



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

---

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES

ARAGÓN

Las alas del deseo. Una mirada íntima a la  
sexualidad de las parejas con discapacidad.

REPORTAJE

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LIC. EN COMUNICACIÓN Y PERIODISMO

PRESENTA:

GUADALUPE TEMPLOS LARA

ASESORA: DRA. RUTH ALEJANDRA DÁVILA FIGUEROA



SAN JUAN DE ARAGÓN, ESTADO DE MÉXICO, 2012



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## ÍNDICE

Presentación

### Capítulo I

#### “Las alas del deseo”

Unidos en la diferencia.....	12
La naturaleza amorosa de la pasión.....	21
La ruta amorosa.....	26

### Capítulo II

#### “Para qué quiero pies, si tengo alas para volar”

Renacer de las cenizas.....	33
El dolor es invisible, invencible.....	41
Fresa, chocolate, limón... ¿De qué sabor es la discapacidad?.....	47

### Capítulo III

#### “El imperio de los sentidos”

Tras el relámpago, tu orgasmo.....	52
Más allá de las palabras: la magia del cuerpo.....	56
De amor, pasión y deseo.....	62

### Capítulo IV

#### “Di que vienes de allá, de un mundo raro”

Perspectiva mundial.....	69
El fenómeno de la discapacidad en México.....	71
La discapacidad como fuente de inspiración: hombres, mujeres, sociedad civil.....	79

Consideraciones finales.....	85
------------------------------	----

Fuentes de consulta.....	89
--------------------------	----

*Mi agradecimiento a todas las personas que hicieron posible las Alas del deseo.*

*A ese ser supremo, en el que creo.*

*Para Bertha y Arturo, mis padres.*

*A mis hermanos: Marely Anahi y César Eduardo.*

*A mis familiares, por su apoyo.*

*A mis compañeros de batalla, mis amigos.*

*Ytm*



**Una persona perfecta**  
no es la mas guapa si no la que realmente te quiere

## **Presentación**

Has imaginado algún día no poder ver la naturaleza, el crepúsculo o las noches en que las estrellas brillan intensamente. Imagínate por un segundo privado de escuchar las palabras bellas de tu pareja, no poder escuchar tu nombre, no hablar o relacionarte con tus semejantes. ¿Qué harías si un día, te miraras al espejo y descubrieras a una persona diferente?, ¿qué sentirías?, ¿qué pensarías?, ¿qué harías si tú fueras una persona con discapacidad?

De acuerdo con la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, en su artículo primero, establece la definición y el término correcto al mencionar que las personas con discapacidad son aquellas que tienen deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales que al interactuar con diversas barreras, pueden impedir su participación plena y efectiva en la sociedad en igualdad de condiciones que las demás.

La área de la sexualidad es la más complicada a resolver en las personas que han adquirido una discapacidad, ya que se cuestionan, si podrán tener hijos, si sus parejas continuarán con ellos a pesar de su discapacidad, piensan si su vida sexual será plena.

Las alas del deseo. Una mirada íntima a la sexualidad de las parejas con discapacidad es un reportaje descriptivo que tiene como interés fundamental romper con el paradigma establecido por años con respecto a la afectividad de las Personas con Discapacidad (PcD) adquirida, al considerarlas asexuales y poco atractivas para tener una pareja o, en el extremo, no aptas para tener relaciones sexuales, por ende incapaces de procrear y formar una familia.

Por medio del género periodístico conocido como reportaje se desarrolla dicha investigación porque recoge antecedentes, hechos y notas sobre la discapacidad y sexualidad además de las experiencias de los personajes.

Dicho reportaje busca ser un espacio de denuncia, reflexión, sensibilización individual y colectiva que permita romper con falsos mitos y estereotipos sobre el significado de la sexualidad. El objetivo general es conocer y exponer como viven y expresan su sexualidad las parejas con discapacidad, por medio del reportaje descriptivo se expone la historia de vida de sus protagonistas además de recoger datos, notas, encuestas y entrevistas para dar objetividad al trabajo.

A través de cuatros capítulos se expone cómo debe ser comprendida la sexualidad, está debe ser entendida como la fuente más profunda de encuentro íntimo en la cual se vinculan sentimientos y deseos a lo largo de la vida de cualquier ser humano además de mencionar desde la biología cómo es el proceso de enamoramiento, quitando importancia a la imagen corporal como el principal elemento para enamorarse.

Por medio de los testimonios de cuatro parejas con discapacidad física y visual adquirida, los protagonistas nos hablan sobre su rehabilitación y experiencia amorosa. Dicho reportaje pretende conocer una parte íntima de las parejas discapacitadas, hacer un retrato con palabras de lo que ellos testifiquen de viva voz, no pretende poner fotografías explícitas sobre el acto sexual, sino brindar el espacio a aquellos que decidieron hablar sobre su experiencia amorosa y cómo se desarrolla su parte psicoafectiva y emocional al momento de buscar una pareja, un novio o un compañero de vida.

Considero que aún existe la necesidad de sensibilizar a la población, hacer visibles las necesidades de dicha población y no seguir negando, rechazando u ocultando la

sexualidad de las PcD. Se han realizado estudios sobre la discapacidad, pero no hay una visión que se ocupe de la sexualidad como parte fundamental de las relaciones interpersonales y lo que implica compartir una pareja para alguien con discapacidad.

Con el paso del tiempo, las sociedades han rechazado lo diferente, a lo estrictamente común, ello se debe a la falta de tolerancia, información, aceptación, de integración y oportunidades. Los programas de inclusión propuestos por organismos internacionales son muy atractivos, pero demasiado ambiciosos para los países en desarrollo. En México, todavía existe un largo camino para alcanzar un trato social equitativo para las personas con discapacidad porque son muy pocos los que logran su reintegración dentro de la sociedad.

Hoy en día, la discriminación hacia las PcD es un problema vigente, que se observa en la negación de oportunidades de trabajo a través de maneras sutiles como la segregación y aislamiento que resultan de la imposición de barreras físicas y sociales. Estas formas de discriminación a las PcD se presentan a nivel público en la falta de accesibilidad, educación, empleo entre otras y a nivel privado como derechos sexuales por lo que deberán combatirse en esos ámbitos.

La discriminación que la sociedad mexicana tiene hacia las PcD limita la posibilidad de interactuar y establecer vínculos amorosos con ellos, ponderan la discapacidad física, visual, de lenguaje o mental, no las cualidades inherentes del individuo, ya que para enamorarse no se necesitan cuerpos hábiles o estéticos.

Además de gozar de todos los derechos humanos y libertades fundamentales tal como lo establece la Convención de sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas en los artículos del 23 al 32 entre otros:

- 1) Derecho a la accesibilidad física
- 2) Derecho a la vida
- 3) Derecho a la salud
- 4) Derecho a la accesibilidad de información y de los medios de comunicación
- 5) El derecho de vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad
- 6) Derecho a la educación
- 7) Derecho a un trabajo y empleo
- 8) Derecho a participar en actividades culturales, recreativas, de esparcimiento y deporte
- 9) Derecho a la participación en la vida política y pública.

Los medios de comunicación se han dedicado a mostrar sólo los triunfos que superan muchos individuos con capacidades distintas, difunden y patrocinan campañas altruistas en apoyo a instituciones dedicadas a la rehabilitación física, siendo un falso altruismo porque dichos monopolios siempre velarán por sus intereses propios sin preocuparse por brindar una orientación adecuada a las necesidades tanto físicas, como emocionales de las PcD.

El capítulo primero expone que a pesar de las diferencias físicas las parejas fortalecidas se mantienen unidas, se menciona la naturaleza del amor, las dificultades que enfrenta alguien con discapacidad, opiniones de especialistas con respecto a la sexualidad y testimonios de parejas, en las cuales uno de los integrantes tiene una discapacidad.

El segundo capítulo habla sobre la percepción que se tienen sobre las PcD y sobre el proceso de aceptación que viven las personas ante su nueva condición, las etapas de adaptabilidad que enfrentan. Se clasifican los tipos de discapacidad.

El tercer capítulo describe los componentes biológicos y físicos que intervienen en el enamoramiento dando prioridad a las sensaciones y emociones del individuo y no a la discapacidad, ya que el principal órgano que genera placer y amor es el cerebro y no el cuerpo. Se afirma a través de la opinión de especialistas que las limitaciones de cualquier tipo no son obstáculo para vivir sexualmente activo.

La parte final es una síntesis de los datos estadísticos más relevantes a nivel internacional y nacional sobre la discapacidad, se dan algunas acciones públicas que los gobiernos deben retomar para la integración de las PcD. En el panorama nacional se dan cifras sobre el índice de cada tipo de discapacidad y algunas instituciones que atienden dicha población, asociaciones encargadas de fomentar y promover la inclusión social y laboral, desde sus diferentes ámbitos de trabajo, estas organizaciones dan el primer paso para formar una sociedad sin barreras.

Es tiempo de vernos unos a otros, es momento de mirarse al espejo y apreciar a seres con deseos y cualidades capaces de formar y contribuir a edificar un mundo mejor.

## CAPÍTULO UNO

### “Las alas del deseo”

#### Unidos en la diferencia



El beso. Foto: Aguste Rodin.  
Musée de París. 1882.

*Déjame ser el lobo que  
entra en la noche de tu cuerpo  
con pasos húmedos, titubeantes,  
por un bosque incierto  
para tocar adentro,  
la luna creciente  
de tu sonrisa.*

*Alberto Ruy-Sánchez Lacy*

*(De los Jardines Secretos de Mogador)*

Un beso por si sólo expresa una cascada de mensajes que transmiten sensaciones táctiles, excitación sexual, sentimientos de cercanía. Un beso une a dos personas en un intercambio de aromas, sabores, texturas, secretos, emociones, en un oleaje de pasiones.

Un beso en si es el primer paso, el acercamiento a la intimidad. Ese simple roce de labios es el principio del placer, un dulce vértigo que emana desde del interior como una fuerza invisible. Con frecuencia, cuando se habla de necesidades especiales de las personas con discapacidad, se piensa en lo más evidente: libre acceso urbano y arquitectónico, servicios de salud, educación especial, oportunidades laborales y rehabilitación, pero dónde queda el desarrollo emocional de dichos individuos, en qué parte de sus vida está el amor, la pareja, los hijos y más allá, la vida sexual e íntima.

En muchos casos, la sexualidad resulta ser el aspecto más conflictivo a la hora de adaptarse a estas nuevas condiciones. Las personas con discapacidad suelen preguntarse, si podrán tener hijos, si sus parejas los van a seguir deseando, si volverán a disfrutar su sexualidad.

Las personas que tienen unas u otras discapacidades han pertenecido a una de las minorías a las que se ha negado toda posibilidad de resolver sus necesidades afectivas y sexuales. Los individuos con discapacidad son seres sexuales con un amplio rango de necesidades emocionales, tienen los mismos problemas por los que pasan aquellos con cuerpos hábiles, poseen los mismos derechos sexuales y las mismas posibilidades de involucrarse en relaciones interpersonales afectivas y placenteras.

En México no existen políticas públicas para tratar el tema sexualidad en personas con discapacidad y los miedos hacen que la sexualidad sea negada, rechazada o reprimida por quienes rodean al sujeto, tratando de ocultarles, sin darse cuenta que sentirse amado es fundamental para cualquier ser humano.

La sexualidad es definida por la Organización Panamericana de Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) como: “El resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos, religiosos o espirituales, que se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos. El ser humano vive y expresa la sexualidad de diversas formas, la manera en que cada cual se sitúa en el mundo, se integra y se relaciona con el, es sexuada”.

No olvidemos que la sexualidad en el ser humano inicia con el nacimiento desde que el bebé se acurruca, acaricia o se le muestra ternura, se le está enseñando cómo mostrar amor, afecto o agresión, estas serán actitudes aprendidas, inherentes a la educación sexual. Es importante saber que, para vivir en sociedad se requiere seguir

ciertas normas y reglas, las que nos permiten funcionar en armonía, respetando las necesidades de todos los integrantes de la sociedad.

Uno de los elementos, donde posiblemente las conductas sean más rígidas está relacionado con la manifestación de los instintos sexuales, los cuales, vistos desde una perspectiva moral, pueden ser ofensivos si no se toman en cuenta los aspectos culturales, religiosos, culturales, educativos e idiosincráticos.

Es fundamental recordar que las personas que no presentan ninguna discapacidad aprenden conductas sociales a través del ejemplo que recogen de sus figuras de identificación. El ser humano aprende mucho más sobre sentimientos al observar como nuestros seres queridos se relacionan entre sí y con los demás.

Aún es difícil hablar de sexualidad y al hablar de la sexualidad en PcD es el tabú de los tabúes porque la sociedad imagina, piensa en algo aberrante o grotesco. Tener una discapacidad física o intelectual no tiene porque interferir con una manifestación sana de su sexualidad donde se incluye, las relaciones interpersonales hombre mujer, hombre-hombre, mujer- mujer así como la propia identidad sexual. Cuando pensamos en PcD, a nuestra mente vienen muchas interrogantes, se les atribuye una sexualidad nula por considerar que son seres anormales e incapaces de aspirar a experimentar momentos de gozo, placer y felicidad.

Dichos pensamientos toman fuerza en una sociedad donde la influencia religiosa ha marcado pautas para normar el comportamiento sexual de los individuos, refuerza la idea de la reproducción sexual como sinónimo de coito y reafirma el requisito social de la felicidad: Ser bello, joven, fuerte, educado, contar con un empleo, estar casado y tener hijos. Fórmula casi mágica para ser feliz y terminar como en el cuento de hadas...y vivieron felices para siempre, pero la realidad es diferente.

Desde la ventana, los rayos de la luz matutina entran a una casa de dimensiones angostas, al fondo del patio se ven dos cuartos de tabicón, tapados con lámina. Una pequeña reja madera antecede a la entrada principal. Al interior, el sol ilumina las habitaciones, las mismas que hacen la función de comedor, sala y recámara de Rafael y Adriana.

En medio del silencio, Adriana sonrío, de oreja a oreja, mira a Rafael, susurra en voz bajita: “Hola, buenos días”. Rafael responde el saludo con un beso. Mira el reloj de pared, marca las 7:30 am. Se levanta, se viste con dificultad y rapidez, a una sola mano. Si no corre se les hará tarde para llevar a su hija a la escuela.

Hace tres años, tras un accidente laboral, Rafael perdió la extremidad izquierda, laboraba en una cartonera en el Estado de México, sin pensar que un día cambiaría toda su vida. El jefe en turno, lo cambió al área de enrollado, aunque nunca había realizado dicha labor, la actividad no era complicada consistía en alimentar a la máquina de papel para que ésta lo enrollara, pero en un descuido la maquinaria le atrapó la mano izquierda hasta la altura del hombro, al instante, Rafael trató de zafarse, de sacar el brazo, pero le fue imposible.

Sus compañeros corrieron a auxiliarlo, pararon la máquina, Rafael sacó el brazo hecho trizas. “Me quedé impresionado, al mirar mi brazo con la piel caída, como si estuviera quemado, con los tejidos molidos. Pensé, ya perdí el brazo, no tenía dolor, veía una parte de mi hueso. A pesar del shock visual siempre estuve consciente hasta llegar al hospital” sostiene Rafael.

En el hospital de traumatología Magdalena de las Salinas, los médicos guardaban la esperanza de no amputar el brazo, decían que con tratamiento y curaciones la lesión no sería mayor. Al paso de los días, la herida corría el riesgo de infectarse e invadir poco a poco otras partes del cuerpo, complicando el proceso de recuperación, no

habría otra salida, debían amputar. “La decisión no fue tan difícil de afrontar, yo tenía en mente que eso pasaría e irremediablemente, acepté que cortaran el brazo”.

Adriana sentada al borde de la cama recuerda lo que hizo, cuando le informaron sobre el accidente de su marido: “Los médicos me llevaron a ver cuando curaban a Rafael, querían que entendiera el estado físico de la lesión y el porqué debían amputarlo. Él sufría con esas curaciones, le dolía, sufría y yo no podía verlo sufrir, por eso acepté la amputación de su brazo, y sin pensar más, firmé la autorización”.

Aunque ha pasado poco tiempo, no queremos seguir recordando ese día negro en nuestras vidas. Cuando me dieron de alta del hospital debía ir a terapias, pero lo único que deseaba era estar en mi casa y ver a Cristina, mi hija.

Al paso de los meses Rafael volvió a la rutina, a su tranquilidad y cuando Cristi su hija le pregunta:

-¿Papi y tu brazo?

-Rafael, le responde:

-Por ahí anda, se fue de viaje.

La empresa no apoyó a Rafael en un cambio de horario para así no tener que desplazarse en las noches en bicicleta, su medio de transporte al trabajo. Al no tener el apoyo que en un principio le habían prometido, renunció. Actualmente trabajaba de manera eventual en una refaccionaria y está en busca de otras oportunidades laborales más estables y seguras.

Rafael y Adriana aseguran que lo más difícil de superar en una discapacidad es el daño moral que uno sufre o padece “las miradas de la gente al salir a la calle, esas miradas de morbo, de curiosidad, son crueles porque miran esa parte física de ti que ya no está, no a la persona. Pero no por ello te quedarás en casa, sumergido en la

depresión o pensando en tu accidente, al contrario, uno debe pensar siempre positivamente, olvidar la causa de tu discapacidad.” Junto a él, su esposa comenta lo admirada que está al ver la fortaleza física y psicológica de su compañero. Siempre con un ánimo formidable.

Después de un año y medio de noviazgo, Rafa y Adriana tomaron la decisión de vivir juntos, emprender una aventura sin tiempo fijo con un rumbo en común, compartir su vida, ser felices y dar la bienvenida a su primera hija Cristina. A Rafa lo conocí una tarde en mi trabajo, recién ingresé pasaron dos meses para que él tomara la iniciativa de hablarme e invitarme a salir.

