

Sexualitat dels homes (masculina (¿)) a la vida adulta

Male sexuality during adult life

Félix López Sánchez¹

Resum

L'objectiu d'aquest treball és reflexionar críticament sobre la sexualitat dels homes en la vida adulta, assenyalant algunes de les seves característiques, els factors que influeixen en elles i el que podem fer per millorar les relacions sexuals i amoroses.

La diversitat entre els homes és tan gran que tota generalització, encara que es basi en dades estadístiques fundades, és injusta i pot provocar prejudicis que dificultin les relacions. En tot cas, és urgent en la nostra societat evitar els factors de risc associats al sexisme i a les conductes sexuals en les relacions sexuals i amoroses. Per això, a més de mesures socials, proposem una socialització en l'ètica de les relacions sexuals i amoroses: ètica del consentiment, igualtat, plaer compartit, lleialtat, salut sexual, dret a la vinculació i desvinculació amorosa i dret a la diversitat, com anem proposant a les nostres publicacions.

Paraules clau: Sexualitat, adultesa, educació sexual, ètica de les relacions sexuals i amoroses.

Per citar l'article: LÓPEZ SÁNCHEZ, Félix. Sexualitat dels homes (masculina (¿)) a la vida adulta. *Revista de Treball Social*. Col·legi Oficial de Treball Social de Catalunya, agost 2016, n. 208, pàgines 49-66. ISSN 0212-7210.

¹ Catedràtic de Psicologia de la Sexualitat. Universitat de Salamanca.

Abstract

The aim of this essay is to make a critical reflection on male sexuality during adult life, highlighting some of its characteristics, influencing factors and what can be done to improve sexual and affective relationships.

Diversity among men is too wide to make any generalisations, even though they might be based on statistics, they can be unfair and create prejudices that could hinder relationships. In any case, to avoid risk factors associated with sexism and sexual conduct in relationships has become an urgent matter in our society. For this reason, aside of social measures, we propose the socialisation of ethics in sexual and affective relationships: ethic of consent, equality, shared pleasure, loyalty, sexual health, right to engage or disengage in relationships and right to diversity, as we propose in our publications.

Key words: Sexuality, adulthood, sexual education, ethics in sexual and affective relationships.

1. I què és l'adulthood? Entre els adolescents o joves i els vells.

En realitat no sabem quan acaba l'adolescència. L'OMS en situa el final als 20 anys, per exemple, però els investigadors assenyalen que és molt variable, perquè molts adolescents s'han de quedar, socialment i laboralment parlant, en una situació d'adolescència forçosa, per raons ben conegudes, fins a la dècada dels 30 o més. D'aquesta manera, adolescència i joventut es difuminen cada vegada més.

La joventut seguiria a l'adolescència, per la qual cosa no sabem bé quan comença, mentre que les persones velles (només accepten dir-se grans) s'esforcen a semblar i autoconsiderar-se joves el major temps possible. I això mateix els passa encara més als supòsits adults: fan el possible per semblar i viure un estil de vida jove. D'aquesta manera també es difuminen les diferències entre joventut i adulthood.

En altres espècies es considera adults als animals que poden reproduir-se, però aquest criteri no és vàlid per als humans que són una espècie social i cultural que organitza la seva identitat i la seva vida amb altres criteris.

Finalment el diccionari no ens ho aclareix gaire, perquè defineix l'adult com la persona que ha arribat al major creixement o desenvolupament, però sense determinar si es refereix només a la seva fisiologia o també a altres capacitats, la qual cosa ens portaria a un gran compromís si pretenguéssim posar límits a aquestes capacitats en la joventut o en la primera edat adulta.

Per la nostra part, sabent que es tracta de distincions imprecises, podríem centrar-nos en tres etapes cronològiques de la vida, malgrat que sabem que són difuses, en termes emocionals, sexuals amorosos i socials (20-30 anys, i 30-45 i 45-60 anys).

I encara tot es converteix en més confús, quan pensem que els valors dominants, com reconeix Ortega i Gasset a *La rebelión de las masas*, s'associen a la joventut, almenys des de principis del segle XX i avui s'ha accentuat aquest predomini.

2. Models de desenvolupament sexual (LÓPEZ, 2012).

Els models interpretatius del desenvolupament sexual tenen molt a veure amb el que acabem de dir i amb la comprensió de l'especificitat de la sexualitat masculina i femenina: model biologicista, model jove i model multicausal i de diversitat.

El model més clàssic és biologicista, basat en la reproducció, considerant que les capacitats sexuals per desitjar, excitar-se i tenir orgasme es desenvolupen fins a la joventut, es mantenen durant la joventut o primera edat adulta i involucionen inexorablement després fins a la vellesa, tant en dones (amb el canvi qualitatiu de la menopausa) com en els homes (amb capacitat reproductiva fins a edats molt avançades, en la major part dels casos). Aquest model legitima la moral sexual cristiana, com és sabut, que legitima només l'activitat sexual en el matrimoni heterosexual i la seva funció procreadora.

Aquest model ha estat contestat en la nostra cultura moderna, tant des de la ciència com per la societat de lliure mercat i consum. En efecte, en aquesta societat, des dels anys 60 del segle XX, han acabat predominant valors i pràctiques sexuals sustentades, publicitades i afavorides per una societat secularitzada en què els drets individuals i els plaers, també els sexuals, són tractats com un producte més de consum. Els vells mites han estat fins i tot ridiculitzats, mentre nous mites legitimen aquest nou tractament de la sexualitat. Consumir sexualitat és un nou valor i mantenir-se o semblar jove és fonamental per poder navegar en el lliure mercat de les relacions sexuals. És així com ha passat a ser dominant un model jove, en aparença, estil de vida i vida sexual, convertit en la referència per a totes les edats i per a homes i dones. La vida sexual és un dret individual i el consum d'activitat sexual una condició per a la salut (confonent el que és saludable amb el que és obligatori o condició necessària per a la salut). Fins i tot, alguns professionals de la salut han afegit, en suport d'aquesta idea, el següent eslògan: "ho fas servir o ho perds", "amb el coit també es perden calories", etc.

