



[Portada](#)

[Galerías de Fotos*](#)

[Mi país*](#)

[Mapa del sitio*](#)

[5 Héroe*s*](#)

[Contáctanos*](#)

[Amigos*](#)

[¿Quiénes somos?](#)



[Vida Estudiantil](#)
[Sexualidad y Salud](#)
[Deporte](#)
[Así Somos](#)
[Arte](#)
[Ciencia y Tecnología](#)
[Tiempo Libre](#)
[Humor](#)
[Moda](#)
[Tus canciones](#)
[Por el mundo](#)
[Rollo Joven](#)



[Jornada internacional por la liberación de los Cinco](#)



[IX Congreso de la UJC](#)



La información puede llegarte desde cualquier fuente y no siempre tiene que ser cierta.



Líos, errores, mitos y creencias en la sexualidad

Por [IWC](#)



La pareja debe conocer plenamente los aspectos esenciales de la sexualidad, para evitar frustraciones o equivocaciones.
(Tomada de www.animextreme.cl)

Una mentira repetida cientos de veces puede ser confundida con una verdad. Algo similar ocurre con ciertos mitos y creencias que, basados desde posiciones erróneas o concepciones equivocadas y transmitidas a través de generaciones, o simplemente aceptadas por muchos, nos hacen equivocarnos respecto a muchos aspectos de nuestra sexualidad y que, por desconocimiento, nos llevan a tomar decisiones que en la mayoría de los casos implican consecuencias inesperadas y frustraciones.

Edición de papel



[Editora Abril](#)
[Pionero](#)
[Zunzún](#)
[Juventud Técnica](#)
[Alma Máter](#)
[Caimán Barbudo](#)

Fórmulas para evitar el embarazo

Tan originales como disparatadas suelen ser unas cuantas ideas que transmitidas entre los jóvenes, o algunos no tan jóvenes, aseguran que evitarás el embarazo.

Posiblemente hayas escuchado que:

- No puedes quedar embarazada la primera vez.
- Evitas el embarazo si luego de tener contacto sexual te lavas los genitales.
- Si lo haces en el mar o en una piscina no hay riesgo de embarazo.
- Tampoco ocurrirá si lo haces de pie.

Naturalmente, todos estos "trucos" son falsos. Puedes quedar embarazada desde la primera relación sexual con penetración: basta un óvulo maduro y un espermatozoide "dispuesto" para que el contador marche a andar; lavarse, lamentablemente, no sirve más que como elemento higiénico y nunca como anticonceptivo; hacerlo de pie solo ayuda en cuestión de gustos, pues existe la misma posibilidad de fecundación parado que acostado. Y, por último, el contacto sexual en el mar o en una piscina no impide quedar embarazada: el agua es más amiga que enemiga de óvulos y espermatozoides.

Sobre aquello que puede producir un embarazo y lo que no

Quizá hayas escuchado que existe la posibilidad de quedar embarazada practicando el sexo oral, sobre todo si te tragas el semen. ¡Totalmente falso! El sexo oral puede resultar más o menos apetecible o placentero, pero resulta indiscutible que no produce riesgo de embarazo, porque no hay ninguna conexión entre el estómago y el útero, al cual solo se accede por la vagina, lo que descarta también la posibilidad de quedar encinta practicando sexo anal. Son solo mitos nacidos del desconocimiento.

Lo cierto es que el sexo oral suele constituir una vía de transmisión del VIH/SIDA y de otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS). Recuérdalo.

Otro rumor muy común descansa en la posibilidad de embarazo sin penetración, algo poco probable, aunque no imposible si se eyacula el semen cerca de la entrada de la vagina.

Acerca de los anticonceptivos Las píldoras

Sobre los efectos de las pastillas y, en general, los anticonceptivos hormonales, se cuentan muchísimas historias: que engordan mucho, que tienen efectos

secundarios perjudiciales, que al utilizarlos disminuyen el deseo sexual, que provocan esterilidad.

En todo lo anterior hay parte de realidad y parte de ficción. Es verdad que la anticoncepción hormonal puede traer algunos trastornos, en dependencia de la persona que las emplee, sobre todo sin prescripción médica, pero también existe un sinnúmero de creencias completamente falsas sobre este método anticonceptivo, como son las siguientes:

El deseo sexual puede manifestarse con la misma intensidad en el hombre que en la mujer.
(Tomada de www.abc.es)

- No es efectiva al comienzo y en la semana de descanso.
- Hay que descansar después de un tiempo tomando anticoncepción hormonal.
- Hay que estar un tiempo sin anticoncepción hormonal antes de buscar un embarazo.
- Provoca malformaciones fetales.
- Aumenta la fertilidad y la posibilidad de embarazos gemelares.
- Provoca aumento de peso y várices.
- Cada mujer tiene indicada una píldora específica.
- Es necesario hacerse análisis para comenzar con la anticoncepción hormonal.

Nada de esto está avalado científicamente. Si realmente quieres saber cuáles son los verdaderos efectos secundarios de la anticoncepción hormonal, solo tienes que consultar el prospecto dedicado a cada tipo específico.

Sobre el preservativo

"El [condón](#) acaba con la pasión". Estoy seguro que más de una vez has escuchado esta afirmación que, hay para ser honestos, puede tener algo de razón, pero no por el condón en sí, sino por la creatividad del momento de usarlo.

Veamos: ponerse el preservativo tiende a romper el curso normal de la relación sexual, pero también puede convertirse, si se le echa imaginación, en parte del juego sexual: por ejemplo, si se pone entre los dos, o si al muchacho se lo pone su pareja. Son pequeñas variaciones que estimularían el empleo.