Nuestro carácter tranquilo fue el elemento determinante, a ambos nos gustó la tranquilidad del otro, esa cualidad además del cariño es lo que nos mantiene juntos.

Sonrojada, Adriana dice: “físicamente los ojos y su cabello negro, rizado, me encanta de Rafael. ¡Ah! sus pestañas, son lo más bonito en él, pero nada como su boca chiquita.” Rafael, apenado responde: “Tu sonrisa, ojos grandes y ese lunar en tus sienes, me volvieron loco.”



Rafael, Cristi y Adriana. Foto: Guadalupe Templos Lara. 2011.

¿Amor? Adriana duda al responder, mira el techo de lámina de su casa. “El amor es todo, es lo que siento por Rafa, algo inexplicable, no tengo palabras, es dejar todo, querer estar con él. Para mi, dice Rafael, la sexualidad es adaptabilidad es buscar siempre “nuevas formas” de satisfacer a tu compañera. Las caricias, los mimos, masajes en la espalda, es lo que más disfrutamos en pareja.”

Adriana con toda seguridad de sí misma afirma: “Su accidente no fue razón para querer dejarlo o abandonarlo, al contrario, me hizo darle más apoyo, atención y cuidado. El amor es lo que te hace permanecer juntos y querernos más.”

Para la psicóloga social Yolanda Olgúin de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), la discapacidad es la pérdida de funciones en el individuo, se da por cuestiones genéticas o adquiridas y son también los obstáculos que la misma sociedad impone para impedir una integración en las actividades sociales. Para una persona que adquirió una discapacidad su proceso de duelo dependerá exclusivamente de sí mismo, de la forma en la que afronta la vida, hablará de la personalidad del paciente y de sus fortalezas para salir adelante.

Considera que “todas las discapacidades son complicadas, no es lo mismo ser una persona con discapacidad desde antes de nacer a adquirirla, considero que las discapacidades físicas, las lesiones medulares y las amputaciones son las más impactantes porque se pierde determinadas funciones, que muy pocas veces logra recuperar esa función por eso el apoyo de la familia es fundamental.”

En el caso de las personas que nacen con una discapacidad, como la discapacidad intelectual, su cuidado es dentro de sus casas o en las instituciones, preocupándose por mantenerlos protegidos y en algunos casos ocupados, sin que tengan la capacidad de vivir autónomamente y autosuficientes.

“La salud mental de la familia es fundamental ya que impulsará, motivará e infundirá ganas de vivir al individuo para reintegrarse aquellos sujetos que no tengan el apoyo familiar presentarán baja tolerancia a la frustración, serán groseros verbalmente, inmaduros y no saldrán de casa,” opina la psicóloga Olgúin García.

En la obra *La sexualidad de las personas con deficiencia mental*, el Dr. Katz Guss divide la conducta sexual en públicas y privadas: “Las conductas públicas se refieren a todas las acciones que no ofenden, ni agreden a nadie, y por lo tanto, son aceptadas por la sociedad, por ejemplo: Saludar, acercarse a las personas, sentarse con las piernas juntas cuando las mujeres traen vestido, en los varones, no bajen los pantalones enfrente de la gente. Las conductas privadas son las que se realizan de manera individual, a solas o en pareja, como masturbarse, desnudarse frente a la pareja, tocar los genitales incluso tener relaciones sexuales.”

En palabras del Dr. Gregorio Katz Guss, todo orientador sexual debe estar consciente del nivel de comprensión lingüística en especial en personas con discapacidad intelectual (PcDI): “Se debe ser muy claros al expresarnos, al abordar el tema de tres o cuatro formas diferentes hasta que sea comprendido. El lenguaje debe ser el adecuado al sujeto, ya que ellos conceptualizan al hombre y a la mujer solamente a través de su apariencia exterior. La sexualidad debe enfocarse de manera positiva provocando foros abiertos y libres de comentarios negativos que provoquen culpa.”

Así las PcDI tendrán la capacidad de manifestar adecuadamente su sexualidad, dentro de un contexto de respeto, con conductas aceptables para su medio, siguiendo normas establecidas, siempre y cuando se les proporcione orientación sexual, a su vez ellos mismos se protegerán de ser víctimas de abuso sexual.

Es vital la formación sexual desde la infancia, permitir la libre expresión de sentimientos. Las PcDI, cuentan con la capacidad de vivir plenamente su sexualidad y compartir con su pareja, alegrías, inquietudes y frustraciones, siempre y cuando no se ejerza sobre ellos presiones y demandas que pudieran romper con el equilibrio de una relación en pareja.

Olgúin García considera que lo más recomendable cuando se convive con una PcD “es generarles una situación agradable, hay que tratarlas como a cualquier otra persona, haciéndolas sentir como un ser humano porque si tú eres una persona con resistencia, ellos lo percibirán y pueden ignorarte o dejarte con la palabra en la boca y lo más importante nunca compadecerlos ni tenerles lastima por su discapacidad.”

La sociedad debe tener más apertura para saber qué pasa con las personas con discapacidad, no segregarlos porque primero hay que conocerlos, saber de la discapacidad para tratarlos como personas “normales”, por ejemplo, si estamos en un restaurante, si nosotros estamos cerca de alguien ciego, nadie lo notará a menos que nosotros lo hagamos visible.

“Vivir en pareja es contar con ese ser para poder tener la capacidad de comunicar, de expresarse y amarse” afirma Bernadette Soulier en *Discapacidad y Sexualidad*. El cambio de mentalidad será posible si las actitudes entorno al “sexo” se desmitifican, humanizando al sexo, descubrir la ternura como elemento integrador entre amor-sexo, sin temor a desear y vivir el erotismo, reconocer sin miedo lo que sentimos-deseamos.

Llegar a amar o aceptar nuestro cuerpo es parte de la sexualidad es algo fundamental para relacionarse. Una relación puede comenzar de forma sutil: una mirada, un ligero roce, unas caricias suaves. Estas pequeñas aproximaciones originan una corriente de comunicación y mutua complicidad que puede ir haciéndose más profunda e intensa. Todo ello resulta agradable porque va creando una sensación de intimidad y de no estar únicamente interesados por una relación sexual, la sexualidad no es solamente un coito o penetración.

## La naturaleza amorosa de la pasión

*Déjame conocer la oscuridad  
la más honda, la más callada e  
invocar con movimientos repetidos,  
rituales como aullidos, la luna llena  
de tú cuerpo, la que me lleva a tí,  
como si fuera yo, en tus manos  
agua que conviertes en marea iluminada.*

*Alberto Ruy Sánchez*

“Poco tiempo después del accidente jamás imaginé sentir tanto deseo sexual, mis temores sentimentales y emocionales eran erróneos, pero aunque me preocupaba trataba de evitar abordarlos, todo ello ocasionó que me evadiera negándome a una posible relación, tener novio para mí era imposible porque ante todo pensaba en mi silla de ruedas y creía ser incómoda, poco atractiva e indeseable para cualquier hombre.

No aceptaba a los chicos que se me acercaban para ser mis novios, darme un beso o ser cariñosos, pensaba que se querían aprovechar de la situación y andar conmigo



era una especie de reto, tenía miedo de ser lastimada al saber de mi sonda, falta de control de esfínteres, mi cuerpo desproporcionado, tarde o temprano me dejarían, no estaba preparada para ello.

Los cuerpos. Foto: *Aktiva-mx*. 2012.

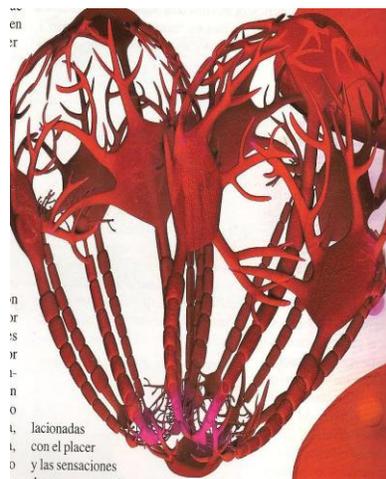
Daba rienda suelta a mis fantasías, tenía tres a cinco cada día, no importaba el lugar, ni la hora, eran muy intensas y por lo regular no tenían final por falta de tiempo a

solas. Cuando me decidí a estar con mi novio y actual esposo, fue un día maravilloso, lleno de muchas sensaciones y sorpresas. Cuando decidimos hacer el amor por primera vez...

Estaba arriba de mí, me besaba el cuello y acariciaba mi cabello con sus manos, mi piel se erizaba y volvía a sentir los escalofríos en todo mi cuerpo. Comenzó muy lento con mucho cuidado, me desesperaba y le pedía más acción en mis pechos que punzaban y hormigueaban. El calor en manos, cuello, brazos, hombros cabeza y cara aumentaba.

Su boca atormentaba mis pechos, desencadenando millones de escalofríos y descargas eléctricas, sus movimientos provocaron pocos espasmos en mis piernas, sentí revolotear algo dentro, desaparecieron con un estallido y un oscurecimiento en ojos, mente, una falta de aire, un estallido como bomba interna, después vino la relajación total, el adormecimiento y la sensación de paz sobrevinieron. ” Este es un testimonio narrado en el artículo *Problemas en Personas con Necesidades Especiales* del Dr. Francisco Lara Delfín.

El amor ha sido el tópico para conversar con amigos, a la hora del café o en el ambiente de un bar. Inspiración de pintores, poetas, escultores y músicos. La esencia que da sabor, a las parejas, ha sido: El amor. Todos alguna vez lo hemos sentido, lo hemos gozado, padecido y olvidado. El amor al igual que las relaciones de pareja es y será un tema complejo.



¿Qué es el amor? Foto: Revista *¿Cómo ves?* 2011.

Aunque cada uno puede tener su propia definición, el amor desde el punto de vista biológico es un fenómeno integral que involucra el cerebro y los órganos productores

de hormonas. Si pensamos en relaciones donde uno de los dos tiene alguna discapacidad, la ciencia da una respuesta a que todo es posible cuando hay amor...todo es posible con una buena dosis de hormonas.

En el amor participan varios mensajeros químicos que proporcionan una gama de sensaciones que van desde el placer, la euforia, la confianza y seguridad, hasta la ansiedad, obsesión y depresión. El amor de pareja o romántico y el filial son los dos amores más fundamentales para la supervivencia de nuestra especie.

El primero enfocado a la reproducción genera confianza y seguridad mientras que el segundo permitirá el cuidado de otro ser. La primera fase de una relación amorosa es el enamoramiento, que es transitorio, dominado por procesos de atracción, la percepción produce un placer producido por la estimulación de los sentidos. Durante el enamoramiento ocurren cambios fisiológicos en el organismo. Se modifica la producción de hormonas, mensajeros químicos secretados por las glándulas y con efectos distintos en la mente y el cuerpo, cambian de manera notable nuestro estado de ánimo e incluso se llega a tener una percepción diferente de la realidad.

Hasta aquí parecería muy romántico o ideal el enamoramiento, pero no se ama al otro con todo el corazón, sino con la mente, con todo el cerebro, en el artículo "¿Qué es el amor?" de la revista científica *¿Cómo ves?*, se afirma que: " Todos nuestros sentimientos, pensamientos y sueños provienen de la actividad cerebral, existe en el cerebro un sistema de comunicación conformado por diferentes estructuras interconectadas, que se conoce como sistema límbico y es el que permite experimentar toda la gama de emociones que se presenten en nuestra vida."

Dada la gama de sensaciones que involucra el amor, hay sustancias íntimamente ligadas a los estados emocionales del amor, dichas sustancias son muy conocidas: la oxitócina, los neurotransmisores como la dopamina y la serotonina además de las

endorfinas y encefalinas, determinantes en la generación de sensaciones placenteras, refuerzan las emociones presentes durante las relaciones amorosas a través de su acción en las estructuras cerebrales.

El fin común de una relación es la vida compartida, misma que conduce al matrimonio, pero antes de pasar por esa etapa habrá situaciones nuevas que generen procesos de aprendizaje, bien dicen nadie experimenta en cabeza ajena, la pareja será el mejor maestro porque es quien más nos conoce, pero la convivencia frecuente es un arma de doble filo, por un lado une, pero al mismo tiempo desune en algunos casos pero esto dependerá de las experiencias, conocimientos y poder abatir la rutina para que los vínculos amorosos no se rompan.

Una relación sexual puede comenzar de forma muy sutil, una mirada, un ligero roce, caricias suaves, dichas aproximaciones originan una corriente de comunicación y de mutua complicidad que favorece un ambiente agradable porque se crea una sensación de intimidad y hacen sentir a la pareja que no sólo se está interesado en una encuentro sexual.

De amor no sólo vive el hombre, en escena aparece el sexo acompañado de sus componentes: deseo, placer, excitación, orgasmo. Cuando nuestro sistema límbico determina que una sensación es “sexy”, una señal viaja a través del sistema nervioso llegando a todo el cuerpo y especialmente a las zonas erógenas. La frecuencia cardiaca se incrementa y cambia el ritmo de la respiración, el color de la cara, aumenta por la presión sanguínea, nuestro sistema muscular aumentará.

En la obra *El libro del sexo*, se describe la respuesta sexual en cinco fases: deseo, excitación, meseta, orgasmo y resolución pero en la práctica no todo debe ocurrir estrictamente como se describe, pueden darse numerosas variaciones. Las hormonas sexuales, testosterona en el hombre y estrógenos en la mujer, son liberadas en mayor

cantidad durante la excitación acompañados por la adrenalina causada por el momento, provocando que el cuerpo este listo para el coito, cuando la pareja se acerca al orgasmo, el nivel de endorfinas llegue a su punto máximo.

Después del clímax el cuerpo entrará en un estado de profunda relajación e incomparable felicidad, pero la respuesta sexual dependerá del deseo por otra persona, de las condiciones generales de su vida sexual, de su biología y de la compenetración con su pareja. La calidad de la respuesta sexual será tanto de la entrega como pareja y al igual que la entrega propia.

José Farré Martí, dice, en el *Libro del sexo*: “por ello durante la respuesta sexual no debemos estar pendientes de que todo ocurra de una manera predeterminada, en los casos de la discapacidad motriz como las lesiones medulares, el reflejo, la sensación del orgasmo, la eyaculación se deterioran, así que uno puede encontrar zonas erógenas y placeres que compensan y hagan la relación intensa y placentera, es importante romper los mitos, que si uno no tiene orgasmos y no eyacula no es una buena relación.”

La sexualidad no es un coito o una penetración, la sexualidad es una faceta de la vida que se puede ir perfeccionando con el paso del tiempo para poder obtener “placer” pero también para darlo, cada individuo es el responsable de su placer sin que deba ser el compañero sexual el que sienta obligación de proporcionarlo.

## La ruta amorosa

*Pienso en la felicidad de este jardinero cuando una vez y otra vez  
se enciende en tus ojos la alegría de poseernos  
cuando tu boca dice en un crepitar, un sonido de llamarada.  
Cuando me abrazas y eres brasa, cuando me besas  
y eres ésa que se dejó llenar todo  
el cuerpo de raíces de fuego y mantiene viva siempre  
la promesa de una flor brillante que nos queme.*

*Alberto Ruy Sánchez*

La sexualidad es una actividad específica integrada en las actividades de la vida, abarca más que un simple coito, se refiere a toda el área de relaciones interpersonales, tanto en hombres como en mujeres. Si el beso en la boca es la única conducta que une el amor con la sexualidad, el enamoramiento, las fantasías eróticas, románticas, encontrar a otra persona con quien compartir afinidades, experiencias y poder experimentar el sentimiento de compañía y solidaridad reforzará vínculos emocionales y sexuales, así entender a la sexualidad como un abanico de diversas emociones y sentimientos, que hacen del sexo algo sumamente placentero, pero no trivial.



El amor en las cavernas. Foto: *Tudiscovery.com*. 2010.

Alguna vez por nuestros pensamientos ha pasado la idea, ¿cómo se acercaba el macho pre-cavernícola a una hembra, que todavía andaba en sus cuatro extremidades? Imaginémoslo. Ella mostraba sus partes traseras y el macho se aproximaba a ella. ¿Qué pasó cuando nos erguimos? Los órganos sexuales ahora estaban a la vista, la hembra comenzó a mostrarse por delante. Los senos adquirieron

relevancia, expuestos totalmente, a la vista del macho. Este es el primer inicio de la atracción y del deseo de copular.

“La atracción sexual puede definirse como el proceso y el estado emocional positivo (placentero) que induce el acercamiento de una persona a otra con el propósito esencial de llevar a cabo una actividad o intercambio sexual. En la medida que permanezca tal condición, los individuos mutuamente atraídos mantendrán relaciones íntimas entre sí de forma preferente o exclusiva.” Espeta el Dr. en Psicología Raúl E. Martínez M, de la Facultad de Psicología, de la UNAM.

Por suerte, la atracción no se reduce al aspecto físico, la enorme fuerza que ejerce el físico es fundamental, pero no es determinante, ni única para establecer relaciones afectivas. El entusiasmo, el dinamismo, la vitalidad, la alegría ó la creatividad son algunas de las muchas características de la personalidad que atraen al sexo opuesto.

Por ejemplo, pensemos en el deseo de conocer a una persona que nos resulta bella, atractiva e interesante, a la que hemos visto casualmente pero despierta en nosotros una cierta urgencia de saber quien es, a qué se dedica, qué tipo de vida lleva. Buscamos personas cercanas a ella para que nos la presenten mientras tanto, la imaginación va fabricando un perfil de ella, con los escasos datos que poseemos. Y después de un tiempo, se consigue acceder a esa persona. La primera vez que él esta con ella, quedará deslumbrado por ese algo misterioso y especial en esa persona puede dar paso, al enamoramiento.

