



INSTRUCCIONES PARA EL PLACER: TENER UN CUERPO

César Galicia

La única condición para sentir placer sexual es tener un cuerpo. Parece algo obvio de señalar, pero para algunas personas no lo es: en nuestra visión patriarcal y colonial de los cuerpos existe la creencia de que algunos de ellos *merecen* ciertas cosas que los otros no: cuerpos blancos, delgados, masculinos; cuerpos “funcionales” al capitalismo, nombrados así desde el propio sistema que los valora, entre otras cosas, por su capacidad productiva. Esos cuerpos son deseables, amables (dignos de ser amados), reconocibles, sexualizables; los *distintos* frente a la mirada hegemónica de lo que idealmente debería ser un cuerpo, no lo son.

La sexualidad de las personas con discapacidad —que nace de su cuerpo como nacen todas las sexualidades del mundo— se niega, reduce, fetichiza, limita y/o prohíbe como consecuencia de la mirada discriminatoria que existe hacia estas personas. Y, de tal modo, los cuerpos con cualquier tipo de discapacidad se construyen como indeseables, incapaces de ser amados, irreconocibles, no sexualizables. Cuerpos que no deberían tener acceso —o un acceso limitado— al placer y a la educación sexual.

Ésta es la visión capacitista de la sexualidad,¹ que constituye, a su vez, una forma de discriminación. Y, como todas las miradas discriminato-

¹ Como persona que vive sin discapacidad (al momento), es esta mirada la primera que tuve para entender al mundo; como sexólogo, ha estado presente en los estudios en los que me formé y en el trabajo que he realizado. Reconozco este lugar privilegiado de enunciación y escribo este texto porque la profesión que ejerzo, los pacientes con los que me he encontrado y las personas con las que he dialogado me han hecho entender que es una mirada que urge sustituir.

rias, está formada por un compendio de mitos que necesitan de varios recursos para validarse. Tomemos como ejemplo la infantilización; es decir, percibir y tratar a una persona adulta como si fuera un niño o una niña debido a que se le atribuyen características asociadas a la infancia: el desamparo, la falta de agencia, la incapacidad de tomar decisiones propias. La infantilización de una persona adulta es una forma de deshumanización. En *The Ultimate Guide to Sex and Disability*, los autores Miriam Kaufman, Cory Silverberg y Fran Odette escriben:

Puede que tengas sesenta años de experiencia de vida, con el cuerpo, el cerebro, el temperamento y la libido de un adulto, pero si no puedes alimentarte a ti mismo, o necesitas ayuda para

limpiar tu culo, o para entrar y salir de un auto, eres considerado un niño. De esta manera, niegan nuestras sexualidades.

En el mismo libro, los autores hacen un recuento de catorce mitos que afectan negativamente a la sexualidad de las personas con discapacidad; por ejemplo: que no pueden ser deseables (sí pueden serlo), que no pueden tener sexo "real" (que viene de la masculina y heterosexual creencia de que el único sexo válido es el coital-vaginal), que tienen cosas más importantes en qué pensar que el sexo (¿quién soy yo para determinar lo que es primordial para el deseo del otro?), etcétera. En cierto modo, todas estas creencias sirven para establecer un "yo" y un "ellos", alimentando la falsa idea de que las personas que no vivimos



Fotograma de Antonio Centeno y Raúl de la Morena, *Yes, We Fuck!*, 2015

con alguna discapacidad permaneceremos así el resto de nuestras vidas, lo que permite validar e ignorar la discriminación que ejercemos.