"Con el preservativo no se siente nada". Otro pensamiento muy de moda. El condón está hecho de una capa de látex muy fina y sí, se pierde algo de sensibilidad pero no tanta como para alarmarse. Además, las ventajas que ofrece (prevención del SIDA y otras ITS, unido a la eficaz protección contra embarazos no deseados) compensan con creces este detalle.

El tema de la tan llevada virginidad

Normalmente se entiende que alguien es virgen cuando no ha realizado nunca el coito, es decir, la relación sexual con penetración. Pero esta idea puede traer confusiones, e incluso desplomarse cuando nos hacemos las siguientes preguntas: "¿Es virgen quien ha mantenido prácticas sexuales como el sexo oral o anal, por ejemplo, pero no el coito?", o "¿Las lesbianas que nunca han tenido una relación con penetración, son siempre vírgenes?"

Definitivamente, es un tema de mera definición.

Por otra parte, se dice que la virginidad exige que el himen esté intacto. Según lo anterior, el fenómeno es sólo cosa de chicas. Entonces ¿nosotros los chicos nunca fuimos vírgenes? E incluso respecto de las damas, pueden surgir ciertas confusiones: si una muchacha tiene el himen ya un poco desgarrado por el borde, aunque no haya tenido ninguna relación sexual por un golpe, o por ir en bici, por ejemplo (aunque no es corriente, tampoco es imposible), entonces, ¿ya no es virgen?

Estos conceptos de virginidad se basan en el presupuesto de que la relación sexual tiene que implicar necesariamente la penetración y en la creencia de que la persona (en el caso de las féminas) posee más valor si carece de experiencia sexual.

Por fortuna, la mentalidad está cambiando. Hoy se le da menos importancia que antes al estereotipo de la virginidad. Lo verdaderamente valedero es que la persona disfrute de su sexualidad, y realice en cada momento las prácticas que desee, con quien lo desee y tomando siempre precauciones para no sufrir.

Sobre la primera vez

Inexperiencia, dudas, incertidumbre y temor a indagar sobre el tema producen casi siempre

escalofríos en las personas que se enfrentan a su primera relación sexual. Una de las primeras, y lógicas inquietudes, es si se sangra la primera vez.

Afortunadamente, la llamada prueba de sangre, en la cual el esposo mostraba orgulloso la evidencia de la pérdida de la virginidad en el lecho matrimonial, ha quedado atrás en muchos lugares del planeta. Contrario a lo que se suponía antiguamente, el sangramiento no ocurre en todos los casos. Sangrar mucho, poco o nada depende de cómo esté himen, de su rigidez, de su abertura y de si no se ha roto ya, pues este puede sufrir pequeños desgarros en el borde por diversas situaciones cotidianas.

Otra interrogante es si la primera vez es dolorosa, una creencia muy extendida entre las chicas. El dolor normalmente viene del miedo, el desconocimiento y la falta de información. Si estás tensa y nerviosa, los músculos de la vagina se contraen y pueden dificultar la penetración. Cuanta más confianza y comodidad sientas con tu pareja, más relajada estarás y, por supuesto, con mayor disposición para el coito. Si no hay tensión, la primera vez no tiene porqué ser dolorosa.

De hombres y mujeres

"¿Los hombres quieren sexo y las mujeres, amor?". Idea ampliamente difundida a partir de un trasfondo cultural. Las relaciones sexuales se pueden tener con amor o sin él, da igual que seas chico o chica. A veces, sobre todo en la adolescencia, es frecuente dejarse llevar por las opiniones de los demás o por lo que está de moda, y se hacen cosas que en realidad no se apetecen.

Eso, sin lugar a dudas, genera arrepentimiento. En las cuestiones sexuales, como en todos los temas de la vida, debemos reflexionar sobre lo que realmente queremos, autoafirmarnos en lo que sentimos, tener criterio y no dejarnos arrastrar por la corriente.

"¿Tienen los hombres mayor deseo sexual que las mujeres?". Cuestionamiento erróneo sustentado por el estereotipo, todavía en boga, del "macho" arcaico que mantiene muchas relaciones sexuales, en detrimento de la mujer, educada bajo la mentalidad judeocristiana, como apéndice y al servicio del varón.

Esta es la causa que aún coarta mucho a las muchachas a la hora de tomar la iniciativa en las relaciones amorosas o sexuales, y también hace que se inhiban más que los chicos a la hora de hablar de sus deseos y experiencias sexuales. Sin embargo, el hecho de que las mujeres los oculten, no significa que no los tengan en la misma medida y con la misma intensidad que los hombres.

Por otra parte, el mito es también falso en lo que se refiere a los hombres. La idea de que ellos "siempre tienen ganas" es una falacia y, como sucede con las mujeres, si no les gusta una persona, no les va a apetecer tener relaciones con ella. Lo que ocurre es que somos mucho más abiertos (y a veces exagerados) a la hora de hablar de la sexualidad, y alardeamos de nuestras relaciones sexuales, por lo que a veces puede parecer que no pensamos en otra cosa y que "cualquiera nos sirve". Pero no es así.

Lo que en el fondo anhela toda persona, independientemente del género, es tener relaciones sexuales con quien realmente nos atrae, con alguien que nos interese; solo que para unos basta con que ese interés dure un instante y, para otros, ha de mantenerse con mayor estabilidad.

Ya lo dice una canción que no anda nada equivocada: All you need is love (Todo lo que necesitas es amor).

Artículo relacionado

[Esa primera vez](#)

[Subir](#)