

**CAPÍTULO 2:**

**SALUD SEXUAL**



**INJUV**

Ministerio de Desarrollo Social y Familia



# VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

## MANIFESTACIONES DE LA INTERACCIÓN SEXO AFECTIVA

La sexualidad es la energía que nos impulsa a buscar afecto, contacto, placer, ternura a intimidad y por tanto a relacionarnos con otras personas, influye en nuestros pensamientos, sentimientos, acciones e interacciones y, que va más allá de la reproducción (Fernández y Horno 2021)).

Se cree que el inicio de la vida sexual comienza en la adolescencia, con el inicio del deseo y la búsqueda del placer sexual, pero esto suele ocurrir porque se confunde la sexualidad con genitalidad. Las interacciones afectivosexuales se manifiesta con las primeras miradas y las primeras caricias, con los cuidados y afectos que sentimos desde que nacemos.

Para explicar lo anterior, en la Guía de educación afectivo sexual de la Municipalidad de Burgos, España, invierte el concepto “sexoafectividad” a “afectivosexual”, que da cuenta de “escalones” que se transitan desde una apertura emocional, hacia mayores niveles de disfrute, placer y aprendizaje, compromiso y profundidad en la conexión:

### **Primer escalón: La afectividad.**

Es el nivel de relación que una persona establece con otras con las que hay una sintonía intuitiva, un cierto nivel de conexión emocional, como de la “guata”, son personas que te caen bien, te hacen sentir cómoda, cómodo y que te alegras de ver. Son parte de tu grupo más amplio de amistades o de personas con las que te agrada estar, como profesores favoritos, vecinos de toda la vida, compañeros y compañeras del gimnasio o con quien juegas a la pelota, amistades de la época de infancia, etc.

# VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

## MANIFESTACIONES DE LA INTERACCIÓN SEXO AFECTIVA

### Segundo escalón: La intimidad

Cuando las personas sienten afecto por otras, con algunas empieza a compartir su intimidad, la vida privada, cosas personales. Esta es la esfera de la intimidad, que comúnmente es llamada amistad y ocurre con personas a las que es posible contarles secretos, miedos, problemas. Para llegar a este nivel de intimidad hace falta tiempo y confianza para llegar a sentir la seguridad, el cariño y la lealtad recíproca.

### Tercer escalón: La sexualidad

Algunas personas con las que se establece cierto nivel de intimidad pueden despertar en la persona un deseo de contacto más cercano, tanto emocional como físico, diferente al que establece con la familia o las amistades. Esto también puede ocurrir con personas completamente desconocidas, con las que quieres compartir otro tipo de caricias, como besos, por ejemplo. Éste es el escalón donde se empieza a manifestar el erotismo y la seducción. Algunas personas definen este momento como el más intenso de la atracción sexual, cuando inician con miradas, gestos y conversaciones, donde las personas notan que se atraen mutuamente. La seducción predispone a las personas a mostrar lo mejor de sí mismas.

En este escalón es especialmente importante la reciprocidad y el consentimiento, ya que cuando la seducción es correspondida, la persona experimenta mucho placer, pero cuando no es correspondida, puede generar molestias, sufrimiento y hasta una situación de acoso.

# VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

## MANIFESTACIONES DE LA INTERACCIÓN SEXO AFECTIVA

### Cuarto escalón: La genitalidad

Las relaciones genitales son una parte de las relaciones sexuales. En algunas ocasiones se llega a la genitalidad de forma gradual, en la medida que se conforma y avanza en la relación afectiva y en otras las cuatro etapas pueden ocurrir en muy corto tiempo, lo importante es que todas las personas implicadas se sienten preparadas. Basta con que una de las personas involucradas no esté preparada para que la genitalidad sea dañina. En este caso es imprescindible el consentimiento, es decir, estar activamente de acuerdo. La genitalidad sin consentimiento es una violación o agresión sexual.