El deseo es fuerza, potencia, impulso, movimiento apasionado que impele y se lanza en la dirección que el estímulo provocó, por ende el deseo aparece y puede desencadenar placer y fantasías sexuales, porque el cuerpo es por sí sólo atractivo y excitante. El deseo y el placer forman un edificio común. La planta baja del deseo lleva al piso de arriba, que es placer, la escalera que los comunica es la imaginación.

El deseo va antes, actúa como estímulo. El deseo tiene algo felino, brusco, veloz como un soplo urgente que abre y cierra sobre uno.

Enrique Rojas afirma en su obra *Los lenguajes del deseo*: “En la relación sexual con amor auténtico, comprometido, el deseo está vivo, pero supeditado a los estratos superiores de la persona, no será una relación genital sexo a sexo, cuerpo a cuerpo, sino que al integrarlo todo, llegará a ser un encuentro de persona a persona. El placer es vivido a fondo, pero aunado a la vez lo psicológico, lo cultural y espiritual. Habrá erotismo, ternura, placer sexual, orgasmos, pero ante todo amor. ”

Grandes árboles adornan uno de los costados de la biblioteca de la Universidad Autónoma Metropolitana, frente a la entrada está un amplio patio, que sirve de espacio recreativo para los estudiantes. A lo lejos se observa a un chico, parece caminar de prisa o correr, pero sus piernas le dificultan un poco el paso porque sus extremidades se arquean, dan la impresión de quebrarse.

Su voz es como la de un locutor, clara, seductora, con una dicción perfecta, al hablar expresa seguridad, confianza, credibilidad, características poco comunes en un Ingeniero en Sistemas. Fernando se define a sí mismo como una persona feliz y afortunada, nunca se ha sentido como una persona con discapacidad motriz.

Fernando Gómez Jimeno es un joven que por falta de cuidados durante el embarazo y bajo consumo de calcio y ácido fólico, nació con una enfermedad llamada *Mielo Meringosele*, es decir, un defecto genético que ocasiona la pérdida de la movilidad de la cintura a los pies y en casos severos la muerte, ya que es un tumor que se desarrolla en la espina dorsal, mismo que crece con el individuo y al aumentar de tamaño estalla dentro de la columna.

Durante 33 años ha estado en rehabilitación física y médica, tiene 18 cirugías de la cintura a los pies, este proceso de habilitación ha servido para que Fernando no haya quedado inválido, las secuelas de su enfermedad han sido moderadas y aunque presenta complicaciones para caminar, juega fútbol, corre y camina, tres de sus actividades preferidas los fines de semana.

“Toda mi niñez he estado con personas normales, no me sentí discriminado o con una característica diferente. Desde la primaria hasta la universidad, he tenido la buena fortuna de tener amigos, novias, una familia que me impulsó a sobresalir y ahora mi esposa: Maricela.”

Maricela es ingeniera en alimentos, antes de conocer a Fernando, vivía en Guadalajara. Es una mujer atractiva, segura de sí misma. Atrevida ya que uno de los regalos que más ha disfrutado su esposo, es un ramo de flores, detalle que lo hizo sentir afortunado y halagado: “Fue excepcional, es indescriptible la emoción que sentí, todos mis compañeros se quedaron con el ojo cuadrado, al ver que el ramo de flores era para mí y no para alguna chica de la universidad”, afirma Fernando.

Pocas mujeres sienten admiración por sus esposos, Fernando se considera uno de esa minoría aunque eso no exige que Maricela sea exigente. En su hogar, él es responsable de hacer las labores domésticas como lavar, cocinar o planchar. Mira el cristal de la puerta automática, que da a la entrada del vestíbulo, busca entre sus recuerdos su etapa de conquistador al cursar la carrera en el Instituto Politécnico Nacional (IPN) confiesa que nunca ha sido tímido con las chicas, ni penoso para acercarme al sexo femenino, le gusta conocer a las personas e interactuar con ellas, aunque en algunos lugares lo miren como bicho raro, eso no ha causado que se sienta mal, ni intimidado a pesar de su discapacidad. Considera que es igual a cualquier hombre y en las mismas condiciones para conquistar a una chica o interactuar con cualquier persona.

Fer no deja de mirar a la gente que entra y sale de la biblioteca, para todos tiene un saludo o una sonrisa, él opina: “Cuando se habla de sexualidad el primer lugar en el que se piensa es la cama y no es el único lugar para practicar incluso con una buena plática se llega a un orgasmo, con una película, o un juguete.”

Para Maricela y Fernando la sexualidad debe ser un acto de amor, de entrega de persona a persona sin limitantes, ni obstáculos de forma pura y sincera, condimentada con amor, a la hora de hacer el amor, ni ella ni yo tenemos en la mente mi discapacidad.

Los ojos de Fernando brillan, el evocar su “primera vez” le trae gratos momentos. Ambos tenían un fuerte deseo y atracción como pareja, una tarde acordaron tener su primer encuentro sexual. Fue una noche, en el auto de Adriana, en el estacionamiento de un supermercado, un sitio nada romántico, pero si peligroso, tan arriesgado que ninguno de los disfrutó del encuentro porque en pleno “faje”, los policías tocaron la ventana, la cita amorosa terminó en el ministerio público.

“Fue divertido y con muchas ganas después de esa relación vinieron más, por lo regular mis novias me cuidaban y al tener sexo lo hacían delicadamente, creían que me lastimarían con alguna determinada posición, así que les pedía fueran ellas mismas, sin poses o preocupaciones por mí, que disfrutaran y olvidaran mis piernas”, afirma Fer.

Agradece al destino por conocer a Maricela, con ella experimentó el amor desde otra dimensión, más placentero, afectivo, lleno de cariño, deseo y ganas, sin miedo de que ella lo viera desnudo cuando logró borrar esa idea de sus pensamientos, sintió eso llamado orgasmo, que en palabras propias lo describe como un rayo que cae directo y fulmina por completo hasta dejarte sin aliento.



Carias. Foto: Aktiva-mx. 2010.

Fernando tiene un pensamiento que le ha funcionado para conseguir todo lo que se ha propuesto en la vida y exhorta con este pensamiento a todas las personas con alguna discapacidad:

“Aquellas personas con discapacidad que se dan por vencidas y derrotadas es el peor de los errores que pueden cometer porque la gente no te ayudara a mirar hacia arriba, esta en ti cambiar, la sociedad siempre te obstaculizará y eso provocará que te deprimas más y quieras encerrarte en tu casa.

No avanzarás si no tienes las ganas de querer hacerlo, no tener miedo, no ser tímido ni introvertido, luchen por lo que quieren, la discapacidad no te cierra las puertas tú llegas hasta la puerta que desees abrir.

Nosotros como personas discapacitadas tenemos sentimientos al igual que los demás, hay gente que tiene todas sus funciones bien, puede pensar, caminar, correr, sin embargo, a la hora de estar con su pareja se pierde, no hay comunicación, no hay atracción”.

Aquellas personas con falta de motricidad, que no tenga sensibilidad pueden desarrollar otra capacidad y siempre existirán alternativas para gozar y disfrutar de la sexualidad.

Si Fernando no fuera ingeniero, sin duda sería un buen orador y no sólo por el timbre de su voz, sino por su poder de convencimiento e ideales, al hablar involuntariamente te mueve fibras emocionales, hace de sus pláticas, charlas amenas e inspiradoras.

## CAPÍTULO DOS

### “Para qué quiero pies, si tengo alas para volar”

*Entró en mí como la marea,  
una ola tras otra,  
implacable,  
el dolor.  
Yo no conocía,  
esa crueldad.*

*Alberto Ruy Sánchez*

#### **Renacer de las cenizas**

Durante años la invisibilidad y el rechazo han sido, de forma involuntaria, su principal característica. Casi nadie los ve o los escucha. Frente a ellos, los estigmas, los tabúes, los mitos y la exclusión son pocos porque la ignorancia social y el miedo individual conviven con ellos todos los días. Adentrarse al universo de la discapacidad implica dejar vetos individuales para poder aceptar a seres no especiales, sino sobresalientes, los cuales por azares de las circunstancias de la vida, adquirieron una discapacidad dejándolos impedidos. Vivir con discapacidad no significa ser cautivo de una enfermedad incurable, es asumirse como una persona distinta, pero no impedida.

Para superar la discapacidad no hay fórmulas mágicas ni recetas a seguir porque cada persona es única y cada discapacidad también lo es, representa aceptarse como tal e implica un doble desafío: romper con el lastre histórico ya adherido e ir contra corriente con el canon social impuesto.

Los individuos con discapacidad pertenecen a una sociedad en la cual la ignorancia es una forma de rechazo que causa discriminación siendo esta una constante en el devenir cotidiano de dichas minorías, de acuerdo con la *Encuesta Nacional de Discriminación en México*, realizada en el 2010 por el Consejo Nacional para Prevenir

la Discriminación (CONAPRED), los mexicanos entienden por discriminación al acto de tratar diferente o negativamente a las personas.

La percepción general es que hay grupos más expuestos a la discriminación por haber sido colocados históricamente en desventaja social, cultural y económica. A lo largo de la historia ésta población ha padecido el escarnio de diversas formas. En el siglo IV a. C se ofrecía como sacrificio a los dioses a las personas con discapacidad. Durante la era de la Santa Inquisición se exterminó a todo aquello considerado “diferente”. En la Alemania nazi miles de individuos fueron llevados a los campos de exterminio por el hecho de no ser perfectos pues según los criterios alemanes no favorecían a la llamada raza aria.

Y en pleno siglo XXI, la discriminación y los crímenes de odio persisten bajo otros nombres. La discapacidad es el resultado de la interacción que los individuos con discapacidad y un entorno social que no cuenta con elementos adecuados para su inclusión, siendo la omisión de oportunidades la causa más fuerte para sentirse como una persona con discapacidad. La accesibilidad y la movilidad son los principales obstáculos a vencer.

En palabras de la directora del Centro de Investigación y Servicio de la Educación Especial, Lic. Raquel Jelinek Meldelsohn, opina que las PcD han estado segregadas y en pleno siglo XXI, no son aceptadas en sus familias. Muchas veces se habla de ellos, pero no con ellos. No hablar de los asuntos personales de la PcD con otros o enfrente de ellos como si no estuvieran presentes, respetar su privacidad es muy importante.

Meldelsohn considera que el primer paso para fomentar la inclusión social es empezar por respetar los derechos de las PcD tal y como están establecidos en la Convención de los Derechos para Personas con Discapacidad, saber qué necesidades tienen y

ayudarlos a ser autónomos e independientes. La misión que tenemos como sociedad es romper con el paradigma social e histórico para hacer de este mundo, un mundo de todos.

### Derechos sexuales de las PcD

- 1) Derecho a la expresión corporal
- 2) Derecho a la privacidad
- 3) Derecho a recibir información
- 4) Derecho a los servicios que requiera como anticoncepción, atención médica, consejo genético y asesoría sobre sexualidad.
- 5) Derecho a escoger el estado civil que más le agrade (soltero o casado).
- 6) Derecho a tener o no hijos.
- 7) Derecho a tomar decisiones que afecten su vida propia.
- 8) Derecho a desarrollar todo su potencial.

Fuente: Antología de la sexualidad humana. II. Dr. Francisco Delfín Lara. CONAPO. México.

“Es necesario arrancar las cadenas del prejuicio al creer erróneamente que este sector vulnerable por su condición no es apto para salir de su casa porque se piensa que este es el mejor lugar para estar seguros y no el exterior. Dejar de considerarlos no calificados para trabajar, sin derechos de ningún tipo o en el peor de los casos mantenerlos encerrados, desterrados y olvidados en instituciones de asistencia social como hospitales, centros de rehabilitación o en clínicas mentales, por citar algunos.”

Pareciera un cuento de terror, pero hoy en día aún existe gente que culturalmente no acepta a sujetos con alguna limitante, discrimina y rechaza sin comprender el proceso emocional de sanación que vive un discapacitado. Si para la misma persona es difícil al salir a la calle la mirada discriminatoria será el infierno mismo. Las miradas y palabras lacerantes de los otros les recordará quiénes fueron antes y quiénes son hoy.

En México, la principal causa de discapacidad física son los accidentes según datos del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI). Una vez que la persona impedida empieza a adaptarse a su entorno, a su nuevo cuerpo y estado, a mirarse sin odio, ella misma tendrá el valor, la voluntad y la fuerza para levantar las alas, resurgir de las cenizas y emprender el vuelo cual ave fénix.

“Recuerdo a mi madre Clara enseñándome a vestir y calzar sin más ayuda que mis propias fuerzas. Ella lo hacía con enorme paciencia y profunda firmeza, pero a veces con lágrimas en los ojos. Lo hacía dándome tiempo e infundiéndome fuerza y valor. Pasado el tiempo, tenía la extraña sensación de que era una persona discapacitada sólo hasta que me veía en el espejo.”

Así inicia el relato narrado por Gilberto Rincón Gallardo en *Discapacidad enfrentar juntos el reto* del Dr. Marc Enrich, Rincón Gallardo fue una de las miles de personas que se asumió como discapacitado y aprendió a distinguir lo que significa vivir con discapacidad, a ser prisionero de la discapacidad: “Ser discapacitado no es un hecho justo o injusto. No es un castigo o una condición merecida”. Y como él afirma: “Se es discapacitado y punto”.

Vivir con discapacidad impone el desafío de moldear las funciones sociales tradicionales según las nuevas y difíciles exigencias que se imponen a las familias. La

pareja no se reduce a ser sólo padres, tiene que convertirse también en expertos médicos, terapeutas físicos y emocionales.

Su enfermedad, una malformación congénita que disminuía el tamaño en brazos y manos, no le impedía desenvolverse con naturalidad en diversos aspectos de su vida: “lo recuerdo escribiendo con buena letra y a máquina, cocinando con placer platillos de su invención. Recuerdo que abrazaba con placer a su mujer y a sus hijos, que extendían con franqueza la mano para saludar, y que era capaz de enfrentar a la policía como cualquiera de sus camaradas, de participar en la batalla como cualquiera de los suyos” de esta forma Eduardo Vázquez Martín, amigo y reportero de la revista *Letras Libres* describe a uno de los hombres más aguerridos por cambiar la izquierda del país.

En 2003 Gilberto fue designado presidente del CONAPRED institución en la que realizaría una intensa actividad en defensa de los derechos de las minorías y principalmente de los discapacitados. Su voz llegó hasta las Organización de las Naciones Unidas (ONU) promoviendo la entrada en vigor del Tratado sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad: “Tendremos que luchar sin tregua para que las personas con discapacidad participen íntegramente en las decisiones que les atañen, formen parte del desarrollo, rompan el pernicioso ciclo pobreza/discapacidad y logren que se deje de enfocar el respeto a sus derechos como una concesión o una dádiva”.

Gilberto Rincón Gallardo vivió en un mundo profundamente injusto al que nuestros ojos se acostumbran con facilidad y en el cual es mejor la indiferencia que la sensibilidad. Como un día su madre le dijo: “Si no puedes abrocharte solo las agujetas del zapato, no podrás hacer nada por ti mismo en la vida”. Cada historia de vida es impactante como cada caso único, no hay perfección ni palabras que den un matiz

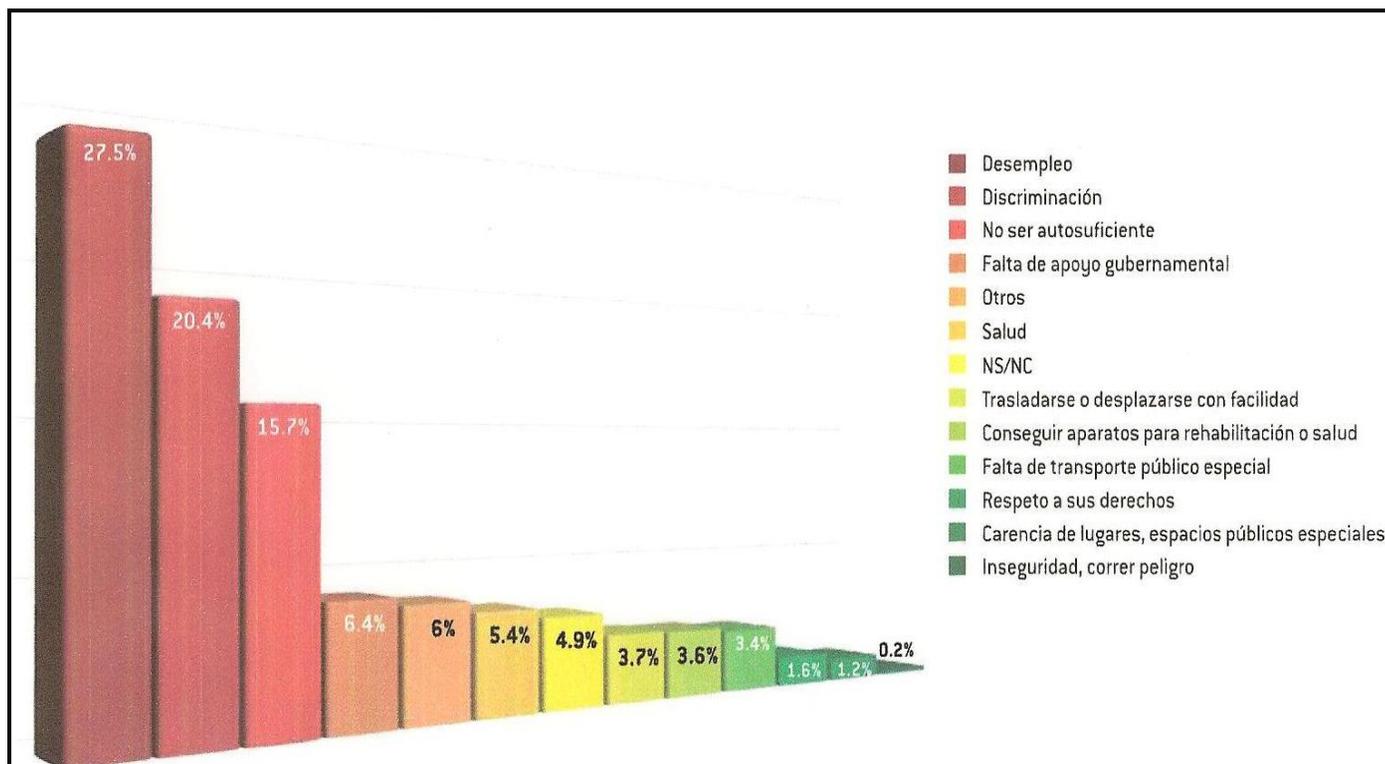
más cálido cuando se tiene que hablar de discapacidad, todo dependerá del cristal con el que se mire.

