN Y VIOLENCIA DE GÉNERO; ABUSO Y
VIOLENCIA..... 224

1.2 ABUSO SEXUAL INFANTIL (PEDERASTIA) Y
EXPLOTACIÓN SEXUAL INFANTIL..... 233

1.3 EXPLOTACIÓN SEXUAL INFANTIL..... 239

RESUMEN..... 244

EJERCICIO..... 247

FORO..... 248

EVALUACIÓN FINAL..... 249



ORGANIZADOR GRÁFICO



LA VIDA A TRAVÉS DE LAS NEUROCIENCIAS



2. LOS VÍNCULOS Y LOS SISTEMAS DE RECOMPENSA Y DE RESPUESTA AL ESTRÉS

Desde siempre se ha considerado la relación padre-madre-hijo, y en especial, madre-hijo, como única y fundamental en la construcción de la vida y de la personalidad de los individuos; pero ahora es posible observar su importancia desde la conformación misma del cerebro de cada uno, y comprender su capacidad de influir y, en algunos casos, condicionar la vida, positiva o negativamente, en todos sus aspectos; esto es así por la naturaleza eminentemente social del ser humano:



Consecuentemente, sin embargo, problemas en el desarrollo del sistema de respuesta al estrés pueden interferir con el desarrollo del funcionamiento social y emocional –y viceversa-. La capacidad del cerebro de cambiar con la experiencia influye en la manera en que el infante percibe y responde al mundo. Las más tempranas y más fundamentales experiencias que conforman el cerebro son estas interacciones con las personas encargadas primariamente del cuidado del bebé. Sirven como “templador” que moldea las futuras respuestas al contacto humano (Szalavitz; Perry, 2010, p.16).





Coincide con ello Margot Sunderland (2007), psicoterapeuta infantil de Londres, cuando señala que, puesto que gran parte del desarrollo del cerebro infantil se da después del nacimiento, éste es muy susceptible de ser moldeado por su relación con sus padres. Se les denomina “fetos externos” a los bebés después del nacimiento dado que su cerebro no está totalmente preparado para enfrentar la vida fuera del vientre materno. Los bebés nacen con unos doscientos mil millones de células cerebrales pero con muy pocas conexiones entre las células del cerebro superior. Esas conexiones -en las que las relaciones con sus padres, sin duda, son esenciales- son las responsables del discernimiento que el niño haga de sus propias emociones. Las conexiones empiezan a establecerse rápidamente: el 90% del crecimiento del cerebro humano se da durante los primeros cinco años de vida. Esta actividad moldeadora del cerebro disminuye considerablemente a los siete años de edad, toda vez que a esa edad las células cerebrales han alcanzado mayor mielinización, lo que permite una mejor comunicación entre neuronas:



Todas las experiencias del niño con sus padres forjarán conexiones entre las células de su cerebro superior. El cerebro humano está diseñado de este modo para poder adaptarse al entorno específico en que vive. Esta adaptabilidad puede operar a favor del niño o en su contra. Si, por ejemplo, tiene un padre maltratador, empezará a adaptarse a un mundo abusivo, y en su cerebro se producirán todo tipo de cambios estructurales y químicos que pueden dar lugar a actitudes de hipervigilancia, mayor agresividad y miedo, o a un aumento de los impulsos de huida o lucha en la región reptil de su cerebro. (...) Con una crianza emocionalmente responsable, en su cerebro se establecerán conexiones vitales que les permitirán afrontar bien las tensiones de la vida adulta (p. 22).





90%
del crecimiento del
cerebro humano
se da durante los
primeros
5 años
de vida



El cerebro tiene la capacidad de **cambiar con la experiencia**.
El infante percibe y responde al mundo.

Las **conexiones** de las **células cerebrales** -en las que las relaciones con sus padres son esenciales- son las responsables del **discernimiento** que el niño haga **de sus propias emociones**.

A los bebés, después del nacimiento se les denomina **fetos externos** porque su cerebro necesita la **guía de sus padres** para enfrentar el mundo.

En relación a este punto, Elkhonon Goldberg (2002), especialista en el desarrollo de los lóbulos frontales en el hombre, señala que **la capacidad para el control volitivo no es innata sino que se va desarrollando poco a poco**. Esta capacidad es fundamental para lograr la madurez social. Alan Sgore, psiquiatra de California, también propone que la interacción temprana entre el niño y su madre es importante para el desarrollo normal de la corteza orbifrontal, en los primeros meses de vida. Además, menciona que las experiencias estresantes en este tiempo, pueden ocasionar un daño permanente en la corteza, propiciando que la persona padezca enfermedades psiquiátricas más adelante.



