

Responsabilidades compartidas

Idealmente, la vida en pareja precisa hacer honor a esa palabra: ser pareja, equilibrada. Es decir, que ambos disfruten de la relación, y también que compartan equitativamente las responsabilidades; gustos y gastos deben ir por igual.

Por: Psicólogo Sexólogo Silvestre Faya

Foto: Archivo Siglo Nuevo



La imagen de antaño en donde las damas esperaban de manera pasiva a que sus caballeros adivinaran lo que ellas anhelaban ya pasó a la historia, hoy aplica aquello de: “Las mujeres arriba”. La cosa va en serio y el sector femenino exige -o debería- su derecho a compartir de manera proporcionada las decisiones que les interesan a ambos, desde el uso de los anticonceptivos para prevenir embarazos no planeados, hasta los detalles más íntimos que les provocarán el clímax sexual. Se acabó la época del control y dominio del varón, ahora es indispensable que ellas y ellos platicuen y se pongan de acuerdo en todo, si es que aspiran a que su relación no zozobre y en cambio los conduzca a momentos memorables, en todos los ámbitos.

POR UN PLACER RESPONSABLE

Cuando se lanzó al mercado la píldora anticonceptiva, la mujer pudo respirar libremente. A partir de ese instante ya no fue obligatorio embarazarse a capricho del hombre, ahora ella podía decidir sobre su capacidad reproductiva y disfrutar su erotismo sin exponerse a una concepción inesperada. Desde esa fecha, la ciencia médica ha avanzado considerablemente y los anticonceptivos están disponibles en muchas presentaciones: los antiquísimos condones -ahora manufacturados en látex o poliuretano-, las hormonas orales, los parches, los implantes subcutáneos, las inyecciones, etcétera. Las féminas pueden tener su ‘parque de diversiones’ sexual, o si lo



Es recomendable que cada pareja sea honesta entre sí y decida lo que más conviene a ambos, y no que sólo uno salga complacido mientras el otro se aguanta su incomodidad y acumula resentimientos



quieren su fertilidad, para alcanzar el estado maravilloso de la maternidad.

Sin embargo, muchos varones dejan sobre los hombros de sus compañeras la responsabilidad del control natal, les exigen que sean perfectas y que se cuiden “en todo momento”, porque no les apetece engendrar hijos. La falta de deli-

cadeza al no escucharlas para conocer sus expectativas propicia que ellas se sientan irritadas -y con razón- con quienes de manera desconsiderada las fuerzan a encargarse de esta tarea que lógicamente los involucra a ambos.

Y es que cuando una pareja se lleva bien en la vida diaria, también debería llevarse

de maravilla en la cama, y para eso no hay mejor fórmula que estar de acuerdo en cómo hacer las cosas para que todo salga a la medida del deseo. Así, cuando a una dama le sea necesario consultar a un ginecólogo, lo justo es que su compañero la acompañe, pues es imperativo que a los dos les interese el mutuo bienestar, es-

pecialmente si se refiere a la vida sexual que mantienen. Quien piensa que ‘es cosa de mujeres’ y que ellas ‘tienen que’ hacerse cargo de todo, incluyendo el aspecto económico, viven en el pasado. Partiendo de la igualdad, se requiere que decidan en conjunto cómo repartir los gastos de consulta y de los anticonceptivos. Algunos optan por pagar a partes equitativas, pero muchos consideran que la cortesía masculina sigue vigente y por ende, en ese caso el desembolso le correspondería al caballero.

Por otro lado, si los amantes eligen usar métodos de barrera como el condón, lo recomendable es que vayan a la farmacia o tienda para adultos y revisen juntos lo que pretenden utilizar, buscando con cuidado aquél producto que aumente el éxtasis y les ofrezca seguridad. No teman preguntar para aclarar sus dudas.

LA COMBINACIÓN PERFECTA

La intimidad ideal, planeada, combina seguridad y placer. Quienes ya tienen una vida en común comprometida -casados o no-, pueden elegir un método anticonceptivo definitivo. Para las féminas el procedimiento se llama salpingoclasia y precisa de un procedimiento quirúrgico; es decir, implica pasar por anestesia, dolor posterior y una cuenta de gastos más abultada que la opción para el varón.

A él lo acuesta el doctor en su mesa de exploración y en el mismo consultorio le corta los conductos deferentes a través de una vasectomía, o realiza ésta con un método no

invasivo. El costo y las molestias por esta alternativa son mínimas, en comparación con la de las mujeres. Por eso, es recomendable que cada pareja sea honesta entre sí y decida lo que más conviene a ambos, y no que sólo uno salga complacido mientras el otro se aguanta su incomodidad y acumula resentimientos. Hay que respetar la voluntad de la contraparte y demostrar amor, comprensión y una auténtica empatía, recordando que la sexualidad se vive entre dos.

TRABAJO DE EQUIPO

El romanticismo y la picardía impulsan a las damas a ansiarse sexys en la noche de bodas y la luna de miel. Las féminas superan a los hombres en lo relativo a la preparación y a no dejar las cosas al 'ahí se va' a la hora de meterse bajo las sábanas. Ellas saben cómo verse verdaderamente deseables y lo mínimo que esperan es que su compañero luzca atractivo, limpio. Por eso, es aconsejable que ellos también sean imaginativos en su indumentaria erótica y cooperen para mantener la llama encendida.