En palabras de Sara Sandoval, trabajadora social del Comité Internacional de Prociegos I. A. P: “ Para una persona con discapacidad visual, el perder la vista es sinónimo de perder poder, poder para hacer, poder para desplazarse e ir de un lugar a otro, las personas en un 70 % son visuales, al suprimir la vista se sienten indefensos, inútiles e incapaces. En la mayoría de los casos el hombre abandona a la mujer porque dejan de sentir atractiva a su pareja, en las mujeres la situación es al contrario, mantiene la relación, muy pocas veces abandona. ”

Dentro del programa de rehabilitación física del Comité, los especialistas se enfocan en tres puntos: querer, tener, poder. Querer hacerlo de acuerdo a mis nuevas capacidades, tener representa los medios para realizarlo y poder es ejercer la acción para realizar todo y no generar la dependencia de mi esposo/esposa o de un tercero.

La rehabilitación la llaman *habilitar* porque a las personas que por causas como diabetes, adicciones, accidentes o robos han perdido la vista, se les habilita a adquirir y aprender a desarrollarse con su discapacidad. Una persona con una discapacidad visual moderada en seis meses estará rehabilitada pero dependerá del daño físico. Dentro de la rehabilitación se abarca:

- a) La psicomotricidad es el dominio que el sujeto debe tener de su mente para controlar el cuerpo.
  - b) El área cognitiva, la reeducación del cerebro para esquivar obstáculos, medir espacios, formular mapas mentales y desplazarse sin miedo en la calle.
- Necesidades a resolver en las Personas con Discapacidad



Fuente: Encuesta Nacional sobre Discriminación en México (ENADIS).CONAPRED. México. 2010.

Y a pesar de que, la rehabilitación es importante en el desarrollo del sujeto, según datos reportados en la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México (ENADIS) 2010, la principal prioridad a resolver, es la inclusión laboral ya que un 27.5 % de las personas con discapacidad consideran que su principal problema en personas de su misma condición, hoy en día, es la obtención de un empleo.

Los tres problemas que más señalan las PcD son el desempleo, la discriminación y el no ser autosuficientes, se menciona en menor medida los problemas relacionados con la salud, la carencia de espacios públicos adecuados y el respeto a sus derechos.

Curiosamente en las respuestas de la ENADIS 2010, nadie menciona la sexualidad como un ámbito, que debe ser atendido tanto por el gobierno federal a través de sus

instituciones como por la familia y amigos. Desafortunadamente tampoco hay un rubro en que se haga alusión sobre los derechos sexuales y reproductivos en las PcD.



En la silla. Foto: Aktiva-mx. 2011.

En su experiencia como consejera sexual, la sexóloga Susana Sandra Oliver opina que a consecuencia de una lesión medular la parte de la sexualidad tiene que adaptarse ya que las necesidades de placer y satisfacciones a nivel sexual son las mismas como cualquier persona, conocer su cuerpo es la parte más importante deben informarse y pedir orientación porque su organismo cambió en todos los sentidos: biológico, fisiológico, imagen corporal, sensibilidad.

“Casi siempre la sexualidad se cancela, como sexóloga debo explicar que la sexualidad tiene que ver con cuestiones tales como: autoestima, dignidad humana, identidad. La sexualidad está presente en todos los humanos, es totalmente diferente al sexo, es decir, no son equiparables.

Es diferente a la reproducción, es independiente de la raza y características físicas. La lesión motora no impide que las personas experimenten deseos sexuales, una pareja que vive su sexualidad después de un accidente la vive de manera diferente a

como lo hacía antes del accidente; sin embargo, esto no significa que vivirlo diferente sea sinónimo de inferior” afirma Oliver.

### **El dolor es invisible, invencible**

*El dolor carcome las ideas,  
ahuyenta la luz,  
vomita sus ácidos  
sobre el esplendor  
del mundo.*

*Alberto Ruy Sánchez*

“Mi vida antes y después de la discapacidad sólo cambió en un aspecto, ahora todas las actividades las realizo en silla de ruedas. Los retos que he tenido que superar son la adaptabilidad física, mental y emocional a las circunstancias actuales. Yo he decidido superar la discapacidad, viviéndola y entendiéndola. La discapacidad está en la falta de información y actitud.”

(Arturo Valdez, Director de Aktiva-com)

“A mis 27 años puedo decir que la discapacidad se supera como todo en la vida, se sufre en ciertas etapas puesto que no es sencillo tener una discapacidad motriz a nivel T-10, es decir el número de vertebra en la cual se localiza la lesión. A pesar de no olvidarla, tampoco tengo una fijación en ser discapacitado, tengo que manejarme como una persona normal. Y lo más importante, es que sin duda la discapacidad la debes vivir, gozar y disfrutar ya que aprendes muchas cosas como valorar la vida.”

(Arturo Grimaldo Posadas, profesor de inglés)

La vida de una PcD se transforma de manera radical en el momento, en que se informa al paciente que quedará impedido para realizar determinadas actividades cotidianas, hombre o mujer. La desesperación es agobiante, la pérdida de la esperanza afectiva, social o profesional es incierta porque en un instante se derrumban los planes futuros, individuales o compartidos ante la realidad de adquirir una discapacidad.

Para una persona con todas sus funciones intactas, la discapacidad es como la muerte en vida, muerte de uno mismo, prevalece un sentimiento de soledad y abandono, ese sufrimiento físico invade y carcome de manera interna y externa al individuo, es un dolor que no puede ser localizado en ninguna parte del cuerpo, pero que está presente todos los días.

El individuo sufre ese dolor manifiesto, latente, lacerante pero sin saber cómo extirparlo. La PcD lo padece, lo vive, sin permitirse compartir con sus familiares ese momento amargo. Cuando la persona acepta su discapacidad y el daño causado en su cuerpo, las primeras reacciones serán fuertes y difíciles de manejar, existe negación, impotencia, intolerancia, ansiedad, depresión, tristeza, dolor, vergüenza, culpa, baja estima y pérdida de confianza hacia sí mismo, entre otras.

Ahora la persona se refiere a sí misma como un estorbo, una carga, un inútil, se percibe como alguien digno de inspirar lástima y parece que lo “bueno” desaparece de manera instantánea. Su mundo se fractura, los proyectos futuros nulos, la vida de la persona se convierte en un coctel de sentimientos y emociones e incluso en algunos casos pensará erróneamente que no existen razones para seguir viviendo.

El tiempo que dure el proceso de recuperación depende de la persona que lo está viviendo y de su personalidad. La clave está en manifestar libre y honestamente sus sentimientos, romper la armadura con la que se intenta sobreprotegerlos durante las

primeras semanas, manifestar el enojo, la ansiedad y la tristeza. Permitir la liberación de toda la gama de sensaciones experimentadas es el camino a la recuperación.

Después de la aparición de un *hándicap* en el transcurso de la vida casi siempre es seguida, al menos en lo inmediato, de una hospitalización y de una exclusión de los grupos que formaba parte. Las PcD tendrán que sufrir la falta de trabajo, la poca accesibilidad arquitectónica a los transportes, a restaurantes, a servicios de rehabilitación, hoteles, al cine, a muchos lugares que no cuenten con la infraestructura adecuada para ellos es uno de los principales obstáculos para desplazarse libremente.

Automáticamente, las puertas parecen cerrarse ante la llegada de un ciego o minusválido, confiriendo poder al defecto, a la apariencia física y no al sujeto, incluso han sido consideradas como asexuales, por lo que en algunas ocasiones se violan sus derechos sexuales y reproductivos, incluso se han esterilizado a hombres y mujeres sin pedir su autorización, según información del 2do Congreso sobre Discapacidad, 2010.

En cualquier proceso de recuperación emocional el trabajo es constante, el primer paso es expresar lo que se siente, se piensa para poder renacer y empezar a construir una nueva vida, asumirse y aceptarse como un individuo diferente en apariencia física, pero igual a los demás en derechos y oportunidades tal y como lo establece la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, firmada en México en el año 2007.

Irene Torices Rodarte, presidenta del Grupo Educativo Interdisciplinario en Sexualidad Humana y Atención a la Discapacidad (GEISHAD A.C.), afirma en su obra *Orientación y Consejería en Sexualidad para personas con discapacidad*, que “después de un

accidente o enfermedad la preocupación está puesta en dos áreas: la sobrevivencia y la pronta recuperación de la salud física y sexual”.

El ser humano es una unidad biopsicosocial, aún cuando el impacto de la discapacidad esté presente en una sola de estas áreas, indudablemente repercutirá en la sexualidad. Cuando el problema físico es adquirido, la imagen corporal es la más afectada e incidirá de manera inmediata en el nivel sexual peor aún si existe una alteración en el área genital.

#### Áreas que afecta la discapacidad

**a)** Física: Se manifiesta en su soma (cuerpo).

**b)** Mental: Afecta las funciones psicológicas.

**c)** Social: Los factores ambientales de organización familiar o comunitaria restrinjan el desarrollo del individuo.

El efecto es directo cuando el cerebro, médula espinal o nervios encargados de transmitir la información a los órganos sexuales están afectados y dependiendo del grado del daño, puede resultar la pérdida de la sensibilidad, dificultad en la erección y/o disminución en la eyaculación o poca lubricación en las mujeres, se presenta casi por lo regular cuando la discapacidad es motriz.

La lesión medular es una discapacidad que representa cambios múltiples en las diversas facetas de la vida de la persona lesionada. La medula es una estructura muy

importante para el funcionamiento de nuestro cuerpo tanto a niveles motores sensitivos y vegetativos (funciones en las cuales no interviene el corazón ni la respiración).

La médula se encuentra protegida por la columna vertebral, la médula lleva información de todo el cuerpo al cerebro y este a su vez envía toda la información al cuerpo, por ello cuando hay un daño se afecta la transmisión recepción de mensajes desde el cerebro a los sistemas nerviosos que controlan las funciones motoras y sensoriales. La lesión en la médula provoca:

- Alteraciones en la función de la vejiga
- Alteraciones en la función intestinal
- Trastornos de la sensibilidad o la pérdida completa de ella
- Trastornos motores manifestándose como paraplejía.

Los daños indirectos incluyen complicaciones emocionales como dolor en determinadas posiciones sexuales, temor en el desempeño sexual, rechazo de la pareja, escasa autoestima por pensar o creer que se es diferente a los demás y vale menos.

En entrevista con el periódico *La Jornada*, el Dr. José Julián Castillo afirma: “La idea de la rehabilitación es “disfrutar de nuestros cuerpos desde cualquier perspectiva u orientación sexual, por supuesto sin causar daño moral o físico. Es válido todo lo que resulte gratificante para el individuo o pareja. Se piensa en el pene y en la vagina como la única vía de tener placer, cuando el órgano sexual más grande que tenemos es la piel.”

La severidad del efecto en la sexualidad y la respuesta sexual estará siempre relacionada con el tipo de daño provocado por la discapacidad, por ello es vital la terapia individual o de pareja para retomar su vida sexual sin importar condición civil, informarse para romper tabúes, los cuales pueden inhibir drásticamente en la expresión de su sexualidad.

#### Mitos sobre la sexualidad de las personas con discapacidad

- La falta de una extremidad no significa falta de deseo.
- La imposibilidad de moverse no representa imposibilidad de sentir placer.
- La ausencia de sensaciones no significa ausencia de sentimientos.
- Los minusválidos son asexuales.
- La incapacidad física genera incapacidad sexual.
- Es esencial para la satisfacción sexual que el coito termine en orgasmo.

Fuente: Antología de la sexualidad humana. II. Dr. Francisco Delfín Lara. CONAPO.México.

En entrevista con el Dr. Francisco Delfín Lara, médico y terapeuta sexual sostiene que “el miedo de ser incapaz de funcionar y todas las preocupaciones acerca de las discapacidades físicas ocasionan la mayoría de los problemas sexuales de las PcD y no tanto la condición física o alteración en sí misma. No importa el deterioro que se tenga, siempre será posible disfrutar su vida sexual.”

## **Fresa, chocolate, limón... ¿De qué sabor es la discapacidad?**

Imaginemos que cada tipo de discapacidad es un sabor de helado, puede ser de fresa, chocolate, vainilla, nuez, limón, piña....los tipos de discapacidad representarían un helado diferente o uno de sabor napolitano, que es la combinación de varios sabores, una variante diferente, pero succulenta al paladar.

Los tipos de discapacidades pueden ser justo un helado sabor napolitano porque no hay discapacidad única, casi siempre está en combinación con otras y es el resultado de diversos factores tales como: desnutrición, falta de atención de salud, de calidad, enfermedades infecciosas, accidentes, lesiones, envejecimiento, incluso por conflictos bélicos, urbanización, contaminación y desastres naturales, son las principales causas que enlista la Organización de Naciones Unidas (ONU).

Durante años han existido personajes que han hecho historia a través de su talento en la música o cine. Con su inteligencia han dejado un beneficio para la humanidad alguna vez hemos oído hablar de ellos y sin saber que todos poseen una característica peculiar, una discapacidad o una combinación de varias, sin ser esto impedimento para sobresalir en la sociedad, ni obstáculo para relacionarse y tener una pareja.

Clasificación de la discapacidad según datos del INEGI:



**Mental:** Se caracteriza por una disminución de las funciones mentales superiores inteligencia, lenguaje, aprendizaje, entre otras así como las funciones motoras.



**Física/ Motriz:** Es la limitación o falta de control de los movimientos, la funcionalidad y la sensibilidad, lo que impide realizar las actividades de la vida diaria de manera autónoma. Los principales problemas que puede generar son: movimientos incontrolados, dificultades de coordinación, fuerza reducida y dificultad con la motricidad fina, como fue el caso de Christopher Reeve mejor conocido como Superman, quien quedó tetraplégico al caerse de un caballo en una competencia hípica.

De los casos más notables está el del físico Stephen Hawking, que a los 21 años le fue diagnosticada esclerosis lateral amiotrófica (ELA), enfermedad degenerativa neuromuscular. Su discapacidad no fue impedimento ni le obstaculizó en su carrera científica, hoy en día es el investigador vivo que ha dado un gran aporte al mundo de la astronomía y la física.

Son variadas las causas que pueden provocar las discapacidades físicas además de ser las más complicadas de ocultar y las más severas.

**Sensorial:** presenta una alteración del funcionamiento en el área del cerebro que controla los sentidos. Dentro de la categoría de la discapacidad sensorial, encontramos la discapacidad visual, auditiva y otros tipos de discapacidades relacionadas con la disminución de algunos sentidos, por ejemplo, la disminución en la sensación del gusto.



**Visual:** Se manifiesta por anomalías orgánicas o anatómicas del ojo y/o de la vía óptica que producen defectos en la función visual. Entre los tipos de discapacidad visual más comunes se encuentran: la ambliopía -oscurecimiento de la visión-, el estrabismo -desviación de los ojos- y la ceguera, entre otros.



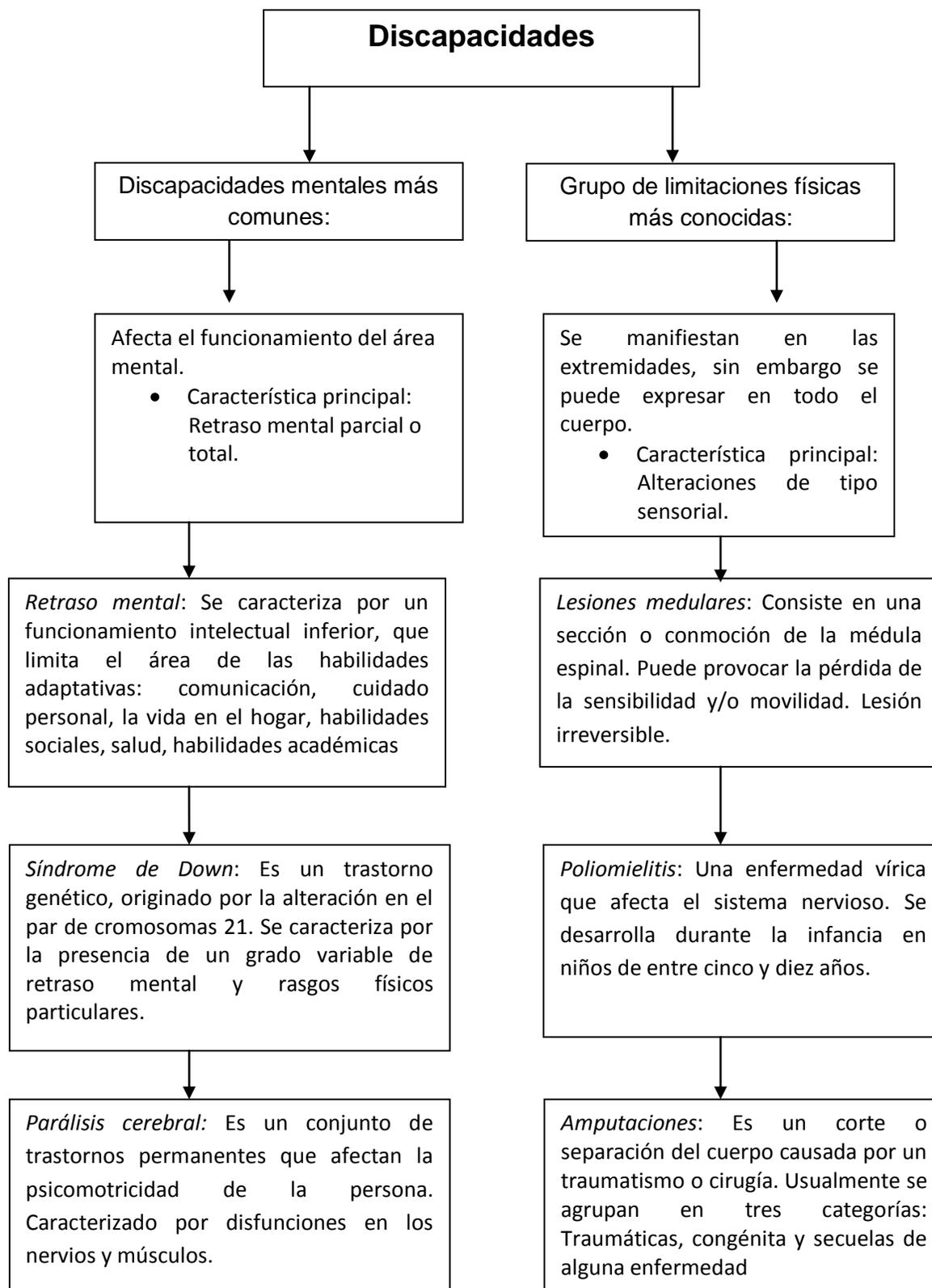
**Auditiva:** Es una falta o reducción de la habilidad para oír claramente debido a un problema en algún lugar del mecanismo auditivo. Puede ser parcial hipoacusia o total cofosis-. La pérdida en la capacidad auditiva puede ser un rasgo hereditario, o bien, ser consecuencia de una enfermedad, traumatismo, exposición al ruido por periodos largos, o a causa de medicamentos agresivos que afectan el nervio auditivo.