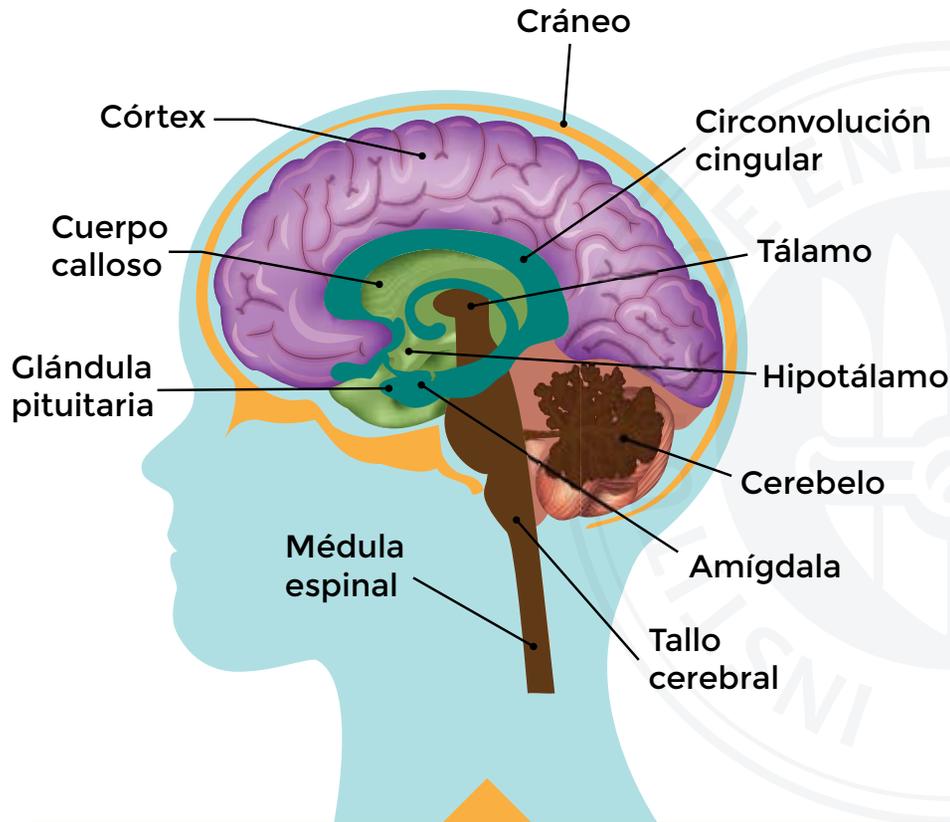


En lo más profundo del cerebro inferior existen varios sistemas emocionales genéticamente distintos, y su conocimiento es crucial para la buena crianza de los hijos. Son los sistemas de la ira, el miedo, la separación, la angustia, la búsqueda, el cuidado, el juego y la lujuria (que en los niños no está desarrollada). Eminentes neurocientíficos como el profesor Jaak Panskepp, han demostrado que estos sistemas y el comportamiento que los caracteriza existen en todos los mamíferos y se pueden activar con la estimulación de áreas específicas del cerebro inferior. Estos sistemas (...) están preparados al nacer para ayudar en la supervivencia del bebé. (...) Los bebés se ven continuamente abrumados por la activación de estos sistemas, porque su cerebro racional superior está muy poco despierto para ayudarles a pensar, razonar y calmarse. Con una crianza coherente en sus respuestas emocionales, los lóbulos frontales del niño empezarán a trazar caminos cerebrales esenciales que, con el tiempo, le permitirán calmar estos estados de alarma nacidos en su cerebro inferior.

Si el niño no recibe ayuda suficiente para controlar las intensas emociones y los impulsos primitivos de su cerebro inferior, puede que su cerebro no desarrolle las conexiones necesarias para dominar las situaciones estresantes. Su legado será no desarrollar la capacidad humana superior de la compasión ni la habilidad de reflexionar conscientemente en las propias emociones. Los escáneres cerebrales demuestran que muchos adultos de carácter violento siguen impulsados por los alcances ancestrales de ira/miedo y defensa/ataque, nacidos en las regiones mamíferas y reptil de su cerebro. Estos escáneres detectan muy poca actividad en las partes del cerebro superior encargadas de la regulación y modificación de los sentimientos de ira (Sunderland, 2007, p. 24-25).



