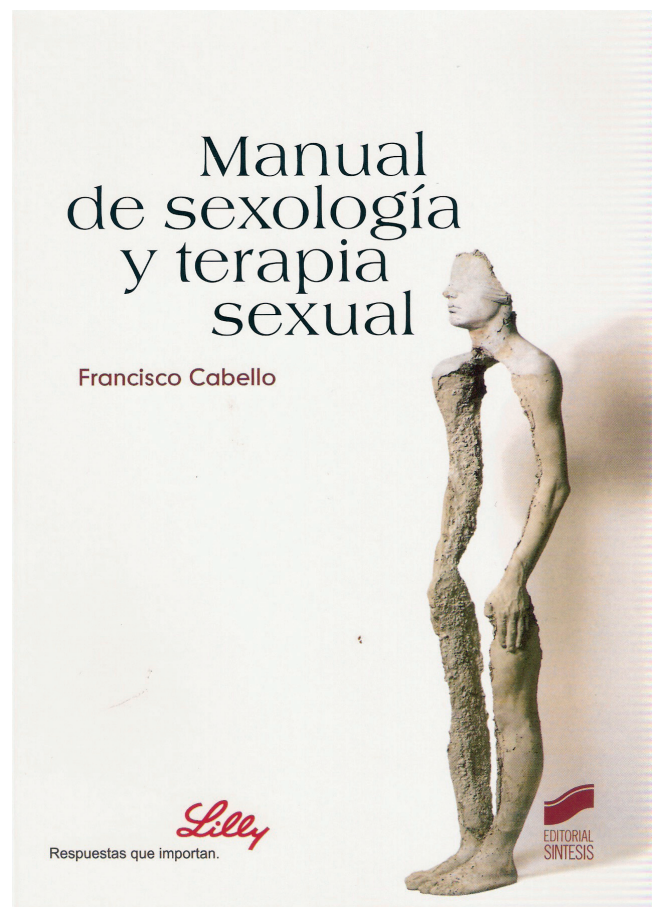

Manual de sexología y terapia sexual

Francisco Cabello Santamaría
Madrid: Editorial Síntesis, S.A.; 2010.



Comentario

El estudio de la sexualidad sigue constituyendo un gran desafío para las ciencias modernas. La sexología, más que ninguna otra ciencia, está sometida a milenarias actitudes de rechazo por parte de la comunidad académica. Por ello, su inclusión en los títulos universitarios presenta grandes dificultades. Hoy en día, no se discute que la sexualidad en el pasado estuvo llena de tabúes, represión, dogmatismos e ignorancia. Afortunadamente, algunas de estas limitaciones se han superado gracias al conocimiento científico actual que ha destruido muchos mitos sexuales. También, gracias a la liberación sexual de nuestros días se han superado bastantes actitudes negativas hacia la sexualidad, que han generado y generan un enorme sufrimiento humano. El conocimiento sexual y su difusión, contribuyen a la transformación del modelo reduccionista de la sexualidad genitalizada por una visión humanista, concibiéndola como un valor que permite construir un modelo sexual basado en la ética relacional y el respeto a la igualdad sexual. Aunque parezca increíble, escribir un manual de sexología y terapia sexual sigue siendo, en los tiempos que corren, un acto de subversión, coraje y valentía. Todavía hablar de sexo significa desafiar creencias, cuestionar dogmas establecidos y luchar frente a las inequidades sexuales en defensa de la universalidad de los derechos sexuales.

En este sentido, es ineludible expresar mi respeto por el autor de este manual, que ha seguido una trayectoria vital y profesional de militancia activa en defensa de la sexología como ciencia, de la incorporación del conocimiento sexual como parte indispensable de la formación humana y en defensa de la salud sexual y derechos sexuales universales. El saber sexual es indispensable, y debería formar parte de nuestra cultura general. Por una parte, sabemos que la falta de conocimiento sexual es un factor etiológico que está en la base de la mayoría de las disfunciones sexuales que aquejan a hombres y mujeres. El autor, en este texto, nos habla de la prevalencia de las disfunciones sexuales, nos actualiza con los últimos estudios que arrojan cifras que nos llevan a la conclusión, hartó probable, de que la mitad de nosotros podamos padecer algún problema sexual a lo largo de nuestro ciclo vital. Sin ninguna duda, presentar una disfunción sexual va a alterar nuestra calidad de vida y también la de nuestra pareja y entorno social y familiar. El tratamiento de las disfunciones sexuales va a repercutir en el estado de nuestra salud física y psicológica. Es innegable que la sexualidad está a favor de la vida, de la comunicación, del placer, de la intimidad y de la necesidad psicológica de formar vínculos que tenemos los seres humanos.