**Comunicación y lenguaje:** Los trastornos en el lenguaje generan impedimento en la habilidad para entender o utilizar las palabras de manera correcta. Algunas características de los trastornos del lenguaje incluyen el uso inapropiado de las palabras y sus significados, la inhabilidad para expresar ideas, modelos gramaticales, un vocabulario reducido y la inhabilidad para seguir instrucciones.

Pocos conocen que Beethoven, Albert Einstein, Luis Pasteur, Thomas Edison, Leonardo Da Vinci, John F.Kennedy tenían entre otras una discapacidad de aprendizaje cuya limitante en todos ellos era la capacidad inadecuada de escuchar, pensar, hablar, leer, escribir o realizar cálculos matemáticos.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, en su artículo primero define: “Las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, pueden impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.” De acuerdo a lo anterior podemos englobarlas en dos campos.



A medida que cambien nuestras actitudes hacia las personas con discapacidad y se acepte la sexualidad como un aspecto que enriquece la vida de todos los individuos, la rehabilitación de la sexualidad será más sencilla, con paciencia y perseverancia, se recuperará el goce sexual y afectivo.

## **CAPÍTULO TERCERO**

### **El imperio de los sentidos**

*¿Qué es un orgasmo? Eso que con tanto esfuerzo rítmico evito  
para poder, algunas veces, multiplicarlo  
El camino delirante, accidentado, carnavalesco  
lleno de sobresaltos hacia ti,  
es una y otra vez mi orgasmo.  
Eyacular es otra cosa.*

*Alberto Ruy Sánchez*

#### **Tras el relámpago, tu orgasmo**

El halo de misterio en Raymundo fue lo que le gustó a Erika. Ellos se conocieron hace cinco meses en la clase de cocina que se imparte en el Comité Internacional de Prociegos I.A.P, ubicado en la colonia Santa María la Ribera. Ambos tienen discapacidad visual.

Su relación se cocinó al calor de galletas sabor a chocolate. A Erika le atrajeron los ojos color café de Raymundo, sus pompis y caballerosidad, la honestidad y el mantenerse alejado de sus compañeros en el centro. Erika fue quien dio el primer paso, tomó la iniciativa de acercarse y hablarle en la clase de cocina. El resto es historia, a partir de ese momento, salieron juntos y después se hicieron novios.

Raymundo perdió la vista por dos causas, un accidente laboral y la negligencia médica en una mala operación en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). Él trabajaba en el almacén de la tienda departamental Palacio de Hierro, al cargar unas cajas la retina se le desprendió del ojo derecho, con una operación logro recuperar parcialmente la vista pero en una segunda y mala intervención quirúrgica, los médicos le robaron la vista totalmente.

En el caso de Erika, su diagnóstico es presión intracraneal, la inflamación del cerebro obstruye al nervio óptico de su ojo derecho ocasionando que no vea nada y en el ojo izquierdo, su vista es limitada, no distingue colores.

“A mí me gustó su altura, las proporciones de su cuerpo, su personalidad, Erika es muy risueña, segura de sí misma, defiende sus ideales y lo que ella quiere, me sedujo además que fue muy hábil para conquistarme, prácticamente me acosaba, todo el tiempo y a todas horas.” Afirma, muy contento y sonriente, Ray, como lo llama Erika.

Sentados bajo la sombra de una gran jacaranda, Ray y Erika platican tomados de la mano, sin mirarse se miran, manifiestan continuamente su cariño con besos. Ella viste unos jeans ajustados y chamarra azul de mezclilla, unas botas de tacón, dándole más altura a sus 1.74 metros de estatura.

Y a pesar de la seguridad que demuestra Erika, antes de conocer a Raymundo, decidió terminar una relación porque dejó de sentirse atractiva para su pareja ya que perdió la vista total del ojo derecho.

Actualmente está jubilada por su discapacidad, tiene un hijo de 15 años, al igual que cualquier mujer, se dedica al hogar, en sus ratos libres asiste a clases al Comité. Su meta a futuro es aprender inglés e ir paso a paso con Ray.

Para Raymundo y Erika, no sólo en el ámbito sexual se limitan a las PcD, sino en cualquier área, política, económica, laboral y social: “Es una limitación común en el ser humano, todo lo que no vive, piensa que los demás tampoco lo han experimentado, “en las minorías” es lo mismo, alguien que no tiene discapacidad no piensa en los demás que sí la tienen, porque no la viven, ni la padecen. Peor aún, el gobierno se interesa por las mayorías y los servicios para el común de la gente nunca serán iguales, menos para las PcD,” afirma Ray.

Erika opina que la sexualidad se aprende desde la casa, desde ahí empieza la limitación cuando te inculcan que la masturbación es algo malo o un pecado, te inculcan que es un castigo que debes dejar de sentir. Cuando uno adquiere una discapacidad dependerá de uno, si se reprime o sobresale. La masturbación es parte de la sexualidad, sirve para conocerse más, mi discapacidad no tiene porque interrumpir esa actividad. En nosotros como personas con discapacidad visual (PcDV), el tacto será nuestro sentido por excelencia.

Tanto para Eri y Ray, las parejas con discapacidad deben aprender que la comunicación es muy importante, saber de la otra persona lo que no te gusta y viceversa, ser honestos y practicar todo lo aprendido, te llevara al camino de la intimidad y la felicidad.

Ray mira con cariño a su pareja, deja que ella responda, pero ante el silencio, toma sus manos, las envuelve y responde: “El erotismo es una parte más profunda del contacto sexual desde una caricia, un beso o un coito. En nuestra relación aún no entramos a ese terreno tan profundo y rico, para nosotros todo es nuevo desde la discapacidad hasta una simple mirada, es una sensación nueva.”

Al hablar de erotismo entramos al mágico territorio de lo imaginado, al placer delirante de un orgasmo, al sendero que conduce a la calidez de una sonrisa, a miradas de fuego que conducen a una maravillosa exploración por la selva accidentada de dos cuerpos unidos. Octavio Paz nos dice en su obra *La llama doble: Sexo, erotismo y amor*, son tres nociones complementarias que dan como resultado el verdadero amor, donde se fusiona cuerpo, imaginación y deseo de posesión por el ser amado.

El erotismo invita a la excitación, pero no solamente sexual y corpórea, sino de la imaginación, sentir y desarrollar esa capacidad innata de desear con todos los sentidos, con toda libertad, no se limita a ver. Es crear un espacio donde dos almas

fusionen su esencia que va más allá de la realidad. Es el despertar, la curiosidad ávida por descubrir y renovarse día a día como seres deseantes sin importar condiciones físicas o limitantes intelectuales, hacer de cualquier discapacidad un arma para ejercitar y practicar el erotismo en parejas.

Para las PcD implica adueñarse de su cuerpo, explotar sus diferentes zonas erógenas, apropiarse del momento íntimo, implica disfrutarlo, no pensarlo para poder llegar a la cima de todo acto amoroso, el clímax u orgasmo sin embargo no es la meta a perseguir, una persona puede sentirse sexualmente satisfecha en cualquiera de las etapas que llevan al orgasmo.

Ante la pregunta, ¿qué es un orgasmo?, Eri, sonrío, sus ojos parecen querer salirse, Ray ladea la cabeza y la mira: Un orgasmo es fabuloso, sublime, son sensaciones físicas y mentales, que provocan perder el sentido, es escaparte a otro mundo. Minutos más tarde Erika responde: ¡Orgasmo!, lo he experimentado pero no sé definirlo, es lo que me provoca Ray al acariciar mis senos.

Para el Dr. Delfín Lara: “En el orgasmo intervienen tanto las sensaciones simples como procesos mentales muy complejos, se puede definir como la máxima excitación generada por una suma gradual de respuestas de los receptores sensoriales físicos, combinada con fuerzas cognitivas y emocionales.”

Para George Bataille, el erotismo está integrado por tres componentes: El erotismo de los cuerpos cargados de deseo carnal, es entrar en el ser en lo más íntimo posible. Segundo, el erotismo de los corazones persigue la felicidad, no se remite a la pasión física y el erotismo sagrado toma al cuerpo y al placer como expresiones divinas, como vías de comunicación hacia la nada, el todo, Dios o el universo.

Implica ver el acto sexual como un ritual, cargado de deseos, sentimientos y placer, un terreno fértil para todo lo inimaginado que inicia y termina en el orgasmo, es en sí el deseo más profundo en las mujeres y hombres, será buscado desde que se transforman en seres sexualmente activos.

El orgasmo sería como una droga por la euforia experimentada, breve pero muy intensa, seguida de un periodo de relajación, sedación y sensación de bienestar, casi siempre será en la mayoría de casos, un acto muy placentero. El orgasmo como lo describe Alberto Ruy Sánchez, en su libro *Los Jardines Secretos de Mogador*, es en sí, un eludir el éxtasis equívoco de la cumbre única del relámpago para entrar en el intenso ascenso espiral que giro a giro va dibujando nuestros cuerpos como una demorada tormenta eléctrica.

### **Más allá de las palabras: la magia del cuerpo**

*Este jardín de Mogador está hecho para todos los sentidos por igual.  
Es mucho más que un escenario para los ojos.  
Si hueles y tocas descubrirás en él más que si miras tan sólo.  
Si escuchas y pruebas, más aún.*

*Alberto Ruy Sánchez*

El juego sexual puede iniciar de mil formas, pero siempre por medio de la estimulación de uno o varios sentidos: oler, observar, acariciar, escuchar o saborear. ¡Amor a primera vista! Para aquellos incrédulos que suponen, que el amor no existe a primera vista, es falso porque el primer sentido por el cual se siente atracción hacia el sexo opuesto es a través de la vista.

La vista es el sentido más poderoso para captar la realidad, el exterior, por los ojos entra nuestro gusto hacia los demás, es cierto, la primera impresión jamás se olvida, se queda registrada porque observa las diferentes formas del cuerpo, vestido o desnudo, el tipo de ropa, las texturas o adornos que portan las personas.

A veces no se necesita conocer físicamente a las personas, con oír hablar de ella o el, el cerebro hace una imagen de dicha persona, al conocerla en vivo, la vista nos ofrece al otro como un cuerpo en el espacio, a través de sus movimientos, nos los resume, cuando nos acercamos, se descubren los matices de su cuerpo y rostro. También percibe estados de ánimo y emociones como tristeza, alegría, enojo, indiferencia.

La vista, es el sentido más importante y tiene un aliado poderoso: la imaginación. Una mujer semivestida es mucho más excitante que desnuda.



La Huella del grito. Foto: Alejandro Zenker. *Ojos que sienten*. 2010.

Y lo es porque al tener cubierta una parte o la totalidad de su cuerpo, hace que el hombre imagine lo que no ve, activando una serie de mecanismos a nivel interno que ayudan a la imaginación, a despertar el deseo por esa mujer y/o hombre. En una PcDV, el tacto será su sentido por excelencia, porque a través del contacto, de tocar a su pareja, se activará su vista, la mente se encargará de ejecutar la acción en la intimidad.

Tomar de la mano a la persona amada al principio de la relación es una de las emociones más tiernas que existen, en ese contacto se establece una corriente afectiva y corporal intensa, naturalmente se asocia a la mirada, al lenguaje, al silencio y a todo ese conjunto de elementos que constituyen el lenguaje no verbal entre dos

personas. Las caricias, los mimos, el silencio, crean el clima necesario para que la comunicación sexual alcance su punto máximo, en el acto sexual no sólo están presentes los sentidos exteriores o interiores, sino lo que yo soy y lo que el otro es, mezclados forman una totalidad.

Guadalupe Ávila García en su libro *Orientación y consejería en Sexualidad para personas con discapacidad*, opina: “La mirada puede establecer de manera silenciosa un acercamiento erótico para dos personas que se atraen, una mirada puede ser tan excitante como un tocamiento.”

La ternura es la antesala de las caricias, besos y es aquí donde el sentido del tacto entra en acción en la geografía sexual del cuerpo humano. Explora y siente la belleza femenina y masculina en todo su esplendor, es por medio de la cual la pareja se mira, se observa y se detiene la una en la otra.

Durante el acto sexual o no, las manos siempre están a disposición de tocar, sentir un suave pecho, unas piernas tibias, el cabello, es una experiencia sumamente placentera, una sutil caricia transforma cada roce y beso en una descarga eléctrica. Hay varias formas de tocar: rozando, acariciando, arañando, todas con diferente presión e intensidad.

La piel es muy sensible y puede ser explorada con cualquier parte del cuerpo u objetos delicados como una pluma o una flor. Todo el cuerpo es receptivo al placer, el autoconocimiento ayudará al otro a enriquecer esta experiencia táctil.

Y sí, las caricias y los besos se funden con las palabras, la maravilla de escuchar murmullos o sonidos que “encienden” es indescriptible, susurrar “cachondamente”, es otro ingrediente de la excitación. Para los hombres, los gemidos de ellas representan

la señal de que están gozando, durante la relación sexual pero se requiere de tiempo y paciencia.

El aroma natural segrega sustancias placenteras al cerebro conocidas como feromonas, ellas trabajaran para desencadenar de manera inmediata la excitación, el deseo de estar con él o ella, sin percibirlo instintivamente aumentará el deseo.

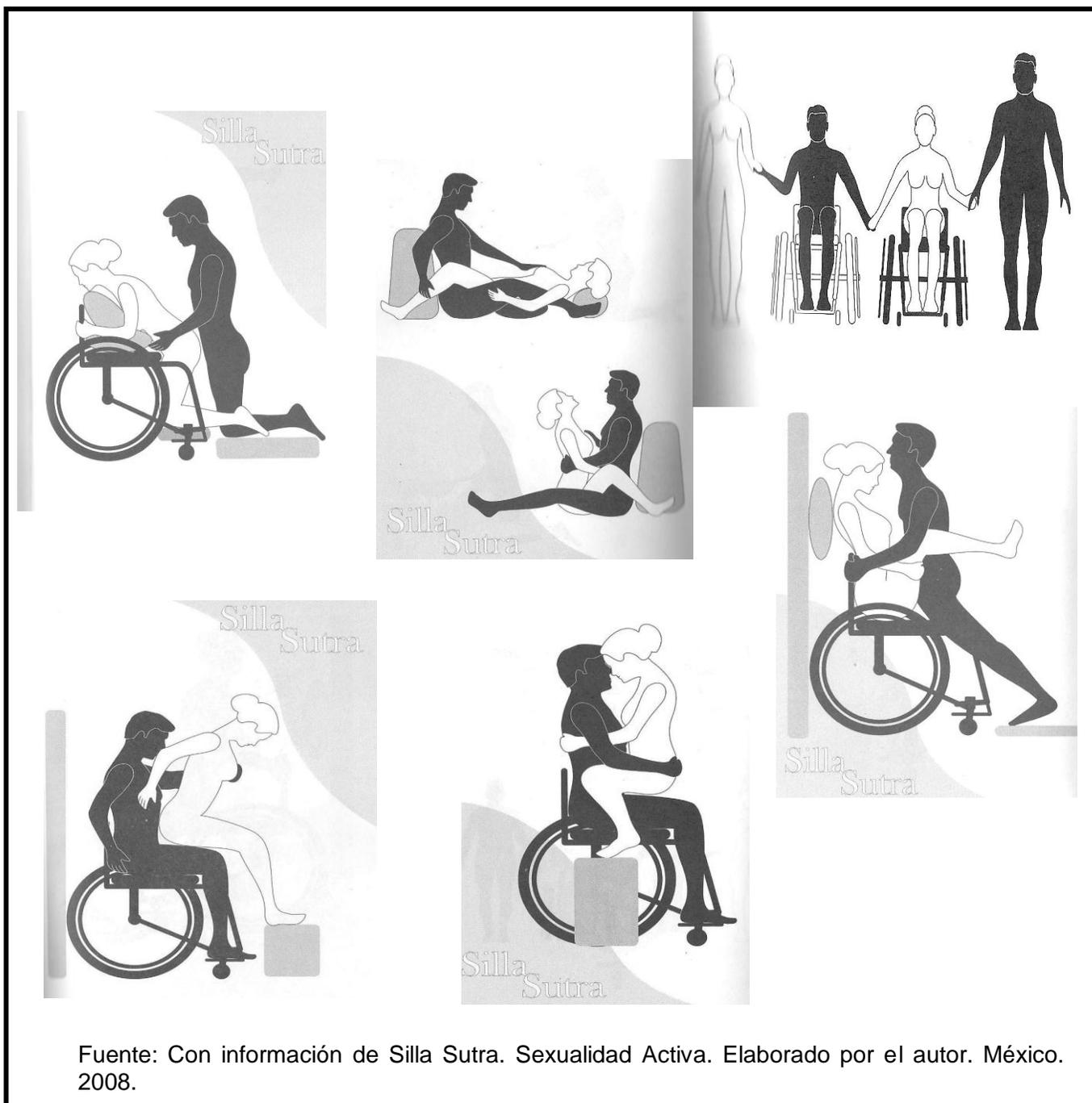
El más comprometido de todos los sentidos es el gusto, éste percibe el sabor del cuerpo en su conjunto, desde la boca hasta los pies, el recorrido por cada poro de la piel causa una fuerza mutua, la lengua, los dientes y labios harán el trabajo sucio. Besar representa uno de los placeres más succulentos y el intercambio de afecto que produce un beso es determinante para el resto de la actividad erótico-afectiva.

