

Hoy, en el pueblo de Ajoja, base del Proyecto PROJIMO, los hombres y mujeres con discapacidad van juntos a las fiestas y al cine. A las parejas no les da pena mostrar ni admitir que tienen una relación íntima o amorosa. Algunos de los jóvenes con discapacidad que han llegado a conocerse y a encariñarse en el programa se han casado y ahora tienen hijos.

Todo esto lo acepta la mayoría de la gente del pueblo como algo natural, normal y 'correcto'.

Pero no siempre ha sido así. Hace pocos años, cuando PROJIMO apenas comenzaba, mucha gente pensaba que una persona con una discapacidad obvia no debería ni podría tener una relación amorosa, casarse, ni tener hijos.

Recuerdo una tarde de primavera de hace unos cuantos años. Un grupo de jóvenes estaba en la plazuela del pueblo escuchando a unos músicos, mientras una viejita los observaba. Un muchacho, que tenía un pie zambo y usaba bastón, estaba parado junto a una joven en silla de ruedas. Cuando empezó una canción romántica, los dos jóvenes con discapacidad se abrazaron con ternura. Al verlos, la viejita quedó horrorizada. Furiosa, apuntó hacia la pareja y empezó a gritar: —¡Qué sinvergüenzas! ¡No tienen derecho de portarse así! ¡No es debido! ¡Están lisiados!

Cuando PROJIMO empezó, desgraciadamente no sólo la gente del pueblo pensaba que las personas con discapacidad no debían ni podían tener relaciones amorosas ni casarse. Muchos de los jóvenes con discapacidad también creían casi lo mismo. Su vida personal muchas veces los deprimía, confundía o frustraba. La sociedad les decía una cosa, pero su corazón y su cuerpo les decía otra. La mayoría pensaba que nunca serían atractivos. Sin embargo, a lo largo de su adolescencia, sentían cada vez más atracción. Muchos tenían dudas sobre su habilidad sexual. Otros habían descubierto que, de hecho, tenían funciones y sensaciones completamente desarrolladas, pero no tenían ningún modo aceptable de expresarlas.



Las personas con discapacidad y sus familias deben educar al público en lo que se refiere a sus derechos.

Entre las personas que visitaron PROJIMO y aconsejaron al equipo, había algunos adultos con discapacidad, que habían aprendido a entender sus sentimientos, habían forjado relaciones amorosas o se habían casado. Viendo esto, poco a poco, los jóvenes con discapacidad de PROJIMO comenzaron a aceptar sus deseos, necesidades e ilusiones. Más importante aún es que empezaron a sentirse menos aislados y se dieron cuenta de que no eran tan diferentes a los demás, como habían creído. Sobre todo, se dieron cuenta de que otras personas sentían atracción hacia ellos. Poco después, comenzaron los noviazgos.

Al principio, a veces las cosas se sobrepasaron un poco. Los sentimientos reprimidos de los jóvenes se desbordaron. A veces se cometieron errores y abusos. Cuando el grupo de jóvenes con discapacidad se dió cuenta de que las reglas que la sociedad les había impuesto eran injustas, su primera reacción fue romperlas sin pensar. Pero después, al tener que enfrentarse a los a veces crueles resultados de su propia prisa, pasión e inexperiencia, descubrieron la necesidad de tomar ciertas precauciones y seguir ciertas guías de conducta establecidas por el grupo. Conocían el dolor lo suficiente para no querer lastimar a nadie más. Y ahora que saben del VIH, se han dado cuenta de que deben tener "sexo más seguro" si es que o cuando tengan sexo.

Poco a poco, los miembros de PROJIMO han descubierto su habilidad para llevar una vida más plena y formar relaciones más profundas de lo que jamás se hubieran imaginado. Además, poco a poco, la comunidad ha empezado a aceptar esto. Por primera vez, ha habido noviazgos abiertos entre personas con discapacidad y sin discapacidad del pueblo. Paso a paso, la gente ha ido adquiriendo un nuevo nivel de entendimiento y aceptación.



Conchita, una muchacha parapléjica, estaba segura de que nunca se iba a casar. Llegó a PROJIMO para rehabilitarse y decidió quedarse a trabajar. Ahora está felizmente casada con uno de los hombres del pueblo que no tiene discapacidad.

## LAS NECESIDADES PERSONALES Y SEXUALES DE LOS JOVENES

Todo niño, con discapacidad o no, necesita comida, protección y cariño. Un niño que constantemente recibe afecto, respeto y comprensión, tiene más posibilidades de llegar a ser un adulto cariñoso, respetuoso y comprensivo.