LAS 3 ZONAS CEREBRALES



EL CEREBRO MODERNO

La estructura osea coloreada en amarillo que envuelve totalmente el cerebro, llamada comúnmente cráneo, muestra el córtex y lóbulos frontales (morado), el sistema límbico (verde) y el tallo cerebral y cerebelo (café).

EL CEREBRO RACIONAL

Es el cerebro superior, también conocido como “lóbulos frontales” o neocórtex. En términos evolucionistas, es la parte más reciente del cerebro, que equivale al 85% de la masa cerebral total y envuelve las más antiguas. Es en los lóbulos frontales del cerebro infantil donde la crianza de comunicación afectiva ejerce un impacto positivo.

Sus funciones y capacidades incluyen:

- la creatividad y la imaginación
- la capacidad de resolver problemas
- el razonamiento y la reflexión
- la conciencia de sí mismo
- la bondad, la empatía y la compasión

Esta parte del cerebro ha producido los mayores logros del ser humano pero, si se ve aislada de los sistemas de emotividad social del cerebro mamífero, será responsable de atrocidades.

EL CEREBRO MAMÍFERO

También denominado cerebro emocional, cerebro inferior o sistema límbico. Consta de cuerpo caloso, circunvolución singular, hipotálamo, amígdala y glándula pituitaria. Esta región tiene prácticamente los mismos sistemas químicos y la misma estructura que las demás especies mamíferas, como los chimpancés. Desencadena emociones fuertes, que el cerebro racional ha de poder dominar. También ayuda a controlar los impulsos primitivos de huida o lucha. Esta parte del cerebro activa:

- la ira
- el miedo
- la angustia de la separación
- el cuidado y la crianza
- las relaciones sociales
- el juego
- el impulso explotador
- la lujuria en los adultos





EL CEREBRO REPTIL

Es la parte más profunda y antigua del cerebro humano, apenas modificada por la evolución. Consta de cerebelo, tálamo y tallo cerebral. Los seres humanos compartimos esta parte del cerebro con todos los demás vertebrados. El cerebro reptil activa comportamientos instintivos relacionados con la supervivencia y controla funciones corporales esenciales para la vida, que incluyen:

- el hambre
- la digestión y eliminación del alimento
- la respiración
- la circulación
- la temperatura corporal
- el movimiento, las posturas y el equilibrio
- los instintos territoriales
- el instinto de huida o lucha



En palabras de Goldberg (2001), “es una propuesta alucinante”, pues estas afirmaciones proponen que las interacciones sociales tempranas ayudan a conformar el cerebro:



Los científicos han sabido desde hace años que la estimulación sensorial temprana promueve el desarrollo de la corteza visual en los lóbulos occipitales, y la privación sensorial en el comienzo de la vida retarda su desarrollo. ¿Es posible que la estimulación social sea al desarrollo de la corteza frontal lo que la estimulación visual es al desarrollo de la corteza occipital? Una respuesta rigurosa a esta pregunta puede ser difícil de obtener en el caso de los seres humanos, pero se presta a un modelo animal muy sencillo. Aparte del papel de la interacción social temprana, me gustaría ver abordada otra cuestión: ¿existe una relación entre el orden ambiental (opuesto al ambiente caótico) y la maduración de los lóbulos frontales? Dado el papel de los lóbulos frontales en la organización temporal de la cognición, una exposición temprana a ambientes temporalmente ordenados puede mostrarse crucial para que se desarrolle este papel (p. 192).



Por otra parte, G. Frazzetto (2014), al describir la plasticidad del cerebro, afirma que el conjunto de experiencias como el miedo, el sentimiento de desamparo o de horror ante amenazas, es un síntoma clave del desorden de estrés post-traumático (PTSD). Quienes lo padecen tienen la constante sensación de amenaza, que se mantiene aun cuando ya haya pasado el peligro. En algunas personas queda plasmada esta huella ante un acontecimiento traumático y en otras no, lo que se explica por varios factores:



Algunos se encuentran enraizados en nuestras historias personales pasadas. Nuestra tendencia a expresar ansiedad en la adultez es la irrupción de mecanismos desarrollados en las etapas formativas críticas de nuestra vida. Tales mecanismos dependen fuertemente del tipo de entorno que experimentamos. Pero también hay, por supuesto, factores biológicos que, en combinación con el entorno, diferencian nuestras disposiciones y reacciones al mundo externo. (...) El efecto acumulado de experiencias pasadas y la disposición biológica hace a las personas más o menos resilientes a la adversidad (p. 101).