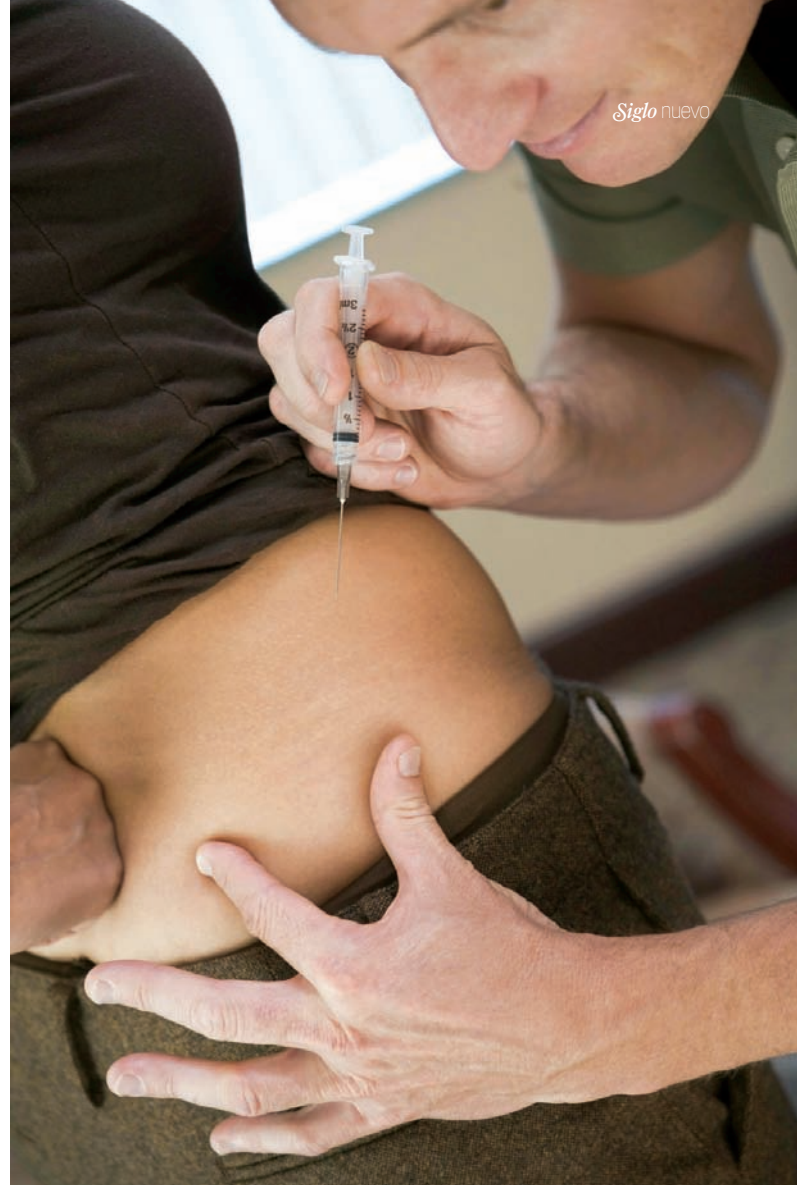
Ideen en pareja las escapadas románticas, desde la noche de bodas hasta cuando ya las canas aparezcan sobre sus

cabezas. Pueden investigar acerca de aceites aromáticos, lociones que producen un cosquilleo en la piel al mismo tiempo que la perfuman, o practicar jugueteos con ayuda de plumas, que al rozar los rincones íntimos desatan las ganas de reanudar la faena erótica.

No lo dejen para después y cómprense cuanto antes sus libros de posiciones sexuales, el *Kama Sutra* o algún otro manual erótico. Nadie nace enseñado, se vale preguntar sobre impresos o videos que muestren una sexualidad sana, responsable y excitante. Recuerden que la tarea amorosa es la suma de dos cuerpos, dos voluntades, que unidas alcanzan su plenitud.

MANTENIENDO SU NIDO ACOGEDOR

Actualmente, los amantes que busquen mantener encendida la llama de la pasión necesitan estar despiertos a cada detalle que los impulse a sostener la energía sexual y que estimule sus encuentros. He aquí una propuesta: traten de sorprender a su 'media naranja' con aquello que saben le excita y que por descuido o temor han dejado de lado. Siempre es un buen momento para



sacar lo mejor del repertorio íntimo, especialmente cuando ya llevan varios años juntos, considerando que si las cosas no salen como antes, queda la opción de repetir 'la tarea' hasta que salga perfecta.

Esta vida es única, no tenemos oportunidad de repetirla.

Lo que hoy dejamos pasar tal vez nunca lo volvamos a tener. Anímese a explorar con su 'otra mitad' todas las posibilidades de gozo mutuo, hasta que la cortina caiga por última vez... §

www.sexologosilvestrefaya.com