Todo niño necesita que lo toquen, abracen y acaricien. A los niños pequeños les gusta explorar y tocarse diferentes partes del cuerpo, y así aprenden a conocerse a sí mismos. Si la discapacidad *física* de un niño le dificulta tocarse y examinarse, es muy probable que necesite que lo carguen, abracen y acaricien más que a otros.

Casi todas las sociedades tienen reglas y prohibiciones que tratan de limitar y de dirigir el comportamiento sexual. En casi todas ellas, los jóvenes (y adultos) encuentran formas de quebrar esas reglas, por lo general a escondidas. Quizás la mejor respuesta a la educación sexual sea encontrar la forma en que los jóvenes con discapacidad se reúnan con confianza y sin supervisión con otros jóvenes para que éstos les cuenten sus experiencias y 'secretos'.

Pero también es importante educar los niños con discapacidad sobre el abuso sexual. Los adultos pueden tomar ventaja de su poder y la confianza que tienen con los niños para establecer relaciones sexuales con ellos, especialmente con los niños con discapacidad. Hay que explicarles a los niños que estos tipos de secretos no están bien y que deben contarle a otros lo que sucede. Vea *Ayudar a los niños ciegos*, Capítulo 12 o *Ayudar a los niños sordos* para obtener ideas sobre cómo prevenir el abuso sexual y cómo hablar con los niños sobre este tema tan difícil.



## LAS RELACIONES AMOROSAS, EL MATRIMONIO Y LA FAMILIA

Es importante que tanto las personas con discapacidad como la comunidad entera entiendan que la mayoría de las personas con discapacidad puede casarse y tener hijos. Salvo en algunos casos de discapacidades hereditarias, los niños nacidos de padres con discapacidad tienen la misma probabilidad de ser normales que los niños de padres sin discapacidad.

Casi todas las personas con discapacidad pueden mantener una relación íntima y amorosa. Esto incluye hasta a las personas con una discapacidad que les impida tener hijos (como algunos hombres con daño de la *médula espinal*). Las personas que no sienten en sus partes sexuales, pueden descubrir la satisfacción sexual por el contacto de los labios o de otras partes del cuerpo que no hayan perdido la sensibilidad. Si una pareja quiere hijos, quizás pueda adoptarlos.

En algunas sociedades se da por entendido que casi todas las personas desean y pueden casarse, incluso las personas con discapacidad. Pero en las culturas que le dan demasiada importancia a una apariencia física 'ideal' o 'completa' quizás le resulte difícil a una persona con discapacidad encontrar pareja. A veces, el mayor obstáculo para una persona con discapacidad es la idea de que nunca le va a parecer atractiva a otras personas. A veces, aconsejándose unas a otras, las personas con discapacidad pueden vencer este obstáculo. Los que han superado su propio temor de no ser aceptados y han forjado relaciones íntimas, pueden ayudar a los demás a comprender que la belleza interior y la nobleza de espíritu también hacen muy atractiva a una persona.

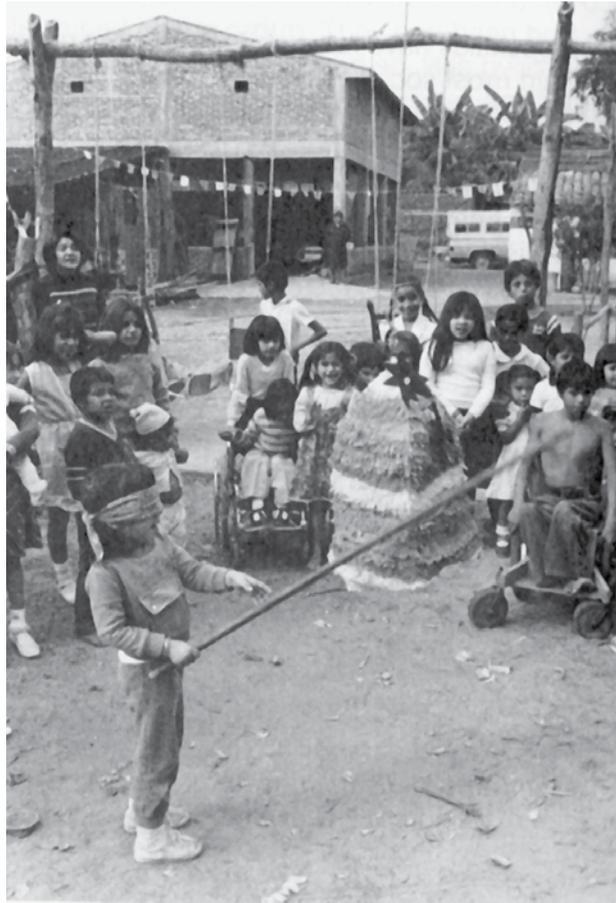
Muchas veces, sólo una persona con discapacidad es capaz de ver mas allá del exterior de otra persona con discapacidad y de apreciar sus excepcionales cualidades internas. Por eso, es común que las personas con discapacidad formen parejas entre sí—aunque tengan discapacidades diferentes. Pero a medida que las personas con discapacidad van ganando más aceptación y participan más en la comunidad, los noviazgos y matrimonios entre las personas con y sin discapacidad van aumentando.