Gracias a nuestros autores anteriores, Maia Szalavitz y Bruce D. Perry (2010), sabemos que ésta es una razón por la que la empatía es tan importante, dado que desde que nacemos necesitamos que otras personas nos ayuden a manejar el estrés. Para el adecuado desarrollo de nuestro cerebro, necesitamos de experiencia social, que influye determinadamente en la manera en que manejamos el estrés: “Estas conexiones están inscritas en la arquitectura de nuestro sistema nervioso. (...) **El amor hace crecer al cerebro**” (p. 16).

Como señalan enseguida estos autores, la experiencia de la empatía desde el comienzo de la vida permite al bebé disfrutar de una mejor salud, mientras que lo contrario, puede conducir incluso a la muerte por rechazo y aislamiento. El hecho de que el estrés está regulado por sistemas sociales, hace que la empatía sea clave para la supervivencia de la humanidad, ya que tiene grandes implicaciones en la medicina, la política, los negocios, la economía, etcétera.

La relación especial de la madre con su hijo es el modelo para el resto de “la maquinaria relacional en movimiento” del niño (Szalavitz y Perry, 2010).



El sistema de respuesta al estrés está íntimamente asociado al sistema de recompensas del cerebro: en primer lugar, involucra a la **dopamina**, que se relaciona con **el sentido del deseo y querer**, lo que impulsa a la madre hacia el hijo, tal como el impulso que sienten los adictos hacia las drogas, mismo que es una exageración de este mismo mecanismo para formar lazos. En segundo lugar, intervienen unos pequeños neurotransmisores de proteína, llamados “endorfinas” o “enkefalinas” que son opioides endógenos. Son los **responsables de producir el placer, la relajación y el gusto** que sienten la madre y el bebé al estar juntos. Por ello, las acciones nutritivas de la mamá son placenteras y producen calma (Szalavitz y Perry, 2010).

La forma que tiene la biología para asegurarse de que nos contactemos con los otros es precisamente la producción de estos químicos y el placer que producen. La madre se relaja al ser activado su sistema de respuesta de estrés por sus neuronas espejo, al ver a su hijo relajado y lo mismo le pasa al bebé: “El afecto intenso es saludable, así como la interdependencia que genera entre las personas” (Szalavitz y Perry, 2010).



El bebé asocia los indicadores de bienestar con su madre y su padre, y otras personas que no atienden; y es capaz de identificar también las amenazas a su bienestar, por medio de las mismas relaciones. Así, la empatía se desarrolla de manera natural, aunque no automáticamente, sino sólo bajo circunstancias específicas.



En efecto, nacimos para el amor pero cuando nacemos no somos completamente amorosos. El cerebro de los bebés es muy vulnerable y moldeable, más de lo que será toda su vida ya fuera de la madre. Nuestra biología nos dota con ciertos dones en potencia que no son una garantía. Como los demás potenciales humanos, la empatía y el amor necesitan de experiencias específicas para su desarrollo. Estas experiencias estarán influidas por cambios en el tiempo, en la naturaleza, etcétera, que ayudan a determinar **qué genes se activarán y cuáles no desarrollarán todo su potencial** (Szalavitz y Perry, 2010).

Ahora bien, ya antes mencionamos, en la expresión de Damasio, cómo la cultura ha llegado a ser “una fuente de presión evolutiva” mucho más veloz que la fuente biológica. La cultura no cambia nada más nuestras costumbres o nuestra forma de vivir, la cultura cambia con ello nuestra **forma de vida**, es decir, nuestra **forma de ser**; cambia la conformación de nuestro cerebro, que es el regulador de la biología y de la psicología de la persona. La cultura impulsa el desarrollo de ciertas áreas y ciertas redes neurales, que permiten y determinan las actividades del individuo, y esto, a su vez, repercute en la cultura, **“para mejor o para peor”**-en términos de Damasio-, tanto de los individuos como de la especie, pues como hemos comprobado, **el destino del individuo está íntimamente ligado al de su especie.**



Sobre este tema y sobre el presente y futuro de la cultura y de la especie, Maia Szalavitz y Bruce D.Perry (2010) expresan:



Los seres humanos hemos pasado la mayor parte de los últimos 150,000 años viviendo en grupos multifamiliares y multigeneracionales. Estas tribus relativamente pequeñas se caracterizan por ricas interacciones humanas que no están presentes en las sociedades occidentales desarrolladas. En estos clanes, la proporción de individuos adultos y niños pequeños era de 4:1. Es decir, que había 4 adultos que cuidaban a cada pequeño. Padres, hermanos, tíos, primos mayores, tías y otros parientes rodeaban a los niños –y todos lo educaban, disciplinaban, lo alimentaban y enriquecían. Dos padres, pero muchos cuidadores. **Ese entorno social enriquecido es lo que nuestro cerebro espera.**

