

## DESMITIFICANDO MITOS

### **Mito 1: "Todos lo hacen...y yo también"**

No está claro que "todos" lo hagan. Lo que ocurre es que se sabe más de los que lo hacen que de los que no, porque a estos últimos les da vergüenza: no quieren aparecer como pánfilos. Muchos dicen que han tenido miles de experiencias y todas muy gratificantes, lo que es falso.

### **Mito 2: "Las relaciones sexuales sirven para saber si la pareja se aviene en el plano sexual y así enfrentar el matrimonio con mejores posibilidades de éxito"**

El ajuste sexual se obtiene en una relación con tiempo, tranquilidad y seguridad, por lo que las relaciones prematrimoniales no son una muestra de lo que es una relación plena en la intimidad matrimonial. Por el contrario, estudios señalan las disfunciones sexuales se deben en su gran mayoría a malas experiencias adolescentes.

### **Mito 3: "Las relaciones sexuales son siempre gratificantes cuando se dan con una persona a la cual se quiere"**

Contrario a lo que los medios de comunicación muestran, el amor no basta para hacer de la experiencia sexual una vivencia plena y enriquecedora. La respuesta sexual se aprende y necesita tiempo, tranquilidad, comprensión y amor. Como en la adolescencia las relaciones sexuales son esporádicas y no existe el grado de intimidad y tranquilidad necesarios, lo probable es que sea insatisfactoria al menos para uno de los dos.

### **Mito 4: "Las relaciones sexuales hacen que aumente la comunicación, que exista más intimidad y se enriquezca la relación de pelados"**

Por el contrario, la actividad sexual más que enriquecer la relación, suele empobrecerla. Con las relaciones sexuales en un enamoramiento se estanca el desarrollo de la intimidad psicológica, la comunicación y el conocimiento mutuo en todos los otros aspectos de la vida. Con frecuencia, las conversaciones giran en torno a planificar dónde y cuándo será el próximo encuentro sexual. La relación se vuelca sólo al sexo y se dejan de lado los demás aspectos, lo que termina destruyéndola.

### **Mito 5: "Si me quieres, tienes que tener relaciones sexuales conmigo"**

La "prueba de amor" que muchos piden de sus parejas puede tener múltiples respuestas:

- "Si me quieres, tienes que respetar mis sentimientos y no me presionarás a hacer algo que no me siento preparado para hacer".
- "Tener relaciones sexuales no prueba que yo esté enamorado. La verdadera prueba es renunciar a ellas hasta que sea el momento adecuado".
- "Te respeto mucho a ti y a mí mismo como para tener relaciones sexuales antes de que se produzca una entrega plena. He decidido esperar".
- "Bueno, pruébame cuánto me quieres con tu comprensión y tu respeto".
- "Amor o no amor puede resultar en una guagua y eso sí que importa".
- "Yo te quiero. Pero prefiero mostrártelo de otra forma".



**Mito 6: "A mí no me va a ocurrir"**

Una característica psicológica de los adolescentes es sentirse invulnerables, no medir las consecuencias. Resulta increíble cómo ni hombres ni mujeres relacionan el acto sexual con el embarazo ni con el contagio de enfermedades de transmisión sexual. No evalúan que, aún usando anticonceptivos, el riesgo de contagio y de embarazo existe siempre.\*

**Mito 7: "Las mujeres vírgenes no me gustan"**

Las adolescentes creen que si no son sexualmente activas no atraen. Se les hace creer que virginidad es sinónimo de ser pánfilo. Pero los hombres afirman que siguen sintiéndose atraídos por mujeres seguras, con ideales, que guardan algo para después sin mostrar todo a la primera relación. Y que quien defiende su intimidad no es un tonto, sino que se valora más.