Muchas veces, los jóvenes con discapacidad no tienen suficientes oportunidades de conocer y volverse amigos de otros jóvenes. Por eso debemos buscar y ofrecerles dichas oportunidades. Naturalmente, en cada comunidad, las oportunidades y la forma de presentarlas serán diferentes.

Los jóvenes con discapacidad—aunque estén en sillas de ruedas—deben tener la oportunidad de ir a los mismos bailes, fiestas y actividades públicas que los demás jóvenes. Un centro comunitario de rehabilitación puede organizar juegos, fiestas y otras actividades para jóvenes sin y con discapacidades, en las cuales todos puedan participar por igual.

## La necesidad de una integración total

Hay que recordar que la oportunidad de tener una relación íntima y amorosa con otra persona es sólo un camino entre muchos hacia una vida plena, activa y llena de aceptación en una comunidad. Mientras más se lucha por lograr una mayor integración y participación de las personas con discapacidad en la vida de la comunidad, más pronto aprenderán todos a ver más allá de las discapacidades y a tratar a cada individuo como el ser humano que es. Cuando esto se consigue, se abre un nuevo mundo de posibilidades.



Un programa comunitario de rehabilitación organiza actividades divertidas para reunir a los jóvenes con discapacidad con los que no tienen discapacidad. Aquí, los niños del pueblo han sido invitados a la fiesta de cumpleaños de una niña con discapacidad. Se turnan para tratar de romper la piñata con los ojos vendados. (PROJIMO/Richard Parker)

## Planificación familiar

Al igual que los jóvenes que no tienen discapacidad, los jóvenes con discapacidad deben recibir la información y oportunidades necesarias para evitar los embarazos no deseados y las infecciones de transmisión sexual como el VIH. Para un programa de rehabilitación dirigido por los trabajadores mismos puede ser muy importante poner a la disposición de todos dicha información y oportunidades. Para información sobre los diferentes métodos de planificación familiar, vea *Un manual de salud para mujeres con discapacidad*, Capítulo 9, o *Donde no hay doctor para mujeres*, Capítulo 13.

## El niño con retraso mental y el sexo

Un niño con *retraso mental*, como cualquier otro niño, al ir creciendo, se va interesando más en el sexo. De hecho, quizás se interese más que otros niños en las experiencias con su cuerpo, por tener menos oportunidades de participar en otras actividades.

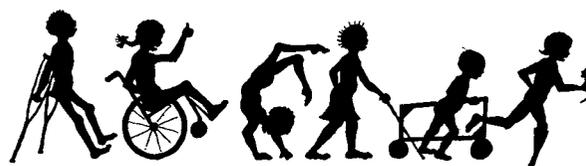
Como los mensajes que el niño recibe de la gente muchas veces son confusos o se contradicen, es posible que él empiece a portarse de formas inaceptables. Frecuentemente, los padres no saben qué hacer. Por ejemplo, quizás una madre tenga miedo de llevar a su hijo al mercado porque el niño trata de tocar a todas las niñas que ve.

Es importante ayudar a los niños con retraso mental a entender bien qué tipo de conducta es aceptable y cuándo. Para lograrlo, se puede usar un **'método para mejorar la conducta'**. La familia puede premiar siempre la buena conducta del niño y evitar darle atención especial o evitar premiarlo de cualquier manera cuando se porta mal. Hablamos más sobre este método en el Capítulo 40. Si un niño tiene problemas de conducta, es aconsejable que la familia empiece a usar el método mencionado mucho antes de que comience el desarrollo sexual del niño. Entre más pequeño esté el niño, mejor.

Es un error común pensar que los jóvenes con retraso mental no necesitan tener relaciones amorosas. La necesidad existe y si no se satisface, puede causarles problemas a los jóvenes y a los demás.

