

Los Hombres y el Sexo

er hombres impide que este hecho se denuncie o
ate adecuadamente. No es cierto que la
olencia sea "natural" al ser hombre. Es mucho lo
ue los hombres podemos ganar proponiendo
odos de ser hombre que no recurran a la
olencia contra las mujeres, las niñas y los niños. No
dos los hombres somos violentos, pero callarnos
nte la violencia sexual es ser cómplices de ella.

**Los hombres podemos crear otros modelos
de masculinidad que nos permitan
realizarnos como hombres en relaciones
más solidarias, placenteras y fructíferas.**

DIVERSIDAD Y ORIENTACIÓN SEXUAL

La sexualidad masculina se expresa de muchas
formas. Los hombres tenemos diversas orientaciones
sexuales o formas de elegir las personas que deseamos
sexual y afectivamente. Unos hombres encuentran su
realización personal, afectiva y sexual en relaciones
con mujeres, socialmente los llamamos
heterosexuales. Otros la encuentran en relaciones con
otros hombres y los llamamos *homosexuales*. Otros
hombres más, consideran satisfactorio tener relaciones
sexuales y afectivas tanto con mujeres como con
hombres y se les ha dado el nombre de *bisexuales*.

La homosexualidad y la bisexualidad son posibilidades
más de la sexualidad, no son enfermedades ni
perversiones. Se considera que al menos el diez por
ciento de la población masculina es exclusivamente
homosexual a lo largo de su vida y que un porcentaje
mayor de hombres alguna vez ha tenido una relación
homosexual que ha culminado en un orgasmo.

En muchas las razones por las cuales los hombres
pueden tener relaciones homosexuales. En algunos

Los Hombres y el Sexo

casos se trata de una cuestión ocasional o pasajera,
mientras en otros se trata de una opción y estilo de vida
que merece respeto y reconocimiento como un
derecho a la diferencia.

PRÁCTICAS DE RIESGO EN EL EJERCICIO DE LA SEXUALIDAD

Algunas prácticas pueden resultar riesgosas para tu
salud si no usas la protección adecuada

Si tienes relaciones sexuales, bien sea con hombres o
mujeres, puedes **contraer alguna ITS** (infección de
transmisión sexual). Las ITS son infecciones que se
pueden contraer al tener contacto sexual genital, oral o
anal con un hombre o una mujer que la haya adquirido
previamente. Algunas de ellas no presentan síntomas.

**El condón es el único método que nos protege de
Infecciones de transmisión sexual, incluido el
VIH/SIDA.**

Profamilia dispone de información sobre VIH/SIDA e
infecciones de transmisión sexual, que puedes
consultar en nuestros centros de atención.

