

¿Qué Significa Educar Cuando El Silencio Ya Enseñó Primero?



Ana Paola Arce Lujano
AMES XXI

anapaola.arlu@gmail.com

¿Qué significa educar cuando el silencio ya enseñó primero?

13 de febrero de 2026.

Imagínate conmigo detrás de una mesa con mantel rojo, condones, frases sobre sexualidad, un dildo, premios para una rifa, formularios y Vulvette, la mascota de SCORA.

En su momento lo sentí así. Mi única tarea era lograr que contestaran el formulario y repartir condones. Pero no me sentía cómoda. Tenía miedo al qué dirán. Sentía una máscara pesada de quien no sabe nada, pero se siente responsable de enseñar.

Al llegar con mis compañeros, los veía tan despreocupados y relajados que, sin saber cómo, me compartieron su buena disposición, y de un momento a otro ya estaba llevando tiras de condones a todos lados. No me importaba a quién se los daba. Me importaba que quien los recibiera aprendiera conmigo todo aquello que por mucho tiempo callamos.

No fue sencillo. Me causaba incertidumbre llegar a ofrecer condones y respuestas a personas que nunca había visto, pero después ese sentimiento se convirtió en una voz interna diciéndome: "tal vez no eres experta en esto, pero si Dalo con Amor llegó a tu vida, seguramente es por algo".

Al regresar a la mesa, me encontré con todo tipo de personas: desde quienes se pasaban de largo, hasta quienes seguían caminando pero con interés, y algunos que, cuando veían que se trataba de responder preguntas, desaparecían. Me pregunto si se iban por flojera, por miedo o por vergüenza.

Por supuesto, no todos eran así. Varias personas se quedaban, escuchaban, y ante todo, no dejaban que el tabú se interpusiera en su curiosidad.

El grupo de personas que me llamó la atención fue el de quienes ocultaban su interés con chistes. Muchas veces, llegaban grupos de estudiantes con el afán de comprobar quién era el o la mejor. Aunque no era experta, sentía una ola intensa de impotencia que me erizaba la piel. Pero eso no era todo. ¿Sabes qué era lo peor? Que, en su mayoría, eran estudiantes de medicina.

Ese día fue una montaña rusa de emociones. Pero también me permitió observar a mi comunidad universitaria. Ese día supe que "Dalo con Amor" no era solo repartir condones. Sin saberlo, estaba por descubrir que, a veces, el tabú es simplemente el silencio.

Retrocedamos un poco. Acompáñame a ver cómo era yo antes de SCORA. Como a la mayoría de nosotros, a mí también me daban "clases de sexualidad" en la escuela, y lo pongo en comillas porque no recuerdo

haber aprendido algo realmente.

Tal vez a ti también te tocaron esas actividades en primaria, secundaria o preparatoria, donde te daban papeletas para hacer preguntas anónimas o pláticas largas llenas de teoría.

¿De qué crees que sirve saber qué es un preservativo, si nunca te enseñan a usarlo correctamente? Hoy en día puedes investigar en todos lados cómo ponerlo, pero ¿Qué hacer si se rompe o si el empaque viene abierto? Existen miles de preguntas que no se resuelven únicamente viendo un video o preguntando a Google.

La sexualidad era algo que conocía, pero nunca fue un tema de conversación y, en consecuencia, sentía que no tenía derecho a hablar de ella.

Fue hasta que llegué a SCORA que descubrí el poder de nuestra sexualidad. Ahí encontré una familia y aprendí algo nuevo cada día. Aprendí que la sexualidad abarca diferentes ámbitos, no solo el sexo, el ciclo menstrual o los condones. Que debe ser disfrutable y no preocupante (porque sí, yo pensaba que con el primer contacto quedaría embarazada). También que las redes sociales influyen en cómo vivimos nuestra sexualidad. Y, sobre todo, me di cuenta de la falta de información, educación y libertad.

Aunque al inicio fue incómodo, yo pensaba: "O lo hago ahorita y voy conociéndome más, o dejo que el tabú crezca conmigo hasta que llegue alguien a preguntarme, y no sepa qué contestar".

Con el tiempo entendí que necesitamos más capacitación en estos temas.

Al final, lo que nos hace falta son lugares para preguntar sin miedo y hablar sin incomodidad. Tal vez por eso SCORA significa tanto para mí: porque me dio la libertad de hablar de libertad.