En casi todas partes, es muy difícil para una persona con retraso mental llegar a tener una relación íntima y amorosa. En algunos países, hay programas de rehabilitación que hacen arreglos para que las personas con retraso mental convivan en la misma casa o para que se reúnan para divertirse. Como resultado, algunos de las personas con discapacidad forman parejas y a veces se casan.

Puede ser difícil proteger a las niñas con retraso mental del abuso sexual y el embarazo no deseado y, al mismo tiempo, respetar sus derechos. Algunos programas tratan de resolver el problema a través de la educación sobre la sexualidad y dándoles métodos de planificación familiar a las jóvenes con retraso mental. Consulte con su trabajador de salud local para ver qué métodos de planificación familiar hay en su área y son aceptables.



## Matrimonio y familia

En los países donde las personas con discapacidad han alcanzado una mayor aceptación y participación en la comunidad, ha aumentado el número de personas con discapacidad, incluyendo algunas con discapacidades bastante graves, que se casan y tienen familia.

La facilidad con que una persona con discapacidad puede sacar adelante a una familia depende mucho de su situación económica. Por eso, el ayudar a los jóvenes con discapacidad a adquirir las destrezas necesarias para ganarse la vida o mantener un hogar, es una parte muy importante de su preparación para casarse y tener familia.

## Educación sexual

En promedio, los niños con discapacidad empiezan a desarrollarse sexualmente a la misma edad que los niños que no tienen discapacidad. A las niñas les puede empezar la regla (menstruación) a los 11 ó 12 años (o un poco antes o después). Los jóvenes empiezan a soltar semen a los 12, 13 ó 14 años (a veces antes o después). Muchas veces, estos cambios sorprenden al niño y pueden confundirlo o hacerlo sentirse culpable, a menos que se le diga que esto es algo natural y que se le explique su función.

Como los niños (y niñas) con discapacidad por lo general tienen pocas oportunidades de reunirse con otros niños sin ser vigilados, pueden perderse una de las formas más comunes de educación sexual: los juegos, bromas, cuentos, canciones y conversaciones privadas de los niños. Por lo tanto, los adultos deben hacer un gran esfuerzo por compartir con estos niños la información básica sobre 'los hechos de la vida' de una manera calmada y abierta, invitándolos a hacer preguntas y contestándoselas con franqueza.

También es importante hacer arreglos para que los niños con discapacidad lleguen a conocer a otros niños, jueguen con ellos y compartan sus secretos.

## La necesidad de aceptar una variedad de relaciones sociales

Una persona con discapacidad tiene el mismo derecho de tener una relación sexual que cualquier otra persona. Pero no es muy fácil, ni muy frecuente, que a los jóvenes con discapacidad se les presenten las mismas oportunidades que a los sin discapacidad de tener relaciones íntimas. Muchas de las maneras tradicionales en que un chico conoce a una chica no quedan al alcance de los jóvenes con discapacidad.

Por lo tanto, no debe sorprendernos que algunas personas con discapacidad tengan relaciones íntimas no muy comunes—a veces se unen dos personas del mismo sexo o dos personas que pertenecen a distintas razas o clases sociales, las cuales normalmente no se juntan porque la comunidad no lo aprueba.

Antes de desaprobar una de esas relaciones, es importante tener en cuenta el beneficio o daño que le esté causando a ambas personas. Si la pareja ha iniciado la relación por su propia voluntad y está feliz, tal vez convendría que los demás la comprendieran y la apoyaran—aunque la sociedad no la apruebe. Esto también debería ser así para personas que no tienen discapacidad.

Muchos grupos y organizaciones de personas con discapacidad defienden abiertamente el derecho de toda persona de vivir de maneras que otros consideran 'inaceptables', siempre y cuando no obliguen ni perjudiquen a nadie. Estos grupos saben, por experiencia propia, que muchas veces la sociedad trata cruel e injustamente a las personas que por alguna razón son 'diferentes'. Es por eso que ellos tratan de encabezar la campaña para reeducar a la comunidad y convencerla de ser más flexible y tolerante hacia las diferentes formas de conducta humana.

Por otro lado, a veces los jóvenes con discapacidad (sobre todo las muchachas) se encuentran en situaciones que se prestan a que la gente se aproveche o abuse de ellos. La enorme soledad que sienten algunos jóvenes con discapacidad o la inocencia de una muchacha con retraso mental los convierte a menudo en un blanco fácil de los abusos. Hay que tomar precauciones.

Cuando dos personas viven juntas o tienen una relación íntima lo que importa no es quiénes sean, sino que se quieran de verdad y que se respeten mutuamente.