Línea de Información Gratuita

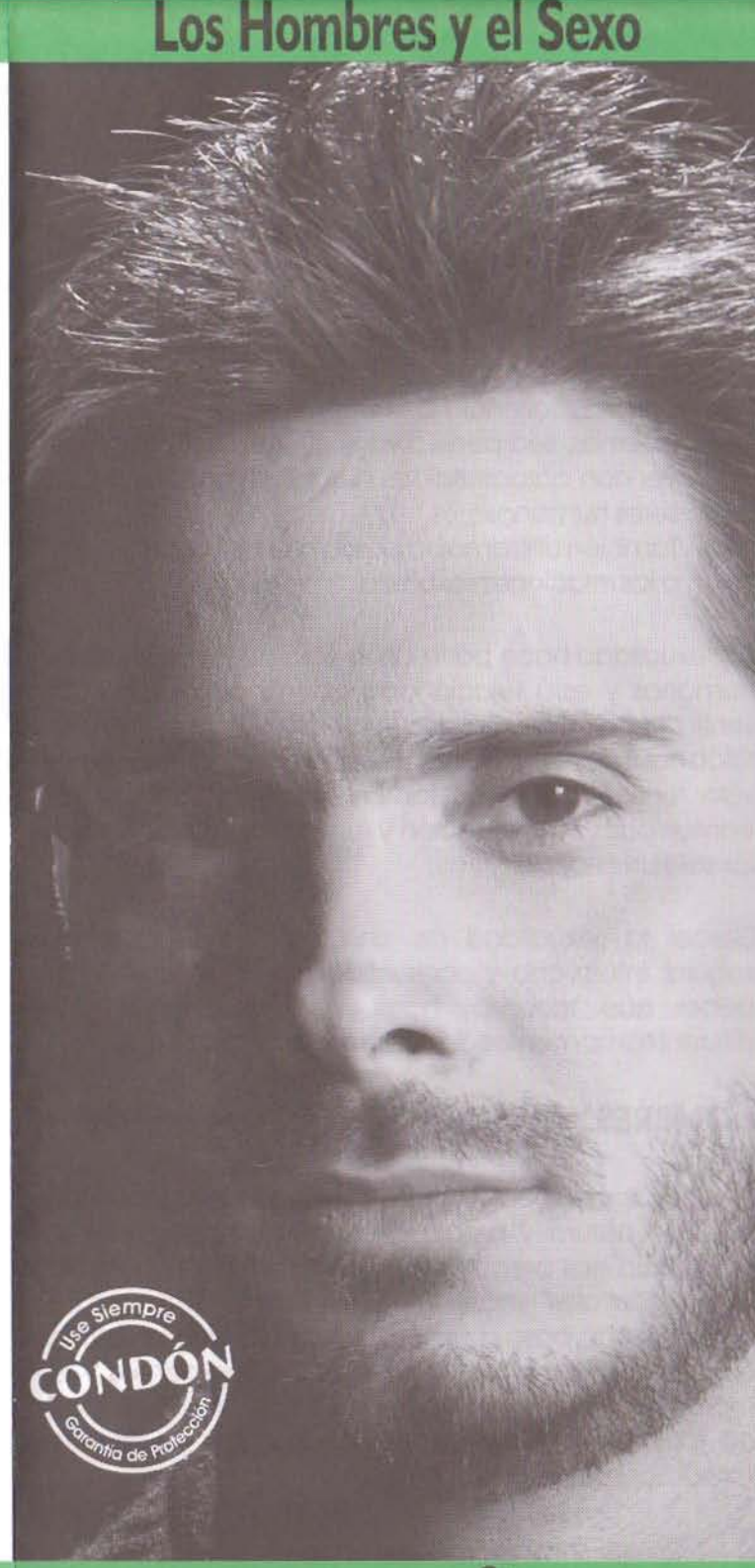
01 8000 1 10 900

www.elhombremashombre.com

www.profamilia.org.co

Correo: info@profamilia.org.co

Profamilia
Para una vida sexual plena



SEXO Y SEXUALIDAD

En nuestro lenguaje común, usamos la palabra sexo para hablar de muchas cosas:

- Al nacer, se nos registra como parte del "sexo masculino" o del "sexo femenino" de acuerdo con la apariencia de nuestros órganos genitales externos, sea pene o vagina. Así, sexo tiene que ver con características biológicas propias de los seres humanos.
- También utilizamos la palabra sexo para referirnos a las relaciones sexuales.

La sexualidad hace parte de la vida de todos los seres humanos y está relacionada con la capacidad de sentir placer. La sexualidad involucra desde el aspecto físico hasta los sentimientos y emociones. Por eso, no es solo la reproducción, es también una posibilidad de comunicación, interacción y realización que tenemos los seres humanos.

Percebir la sexualidad de una manera placentera, segura, informada y consentida es un derecho y un deber que tenemos hombres y mujeres en los diferentes momentos de nuestra vida.

HOMBRES Y MASCULINIDADES

Muchos experimentamos el ser hombres como una cuestión natural y propia de nuestras vidas, sobre la cual poco nos preguntamos. Ser hombre no es sólo tener genitales masculinos, es algo que vamos construyendo paso a paso, de acuerdo con la cultura en que vivimos, el entorno en el que crecemos y el momento histórico en el que estamos. A la variedad de formas de ser y de sentirse hombre es lo que llamamos **masculinidades**.

Aunque existen diferentes masculinidades, se impone un modelo ideal de ser hombre: el hombre fuerte, responsable, asertivo, protector, libre y activo. Estos valores hacen parte de lo que entendemos como nuestra realización como hombres y también definen la aceptación de la sociedad hacia nosotros.

Sin embargo, muchos de los ideales impuestos sobre la masculinidad pueden ir en contra de nosotros mismos y en contra de otras personas. Por ejemplo, la idea de "un hombre se le mide a todo" o el suponer que el uso de la fuerza nos hace más hombres, puede exponernos a mayores riesgos en nuestra salud en general y en nuestra salud sexual y reproductiva.

Riesgos en la salud:

- Los hombres estamos más expuestos a morir por hechos violentos, pues para demostrar masculinidad tenemos que recurrir al uso de la fuerza o pertenecer a pandillas u otros grupos organizados.
- Se presenta mayor alcoholismo y tabaquismo en los hombres, pues a través del alcohol y el cigarrillo se demuestra la hombría, la libertad y la posibilidad de decidir por sí mismos y asumir sus propios riesgos.

Riesgos en la salud sexual y reproductiva:

- Muchos hombres tenemos relaciones sexuales sin protección y nos exponemos a adquirir infecciones de transmisión sexual para demostrar que no sentimos temor frente a los riesgos.
- Para demostrar masculinidad, muchos hombres somos presionados por familiares o amigos a tener la primera relación sexual.

- El comportamiento sexual termina siendo para algunos hombres más una meta a lograr o una competencia, que una posibilidad de autoconocimiento, placer y comunicación con su pareja.
- Los hombres tenemos necesidades particulares en nuestra salud sexual y reproductiva: dudas sobre el desempeño sexual, riesgo de tener cáncer testicular o de próstata, preguntas sobre métodos de planificación, entre otras. En algunas culturas, puede ser visto como poco masculino, por parte de algunos hombres, consultar servicios especializados en los temas de salud sexual y reproductiva. Por esta razón, los hombres no acudimos a tiempo a servicios preventivos.
- La sexualidad masculina se ve como un instinto, un impulso irracional e incontrolable. Por esta razón, no siempre se toman las medidas preventivas para las infecciones de transmisión sexual o el VIH/SIDA. Este modelo de masculinidad expone nuestra salud, nuestra vida y la de nuestra pareja.

SEXUALIDAD, MASCULINIDAD Y VIOLENCIA

Si bien la sexualidad es una forma de realización personal, en algunos casos ésta se usa para ejercer violencia, particularmente contra las mujeres. A pesar de ser los hombres los mayores actores de violencia sexual contra las mujeres, es poco lo que hacemos como hombres para cambiar esto. En muchos casos los hombres somos los compañeros, hijos, hermanos o amigos de mujeres que son violentadas por otros hombres; por esto nos compete una responsabilidad para evitar que esa violencia suceda. Los hombres, jóvenes y niños, también podemos ser víctimas de violencia sexual, pero la forma en que se nos enseña a