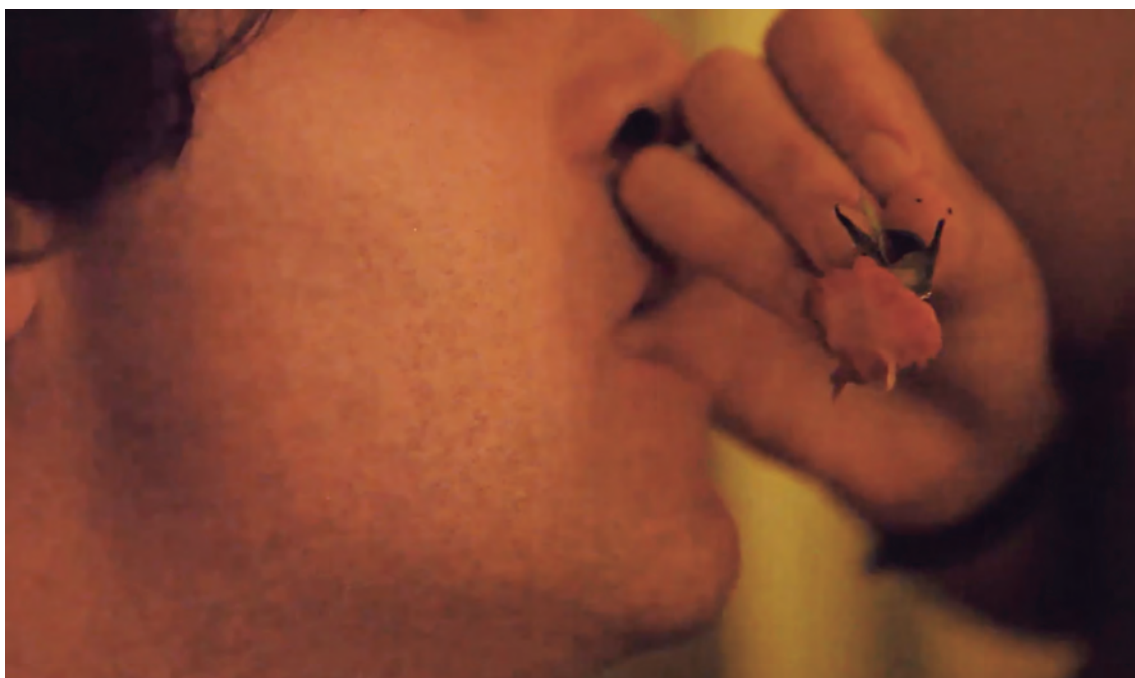
Un mito más, que en el libro no mencionan pero que me parece relevante, es la creencia de que la sexualidad de todas las personas con discapacidad se puede homologar. No es lo mismo vivir con el dolor crónico de una discapacidad “invisible”, como la fibromialgia, que con el de la vulvodinia;² no es lo mismo depender de una silla de ruedas por una lesión en la columna que por una enfermedad neurodegenerativa; no es lo mismo la sexualidad de una persona con trisomía 21 al de una persona que padeció hipoxia al momento de nacer, aunque ambas tengan discapacidad cogniti-

va. Es decir: todas las personas con discapacidad tendrán necesidades particulares que deberán ser consideradas según su individualidad y su deseo.

Allí radica la importancia de propuestas como la asistencia sexual, que busca partir del reconocimiento de las necesidades específicas de cada persona con discapacidad para crear, a partir de eso, una experiencia erótica o de acompañamiento íntimo que lo mismo sea placentera que pedagógica.³ ¿Por qué pedagógica? Porque no todas las personas tienen la misma capacidad para acceder a los placeres del cuerpo y, por lo tanto, muchos recursos disponibles de educación sexual, dirigidos en su mayoría a personas sin discapacidad, puede que no les sean funcionales. Por poner

² Bilingual Vulvodynia Awareness. Disponible en <https://www.instagram.com/peacewithpain/>

³ Más información disponible en <https://asistenciasexual.org/>



Fotograma de Antonio Centeno y Raúl de la Morena, *Yes, We Fuck!*, 2015

El cuerpo es nuestra principal frontera con el mundo [...] y la capacidad de sentir placer es un acto de agencia y autoafirmación.

un ejemplo: exclamar “¡Viva la masturbación genital!” y producir textos y videos al respecto puede que no sea algo particularmente útil para una persona que, por dolor crónico, dificultad de movilidad, falta de un miembro o cualquier otra razón, no pueda tocar sus genitales. La educación sexual tendría que considerar también estas realidades y ahí los educadores sexuales tenemos (y remarco la primera persona: yo también he reproducido este sesgo) una gigantesca deuda pendiente.

Acaso la mitificación de la sexualidad de las personas con discapacidad llegue a su punto máximo con quienes viven con algún tipo de discapacidad cognitiva, a los que no sólo infantilizamos sino que además colocamos en una posición de bondad e inocencia innata e irrevocable, incapaces de sentir o desear las “impurezas” del sexo: ángeles en la Tierra. “Pero, ¿acaso un ángel requiere educación sexual?”, se pregunta con sarcasmo la abogada Aranza Bello en un ensayo sobre la sexualidad de su hermano con trisomía 21, haciendo eco de las voces que consideran que las personas con discapacidad cognitiva no deberían recibir información sobre su propia vida sexual.⁴

Si el cuerpo es nuestra principal frontera con el mundo, el reconocimiento de la sexualidad propia y la capacidad de sentir placer es un acto de agencia y autoafirmación. Al construir ciertas identidades como no meritorias de soberanía dentro de esas fronteras, no sólo se limita la comprensión de su dimensión sexual y su derecho de nacimiento a sentir placer en el cuerpo por el simple hecho de tener un cuerpo, sino que también se les expone a

múltiples violencias. Se piensa que los niños con una discapacidad son 2.9 veces más propensos a sufrir violencia sexual (4.6 veces si su discapacidad es cognitiva),⁵ mientras que algunas estadísticas estiman que 90 por ciento de las personas con discapacidad sufrirán abuso sexual en algún momento de sus vidas;⁶ alrededor de la mitad sufrirán más de diez incidentes. No es coincidencia que mientras más se niegue la posibilidad a determinada población de reconocerse como seres sexuados se les dejará más vulnerables ante la violencia sexual.