Aquest model jove i de mercat, dins el qual s'ha de competir, és una "mina" per a la publicitat, plena de continguts se-

El model més clàssic és biologicista, basat en la reproducció, considerant que les capacitats sexuals per desitjar, excitar-se i tenir orgasme es desenvolupen fins a la joventut, es mantenen durant la joventut o primera edat adulta i involucionen inexorablement després fins a la vellesa.

Encara és més greu l'error del model biològic que pren com a referència única la sexualitat reproductiva.

xuals, i per al mercat: els productes sexuals es venen i es compren per mantenir la bellesa jove, el vigor i la competència sexual, etc.: Com més millor!, tant en nombre de vegades com en temps de plaer. Construït i imposat com a valor dominant, els ciutadans de totes les edats inverteixen ansiosament esforços i diners per "estar al mercat", expressió que ja he sentit no poques vegades. El lector ja s'estarà adonant que les indústries de cirurgia estètica, productes estètics, llocs d'entrenament físic, cremes, preservatius i viagres, anticonceptius, moda, revistes i cultura eròtica de tot tipus, etc., fan el seu particular agost des de fa ja diverses dècades.

Encara és més greu l'error del model biològic que pren com a referència única la sexualitat reproductiva. Aquesta és no més una capacitat temporal de l'espècie. Els éssers humans podem desitjar, excitar, tenir orgasmes i gaudir del plaer sexual en les seves múltiples possibilitats quan no podem o no volem procrear, de manera que l'activitat sexual pot i ha de ser "decidida", està en el regne de la llibertat (LÓPEZ, 2009). En el cas de les dones, en qualsevol moment del cicle, estant embarassades o després de la menopausa, poden dir Sí o No, amb llibertat, a l'activitat sexual, deixant ben clar que la sexualitat humana no és un instint animal, sinó una pulsio sobre la qual podem prendre decisions amb independència de la procreació.

Des d'una altra òptica, la ciència i els professionals ha qüestionat també el model biològic, sostenint que l'ésser humà és social i cultural, amb una enorme capacitat d'aprenentatge. La seva fisiologia sexual es pot mantenir fins a edats avançades, amb característiques diferents, i no té sentit la comparació entre etapes de la vida ni prendre una etapa com a referència. Qui ha dit que l'estimulació més tàctil i més lenta sigui una pèrdua des del punt de vista de l'excitació i el plaer?, per què s'ha de gaudir més corrent que passejant?, per què desconèixer la importància del camí i tenir en compte només la suposada meta? Hi ha aspectes centrals de la sexualitat que es mantenen o poden millorar amb el temps: les experiències, els aprenentatges amorosos, la tendresa, l'empatia, etc. Els afectes sexuals (desig, atracció i enamorament) estan oberts tota la vida i els empàtics-socials també (afecció, amistat, sistema de cures i altruisme). Per això diem que cal un model multicausal i multidireccional, per explicar els canvis.

El model jove, el segon gran model dominant avui dia, és també erroni i perillós, perquè desqualifica altres etapes de la vida, i omple de pors i ansietat a les persones que no poden negar els signes dels processos d'envelliment, que comencen al voltant dels 30 anys, i amenacen des de molt aviat i per tota la vida. Un model jove que aprofita bé la societat de mercat perquè crea un valor i una necessitat que obliga a tothom a fer grans esforços i inversions per a consumir tot el que ens pot ajudar a camuflar els processos d'envelliment.

El model jove i comercial és, sobretot, un model masculí al qual, lamentablement, s'hi han unit no poques dones, ja des de l'adolescència o incorporant-se precipitadament a la vida adulta (no vellesa), a aquestes suposades noves llibertats que acaben obligant-nos a tots a consumir activitat sexual. De la repressió cultural, passem a la pressió cultural, grupal, social i publicitària per tenir activitat sexual. El model masculí tradicional, explicat més avall, és més procliu al sexe ocasional, a valorar la conquesta (concepte que va molt més enllà de la bellesa de la seducció), com feia Don Joan, més que la trobada, la tendresa, la comunicació, els afectes i el plaer compartit. Una sexualitat pornogràfica i coital com a valor al qual "hem" d'accedir, en l'exercici de la suposada llibertat.

Forço intencionadament les paraules, perquè sé que hi ha moltes persones que no es deixen enganyar i viuen la seva llibertat sexual i amorosa d'una altra manera, però ho faig per fer pensar i sostenir que els nous mites sobre la sexualitat són la pitjor herència del masclisme, unit ara a les lleis del mercat, i s'estan convertint en la referència dels valors dominants, els programes de les televisions, les revistes del cor, bona part del cinema, etc.

Hem de saber que el model científic i professional és un model obert, un model que reconeix diversos factors (multicausal) i diversos processos de desenvolupament (multidireccional), alhora que reconeix la diversitat de biografies sexuals i amoroses. Un model obert que té en compte els processos d'envelliment, i alhora els d'enriquiment de nombroses capacitats interpersonals i amoroses, acceptant la temporalitat de la vida, sabent que el plaer sexual i els afectes sexuals i socials romanen oberts. Un model de diversitat, en el qual cadascú se sent amo de la seva biografia sexual i amorosa, i no sotmès a vells o nous mites.