La sexualidad es mucho más que la genitalidad: el deseo, la atracción, el contacto físico y todo el recorrido de una relación sexual es lo que permite llegar al orgasmo y al máximo placer en la relación genital y si te saltas todo esto, la genitalidad podría ser decepcionantes, e incluso doler, no solo físicamente.

Para terminar, parece importante hablar sobre el orgasmo. De acuerdo con la Fundación Planned Parenthood, de Estados Unidos, el orgasmo es lo que pasa normalmente cuando se llega a la parte más intensa de la excitación sexual, la tensión sexual sube hasta que llega a su punto más alto y ahí es cuando se libera la presión del cuerpo y genitales.

El cuerpo de cada persona es diferente, pero hay algunos signos o señales físicas que ocurren cuando una persona tiene o “llega” a un orgasmo. La señal más notoria es la sensación muy intensa de placer en todo el cuerpo, especialmente en los genitales externos (en el caso de mujeres la vulva, que incluye monte de Venus, labios mayores, labios menores y clítoris; En el caso de los hombres el pene y el escroto). Los músculos de la vagina o pene y también los del ano, se contraen y el ritmo cardíaco y la respiración se aceleran.

# VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

## MANIFESTACIONES DE LA INTERACCIÓN SEXO AFECTIVA

Durante un orgasmo, el pene normalmente arroja un chorro pequeño de semen a esto se le llama eyaculación. Es posible tener un orgasmo sin eyacular o eyacular sin tener un orgasmo, pero normalmente los dos pasan al mismo tiempo. Antes y durante el orgasmo la vagina se pone muy húmeda y es posible que salga un fluido diferente de la vulva (a veces se le llama eyaculación femenina o “squirting” en inglés). Este fluido no es orina. La eyaculación por la vulva es menos común que la eyaculación por el pene, a algunas personas les pasa y a otras no, y las dos son totalmente normales.

Inmediatamente después de un orgasmo, el clítoris o el glande (cabeza del pene) pueden estar muy sensibles o puede ser incómodo tocarlos. También suele haber rubor sexual (pecho, cuello y cara se ponen rojos). El orgasmo hace que se liberen endorfinas (las hormonas que te hacen sentir bien) puesto que se genera una sensación de bienestar y tranquilidad.

Algunos orgasmos son muy intensos, otros muy suaves, otros ni muy suaves ni muy intensos, todos son diferentes. Esta variación ocurre por muchas razones, incluyendo la comodidad, el nivel de excitación, la tensión sexual acumulada antes de llegar al orgasmo, cuan estresada esté la persona, estados emocionales u hormonales diferentes, diferentes experiencias en cuanto al sexo, medicamentos o drogas consumidas, etc.

La mayoría de los orgasmos suceden durante la masturbación o el sexo, cuando se estimulan (tocar o frotar) los genitales. Las personas que tienen vulva usualmente tienen orgasmos cuando estimulan su clítoris, vagina y/o ano. Las personas que tienen pene usualmente tienen orgasmos cuando estimulan su pene, sus testículos y/o ano. Algunas personas pueden tener orgasmos rápido y fácil (estimulando sus pezones, o incluso solamente teniendo pensamientos sexuales), pero otras necesitan más tiempo y esfuerzo. En algunas ocasiones no es posible llegar al orgasmo. Algunas personas necesitan estimulación en ciertas

## VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

# MANIFESTACIONES DE LA INTERACCIÓN SEXO AFECTIVA

partes de su cuerpo de una manera particular o con ciertos objetos (como vibradores) para llegar a un orgasmo. No todo el mundo puede llegar a orgasmos durante el sexo o cuando están con otras personas. Algunas personas no pueden tener orgasmos nunca, lo que no quiere decir que no haya atracción sexual. No obstante, ante la dificultad para tener orgasmos es mejor consultar con una o una profesional, ya que puede existir disfunción orgásmica, que es bastante común y hay tratamientos para eso.



 **Hablemos de todo**

**INJUV**

Ministerio de Desarrollo Social y Familia