En México el marco legal e institucional es insuficiente para atender esta violencia y no dejarla impune. Por poner un ejemplo: aunque nuestro país firmó la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad,⁷ que en su artículo 6, sobre las mujeres con discapacidad, expresa que

Los Estados Partes tomarán todas las medidas pertinentes para asegurar el pleno desarrollo, adelanto y potenciación de la mujer, con el propósito de garantizarle el ejercicio y goce de los derechos humanos y las libertades fundamentales establecidos en la presente Convención,

aquí no existe ningún programa o iniciativa gubernamental dirigido a atender a mujeres con discapacidad que hayan sido víctimas de

⁴ Aranza Bello, “La sexualidad en los márgenes”, Disponible en <https://www.revistadelainiversidad.mx/articles/b941e2c3-6104-4ef5-9235-1e459ce3e318/la-sexualidad-en-los-margenes>

⁵ Estos datos se pueden consultar en <https://www.who.int/disabilities/violence/en/>

⁶ D. Valenti-Hein y L. D. Schwartz, “Sexual Abuse Interview for those With Developmental Disabilities”, *NCJRS*, 1995, núm. 153917. Disponible en <https://www.ncjrs.gov/App/Publications/abstract.aspx?ID=153917>

⁷ Disponible en <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

violencia sexual.⁸ Todo eso a pesar de que el Fondo de Población de las Naciones Unidas ha estimado que las niñas y mujeres jóvenes con discapacidades enfrentan hasta diez veces más violencia de género que aquellas sin discapacidades, así como que las niñas con discapacidad cognitiva son más vulnerables a la violencia sexual.⁹

¿Cómo sería una mirada no capacitista de la sexualidad? Un ejemplo se puede ver en el documental español *Yes, We fuck!* (2015, dirigido por Antonio Centeno y Raúl de la Morena).¹⁰ En una de las escenas iniciales, un grupo de gente entra a un cuarto iluminado con tonos rojos. Existen personas con diversas expresiones de discapacidad y otras que no, o al menos no de manera evidente. Las segundas asisten a las primeras para encontrar posiciones en donde estén cómodas: algunas están acostadas en el suelo, otras sentadas en una silla. Inicia la actividad por la que entraron al cuarto. Todas respiran. De repente comienzan a tocarse entre ellas. Al cabo de un tiempo se quitan la ropa. Se siguen tocando. Se dan nalgadas, se hacen cosquillas, restriegan sus cuerpos: cuerpos que importan. La escena recuerda a una danza o a una orgía: un festín de cuerpos gozando a través de esa acción de reconocimiento de la otredad que es el tacto sensual y consensuado.

Pienso que la potencia de la escena viene de tres actos de reconocimiento: el primero, el de la sexualidad inherente de las personas con discapacidad; el segundo, el de las nece-

sidades y deseos individuales de cada una de ellas; el tercero, el de la posibilidad de coexistencia de las sexualidades y placeres de todos los cuerpos y todas las identidades, sin importar su corporalidad, sus capacidades o su aparente "funcionalidad".

Una mirada no capacitista sobre la sexualidad involucraría considerar la individualidad de cada persona y cada cuerpo para co-construir, desde ahí, recursos que le puedan servir a cada quien para tener una vida sexual plena y saludable. Hacerlo implica continuar demoliendo mitos, no sólo sobre la discapacidad sino también de la sexualidad y el placer en general: a la creencia de que sólo los genitales sienten placer habría que presentar la evidencia de que hay personas que tienen orgasmos a través de la respiración,¹¹ o de que personas que han sufrido daños a su columna vertebral, limitando o eliminando la sensibilidad en los genitales, la desarrollan de manera exacerbada y placentera en otras partes del cuerpo, como las orejas, el cuello o los pezones.¹² Ante la creencia de que la pasión debería ser espontánea, habría que aclarar que existen personas que por sus necesidades específicas tendrán que planificar sus encuentros sexuales y realizarlos en ambientes controlados; y que, lejos de matar la pasión, la planeación puede incrementarla si se erotiza y se convierte en un juego de pareja (algo que, por poner un ejemplo, saben muy bien las personas que practican BDSM o que asisten a clubs *swingers*).