Por medio del gusto distinguimos los sabores de los alimentos y bebidas, el sabor del cuerpo en el sexo oral, cuando se acarician los órganos sexuales de la pareja con la boca, al igual que en el tacto, el cuerpo puede ser lamido, chupado, besado, y así conocer los diferentes sabores.

En el arte de la relación sexual, tan importantes son las palabras de amor, los elogios y la afirmación, una mirada de aprecio, la paciencia y la comprensión de la sexualidad, incluye aromas, gustos, palabras, sentimientos, sensaciones como el conocimiento de las zonas erógenas. “La falta de un sentido no imposibilita el ejercicio de un encuentro sexual placentero, así ante la presencia de una discapacidad física, sensorial, o intelectual, se pueden utilizar los sentidos restantes o rescatar la parte residual de estos”, sentencia Guadalupe Ávila García.

## Posiciones

Las posibilidades pueden ser ella de pie y él en silla, él en silla y ella en silla, ella en silla y él de pie. El cojín es el soporte para tener una mejor postura.



El diagrama anterior nos muestra algunas posiciones para practicar la sexualidad cuando se esta en silla de ruedas o con lesión medular, en el portal web *Aktiva-mx*, hay más opciones interactivas para todo tipo de usuario con acceso a internet, este sitio da herramientas e información para compartir en pareja o solo.

Cuando más rica sea la exploración propia y de ambos en la aplicación de los sentidos, más amplia será la experiencia del placer. Sintonizar con la persona amada es aprender a bailar, ser sensible a cada nota musical, requiere una afinación de casi todos los sentidos.

¿Mariposas en el estómago? ¿Tiene algo que me gusta, pero no sé que es? Sí tú has sentido algo de lo anterior échale la culpa a las feromonas porque son las encargadas de generar la llamada “química del amor”, es la producción de señales químicas involucradas en funciones vitales como la sincronización de los ciclos fértiles y juegan un papel importante en los fenómenos de reproducción. El sistema nervioso, hace su parte al activar a los miles de millones de neuronas que se comunican entre sí con las sustancias conocidas como neurotransmisores, mismos que liberan más de 100 moléculas que participan en el coctel amoroso.

Los componentes químicos en conjunto con los sentidos, la cultura y la sociedad son los responsables de que las personas nos agraden o no, el proceso evolutivo en las especies determina lo que hoy en día somos para interrelacionarnos y escoger una pareja, para reproducirnos, en sí el amor es algo de amistad, química e intimidad.

## **De amor, pasión y deseo**

*Soñé que dormías desnuda a mi lado y  
que aún antes de despertar completamente  
yo levantaba mi mano hacia ti para acariciarte.  
Tocaba tu piel alrededor de los pezones.  
Embriagándome en su textura,  
me acercaba en círculos a la parte más dura  
y mis dedos lentamente enloquecían.*

*Alberto Ruy Sánchez*

Para hablar de amor, sobran los expertos, no hay ámbito que no esté impregnado de dicha palabra, poemas, historias, pinturas hasta las letras de las canciones embriagan e incitan a amar... hacen del amor algo inatrapable, volátil, encantado, casi sublime, pero ¿qué es el amor? ¿cómo definir su esencia? Una de las particularidades de este fenómeno es su cualidad de “mágico” que elude la conciencia y el control voluntario del ser humano, tan antiguo y a pesar de los años sigue vigente, renovado, parece que nunca se abarcara en todas sus dimensiones así es el amor, tan importante es que hay miles de historias entorno a él.

Según la mitología griega, Eros el dios del amor, representado como un adolescente de extraordinaria y atrayente belleza, de apariencia inocente, carente de malicia es a la vez rebelde, irreverente, lúdico. Está dotado de una arma poderosísima, arco y flechas, es quien hace blanco en las parejas provocando el enamoramiento, su influjo es tan poderoso que ningún dios escapa a él.

El sujeto se siente atraído con gran fuerza, “poseído”, enamorado sin saber a bien que lo llevo a ese poder, ocupa todos los pensamientos, modifica los sentimientos, la percepción del mundo y de sí mismo. “El enamoramiento es un estado psíquico transitorio que puede ir desde unas semanas hasta tres años, aunque

excepcionalmente pueden ser muchos mas”, según afirma Héctor A. Ortega-Soto y Elizabeth Brunner en *Bases biológicas de los fenómenos de la Vinculación Humana*.

El enamoramiento se expresa por manifestaciones y conductas muy precisas que a simple vista se observan en los enamorados, la persona siente una constante sensación de bienestar, alegría, de satisfacción, siente que no le falta nada, entra a ese limbo de felicidad. El pensamiento gira alrededor de la persona elegida, no hay ojos para otros, basa su futuro en la permanencia de la relación con la persona amada, es el objeto de nuestros deseos, en la comunicación las palabras salen sobrando y se crea un lenguaje para los intercambios de ternura.

De acuerdo con el documento de las vinculaciones afectivas: “La necesidad y deseo de estar en contacto con la pareja se manifiesta en un incremento del deseo y de las relaciones sexuales, se vive como altamente gratificantes, hay gran disposición para ellas y el solo pensamiento o el mínimo roce corporal da paso a la excitación y a una enorme disponibilidad para el placer sexual. El amor se vuelve el motor de grandes proezas y es el causante de la demolición de grandes obstáculos, y más, sí se ve, favorecido por la sensación de correspondencia. Si el sujeto se sabe correspondido, el amor crece aunque los impedimentos externos sean enormes.”

La vida parecería imposible de vivirse en silla de ruedas, sin poder caminar o desplazarte con tus piernas para José Luis Caudillo Piña, una persona con discapacidad motriz, la vida es un desafío para disfrutarlo y vivirlo, de ella se alimenta desde que amanece hasta anochecer para él, levantarse cada día ya es un éxito. El reto que impone la discapacidad motriz es arduo para las personas que no tienen movilidad de la cintura a las piernas, el transporte público es uno de los principales obstáculos a vencer para desplazarse en silla de ruedas.

José Luis Caudillo es psicólogo de profesión, pero de tiempo completo es papá, combina su profesión como director de ventas de una empresa en favor de la discapacidad, *Aktiva-mx* por las tardes estudia un diplomado en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Hace 16 años, un accidente automovilístico fue la causa de su lesión medular a nivel T4 (la vertebra cuarta es donde se localiza el daño medular, a partir de esa vertebra no se tiene movimiento hacia abajo) dejando inmóvil para siempre, como él dice fue un volado que perdió.

Un descuido al manejar provocó su accidente, se quedó dormido acto seguido chocó contra una muro de contención, el fuerte impacto ocasionó que José Luis saliera volando por el medallón de la parte de atrás de su auto, al despertar en el hospital comprendió la gravedad del choque, quedarse inmóvil y en silla de ruedas.

“No me permití vivir un duelo, ni una rehabilitación a los 19 días del accidente, mi madre me mandó de regreso a la FES, no me dio tiempo para ponerme barreras mentales y sin importar cómo me desplazaría regresé a mi vida en la universidad. Uno debe afrontar la situación del momento y darle solución, es como una metamorfosis que vives y asimilas poco a poco.”

“En mi experiencia profesional al convivir y trabajar con personas con lesión medular, a la mayor parte de las personas su familia los ha impulsado a recuperarse, las personas se reintegran rápidamente, pero aquellas a las que les das tiempo para reincorporarse tardan más en salir adelante. En este tipo de situaciones es como un volado, hay personas que llegan a recuperarse mucho después del accidente o simplemente permanecen en casa, en su pequeño mundo”, declara el psicólogo José Luis Caudillo, de la Facultad de Estudios Superiores (FES) Iztacala.

Caudillo opina que la persona que sufre por no poder moverse, no debe ver su discapacidad como el fin de la vida, sino como un problema que deben resolver, es

erróneo pensar que el mundo está en contra tuya. Para él, un año de rehabilitación física haciendo ejercicios es tiempo tirado a la basura porque es tiempo libre para pensar en todo lo que ya no podrás hacer, considera que eso es más traumante que un estímulo para recuperarte.

En voz alta piensa y se hace esta pregunta, la discapacidad ¿se sufre?, ¿acaso se padece? ¿se supera?, se responde a si mismo: “La mente humana es tan poderosa como adaptable cada persona tiene un periodo para superarla, pero como todo, quien no tiene poder de cambio desaparece, el cambio es vida”.

Ante el silencio, toma la palabra nuevamente, si preguntaras ¿qué es lo más difícil del cambio, de la metamorfosis? Te diría, la recuperación de la confianza en uno mismo, no ver el fantasma social del rechazo y pensar ¿si no me acepta? cuando ya estás pensando que te rechazarán sin haberlo intentado es grave, aunque uno como especialista les dé todas las herramientas, si uno mismo no cree en uno, ¿quién lo hará? nadie.

En su experiencia como psicólogo, considera que la rehabilitación es como una pirámide cuya base es la familia, seguida de la inserción laboral y al final está la pareja: “En primer lugar está la familia que es fundamental porque ella te impulsará a reintegrarte en la vida, laboral, social, económica y educativa o te discapacitará más al sobreprotegerte, ya que te influirá el miedo. El miedo es lo primero que se debe perder, el miedo a “todo”. Superado este nivel, la segunda fase es regresar a la escuela o conseguir un empleo para tener recursos propios y salir a la calle.

En esta segunda fase se reeducan los hábitos fisiológicos, el control de esfínteres, la higiene personal es fundamental. El último peldaño es pensar en tener una pareja, la misma percepción que uno tiene sobre sí mismo se refleja en los demás, si reflejas tu discapacidad, la gente lo notará y nadie te hará caso, las personas verán en ti un

problema. La silla sólo es un medio para desplazarte, no es un impedimento para relacionarte con una pareja”.



La carrera de José Luis y Sebastián. Foto: Guadalupe Templos Lara. 2012

Hace 10 años, José Luis trabajó en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), capacitando a gente sobreviviente de lesiones medulares dando pláticas informativas sobre temas como: control de esfínteres, uso de la silla de ruedas, higiene personal, prevención de escaras (llagas en la piel) entre otros. Su trabajo le permitió conocer a especialistas desde médicos generales, hasta sexólogos.

Fue en esa etapa laboral donde Caudillo aprendió de los testimonios de las personas con lesión medular, aprendió a tener una autoestima más alta y atreverse a tener una pareja con o sin discapacidad. En ese periodo conoció a la madre de Sebastián, su único hijo.

Después de un periodo de salir como amigos, se hicieron novios, decidieron casarse, pero como en todos los matrimonios las diferencias de carácter eran muchas, así que decidieron separarse, ambos cuidan a Sebastián, un niño de 6 años.

“Antes la sexualidad para mi era un simple contacto físico, un coito a partir de mi lesión medular, redescubres, que la sexualidad va más allá, que una penetración, redescubres que hay estímulos antes, durante y después de la relación sexual. Lo más grato de mi sexualidad es dar placer, antes de la lesión era satisfactorio sentirte el "macho" sin importar qué siente ella o cuál fue su experiencia de placer. Después de mi lesión aprendí que es muy placentero sentir que la persona que está conmigo, disfruta, goza y llega a experimentar uno o más orgasmos.”

No eres el experto o maestro, es primordial que no intentes tener una pareja si sólo deseas tener sexo, eso debe pasar a segundo término. Vivir el erotismo con una pareja estable es delicioso porque dentro del erotismo están los juegos previos al acto sexual, los cuales contienen una importante carga de imaginación, no es algo que llega, cinco o diez minutos antes de tener relaciones sexuales, sino desde que conoces a la persona. El erotismo es la creación de una atmósfera de interés, hay erotismo incluso al tomar un café.

Aún en silla de ruedas, José Luis se mueve como pez en el agua, dentro y fuera de su departamento, él va a donde desea. Su sentido del humor hace que siempre esté alegre, contento, con una sonrisa dibujada en su boca, confiesa con cierta modestia: “Soy un hombre atractivo, interesante para el sexo opuesto, tengo auto y departamento propio. Soy independiente, tengo una estabilidad económica, tuve un matrimonio, una separación, tengo a Sebastián, ya superé todos los niveles, ¿qué me faltaría por vivir?”.

Con cierta rapidez, José Luis, toma su mochila, prepara sus cosas, si no “corre”, llegará tarde a recoger a Sebastián, del colegio de su hijo deberá ir a sus clases en la FES. Cierra la puerta de su departamento, baja por la rampa hacia el estacionamiento. De la silla pasa al asiento del auto, toma su silla, la mete al coche e inicia su viaje.

Todas las personas necesitamos amar, ser amadas, sentir y expresar nuestra capacidad amorosa, vincularnos, sentir esa conexión con las personas y las cosas. Para el Dr. José Julián Castillo una relación sexual no se limita al coito: “Si yo quiero acariciar y besar a mi pareja y nos quedamos ahí, eso es una relación sexual. Si quiero masturbar a mi pareja y nos quedamos ahí, eso es una relación sexual. Si solamente nos quisiéramos acariciar sin besarnos, eso es una relación sexual. Todo lo que produzca placer es una relación sexual.”

Como dice José Ortega y Gasset, la sexualidad es obra de nuestro magnífico poder de imaginar, el cual ya no es un instinto, sino todo lo contrario: una creación.

## CAPÍTULO CUATRO

### “Dí que vienes de allá, de un mundo raro”

#### Perspectiva mundial



Las personas con discapacidad conforman uno de los grupos más marginados del mundo. Esas personas presentan peores resultados sanitarios, obtienen resultados académicos más bajos, participan menos en la economía y registran tasas de pobreza más alta que las personas sin discapacidad.

En la silla. Foto Arthur Calassans. Organización Mundial de Salud. 2011.

Dichas minorías representan un 10 por ciento de la población mundial que vive con alguna limitación específica, es decir, 650 millones de personas están imposibilitadas a desarrollarse plenamente según cifras de la Organización Mundial de la Salud, la situación a nivel mundial, es la siguiente:



Dame tus pies. Foto: Sophia Paris. Organización Mundial de Salud. 2011.

Hoy en día la discapacidad se considera una cuestión de derechos humanos. Las personas están discapacitadas por la sociedad, no sólo por sus cuerpos. Estos obstáculos se pueden superar si los gobiernos, las organizaciones no gubernamentales, los profesionales y las personas con discapacidad y sus familias trabajan en colaboración.

De 180 millones de personas en el mundo

- a) La discapacidad afecta de manera desproporcionada a las poblaciones vulnerables, lo más afectados son: adultos mayores, niños y mujeres.
- b) Un 40% de la población mundial, tiene algún impedimento o restricción de manera permanente en sus habilidades físicas y mentales.
- c) Alrededor de 40 y 45 millones de personas son ciegas
- d) 30 % de los jóvenes que viven en la calle tienen algún tipo de discapacidad.
- e) 12% de los adultos de la tercera edad, tienen discapacidad.
- f) Las personas con discapacidad no suelen recibir la atención de salud necesaria y consideran los servicios de salud insatisfactorios, en el peor de los casos, les niegan la atención.

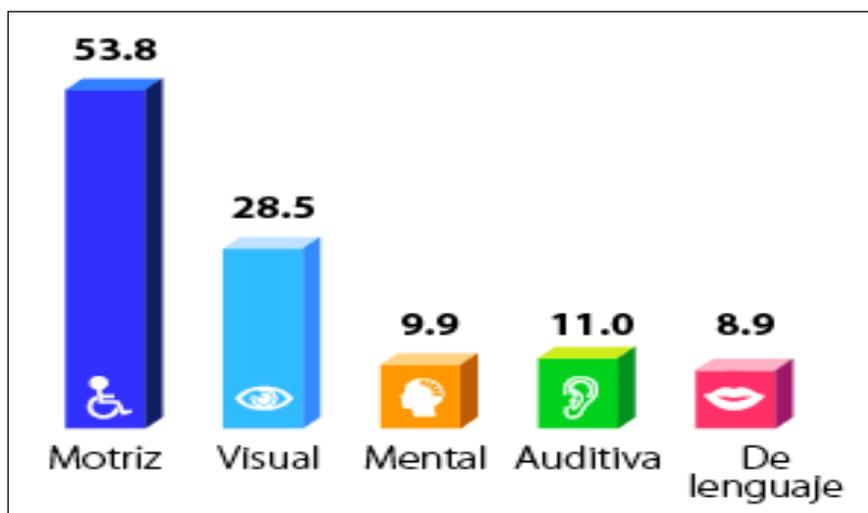
El *Informe mundial sobre discapacidad* publicado por la OMS y el Banco Mundial nos muestra el camino a seguir, promoviendo acciones como las siguientes:

- ❖ Promover el acceso a los servicios generales.
- ❖ Invertir en programas específicos para las personas con discapacidad.
- ❖ Adoptar una estrategia y plan de acción nacional.
- ❖ Mejorar la educación, formación y contratación del personal. Y proporcionar una financiación adecuada.
- ❖ Aumentar la conciencia pública y la comprensión de la discapacidad.
- ❖ Garantizar la participación de las personas con discapacidad en la aplicación de políticas y programas.