Mucho ha llovido en el campo del saber sexológico desde que Augusto Compte en 1850 mencionó el término *sexología* por primera vez. Desde que en la segunda mitad del siglo XIX, Heinrich Kaan en 1844 y Krafft-Ebing en 1866, escribieron 2 obras que llevaron el mismo nombre *Psicopatía Sexualis*. La investigación sexológica y su difusión han dado muchos frutos que, afortunadamente, han revertido en un mejor conocimiento sexual. Hemos andado un largo camino desde entonces. Según el Diccionario de la Lengua Española, “un manual es un libro que compendia lo más sustancial de una materia”. En otra de sus acepciones, el Diccionario reseña que “un manual alude a algo de fácil entendimien-

to”. En este sentido, el manual que nos presenta Francisco Cabello —que más bien parece un tratado— cumple perfectamente con su cometido: sus distintos capítulos hacen un recorrido por los temas más significativos y actuales de la ciencia de la sexología.

Francisco Cabello sabe de lo que escribe, su conocimiento del tema y su experiencia clínica se pueden palpar en cada página de esta obra. Se agradece su visión holística e integradora de la sexología, cada capítulo merece un trato científico exquisito y es de fácil entendimiento. Los que le conocemos sabemos que su preocupación siempre ha sido que el conocimiento sexual no pertenezca a un reducido grupo de *iniciados* que puedan convertirla en algo esotérico o, peor aún, folclórico. Entiendo que uno de los puntos fuertes profesionales de Francisco Cabello es el enfoque biopsicosociocultural que tiene del comportamiento sexual humano. Esta cualidad, basada en su extensa formación académica y experiencia clínica e investigadora, a mi modo de ver, es indispensable para un profesional de la sexología. El autor es un sexólogo —además de médico y psicólogo clínico—, pero también un terapeuta sexual que se ocupa desde hace 26 años al tratamiento de las disfunciones sexuales.

Conozco a Francisco desde hace mucho tiempo, he mantenido con él arduas discusiones; en ocasiones hemos discrepado y, en otras, hemos coincidido, pero siempre he encontrado en él una visión amplia, flexible e integradora al abordar los temas sexológicos. Es contrario a la intolerancia y al dogmatismo científico que, con cierta frecuencia, desgraciadamente señorea en nuestro campo de conocimiento. Gran parte de los capítulos del manual están dedicados a la terapia sexual. El autor habla de disfunciones sexuales y de los distintos programas de tratamiento. Se nota que sabe de lo que escribe, por su consulta han pasado miles de casos clínicos, algunos de ellos muy frecuentes en la práctica clínica y, en otras circunstancias, casos realmente difíciles y extraños. En definitiva, escribe de sexología clínica un autor que se dedica a su práctica desde hace muchos años, lo cual solidifica la supremacía de este manual frente a otros textos cuyos autores sólo poseen un referente teórico.

Masters y Johnson representaron un hito en la terapia sexual cuando, en 1970, publicaron su archiconocido libro *Incompatibilidad sexual humana*. En él presentaban 14 años de investigación de la función y disfunción hetero y homosexual. Ellos inauguraron la era de la terapia sexual como un trabajo terapéutico dirigido a las parejas como unidad y no al individuo. Desde entonces, la terapia de pareja ha ganado su puesto en la terapia sexual después de muchos años de desconocimiento e ignorancia de su práctica clínica por parte de muchos profesionales, que entendían la intervención en terapia de pareja como el mero acompañamiento de la pareja a la consulta. En definitiva, algo parecido a una terapia de segundo orden, subordinada a la terapia sexual. Francisco Cabello —gran defensor de la terapia de pareja tan inexorablemente unida al tratamiento de las disfunciones sexuales—, no sólo ha divulgado entre la comunidad sexológica la importancia de la formación en la intervención en pareja, para optimizar la terapia sexual, sino que ha generado sus propios modelos de terapia basados en su experiencia clínica y con un fuerte soporte empírico que hace que las estrategias de tratamiento que propone estén

basadas en la evidencia científica. En este sentido ha sido un visionario y su marco de actuación en la sexología siempre ha sido global y multidisciplinar. Se lo agradezco profundamente.

Vivimos en una sociedad democrática, igualitaria y plural, donde los avances legales que hemos conseguido en materia sexual eran inconcebibles hace unas décadas. Sin embargo, aunque normativamente el respeto a lo diferente y a la variabilidad en la expresión de la sexualidad está garantizado, en el plano vivencial las actitudes negativas hacia la sexualidad diferente y sus múltiples expresiones, homofobia, transfobia y bifobia, desgraciadamente siguen vigentes. En el plano de las relaciones entre géneros, las leyes promulgan la igualdad, pero todavía la realidad nos perturba con cifras escandalosas de violaciones, asesinatos y acosos sexuales perpetrados contra la mujer y los más débiles de la sociedad. Los mitos y tabúes que rodean a la sexualidad, todavía hoy en día son caldo de cultivo para la desigualdad y el abuso de poder del más fuerte.