En nuestra era moderna, sin embargo, el medio relacional ha colapsado. En 1850, el hogar promedio en el Oeste era de 6 personas - ¡ahora es de 3 o menos! Toda una cuarta parte de los americanos vive completamente sola. Horas y horas de televisión, proporciones educativas de 1:30 en los salones de escuela, familias móviles, comunidades transitorias, familias nucleares, familias rotas- todo ha contribuido a la **reducción en el número y en la calidad de las relaciones disponibles para los niños pequeños**, en la edad en que sus necesidades relacionales son más altas. ¡En efecto, ahora consideramos que una proporción de 1 cuidador de día por cada 5 niños es adecuada! Esto es la vigésima parte de la riqueza relacional de un grupo “natural” de cazadores-recolectores. ¿Cómo cambia esto nuestras conexiones entre unos y otros? ¿Cuáles son las implicaciones para la capacidad de nuestra cultura de proporcionar cuidados? Aunque nuestros niños han nacido para el amor, ¿les estamos dando lo que necesitan para desarrollar plenamente ese potencial? (p. 6).



Lo que hace que una sociedad funcione –la confianza, el altruismo, la colaboración, el amor, la caridad- son posibles por la empatía. De manera contraria, la mayor parte de los problemas sociales se dan por una falta de empatía; problemas como la violencia, el crimen, el abuso infantil o la disparidad... Así, se puede llegar a alcanzar gran cambio social con tan solo fomentar esta capacidad de nuestro cerebro. Si no la comprendemos y cultivamos, podemos generar sociedades destructivas y violentas, en las que nadie querría vivir. De hecho, se han dado estas culturas destructivas en distintos momentos de la historia y en diversas partes del mundo y, en nuestra cultura actual; desafortunadamente, no hemos tomado consciencia de ello, como se evidencia las actuales corrientes de crianza, educación, desigualdad económica y deficiencia de otros valores fundamentales (Szalavitz y Perry, 2010).

En 1944, John Bowlby, un científico británico, mediante un estudio titulado “Cuarenta y cuatro ladrones juveniles” realizado con un grupo de jóvenes delincuentes –muchos de los cuales fueron abandonados en su infancia-, demostró que estos jóvenes desarrollaban otras estrategias –distintas al afecto que reprimían- para enfrentar el abandono que habían sufrido y que seguía atormentándoles. Bowlby advirtió que lo que más necesitan los niños es seguridad y exploración. Estos dos se relacionan ya que, cuanto más seguro se siente un niño –al sentirse amado por sus cuidadores-, más capaz será de explorar el mundo que les rodea, cuidando de sí mismo. Bowlby, al igual que los científicos que hemos estudiado, también afirmaba la gran importancia de la relación del niño con su madre o principal cuidador: éste tiene una gran influencia sobre la percepción que tiene el niño del mundo y de sí mismo, puesto que nuestra percepción está organizada por nuestros modelos inconscientes (Brooks, 2012).



Hemos visto hasta ahora que sobrevivir y reproducirse son fundamentales pulsiones biológicas. La supervivencia en lo individual y la supervivencia como especie están posibilitadas desde los mismos sistemas reguladores de estrés y de recompensa, profundamente inscritos en nuestra biología. El hecho de llegar a la existencia teniendo como origen un padre y una madre es la manera genética de asegurar nuestra supervivencia, tanto individual como para la continuidad de nuestra especie, que es eminentemente social. Nuestra genética individual está conformada por las dos vertientes: paterna y materna. Cada hijo forma una tríada biológica con sus progenitores de modo indeleble, que queda inscrita en su ADN, tal como lo está también su propio sexo.

En efecto, llegamos a la vida con un equipamiento genético-biológico determinado desde el principio, que hace de cada individuo un hombre o una mujer. En él está inscrita la identidad y la naturaleza humana de cada uno. El individuo la recibe en la misma forma en que le son dadas todas las demás estructuras básicas de su biología, tales como la estructura ósea, la estructura muscular, la neural, el color de los ojos, la piel, el cabello, etc., todas ellas suficientes para arrancar en el encuentro con el mundo. A partir de entonces, el desarrollo individual se ve conformado y afectado por el conjunto de experiencias, de relaciones y de actividades que se van desarrollando a lo largo de la vida.