### **El fenómeno de la discapacidad en México**

Las PcD muchas veces no se toman en cuenta en el discurso público y no se atienden sus intereses y necesidades. Además, suelen quedar excluidas de la vida económica y social debido al estigma y a entornos físicos inaccesibles. En el año 2000, por primera vez, se incluyó a las personas con discapacidad en el censo poblacional del INEGI, actualmente hay 4 millones 527 mil 784, lo que representa 4.5% de la población mexicana total, cuyo porcentaje va en aumento cada año.

### Distribución porcentual de acuerdo al tipo de discapacidad



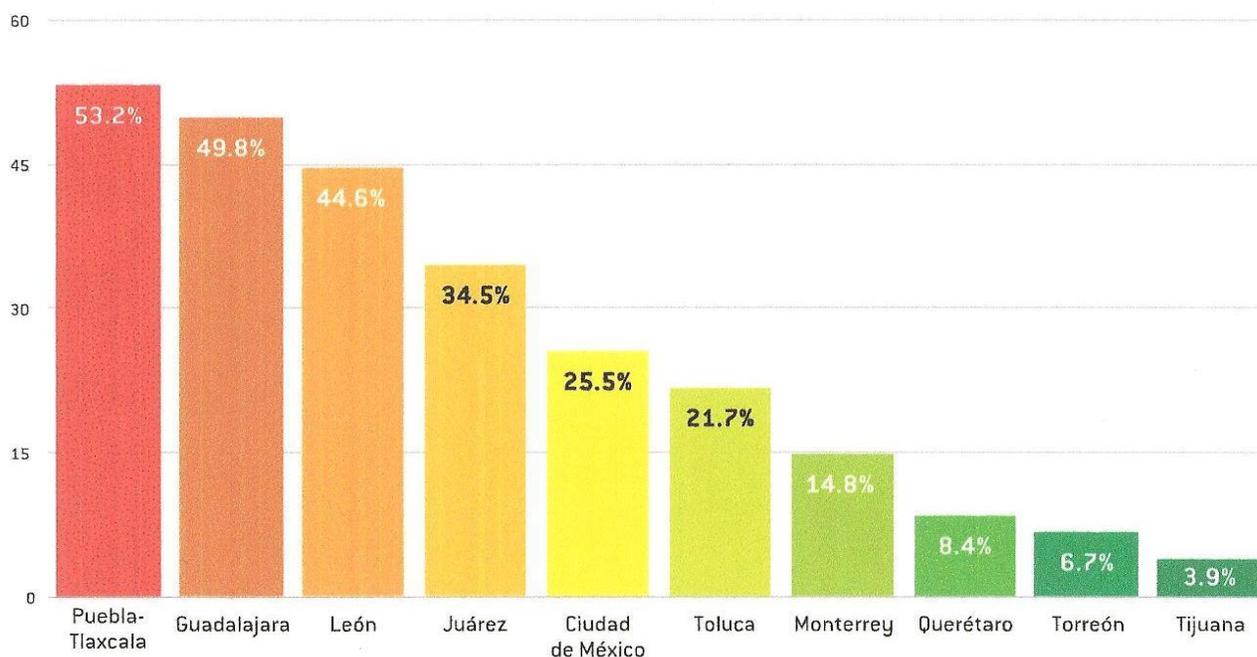
Fuente: INEGI. Censo de Población y Vivienda 2010

Yucatán, Quintana Roo y Oaxaca, son los estados que registran mayor población con discapacidad motriz en mujeres indígenas, lugar en que la edad promedio es de 30 a 59 años para adquirir una discapacidad por accidente.

Los motivos que producen la discapacidad en las personas pueden ser variados, pero el INEGI los clasifica en cuatro causas principales: nacimiento, enfermedad, accidente y edad avanzada.

De cada 100 personas discapacitadas:

- ✚ **39** la tienen porque sufrieron alguna enfermedad.
- ✚ **23** están afectados por edad avanzada.
- ✚ **16** la adquirieron por herencia, durante el embarazo o al momento de nacer.
- ✚ **15** quedaron con lesión a consecuencia de algún accidente.
- ✚ **8** debido a otras causas.



Fuente: Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. CONAPRED. México. 2010.

Puebla-Tlaxcala y Guadalajara, son los estados con mayor tasa de desempleo para las personas con discapacidad. En contraste, Tijuana y Torreón aparecen con los porcentajes más bajos.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) es la institución que más personas discapacitadas atiende, dando servicio a 33 de cada 100 individuos. En lo que respecta a educación, el cuarto año de primaria es el grado promedio entre las personas discapacitadas que reciben enseñanza. Casi el 10 por ciento de la población total del país entre 15 años y más no sabe leer ni escribir, este dato representa 23.9 por ciento.

En los adultos mayores, las discapacidades de tipo motriz son las más frecuentes, le siguen las visuales y las auditivas asociadas a enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus, a fracturas y enfermedades de los sentidos por mencionar algunas.

El 64 por ciento de hogares mexicanos tienen un miembro con discapacidad dichas familias subsisten con tres salarios mínimos o menos. De acuerdo con el objetivo del *Programa Nacional de Atención a la Discapacidad 2001-2006*, se establece que las personas con discapacidad son una parte integral de la sociedad cuyo reto era lograr su independencia, autosuficiencia y dignificación, combatir la dependencia y la pasividad.

Según información del diario *La Jornada*, los programas para la atención de las personas con discapacidad iniciaron desde 1971 en el Distrito Federal; en 1974 se inauguró el primer Centro de Rehabilitación y Educación Especial (CREE). A 40 años no se ha avanzado al respecto las cifras siguen siendo alarmantes, el fenómeno de la exclusión y discriminación persiste hoy en día.

El Instituto Nacional de Rehabilitación (INR) es la principal institución en nuestro país y América Latina, cuya misión es abatir la incidencia de la discapacidad actualmente es una de las esperanzas en las familias mexicanas con algún miembro con secuelas discapacitantes en el aparato locomotor, de audición, voz, lenguaje y cardiorrespiratorio así como lesiones deportivas. Es la institución líder en el campo de la prevención y rehabilitación de discapacidades diversas. Forma parte de los Institutos Nacionales de Salud, siendo la de más prestigio en su campo en el país y ubicado entre las instituciones médicas más altamente calificadas y certificadas a nivel nacional e internacional.

El Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad (CONADIS) fue instalado por el presidente de la república, Lic. Felipe Calderón Hinojosa, el 29 de junio de 2011. El objetivo de CONADIS es establecer la política pública en la materia, promover los derechos humanos, la plena inclusión y participación de las Personas con Discapacidad en todos los ámbitos de la vida.

Para cumplir con este objetivo, el pasado 30 de mayo de 2011 se publicó la Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad en el Diario Oficial de la Federación, acción que le da autonomía al Consejo para desarrollar todas las actividades que considere oportunas, en coordinación con las diversas instituciones del Gobierno Federal, organismos descentralizados y con la asesoría de expertos, académicos y Organizaciones para las Personas con Discapacidad.

La Confederación Mexicana de Organización a favor de las Personas con Discapacidad Intelectual (CONFE) es la institución que nace a partir de la inquietud de un grupo de padres de familia y profesionistas para dar servicios de atención y orientación a personas con discapacidad intelectual (PcDI).

Actualmente han atendido a más de 30 mil PcDI, CONFE, está compuesta por 160 asociaciones que comparten un objetivo común: ser un enlace para que las personas con discapacidad intelectual y su familia tengan una mayor calidad de vida e integración social.

Una alternativa más a la lista de centros de apoyo es la Fundación Ven Conmigo fundada en 2003. Persigue el objetivo de trabajar por la construcción de una sociedad más inclusiva, creando las condiciones necesarias para la integración de las personas con discapacidad. Trabajan con un modelo social en el cual se involucra a la familia, a la comunidad y al conjunto de estructuras sociales.

La Escuela de Perros Guía para Ciegos I. A. P es la opción para el sector débil visual y ciego siendo la primera institución de su tipo en América Latina en el entrenamiento de perros guía bajo el lema: "Tú puedes ser la huella que ilumine su camino", han dado servicio por más de 12 años. A sus usuarios les ofrece y les enseña a moverse con el bastón blanco, a leer y escribir con el sistema braille o con un lector de pantalla

parlante además de contar con un perro guía cuyo costo asciende a los \$ 9,000.00 pesos, aproximadamente, por persona.

En términos arquitectónicos y urbanísticos, Libre Acceso A.C es una asociación civil impulsada por todos sus miembros, tanto personas con discapacidad, como las que no la presentan en donde trabajan para eliminar las barreras físicas, sociales y culturales, siendo las dos últimas las que más afectan a la población con discapacidad.

Libre Acceso lleva a cabo diversos programas con el fin de eliminar barreras. El desarrollo de los proyectos se lleva a cabo a través de la detección de necesidades y/o de la solicitud expresa para ello. Así se ha trabajado haciendo accesible el Estadio Azteca, diversos Centros Comerciales en la zona Metropolitana y en los Estados, el Auditorio Nacional, el Centro Cultural Tecnológico, el Restaurante del Lago de Chapultepec, banquetas en diferentes delegaciones, el Estadio de la UNAM. El Sistema de Transporte Colectivo Metro cuenta con más de cinco estaciones accesibles y otra más con apoyos.

Así mismo, se ha fomentado la accesibilidad en lugares como el parque de Chapultepec, el Aeropuerto Internacional “Benito Juárez” en la Cd. de México, en camiones que circulan por importantes arterias de la capital.

Se trabaja con el fin de construir un entorno de igualdad, tanto en oportunidades de accesos y participaciones activas, como en lo social y lo cultural, motivo por el cual la Asociación ha firmado convenios con organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, con el fin de desarrollar proyectos en conjunto, en los que colaboran personas con discapacidad y la sociedad en general.

De acuerdo con el “Programa de Atención a Personas con Discapacidad”, los médicos especialistas en rehabilitación se forman en tres sedes: Centro Nacional Modelo “Gaby Brimmer”, Centro de Rehabilitación Integral (CRI) en Guadalajara y Toluca, con el reconocimiento de la Universidad Nacional Autónoma de México, Universidad de Guadalajara y la Universidad Autónoma del Estado de México, hasta la fecha sólo se han formado 216 especialistas. Estas son las únicas instituciones a nivel nacional de formar profesionales para atender a la población con discapacidad.

En el ámbito de atención en salud sexual, en nuestro país existen alrededor de 13 especialistas expertos en discapacidad y sexualidad, por lo que a cada uno de estos especialistas, le correspondería atender a más de 200 millones de personas según datos de José Luis Fernández Iglesias en su artículo la *Imagen Social de la discapacidad*.

La Asociación Mexicana para la Salud Sexual (AMASSAC) es la institución encargada de ofrecer orientación e información sexual, servicios terapéuticos y psicológicos para la población en general, pero sus profesionales no son especialistas en el área de la sexualidad en la discapacidad.

En el área de terapias individuales o de pareja existe el Instituto Mexicano de la Pareja, fundado en 1998, se enfoca a tratar de mejorar el desarrollo y funcionamiento individual, familiar y social en nuestro país, brindando terapias y asesorías para la solución de problemas o conflictos en pareja.

Grupo Educativo Interdisciplinario en Sexualidad Humana y Atención a la Discapacidad A.C. (GEISHAD), es una Asociación Civil, que busca la capacitación, asesoría y atención profesional en sexualidad y discapacidad, a través de la atención terapéutica a sus pacientes con discapacidad física y mental.

Procura la atención integral a la discapacidad, considerando como finalidad fundamental la solución de cualquier problemática sexual del ser humano y otras generadas por alguna discapacidad, con vistas a propiciar un desarrollo más armónico y equilibrado de los diversos papeles sociales que desempeña activamente la persona.

“Aktiva-mx” es la única empresa en el país, formada por personas activas usuarias de sillas de ruedas, con el compromiso de dar alternativas de solución a las mismas, mejorar su proyecto de vida, dejando a un lado la discapacidad y convirtiéndose en persona activa, productiva y consumidora dentro de la sociedad.

Dicha empresa es un medio contacto entre las personas, instituciones y asociaciones dedicadas a la discapacidad motriz y sus necesidades. Actualmente son fabricantes e imparten cursos sobre el manejo de silla de ruedas e información práctica de urología, cuidados de la piel y sexualidad en función a la integración total.

“Discasex.com”, es un portal en internet donde las PcD, de forma gratuita, consultan a un equipo de psicólogos-sexólogos que proporcionan atención sexual sobre problemas relacionados con disfunciones sexuales relativas a la erección, la eyaculación, el orgasmo y el deseo sexual, entre otros.

Los usuarios del portal tienen acceso a diversos artículos, escritos por profesionales, que versan sobre el tema de la sexualidad y la discapacidad. Además, mediante una clave personalizada, pueden ingresar a un foro moderado por un sexólogo, donde se podrá intercambiar información con otros usuarios y plantear todas las dudas y cuestiones que considere oportunas.

Aún hace falta concientizar a la población para que exista una cultura de la discapacidad, así como difundir y apoyar a empresas que promueven el trabajo para

este sector y a todos los centros encargados de la rehabilitación física y emocional de la población con capacidades diferentes, la formación de especialistas preparados para atender el aspecto sexual en la discapacidad.

Implica no sólo tener personal altamente profesional es aprender a convivir con las diferencias, conlleva a entender que la sociedad se constituye por seres humanos que difieren en muchos aspectos personales y culturales, por lo tanto se reconoce que todas las identidades, equitativamente valen.

Es entender las diferencias, es aceptar la diversidad, lo que facilita comprender que existe un grupo de personas, que por diferentes razones o causas presentan una característica funcional distinta (discapacidad) y que, tradicionalmente, han sido vistas más por su deficiencia que limita su capacidad de participar de la vida en sociedad y personal que por su desempeño y sus potenciales logros.

### **La discapacidad como fuente de inspiración: hombres, mujeres, sociedad civil**

“Lo primero que descubrí fue que al entrar al mundo de la sordera es mucho más complejo que simplemente estar con gente que no oye. Al no poder recibir los estímulos auditivos que crea el lenguaje, la sordera obliga al individuo a comunicarse de otra forma. Y al surgir un lenguaje a partir de estímulos nace toda una cultura a su alrededor. Esto se debe a que pocos elementos definen tanto la cultura de un pueblo como lo es su lenguaje.”

Del lenguaje se desprenden formas de convivencia, de personalidad, de arte, de identidad. Es por eso que entrar al mundo de la sordera es como viajar a un país contenido en otro. De esta manera, Carlos Corona, director del grupo teatral *Seña y Verbo*, describe su trabajo con actores sordos y afirma que: “comunicarse no es sólo hablar. El lenguaje de señas tiene sus propias reglas, conjugaciones, tiempos, todo

está dado en la velocidad de un movimiento, la sutileza de un gesto y un sin número de variantes que le permiten crear poesía, caló, culteranismos, y todas las sutilezas existentes en una lengua, o debería decir en una mano.”

*Seña y Verbo*, asociación única en América Latina dedicada a promover la lengua y la cultura de los sordos a través de obras de teatro y videos, usa sus manos para actuar e interpretar a sus personajes no sólo en tierras nacionales, sino en suelos orientales en su gira 2010 a China, representando “El rey que oía, pero no escuchaba”, obra por y con actores sordos.

Ixchel fue una de las integrantes de la compañía, donde ella aprendió a comunicarse de otras formas. Su vida, podría ser casi igual a la de cualquier mujer sólo con una diferencia casi invisible e imperceptible: Su sordera, profunda desde nacimiento. Sus manos son como las alas de una mariposa, el código de Ixchel para comunicarse, son la herramienta del trabajo diario y una forma de lenguaje.



Sound of silence. Foto: Ixchel Jazmín García Solís.  
Artista Multidisciplinaria. 2002.

En 1989 ingresó a la Escuela Nacional de Artes Plásticas (ENAP) de la UNAM como alumna especial, fue admitida, aunque el término resulte un tanto inapropiado, como “oyente” y sin educación preparatoria, sin imaginar que sus obras llegarían a participar en el Congreso Deaf of Way II en Washington D.C.

Durante el tiempo en la ENAP pintó obras que expresaban y representaban intensamente la manera como se sentía: aislada, carente de identidad, con una profunda soledad. Reafirmó su inquietud descubierta en la adolescencia, su gusto por el arte, aprendió que el dibujo, la escultura y el grabado funcionaban como medio de contacto con el mundo.

“Cuando miro mis obras, es cuando realmente sé quién soy porque son las únicas que no mienten y me revelan una auténtica verdad sobre mi mundo pasado para poder asumirme como una mujer discapacitada, pero no imposibilitada. En mis pinturas está toda mi pasión, mi amor, mi desgarró, mis anhelos.”

Fue en el mes de junio cuando Jazmín asistió a una representación teatral de una serie de obras ejecutadas por actores sordos provenientes de Estados Unidos. El evento incluía a un actor sordo mexicano, quien era integrante de la compañía teatral: *Seña y verbo*, compañía desconocida para Ixchel, ese evento sería el primer contacto con un mundo donde las señas son el vínculo que une a todos sus integrantes.