L'home adult, sobre el que escriurem en aquest article, es veu sotmès més que ningú a aquest model jove, coital i de consum, alhora que no pot deixar de veure que la vida se li en va entre les mans, inexorablement, amenaçat pels canvis corporals, per la por que el seu penis perdi vigor i, en definitiva, la por a perdre "valor de mercat", com si fóssim objectes que amb el temps perden valor. És així com es converteix en un bon consumidor, però perd la seva estabilitat i el seu benestar, alhora que crea dificultats a la possibilitat d'entendre's amb les seves possibles parelles. I encara és més greu el cas de les dones que interioritzen aquests mateixos valors dominants, perquè elles són encara més maltractades, des de fa segles, com objectes que perden valor amb l'edat.

El model jove i comercial és, sobretot, un model masculí al qual, lamentablement, s'hi han unit no poques dones.

3. Hi ha diferències entre els homes i les dones?

La primera és òbvia i no necessita explicació: hi ha una anatomia i fisiologia femenina que ens distingeix, encara que no podem oblidar que hi ha alguns casos intersexuals i una minoria important que se sap i sent contrària a aquesta fisiologia (cas del transexualisme) o contrària a les anomenades masculinitat i feminitat (transgènere). Per això es parla i es reconeix en alguns països, un tercer sexe, el qual, per cert, admet tanta diversitat que parlar de tercer sexe és dir més aviat el que "no s'és", que el que s'és.

Les diferències en la forma de viure la sexualitat i les relacions amoroses no han deixat de canviar al llarg de la història de la humanitat, tant en homes com en dones.

La segona diferència requereix una explicació més precisa. D'una banda no podem oblidar que les diferències en la forma de viure la sexualitat i les relacions amoroses no han deixat de canviar al llarg de la història de la humanitat, tant en homes com en dones. Fins i tot, de vegades, amb canvis molt importants en pocs anys, perquè si la nostra fisiologia no és estàtica, encara que canviï molt lentament, les nostres formes de viure la sexualitat i les relacions amoroses estan i estaran en continu canvi, de vegades de forma molt ràpida... Per tant, qualsevol fotografia fixa, basada en estadístiques puntuals, es pot convertir en un error en pocs anys o dècades. Si a això hi afegim la diferència de ritmes i canvis entre cultures, comprendrem que som una espècie amb història i cultura. I d'altra banda dins de cada societat, per exemple, les diferències entre el món rural i l'urbà, les classes socials i, fins i tot, les professions i ambients, generen diferències que poden ser molt grans. Per exemple ¿què té a veure la vida sexual i amorosa d'un home i una dona del medi rural i la que projecten els famosos del món de l'espectacle?

D'altra banda, i és l'aspecte que més m'interessa assenyalar, els treballs basats en macro-enquestes sobre sexualitat no solen interpretar-se de manera adequada, i fan generalitzacions de les diferències entre homes i dones que es converteixen en prejudicis i errors. Fins i tot professionals. Vegem-ne un exemple: no hi ha cap dubte que encara avui dia, tot i els canvis, si fem un estudi amb una mostra àmplia i representativa, els homes estan més disposat al sexe ocasional (sense compromís i, sovint, sense afectes significatius) que les dones. Però se sol oblidar que el canvi en aquestes diferències s'ha accelerat molt en les últimes dècades, especialment entre joves i adults i en determinades professions o estrats socials. El resultat és que podria ocórrer, segons els estudis, que un 10 o 15% de dones resulten estar més disposades al sexe ocasional que la majoria dels homes, mentre que un percentatge no menyspreable d'homes hi podria estar menys disposat que la majoria de dones. És a dir, les diferències estadístiques entre homes i dones poden ser significatives, però si no les expliquem bé ens podem estar equivocant amb el 20 o 30% de la població.

Per tot això, m'agradaria que aquest article servís per fer pensar més que per fixar suposades diferències estables al llarg de la història i les cultures, malgrat que aquestes existeixen, sens dubte, unes per raons biològiques i altres per la socialització del gènere. Això sí, cada vegada aquestes diferències són menys pronunciades i amb moltes diversitats que fan que les nostres generalitzacions siguin discutibles.

Per això, no prioritzaré estadístiques sobre la conducta sexual, d'altra banda, de fàcil accés.

4. Sexualitat masculina.

Marc sociològic: el canvi i la diversitat.

Portem mig segle de canvis espectaculars en relació amb la vida sexual i amorosa, de manera que tot el que diguem està subjecte a matisacions, minories diverses, etc. Resumim en aquest apartat algunes de les variables més significatives, insistint en els canvis i la diversitat:

El fet de tenir parella estable o no segueix sent una variable important, però amb dues precisions importants: (a) el solter està ara ben vist i no hi està associat necessàriament una vida sexual absent, tot i que encara, com a grup global, tenen més dificultats per a tenir relacions sexuals i pateixen més sentiments de solitud; (b) les parelles, les seves formes de vida i unió són tan diverses que no és fàcil tampoc, en aquest cas, fer generalitzacions.

Assenyalem, de forma molt breu, alguns canvis en el context social que expliquen, en bona mesura, la vida sexual i amorosa dels adults en l'actualitat (RATHUS, NEVID I FICHER-RATHUS (2005).