Llegó el momento de hablar de la rifa que mencioné, y puede que te impacten los premios. El tercer lugar ganó una caja de condones. El segundo, un vibrador con batería recargable. Y el primer lugar, un vibrador con control remoto.

Hoy te puedo decir esto con naturalidad, pero antes de la rifa yo era esa persona para la que un dildo era un tema tabú, ni siquiera sabía para qué servía. Creo que mi extrañeza no era por el objeto, sino por el juicio que me daría la sociedad.

Para promocionar la rifa tuvimos que subir alrededor de cuatro historias que hablaban de placer y juguetes sexuales. El primer día que tuve que publicarlas, tenía tanto miedo que pensaba en mil excusas para evitarlo, porque no solo las veían mis amigos, también mi familia y mis maestros.

Al decidir subirlas, puse mi teléfono en "No molestar" y lo aventé tan lejos como pude. Cuando creía que publicarlas era cavar mi tumba en redes sociales, no imaginaba lo que estaba por venir. Al día siguiente, abrí Instagram y sí, había respuestas. Emocionada pensaba: "Venderé muchos boletos". Pero estaba equivocada. Todas las respuestas coincidían en una misma idea: "¿Por qué estás subiendo esto, si tú no eres así?"

Qué cara crees que ponía llegando a mi casa, sabiendo que mis padres las habían visto. No tienes idea de lo abrumada que me sentía por los comentarios, las miradas

y la sonrisa que tenía que mantener cuando internamente solo quería desaparecer.

Varios días después, cuando quería borrarlo todo, entendí que hoy no sería la persona que soy si no hubiera vivido todo eso. Aunque esas ideas no han desaparecido completamente, todavía pienso en personas y digo: "esa persona seguramente las vio, ¿Qué pensará ahora de mí?"

Me tomó tiempo descubrir que esa experiencia era una invitación a madurar. Entendí que el problema nunca fue hablar de sexualidad. El problema era lo que la sociedad había aprendido a callar sobre ella.

Y si eso es cierto, ¿por qué crees que un vibrador nos incomoda más que un embarazo adolescente?

Viví tantas cosas con ese protocolo que no solo me hizo conocer una nueva versión de mí, sino que me permitió dar el primer paso para entender cómo quería que fueran mis metas en el futuro.

Pasé de evitar el tema a querer dedicar parte de mi vida a que otras personas no tengan que evitarlo. Y eso me motiva a seguir aprendiendo. Hoy hablar de aquello que otros aún no pueden nombrar es un privilegio y una responsabilidad para mí.

Quiero contarte una meta que tengo: dejar una huella en alguna persona. La medicina me enseñará a diagnosticar enfermedades. Pero SCORA me enseñó que un médico no solamente prescribe medicamentos. También habla de sexualidad; también responde preguntas incómodas;

también te acompaña.

Tal vez suene iluso, porque apenas terminé el primer año, pero estoy convencida de que quiero que mis pacientes sepan que pueden acercarse a mí sin vergüenza, y que, si no sabemos la respuesta, la podremos investigar juntos. Porque si yo como médica tengo pena por preguntar lo que no sé, ¿Cómo espero que mi paciente no la tenga?

"Dalo con Amor" no fue una actividad más. Fue el lugar donde yo, una estudiante que apenas comenzaba medicina, descubrí que quería ser una médica que no tuviera miedo de las conversaciones difíciles. Porque entendí que, muchas veces, cuidar empieza con una simple conversación.

Solo nos faltaba sentirnos libres de preguntar.

¿Por qué crees que nos enseñan a escondernos detrás de un papel para hacer una pregunta sobre nuestro propio cuerpo? Tal vez podrías pensar que esa es una solución, pero creo que también refleja el problema, porque termina reforzando la idea de vivir la sexualidad en silencio.

No digo que debamos enseñar a practicar la sexualidad antes. Creo que no necesitas haber vivido algo para reconocer su importancia. Eso fue lo que cambió en mí. Ahora sé que educar en sexualidad es educar para conocerse. Que la educación sexual empieza cuando abres un espacio seguro para alguien. Porque ¿Cuántas decisiones siguen tomándose por el miedo a preguntar? Dime, ¿Qué significa educar cuando el silencio ya enseñó primero?