El miedo y la ignorancia han lastrado profundamente el comportamiento sexual. A lo largo de la historia hemos observado miedo al sexo, miedo a la mujer, miedo al embarazo, miedo a la homosexualidad, miedo al sida, miedo al deseo sexual..., el miedo ha sido siempre el gran instrumento para limitar la sexualidad.

Necesitamos libros como éste que nos aporten conocimiento, esclarezcan nuestras dudas ante lo que desconocemos y cumplan una función educativa esencial dándonos información científica que nos ayude a desbancar los dogmas y las creencias erróneas que aún rodean a la sexualidad. Hemos avanzado..., pero no tanto. No es posible desarrollar una ética sexual sin conocimiento libre de supersticiones y temores alrededor del sexo. Bertrand Russell, quien hizo grandes aportaciones a la lógica, a las matemáticas y a la filosofía, abordó este tema considerando que sólo se puede cultivar una ética sexual con “toda libertad y sin temor a nada”, libre de creencias erróneas, basada en argumentos demostrables.

Francisco Cabello persigue este reto con un lema que en sus múltiples presentaciones en congresos, seminarios y cursos académicos, reza en sus diapositivas “el conocimiento sexual nos hará libres”. Es una frase potente, a la cual sólo cabe responder: que así sea.

Miren Larrazabal Murillo
Psicóloga especialista en Psicología Clínica y Sexóloga.
Presidenta de la Federación Española de Sociedades de Sexología (FESS).
Directora del Instituto Kaplan.

Aquellos lectores y lectoras que tengan interés en contactar con el autor, para consultas y comentarios sobre cualquiera

de las consideraciones acerca del *Manual de sexología y terapia sexual*, pueden hacerlo a través de la siguiente dirección de correo electrónico: fcabello@iasexologia.com

Siempre que se edita un libro sobre salud sexual es, para todos nosotros, un éxito compartido, no solamente con el propio autor sino con toda la sociedad, ya que es un paso más para la divulgación del conocimiento sobre la sexualidad que, como dice el autor, Dr. Paco Cabello: “nos hará libres”.

El *Manual de sexología y terapia sexual* ha visto la luz recientemente y ya podemos tenerlo en nuestras manos desde hace algunos meses. En sus páginas se transmite la personalidad y el pensamiento de su autor: Paco Cabello. El Dr. Francisco Cabello es un gran conocido de todos nosotros y es socio de ASESa desde hace algunos años. Aporta en cada uno de sus trabajos rigor científico, experiencia investigadora, visión seria en las amplias revisiones de las actualidades bibliográficas, desgrana de forma seria y didáctica los datos antropológicos del comportamiento sexual pero, sobre todo, y en ello reside su peculiaridad, aporta su propia experiencia en el estudio, diagnóstico y tratamiento de los trastornos de la esfera sexual de hombres y mujeres a lo largo de todas las etapas evolutivas del ser humano, desde su nacimiento hasta la senectud.

La formación académica y su enriquecimiento científico a lo largo de su vida profesional le permiten tener un amplio enfoque de la sexualidad humana desde el punto de vista biopsicológico, introduciendo las connotaciones sociales en las que todos vivimos, y culturales que tanto han interferido e impactan en el comportamiento sexual de los individuos.

Todo ello se encuentra en el *Manual de sexología y terapia sexual*. En él encontramos un binomio indispensable para entender en su visión más amplia la sexualidad humana: aporta los conocimientos de la anatomía y fisiología de los órganos que participan en la actividad sexual junto con los conocimientos sexológicos necesarios para entender el comportamiento sexual.

Desde el punto de vista académico es un valor añadido, ya que permite a todo aquel que está interesado e implicado en el mundo de la medicina sexual y la psicología clínica, conocer las bases del conocimiento necesarias para la práctica clínica diaria. Su aportación académica es importantísima, ya que nos instruye, basada en la experiencia clínica diaria del autor, el quehacer diario de la terapia sexual explicando pautas terapéuticas basadas en su experiencia clínica.

El *Manual de sexología y terapia sexual* llena un espacio didáctico indispensable para el entendimiento de la sexología clínica y contribuirá en la formación de las futuras generaciones de profesionales de la medicina sexual y terapia sexual.

Ana Puigvert Martínez
Presidenta de ASESa.