Els solters:

- Els homes solters (i dones solteres) són cada vegada més i durant més temps.
- Les persones solteres ara són més ben acceptades socialment, inclòs el fet que puguin tenir activitat sexual ocasional.
De fet, per aquestes i altres raons, el nombre de persones adultes que viuen soles ha augmentat de forma espectacular.
- Un bon nombre de persones solteres no ho són per decisió, sinó per diferents raons, com no trobar la persona adequada o preferir endarrerir molt el matrimoni.
- Els homes solters (i les dones) tenen vides sexuals molt diverses. Des dels que mantenen una activitat freqüent i amb diverses persones, fins als que renuncien a tenir activitat sexual.

Els homes solters (i dones solteres) són cada vegada més i durant més temps. Les persones solteres ara són més ben acceptades socialment.

- Els homes solters joves són més ben acceptats socialment i solen tenir més facilitats per trobar parella sexual. Però, en general, els que no tenen parella, tenen menys activitat sexual i més sentiments de solitud que els que tenen parella.
- Els homes solters, especialment si tenen recursos, recorren més a serveis de prostitució, especialment passada la joventut i a mesura que tenen menys possibilitats de trobar persones disposades a l'activitat sexual.
- Cada vegada més homes separats o divorciats són, en termes de conducta sexual, més semblants als solters.
- Una minoria mantenen el celibat per tota la vida per diferents raons: religioses, professionals, desig d'independència o per falta d'oportunitats.

Les parelles i els seus diferents formats:

- Parella, nuvis, amics, s'han convertit també, entre els adults joves, en termes confusos que no sempre tenen el mateix significat.
- Nombroses parelles viuen per separat, per raons laborals o per preferència per aquest estil de vida. Depenent de la distància de les seves parelles, del treball i estil de vida, la seva activitat sexual és més o menys rica.
- Parelles de fet que cohabituen. Cada vegada hi ha més parelles de fet, en els seus diferents formats legals i socials. Avui és una opció per a tota la vida, encara que segueix sent majoritari recórrer al matrimoni quan es tenen fills. Solen ser persones més liberals que els casats, també pel que fa a les relacions sexuals fora de la parella i la decisió de separar-se, si arribés el cas.
- Nombroses parelles cohabituen durant un temps abans de casar-se convencionalment, de manera que molts matrimonis han estat durant un temps parelles de fet. I cada vegada més es casen civilment, en comptes de fer-ho en una de les múltiples esglésies que hi ha actualment.
- En els matrimonis convencionals hi ha tot tipus de diversitats en la vida sexual i amorosa, normalment amb més activitat sexual durant els primers anys i quan són més joves. El temps que porten de parella, l'edat i el grau de salut estan entre les variables que més descobreixen la seva vida sexual (López, 2012).
- L'estat civil, l'embaràs, la menopausa i la vellesa limiten cada vegada menys la vida sexual de les persones, facilitant als adults, homes i dones, la vida sexual i amorosa, que no es redueix a la seva funció procreadora, a una sola orientació del desig ni a moltes altres limitacions que ha estat presents durant segles.

En relació a tots aquests processos, en general, els homes són menys proclius a assumir compromisos de parella o matrimonials, la moral sexual més freqüent és la coneguda com “monogàmies successives” (fidelitat mentre dura la parella), encara que un nombre cada vegada més gran, més d’homes que de dones, es prenen la llibertat de tenir sexe ocasional esporàdic o freqüent, ocultant-ho, gairebé sempre, a la seva parella. Una doble moral més estesa entre els homes, però que comença a estar present també entre no poques dones.

Un nombre cada vegada més gran, més d’homes que de dones, es prenen la llibertat de tenir sexe ocasional esporàdic.

La fisiologia sexual

No detallaré, per conegudes i ben exposades en manuals i treballs de recerca, les diferències anatòmiques i fisiològiques entre homes i dones. Són evidents i regulen estretament, almenys, la sexualitat reproductiva. Els homes aporten els espermatozoides i les dones els òvuls, i són aquestes les úniques que poden quedar embarassades, parir i alletar a les cries. És segur que aquestes diferències bàsiques han condicionat en bona mesura aspectes centrals del paper de cadascú, com les tasques, treballs, i dedicacions dels homes i dones, especialment quan aquestes tenien nombrosos embarassos des de l’adolescència i la mitjana de vida era molt baixa. És probable que els homes aprofitessin aquestes diferències i els seus efectes per imposar el seu poder i discriminar a les dones que passaven la seva curta vida parint i alletant cries. Però fossin quines fossin les causes i conseqüències d’aquesta llarga història, avui les dones poden ser propietàries (excepte en cas de maltractaments malauradament presents encara en nombroses societats) del seu cos i decidir sobre la seva vida reproductora, que ha deixat de ser, a més, obligatòria.

Altres efectes possibles de la fisiologia són menys clars. Les hormones condicionen el desig, però les taxes d’hormones a la dona són més que suficients per a mantenir-lo actiu.

El descobriment del plaer sexual i la pràctica de la masturbació pot ser més fàcil en l’home, per tenir el penis més extern que el clítoris, però moltes dones ho descobreixen des de nenes i, en tot cas, és indubtable que la socialització de la dona és més repressiva. En la nostra investigació hem demostrat (LÓPEZ, F., DEL CAMPO, A. I GUIJO, V., 2003) que les nenes, tenint menys conductes sexuals explícites i buscant-hi menys obertament el plaer que els nens, se sentien més culpables de la seva història sexual prepuberal.

El cas més extrem al llarg de la història, lamentablement encara present en nombrosos països, són els diferents tipus de mutilacions de la fisiologia sexual de la dona i la seva funció, just per evitar els suposats excessos sexuals de les dones i sotmetre-les als homes (LÓPEZ, 2009, 2014). És la millor demostració que el desig sexual i les possibles conductes sexuals de les dones estan fisiològicament ben fona-

mentades, presents al llarg de tot el cicle, durant l'embaràs i després de la menopausa, és a dir, no depenen de la fisiologia de la reproducció.