⁸ Priscila Hernández Flores, "Mujeres con discapacidad y violencia sexual. Un problema invisibilizado", *Nexos*, 7 de marzo de 2018. Disponible en <https://discapacidades.nexos.com.mx/?p=219>

⁹ Más información disponible en <https://www.unfpa.org/es/news/cinco-cosas-que-no-sab%C3%ADas-sobre-la-discapacidad-y-la-violencia-sexual>

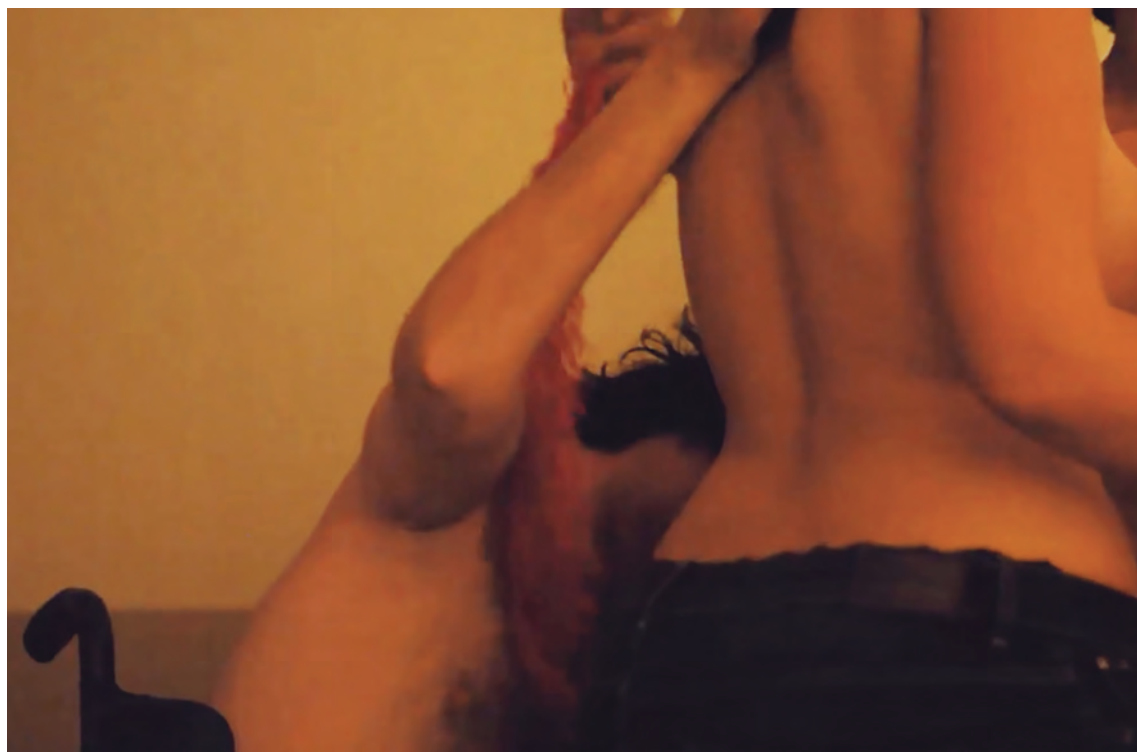
¹⁰ Disponible en <https://vimeo.com/yeswefuck>

¹¹ Suzie Heumann, "Enlightened Sex: Women's Tantric Breathing And Orgasm", *Huffpost*, 6 de diciembre de 2017. Disponible en <https://bit.ly/34f4lkE>

¹² Marika J. Hess y Sigmund Hough, "Impact of spinal cord injury on sexuality: Broad-based clinical practice intervention and practical application", *J Spinal Cord Med*, julio de 2012, vol. 35, núm. 4, pp. 212-219. Disponible en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3425877/>

A la creencia de que sólo deberíamos de relacionarnos con nuestros iguales podríamos contraponer la pregunta de cómo es que construimos a aquel sujeto al que consideramos nuestro igual y a quiénes, con ello, estamos dejando fuera, expuestos a distintas formas de deshumanización. A la creencia de que los expertosTM somos los únicos habilitados para hablar de la sexualidad humana habríamos de recordarle que la sexualidad es de quien la vive, y que nuestra percepción y descripción del mundo (por ejemplo, en este texto) siempre será limitada y limitante si no escuchamos desde un lugar de igualdad a aquellos que no entran en las nociones hegemónicas y discriminatorias de lo que debe ser una persona.

Y si no adquirimos nuevas perspectivas, si no entablamos un diálogo que permita expandir las nociones generales de lo que es deseable o erótico, estaremos perdidos. Una comprensión más amplia y menos normativa de la sexualidad nos conviene a todas y todos, pues nos permite imaginar nuevas formas de sentir placer. Desde la demolición de los mitos del sexo normativo quizás podríamos construir una nueva mirada de la sexualidad: una donde quepan todos los cuerpos y todas las identidades con sus necesidades específicas y deseos particulares, y que nos haría comprender un hecho que, por lo demás, debería ser bastante obvio: tener un cuerpo sexuado con la posibilidad de sentir placer nos iguala a todas las personas en la Tierra. **U**



Fotograma de Antonio Centeno y Raúl de la Morena, *Yes, We Fuck!*, 2015