A partir de ese momento, Ixchel se involucró en un mundo desconocido, pero atractivo, el mundo de las señas, la comunidad de los sordos. “Me sentía abrazada por un grupo de gente trabajadora e interesante, pero sobre todo gente igual a mi.” Ixchel fue una de las 4 ganadoras del concurso organizado por la Universidad de Gallaudet en Estados Unidos, uno de los requisitos más importantes para resultar seleccionada era que el contenido de la obras ganadoras representara la vida de los sordos, sus costumbres, su lenguaje, sus experiencias en el mundo oyente. Sus obras

pasaron a formar parte de la muestra titulada: "Delicate Sound of Silence". Ixchel se encuentra produciendo obras cuyo sello distintivo son las experiencias como una mujer, madre, esposa...sorda, pero feliz.

"Siempre he sido una persona a la que le gusta tener retos. Parte de los logros que he tenido, se los debo a *Seña y Verbo*, a sus integrantes, a su director y a sus colaboradores más cercanos. Guardo gran estima por *Seña y Verbo*, no solamente porque gracias a su trabajo conocí la Lengua de Señas Mexicana, también les tengo cariño por su amistad y su apoyo incondicional."

*Ojos que sienten* es otro claro ejemplo de voluntad, esfuerzo y disciplina. Es una organización de jóvenes mexicanos que llevan a cabo talleres de fotografía para



La carrera. Foto: Aarón Ramos. Asociación Ojos que sienten. 2000.

ciegos y débiles visuales, cuyo objetivo es la integración de este grupo a la sociedad e impulsar la integración laboral de personas débiles visuales. Permiten a la comunidad a interactuar y apoyar a los alumnos de fotografía bajo la premisa: **1hr + 1 café =Un mundo que explorar.**

Utilizando el arte y la imagen para comunicarse, ofrecen sus cámaras con el fin de que se conviertan en sus ojos, utilizan la expresión creativa para mejorar la autoestima y darles herramientas a los participantes para que puedan integrarse más eficazmente a la vida laboral.

*Posindis* es un movimiento fundado de manera virtual, cuyo objetivo es contribuir a generar una conciencia social para fomentar la igualdad e integridad para las personas con algún tipo de discapacidad. Dicho proyecto está formado por personas con y sin discapacidad, quienes quieren contribuir a un México más equilibrado y justo, pretende llevar a cabo una serie de actividades informativas y de interacción dirigidas a instituciones educativas, sectores públicos y privados, así como la población en general, logrando conformar una sociedad informada e incluyente.

Otra asociación es *La Pirinola*, que promueve la integración social y la salud de las personas con discapacidad en la sociedad al estimular su expresión y creatividad por medio de actividades culturales, recreativas y de desarrollo para impulsar su presencia y consolidar la tolerancia hacia la diferencia en las sociedades actuales. Los sábados tiene un programa radial en vivo, *La pirinola gira en la radio* dirigido por PcD con temas interesantes para todo tipo de público en frecuencia 660 AM o en su página electrónica.

Sus integrantes opinan: “Ver lo que el arte promueve en las personas con alguna discapacidad nos impulsó a seguir en la búsqueda de nuevos acercamientos. Así poco a poco iniciamos el trabajo con las disciplinas tradicionales del arte, como son teatro, danza y artes plásticas y después, con la experiencia adquirida, experimentamos con otras disciplinas que involucran procesos artísticos y creativos, incursionando en la historia, video, arqueología, restauración, entre otros.”

La discapacidad no es exclusiva de un género, de un país, de una época, de personajes famosos o no conocidos. No sólo los músicos, políticos, filántropos, pintores, escritores, empresarios, inventores, cualquiera puede ser discapacitado en alguna medida porque la discapacidad no es eximir, quien excluye somos nosotros mismos, pero de poetas y locos todos tenemos un poco.

Estas organizaciones, hombres y mujeres, son sólo una mínima parte de todas las instituciones a las cuales se puede recurrir, atender, informar e integrar a las PcD y hacer de la discapacidad un reto por enfrentar cada día, para poder decirlo: lo hice una vez más.

## **Consideraciones finales**

Uno de los principales problemas que prevalecen en la sociedad actual, es la falta de información sobre el tema de la discapacidad y la sexualidad, aún es difícil hablar sobre la sexualidad en las Personas con Discapacidad (PcD) porque se piensa erróneamente que dichos individuos no tienen derecho u oportunidades para tener parejas con las cuales relacionarse y establecer vínculos afectivos.

Las PcD han sido un grupo expuesto a desventajas sociales, culturales, económicas y políticas, viven el fenómeno de la discriminación sin darles oportunidad de conocer sus necesidades y demandas, por ello consideró que es necesario crear políticas públicas que atiendan dicho sector, especialmente, formar profesionistas en el ámbito de la sexualidad en personas con discapacidad ya que existe un desconocimiento serio sobre prácticas sexuales diferentes al coito que pueden realizarse con el fin de lograr una intimidad más plena con la pareja.

La persona antes de adquirir una discapacidad se siente como un individuo satisfecho y pleno en todas las áreas de su vida (social, sexual, laboral, económica, recreativa) después adquirir una discapacidad el individuo inevitablemente cambiará ya que estamos constituidos como seres biopsicosociales y cualquier discapacidad física, motora, visual, mental o auditiva afectará alguna de estas tres esferas:

- a) Física: Se verá reflejada en su cuerpo
- b) Mental: Afectara las funciones psicológicas, cognitivas, de comportamiento.
- c) Social: Los espacios donde se restrinja a la PcD serán el familiar y comunitario.

Toda persona con una discapacidad adquirida sentirá que ha perdido poder para atraer al sexo opuesto, algunas caerán en estados depresivos y no querrán salir del

hogar, pero es indispensable continuar lo más rápidamente posible con las actividades que realizaba antes de adquirir su discapacidad.

Las personas con discapacidad motriz y visual pueden tener impedimentos físicos de diversos tipos e intensidades, pero no por ello son sujetos disfuncionales, ni asexuales, el principal paso en ellas será fortalecer su autoestima a través de programas de rehabilitación de acuerdo a la discapacidad y personalidad para poder retomar o reeducar su sexualidad.

Las terapias son una parte importante en el desarrollo de la formación sexual, ya que mediante diferentes técnicas, los especialistas resolverán problemáticas específicas. Las personas con cualquier tipo de discapacidad son capaces de experimentar deseos o son objeto de deseo del mismo modo que el resto de la gente, sienten los mismos deseos de explorar su cuerpo, de relacionarse afectivamente y tener relaciones sexuales llenas de deseo, placer, excitación y orgasmos.

Biológicamente no existen impedimentos en las PcD para tener relaciones satisfactorias a corto o largo plazo, ya que la sexualidad debe ser vista como un proceso integral en el cual se involucra el cuerpo y cerebro e incluye sentimientos, emociones y pensamientos. No sólo es un acto genital. La comunicación será la principal llave para disfrutar de una vida sexual plena, hablar con la pareja es la herramienta eficaz para superar problemas afectivos, poder ver la sexualidad como una forma de sentirse amado y deseado.

Por lo tanto se concluye que la discapacidad resulta de la interacción entre el individuo, el entorno social, físico y barreras que la misma sociedad impone para evitar su integración dentro de la misma. La discapacidad no es limitante para ejercer la sexualidad, interpretada como una gama de sensaciones, emociones, sentimientos, reacciones físicas, es un encuentro persona a persona, no una simple penetración.

Las personas con discapacidad física o visual, son capaces de manifestar adecuadamente su sexualidad sin ningún problema, se tienen que respetar sus derechos sexuales como son el derecho a su privacidad, a recibir información y orientación, derecho a todos los servicios médicos y de anticoncepción.

Se debe quitar el prejuicio sobre las personas con lesión medular, tales como la falta de ovulación, menstruación, procreación y la imposibilidad de llegar a tener un orgasmo porque el daño sexual dependerá siempre del grado de la discapacidad, incluso en las personas con lesiones medulares, lo que se pierde es la sensibilidad pero el funcionamiento biológico sigue intacto y la capacidad de enamorarse, de tener una pareja estará en el cerebro no en el cuerpo.

Es importante, como pareja, la búsqueda de posiciones adecuadas que se adapten al tipo de discapacidad y así sentirse cómodo con el cuerpo, permitirse fantasías y juegos sexuales previos al acto amoroso. No ir contra el reloj, tomarse el tiempo suficiente para recorrer el cuerpo en todo su esplendor, no correr, sino recorrer, sentir con todos los sentidos, aunque haya la supresión de uno de ellos.

El gozo es compartido, no individual para llegar al orgasmo. El reto que como sociedad se tiene es reeducarnos más sobre el mundo de la sexualidad, no dejarnos llevar por los falsos estereotipos impuestos en los medios de comunicación y no casarnos con la imagen del "sex simbol". Con o sin discapacidad es vital tener relaciones íntimas llenas de afecto, amor y calidad.

## **FUENTES DE CONSULTA**

### **Bibliografía**

Aramoni, Aniceto, *La sexualidad una forma de existencia humana*. DEMAC. México. 1992.

Bataille, George, *El erotismo*, Ed Taurus. Madrid, 1971.

s/a. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, *Antología de la sexualidad*, Ed. Porrúa, México, 1994

Consejo Nacional para prevenir la Discriminación, *Primera Encuesta Nacional sobre discriminación, Aspectos Generales*, Cuadernos Estadísticos sobre discriminación, número uno, 2005.

Farré, Martí. José María, *El libro del sexo*, Ediciones Éxito, España.

Foucault, Michel, *El uso de los placeres, Historia de la sexualidad, I*, Ed. Siglo XXI, 1986.

Giddens, Anthony, *La transformación de la intimidad: Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*, Ed. Cátedra, Madrid, 2004.

Héctor A. Ortega-Soto y Elizabeth Brunner, *Bases biológicas de los fenómenos de la Vinculación Humana*, Ed Porrúa, México, 1994.

López, Sánchez Félix, *Sexo y afecto en personas con discapacidad*, Ed Biblioteca Nueva, 2002.

Marc, Ehrlich. Et al, *Discapacidad: enfrentar juntos el reto*. México. Ed, Trillas.2002.

S/A. *Programa de Atención a Personas con Discapacidad*. Dirección General de Rehabilitación y Asistencia Social. México. 2006-2012

Rojas, Enrique, *Los lenguajes del deseo*, Madrid, Ed Temas de Hoy, 2004.

Ruy- Sánchez Alberto, *Los jardines secretos de Mogador*, México, Ed Punto de Lectura, 2001.

Soulier, Bernadett, *La sexualidad y la discapacidad física*, México, Ed. Trillas. 2006.

s/a. Secretaria de Salud. *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas*. México. 2010.

Valdez Guzmán Arturo, Silla Sutra. *Sexualidad Activa*. México. Ed Aktiva.2008

Torices, Rodarte Irene y Guadalupe Dávila García, *Orientación y Consejería en sexualidad para personas con discapacidad*, México, Ed. Trillas. 2006.

### **Hemerografía**

Camacho-Arroyo, Ignacio, “¿Qué es el amor?”, *Revista ¿Cómo ves?*, Universidad Nacional Autónoma de México, Año 13, numero 147, México, 2011.

García Carenas, Lara, et al, “La sexualidad de las personas con lesión medular: aspectos psicológico y social”, *Revista Intervención Psicosocial*, Universidad de Oviedo, volumen XVII, número 2, Madrid, 2008.

Rivera Sánchez, Paola, “Sexualidad de los niños, niñas y jóvenes con discapacidad”, *Revista Educación*, Universidad de Costa Rica, número 32, junio, San José, Costa Rica, 2008.

Katz, Gregorio, “Sexuality in subjects with Intellectual disability: An educational Intervention Proposal for parents and counselors in developing countries”, *Revista Salud Pública*, INSP y UNAM, volume 50, número 2, México, 2008.

S/A. “*Primera Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Aspectos Generales*,” Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación y la Secretaria de Desarrollo Social, Cuadernos Estadísticos sobre la Discriminación, numero 1, México, 2005.

Téllez, Trejo Magnolia, “La construcción de la sexualidad en adolescentes sordos y sordas”, *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, volumen XI, número 2, México.

### **Cibergrafía**

“Algunos datos sobre las personas con discapacidad”, Organización de Naciones Unidas, [en línea] Disponible en <http://www.un.org/spanish/disabilities/default.asp?navid=37&pid=639> [Consulta junio 2010].

Arreola, Gerardo, “Los discapacitados son vistos como personas sin un mundo erótico”, en *La Jornada*, 2010, [en línea] Disponible en <http://www.jornada.unam.mx/2010/01/26/index.php?section=ciencias&article=a02n1cie> [Consulta junio 2010].

Aguirre, Aleyda, “Es todo un reto pero es posible para discapacitadas acceder a la educación, el trabajo y la vida sexual”, Periódico *La Jornada*, 2002 [en línea] Disponible en [http://www.jornada.unam.mx/2002/03/04/arts\\_43/43\\_discapacitadas.htm](http://www.jornada.unam.mx/2002/03/04/arts_43/43_discapacitadas.htm) [Consulta mayo 2010].

Aktiva-mx [en línea] Disponible en <http://www.aktiva-mx.com/welcome.htm> Consulta diciembre 2011

Censo General de Población y Vivienda 2000, Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática, 2004, [en línea] Disponible en <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/discapacidad.org.aspx?tema=P> [Consulta noviembre 2009].

Confederación Mexicana de Organizaciones a favor de las Personas con Discapacidad Intelectual, 2011, [en línea], Disponible en <http://www.confe.org.mx/#> [Consulta octubre 2011].

Discasex, [en línea], Disponible en <http://www.discasex.com/> [Consulta septiembre 2010].

Escuela de perros guía para Ciegos, [en línea], Disponible en <http://www.perrosguia.org.mx/>. [Consulta abril 2011].

Freyman, Regina. “Pornografía, Erotismo y literatura”, Revista Etcétera, 2010, [en línea], ["http://www.etcetera.com.mx/articulo.php?articulo=2968"](http://www.etcetera.com.mx/articulo.php?articulo=2968) [Consulta junio 2011].

Geishad. A.C. en línea, Disponible en <http://www.geishad.org.mx/index2.html> [Consulta diciembre 2011].

“Integración social de las personas con discapacidad”, Universidad de Chile, 2000 [en línea] Disponible en <http://www.cfg.uchile.cl> [Consulta mayo 2010].

Instituto Mexicano de la Pareja, [en línea] Disponible en <http://www.ametep.com.mx> [Consulta julio 2011].

Instituto Nacional de Rehabilitación, 2008 [en línea] Disponible en <http://www.inr.gob.mx/index.php> [Consulta junio 2010].

Libre Acceso. A. C, 2011, en línea. Disponible en <http://libreacceso.org/home-quienes-somos-asociacion.html> > Consulta Mayo 2010.

La Pirinola A.C, 2011, [en línea] Disponible en <http://www.lapirinola.org/index1.php?seccion=home> [Consulta abril 2010.]

“La sexualidad después de la discapacidad”, Equipo editorial de Lazarum.com, 2010 [en línea] Disponible en [http://www.lazarum.com/2/articulos/articulos\\_ver.ph?idarticulo=158](http://www.lazarum.com/2/articulos/articulos_ver.ph?idarticulo=158) [Consulta mayo 2010].

Ojos que sienten. A. C, 2011, [en línea]. Disponible en <http://www.ojosquesienten.org/quienes-somos.php> [Consulta enero 2010].

Posindis, 2011, [en línea] .Disponible en <http://www.posindis.info/wp/categoria/posindis/> [Consulta mayo 2011].

Sánchez, Rocío, “Educación sexual para hipoacúsicos”, Periódico *La Jornada*, [en línea] Disponible en <http://www.jornada.unam.mx/2004/04/01/ls-jovenes.html> [Consulta junio 2010].

Sanz, Fina “Los vínculos amorosos”, Archivos Hispanoamericanos de Sexología, 1999, [en línea] Disponible en [http://www.imesex.edu.mx/articulos/Vol\\_V\\_No1/vinculamosos\\_V\\_1.pdf](http://www.imesex.edu.mx/articulos/Vol_V_No1/vinculamosos_V_1.pdf) [Consulta junio 2010].

Seña y Verbo, Asociación teatral de personas débiles visuales, [en línea] Disponible en [http://www.teatrodesordos.org.mx/historia\\_css.php](http://www.teatrodesordos.org.mx/historia_css.php) [Consulta junio 2010].

Ruy Sánchez Alberto, Nueve imágenes fugaces de un orgasmo, [en línea] Disponible en <http://albertoruypoemas.blogspot.com/> [Consulta mayo 2011].

“10 datos sobre la discapacidad”. Organización de las Naciones Unidas, [en línea] Disponible en <http://www.who.int/features/factfiles/disability/facts/es/index.htm> [Consulta julio 2011].

## **Fuentes Vivas**

Corona, Carlos. Director del grupo teatral, Señal y Verbo. Junio 2010.

Caudillo, Piña José Luis. Director de Relaciones Publicas de Aktiva-mx. Enero 2012.

García, Solís Ixchel Jazmín. Artista plástica. Octubre 2010.

Grimaldo, Posadas Arturo. Profesor de Inglés. Enero 2012.

Gómez Jimeno, Fernando. Ingeniero en Sistemas. Universidad Autónoma Metropolitana. Noviembre 2011.

Hernández, Rafael y Adriana. Personas con Discapacidad Física. Agosto 2010.

Islas, Efrén. Préstamo de libros a usuarios. Universidad Autónoma Metropolitana. Octubre 2011.

Jelinek Mendelsohn, Raquel. Directora del Centro de Investigación y Servicios de Educación Especial. (CISSE). Octubre 2010.

Olguín, García Yolanda. Psicóloga Social. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México. Octubre 2010.

Oliver, Sandra Susana, Sexóloga. Aktiva-mx. Enero 2012.

Raymundo y Erika. Comité Internacional de Pro ciegos I.A. P. Octubre 2011.

Sandoval Espinoza, Sara. Trabajadora Social del Comité Internacional de Prociegos. I. A. P. Septiembre 2011.

Valdez, Arturo. Director de Aktiva-mx. Enero 2012.