D'altra banda, és indubtable que algunes manifestacions de la fisiologia sexual com la de l'orgasme, si es vol posar l'èmfasi en les diferències, és més rica en nombroses dones que en la majoria dels homes. En realitat homes i dones tenim una fisiologia que ens capacita i motiva per sentir el desig i gaudir del plaer de l'excitació i l'orgasme. Capacitat que no depèn de la funció procreadora i no ens obliga a tenir relacions sinó que, donant un salt qualitatiu en l'evolució, la sexualitat està en el regne de la llibertat. És a dir, podem decidir tenir o no tenir relacions. La nostra meravellosa fisiologia no ens obliga, som amos del Sí o del No, en el fonamental, per tant, des del punt de vista fisiològic, homes i dones compartim una sexualitat molt semblant.

El gènere com a discriminació

No passa el mateix des del punt de vista del gènere. La nostra història social ha construït rols sexuals molt definits, allunyant els homes de les dones i sotmetent a aquestes, posant-les al servei de la sexualitat dels homes (López, 2004, Barberà, 2004, Navarro, 2004, Amarín, 2007).

El diferent patró, avui feliçment en crisi, encara que present en no pocs homes i dones que l'han interioritzat, seria per tots dos sexes i per una socialització sexual, religiosa i social molt sexista:

La nostra història social ha construït rols sexuals molt definits, allunyant els homes de les dones i sotmetent a aquestes, posant-les al servei de la sexualitat dels homes.

| HOME | DONA |
|--|------------------------------------|
| Alta motivació sexual | Baixa motivació sexual |
| Difícil control del desig | Fàcil control del desig |
| Actiu cercador del plaer | Receptora de demandes dels homes |
| Més valor si té activitat sexual | Valor d'afectes i compromís |
| La seducció i conquesta com a valor | Valor de la virginitat i fidelitat |
| Decideix les conductes sexuals en la parella | Condescendència sexual |
| Reforç social si es pren llibertats | Mal vista si es pren llibertats |
| Disponibilitat per al sexe ocasional | Rebuig del sexe ocasional |
| Dominador | Dominada |

És veritat que aquest patró està en crisi, especialment entre les dones joves, professionals i d'alta cultura, també entre nombrosos homes; però no ho és menys que és el subsòl de la socialització de les persones de certa edat, nascudes durant el franquisme, i d'un nombre inesperat d'adolescents i joves actuals. Aquest patró com subsòl cultural segueix tenint pes i conviu amb altres que s'han desenvolupat en aquesta societat de mercat i consum, en què nous mites sobre la sexualitat s'estan obrint camí. Entre ells, citem els següents perquè, davant els antics mites de la repressió sexual, més ben coneguts i més citats, se n'estan obrint camí altres de no menys perillosos i que, per cert, són més a prop del patró masculí citat, ara més generalitzat als dos sexes i a les diferents diversitats sexuals:

- L'activitat sexual no només és saludable, sinó condició necessària a la salut.
- Els adolescents i joves tenen o convé que tinguin activitat sexual.
- L'activitat sexual és necessària a totes les edats, inclosa la vellesa avançada.
- El poliamor com millor alternativa sexual i amorosa, enfront de les relacions limitades a una parella.
- L'experimentació i la disponibilitat per a les noves experiències, com a valor, incitant al seu consum.
- La inexorable temporalitat de l'atracció i l'enamorament, entesos com a processos bioquímics temporals.
- Ser jove, mantenir-se jove o semblar-ho (també en relació amb la sexualitat) com a referència vital al llarg de tota la vida.
- L'activitat sexual és una activitat biològica més. Exercitar-la és fonamental per a mantenir-la: si no ho fas servir, es perd.
- Etc.

Per tot això, no és fàcil, i resulta sovint incorrecte, fer generalitzacions sobre la sexualitat de dones i homes. Les diferències entre sexes s'han reduït, tot i que es mantenen (LÓPEZ, 2004, LÓPEZ i altres 2014). En tot cas, el més significatiu és un canvi espectacular en les dones que s'han acostat a les estadístiques sobre conductes sexuals als homes. Però aquest acostament al patró masculí de conductes sexuals (amb aspectes positius com la llibertat per prendre la iniciatives o dir sí o no) va acompanyat en no pocs casos d'una decepció sobre el que es pot esperar dels homes en les relacions sexuals i amoroses. En aquest sentit, crec que els sexes s'acosten, alhora que romanen molt distants. Les queixes de les dones sobre el patró de conductes que tenen nombrosos homes en les relacions sexuals i amoroses són freqüents en dones adul-

tes. Una generalització que, com hem dit, cal interpretar amb tota prudència, no negant les moltes excepcions, en aquest món tan divers.

5. La conducta sexual dels homes adults

És tan variable que, com hem vist, qualsevol patró que assenyallem està subjecte a diversitats dins el propi patró i deixa fora a un nombre important de subjectes. Tot i així, els estudis solen coincidir en el següent.

La major part dels homes adults mantenen la fisiologia sexual en bon estat funcional fins a la vellesa, i fins i tot en la vellesa un bon nombre d'ells. El desig sexual es manté actiu, amb un nivell de testosterona suficient, capacitat d'erecció i el seu manteniment, excitació i orgasme. En els homes no hi ha canvis fisiològics equiparables a la menopausa, mantenint la capacitat reproductora fins a edats molt avançades. Els processos d'envelliment sexual, que com en la dona comencen a la dècada dels 30, són lents, amb canvis molt relacionats amb l'estil de vida (LÓPEZ, 2012). Els factors negatius més determinants són el sedentarisme, l'abús d'alcohol, l'obesitat, el tabaquisme, la mala alimentació, la fatiga, els problemes de salut, les disfuncions sexuals, una història de sexualitat molt reprimida i l'absència de parella sexual o l'habilitat per seduir.

Des del punt de vista fisiològic la màxima preocupació de la majoria d'homes se centra en l'erecció i el seu manteniment, just per una concepció sexual en la qual el plaer sexual d'ells i (en les seves creences errònies) de les dones, depèn quasi exclusivament del penis. Una dona de 60 anys em va dir una vegada que els homes tenen dos penis, entre les cames i al cap, obsessionats sempre amb el coit i les possibles fallades del penis.

La fisiologia sexual (el sistema hormonal i circulatori) permet a la majoria d'homes mantenir el desig sexual actiu fins a edats molt avançades, fins i tot sobrevivint a les dificultats erèctils que poguessin arribar a tenir. De fet, en les relacions de parella són més els homes que es queixen de la manca de disponibilitat sexual de les dones per a l'activitat sexual (encara que, com és sabut, són factors socials i les pràctiques sexuals que imposen els homes les que més condicionen negativament les dones). En efecte, si s'imposa el desig i les pràctiques d'un patró masculí, més centrat en el coit ràpid, és lògic que un nombre important de dones es queixin dels homes. Patró que, d'altra banda, també és negatiu per als homes (LÓPEZ, 2009).

Els homes sexualitzen més les relacions que les dones des de diversos punts de vista. Fan una valoració sexual més explícita de les dones i de les possibilitats d'accés sexual a elles i erotitzen més la visió del seu cos, convertint-les amb freqüència en un objecte sexual. També el llenguatge sexual dels ho-

mes i entre els homes és més sexual i més explícit, incloent amb freqüència expressions i paraules que encara són considerades “baixes o brutes”, per bona part de la població. Per cert, una cosa que ja fan també un nombre important de dones adolescents, joves i adultes, que canvien la seva mirada, la seva valoració i el seu llenguatge, fent-lo cada vegada més semblant al patró masculí. Frases com “què bo està”, per citar una de les més suaus, comencen a ser comuns també entre les dones.

Els homes heterosexuais són més rígids des de la seva pròpia orientació del desig i més freqüentment homofòbics que les dones. Aquestes són més flexibles amb elles mateixes, amb més possibilitats de canvis i més ben disposades per acceptar la diversitat, encara que uns i altres hagin millorat molt en les últimes dècades, entre nosaltres.

Nombrosos homes valoren més la pròpia activitat sexual amb o sense afecte i comunicació, que les dones, més exigents i proclius a convertir les relacions sexuals i afectives en un context de comunicació i afectes sexuals i empàtic-socials. En tot cas, bastants homes tenen un doble patró, desitgen i esperen afecte i comunicació íntima amb la seva parella, mentre converteixen les relacions ocasionals en una activitat sexual fisiològica, sense implicacions emocionals, llevat que es tracti de relacions amb amants més estables. També en aquest cas, cada vegada més dones, tot i que són encara minoria, viuen el sexe ocasional més com una activitat fisiològica en què els afectes i la comunicació tenen menys importància.

Nombrosos homes que viuen en parella tenen una moral i una conducta sexual menys convencional que les dones, encara que aquestes diferències s'estan estrenyent en les classes altes, en persones amb cultura i en dones que treballen fora de casa. És més freqüent la doble moral sexual entre els homes que es prenen llibertats que no volen tolerar en les dones i estan més disposats per practicar el sexe ocasional, sense compromís fora de la parella. Els canvis en aquest sentit són més espectaculars en les dones, perquè ja són un nombre significatiu les que s'apropen al comportament sexual dels homes, prenent elles la iniciativa, obrint-se al sexe ocasional o la relació amb amants.

Els homes adults i les dones també han canviat les seves conductes respecte a la masturbació, essent aquesta pràctica més freqüent que fa una dècada. Ja no la viuen com una conducta que compensa l'absència de relacions, sinó com una alternativa de plaer sexual, també quan es té parella.

Homes i dones adults, en bon nombre, estan oberts a formes d'estimulació més riques i variades, com el sexe oral, per exemple, encara que en la majoria dels casos les viuen finalment com prolegòmens del coit, especialment els homes.

Els homes usen més la pornografia que les dones, entre les quals és freqüent un rebuig molt visceral. Els homes, més visu-

Els homes heterosexuais són més rígids des de la seva pròpia orientació del desig i més freqüentment homofòbics que les dones.

als sexualment parlant i més propers al masclisme i sexisme de bona part de la pornografia, l'accepten i consumeixen amb freqüència, abans a través de revistes i avui, preferentment, per internet, vídeos, etc.

Les exigències morals per acceptar les relacions sexuals han canviat de forma espectacular en les últimes dècades des d'"haver d'estar casats", "ser nuvis amb compromís", "tenir afecte", "coneixement previ" etc., a limitar-se a la condició que "els dos vulguin". Aquest canvi en la moral sexual afecta tots dos sexes, però està més generalitzat entre els homes.

Els homes tenen fantasies més explícites, més coitals i menys adornades que nombroses dones, encara que també en això la dona adulta amb experiència sexual rica s'està acostant a l'home.

Els homes tendeixen a assumir més riscos en la seva conducta sexual, segurament perquè no tenen la possibilitat de quedar embarassats i, des del punt de vista evolucionista, perquè la seva implicació en la criança ha estat i és molt menor.

Els homes adults recorren amb freqüència i en un nombre creixent als serveis de prostitució. Se senten atrets per experiències noves, en una societat de consum en la qual els nous mites esmentats els influeixen més que a les dones. Encara que algunes dones compren activitat sexual, en aquest apartat les diferències són molt grans, i exerceixen la prostitució moltes dones i només alguns homes. La crisi econòmica i les immigracions, amb gran nombre de dones il·legals entre nosaltres, afavoreixen la prostitució, i es crea una oferta més àmplia i barata d'aquests serveis.

L'accés a contactes per internet, pagats i gratuïts, s'ha estès i ara és una de les formes de buscar parella, comprar activitat sexual o contactes gratuïts. Aquests serveis els fan servir més els homes, però ja hi ha nombroses dones que també ho fan, normalment sense necessitar comprar l'activitat sexual per la major disponibilitat dels homes per al sexe ocasional. Els usos d'internet són molt diversos, d'una banda, facilitant les trobades i l'inici de les relacions i, de l'altra, l'engany i la manipulació.

Els homes recorren amb més freqüència a les diferents formes de violència sexual, abusos sexuals a menors, assetjament sexual, violació i coerció. Aquest és el major problema que tenim en l'actualitat en aquest camp. Encara que també hi ha dones agressores, els homes són responsables de la immensa majoria dels abusos. Aquest no és el lloc per discutir-ne les diferents causes (LÓPEZ, 2014), però és indubtable que el doble rol de gènere abans resumit, la doble moral sexual i una concepció "més instintiva i animal" de la sexualitat de l'home contribueixen a aquest problema.^{2 i 3}

² INDICADORS DE GÈNERE QUE AFAVOREIXEN LA VIOLÈNCIA - Dependència econòmica.
- Desigualtat en decisions de relleu: habitatge, econòmiques, educatives.

Els homes adults recorren amb freqüència i en un nombre creixent als serveis de prostitució.

Finalment, els homes, amb excepcions és clar, estan menys disposats a invertir esforços en el funcionament de la parella i de la família, les tasques domèstiques, la cura de les cries, millorar la comunicació o la intimitat i acudir a ajudes professionals si es necessiten. Les dones estan canviant, però la majoria estan disposades a fer-ho, tot i que, en aquest cas, també comencen no pocs homes a interessar-se per millorar la vida i les relacions.

No és fàcil fer un balanç final, però, amb tots els matisos i objeccions que hem posat en analitzar qualsevol diferència entre home i dona, creiem que (a) el patró sexual masculí segueix sent el predominant entre els homes adults (per cert, també entre adolescents i joves) i que (b) més que un canvi, s'està produint un acostament a aquest patró per part de no poques dones, convertint la sexualitat en una forma més de mercat de consum gratuït o pagat. I tot això, sense que puguem estar segurs que estiguin disminuint les agressions i els riscos per a la salut en les relacions sexuals.

El suposat alliberament de moltes dones, autèntic i personal en uns casos (aconseguint l'autonomia i llibertat per ser elles mateixes, SABENT-SE MESTRESSES DE LA SEVA BIOGRAFIA SEXUAL I AMOROSA), i masculina i consumista en d'altres, ha desconcertat bastants homes. Uns reaccionen amb perplexitat, altres amb pors i altres amb rebuig o fins i tot amb agressivitat i maltractament.

Altres homes, per fi (quants són?), han donat suport i donen suport a aquest alliberament, si és autèntic, i comparteixen els avantatges de la igualtat i l'ètica del consentiment i el plaer compartit. Aquest últim grup d'homes, gràcies a la nova consciència de nombroses dones i cada vegada més homes, comencen a crear les condicions per a formes de relació més lliures, més igualitàries i més ètiques.

Però la societat de consum no facilita el predomini d'un canvi social positiu, com demostren els nous mites que tendeixen a convertir les relacions sexuals en una trobada biològica, en lloc d'interpersonal, considerant els afectes sexuals (desig, atracció i enamorament) simple bioquímica i oblidant que els

-
- Desigualtat en l'ús de béns de consum.
 - Ús de la força física o amenaça d'usar-la.
 - Conductes de desvalorització o hostilitat envers la dona.
 - Desvinculació de les tasques de criança i domèstiques per part de l'home.
 - Reducció de la dona a l'àmbit familiar. Anul·lació de projecte vital.
 - Falta d'ètica de relacions amoroses: doble moral.

³ IDEOLOGIA D'ALT RISC EN HOMES

- El patriarcat com a legitimació del poder de l'home sobre la dona.
- La dona com a propietat. La gelosia la negació del dret a la seva desvinculació.
- La dona com a mitjana taronja.
- La dona com a objecte d'ús.
- Els estereotips sexuals de gènere.

éssers humans som no només corporals, sinó també emocionals, mentals, socials, etc.

La incoherència -hipocresia se'n deia abans-, és també freqüent. En efecte, és freqüent també que bastants homes i cada vegada més dones se situïn en aquesta nova situació, diferenciant la seva vida de parella (en la qual no accepten que l'altre o altra es prenguin llibertats), mentre ells o elles es mouen amb llibertat en aquesta societat liberal i de mercat, també en relació amb el sexe.

Encara que, per no incidir només en aspectes negatius, val a dir que home i dones (aquestes són les que més i millor han canviat), en nombre creixent es relacionen cada vegada millor dins dels diferents tipus de parella.⁴

6. Què podem fer?

En primer lloc ens sembla necessari analitzar el patró masculí tradicional, esbossat més amunt i en les notes (1 i 2). Analitzar la seva presència en alguns homes i en algunes dones que, en interioritzar-lo, els porta a legitimar el patró masculí sotmetent-se a ell. Aquesta anàlisi i aquesta crítica han d'insistir en la gravetat de les seves conseqüències i, sobretot, en un enfocament positiu, insistint que tots dos sexes es perden el millor que ofereixen les relacions sexuals i amoroses. "T'estàs perdent el millor", insistim als homes agressors. Una visió positiva de la sexualitat i les relacions amoroses ha de ser el nucli de l'educació familiar i l'educació sexual a l'escola.

En segon lloc cal desmuntar els vells i els nous mites sobre la sexualitat. En els vells mites, la sexualitat se situava en

⁴ PARELLES: DOS MODELS PRESENTS, AMB DOS TIPUS D'HOME

| DURANT SEGLES | L'ACTUALITAT DESITJABLE |
|---|--|
| Èmfasi en rituals i rols de gènere | Èmfasi en la relació de companys |
| No viuen junts abans de casar-se | Poden viure junts sense casar-se |
| Marit dominant, dona submisa | Relació entre iguals |
| Rols específics i rígids | Rols flexibles, no sexistes |
| Marit treballa, esposa mestressa de casa | Els dos treballen fora de casa |
| Marit iniciativa sexual, dona obedient | Els dos poden iniciar o rebutjar |
| L'esposa té cura als fills | Tots dos cuiden els fills |
| Formació important per al marit | La formació és important per a tots dos |
| El treball del marit determina on viuen | La feina de tots dos determina la residència |
| Educació i tasques sexistes per als fills | Educació en igualtat dels fills i filles |
| Pes de valors religiosos i convencions | Diversitat de valors i estils de vida. |
| Els homes amb oci extern a la família | Tots dos amb oci extern a la família |
| Doble moral sexual | Ètica de la igualtat |

(Adaptat i completat a partir de KNOX, D i SCHACHT (2002), citat per RATHUS i altres (2006)).

les parts baixes, es definia com una passió perillosa i es catequitzava amb amenaces divines eternes si no es reduïa a la funció procreadora en el matrimoni heterosexual. En els nous, es presenta com una dimensió més del consum i el comerç que pressiona a les persones perquè se sentin obligades a tenir relacions, sense creure en els vincles amorosos, i es llencen al carrer o a internet per comercialitzar amb les relacions.

Cal substituir els mites per coneixements científics i, sobretot, per una educació que afavoreixi l'autonomia, el dret a tenir una biografia sexual i amorosa personalment decidida, sabent que la dimensió sexual humana està en el regne de la llibertat (LÓPEZ, 2009, 2015), que és també el de la diversitat que ens permet ser autèntics, sols o amb parella.

Per a això, és fonamental afavorir, amb lleis, pensament crític i estils de vida, condicions per a l'exercici de la llibertat dels ciutadans.

L'exercici de la llibertat, d'altra banda, no és possible ni intel·ligent sense l'ètica de les relacions sexuals i amoroses, últim camp de les nostres investigacions i publicacions (LÓPEZ, 2015, 2017). Llibertat fonamentada en els drets humans, els drets sexuals i millors aportacions ètiques al llarg de la història. Proposem una sèrie de principis universals que ens permetrien viure millor la sexualitat i les relacions amoroses, no convertint-les en una presó (vells mites) o en un camp de mines (nous mites). L'ètica que proposem és socràtica, l'ètica de la bona vida, laica i humanista, la que pot ajudar-nos a viure millor la sexualitat ètica del consentiment (enfrent de tota forma de coerció i violència), ètica del plaer compartit (davant l'egoisme i la falta d'empatia), ètica de la igualtat (enfrent de la doble moral i rols de gènere discriminatoris), ètica de la lleialtat (enfrent del llenguatge enganyós, les mentides, les falses promeses, etc.), ètica de la salut (enfrent dels riscos), ètica de la diversitat (enfrent de la uniformitat i les fòbies a les minories), ètica de la vinculació i la desvinculació (enfrent d'un concepte de parella únic i necessàriament tern) i ètica de la cura a la parella i a les cries.

L'exercici de la llibertat, d'altra banda, no és possible ni intel·ligent sense l'ètica de les relacions sexuals i amoroses.

Bibliografia

- Barbera, E. y Benlloch, I. (2004). *Psicología y Género*. Madrid: Pearson. (Per a diferències de gènere). ISBN 84-205-3725-X
- Beck, U y Beck, P. (1999). *El normal caos del amor*. Barcelona: Paidós. (Per a anàlisi sociològica de societats avançades). ISBN 9788449310911
- López, F. (2009). *Amores y Desamores: procesos de vinculación y desvinculación sexuales y afectivos*. Madrid: Biblioteca Nueva. (Per a afectes sexuals: desig, atracció i enamorament). ISBN 9788497429375
- López, F. (2011). *Separarse sin grietas: como sufrir menos y no hacer daño a los hijos*. Barcelona: Graó. (Per a les separacions i divorcis). ISBN 9788499802473
- López, F. (2012). *Sexualidad y afectos en la vejez*. Madrid; Pirámide. (Per a la sexualitat en la maduresa avançada i la vellesa). ISBN 9788436827026
- López, F. (2015). *Ética de las relaciones sexuales y amorosas*. Madrid: Pirámide. (Proposta per a millorar les relacions sexuals i amoroses). ISBN 9788436833683
- López, F (2017, en prensa). *Ética y educación sexual: unidades didácticas*. Madrid: Pirámide. (Unitats didàctiques de treball).
- Rathus, S., Nevid, J y Fichner-Rathus, L. (2006). *Sexualidad Humana*. Madrid: Pearson. (Per a revisar grans estudis sobre sexualitat).

