

CAPÍTULO 2:

SALUD SEXUAL



INJUV

Ministerio de Desarrollo Social y Familia



VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CONCEPTOS BÁSICOS

La sexualidad humana en su complejidad, va más allá de la práctica sexual e incluye identidades de género, erotismo, placer, intimidad y orientación sexual. Se expresa a través de pensamientos, fantasías, valores y relaciones, influenciada por diversos factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

La relación o vínculo sexoafectivo se caracteriza por involucrar sentimientos y expectativas únicas, siendo una interacción compleja que abarca aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

En nuestra cultura el amor se considera fundamental en estas relaciones, caracterizándose por tres componentes: intimidad, pasión y compromiso. El concepto de poliamor desafía estas normas socioculturales tradicionales al permitir relaciones no posesivas, honestas y éticas con múltiples personas, con el consentimiento de todos los involucrados.

VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CONCEPTOS BÁSICOS

Aunque el amor romántico sigue siendo un modelo tradicional basado en la monogamia y la heterosexualidad, se contrasta con el amor confluyente o líquido, que desafía la entrega incondicional y permanente asociada con el amor tradicional, reflejando cambios sociales y postmodernos en las relaciones afectivas.



VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CIFRAS DE INTERÉS



El estudio sobre vínculos sexoafectivos destaca la prevalencia de conductas abusivas, como el control excesivo en las relaciones de pareja. Las experiencias positivas más comunes incluyen salir juntos (26%) y los primeros momentos juntos (22%), mientras que las negativas implican discusiones (43%) y peleas físicas (20%). En cuanto a diferencias de género, las mujeres reportan más experiencias positivas, excepto en relaciones sexuales.

Una investigación reveló que, en las relaciones amorosas, se valora principalmente la mirada (2,73) y cómo habla la pareja (2,67). La mayoría comparte actividades como diversión, comida y problemas. El 75% tuvo su primera relación antes de los 15 años, pero el 73% no ha tenido relaciones sexuales. La mayoría declara ser feliz (89,3%) y disfrutar plenamente con su pareja (86,9%), aunque el 44,6% siente celos. En cuanto a proyecciones, hacer un negocio juntos es la más común. Respecto a la fidelidad, el 91,6% la considera importante.

VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CAUSAS-FACTORES DE RIESGO



La sexoafectividad y las conductas afectivosexuales comienzan desde el nacimiento y se aprenden a través de la interacción y el vínculo con los cuidadores. Este vínculo puede influir en cómo nos relacionamos con otros a lo largo de la vida, pudiendo ser un factor protector o de riesgo (se entiende como "vínculo" la unión básica entre niña o niño y su cuidador, que luego influirá en futuras relaciones).

El acceso a la educación sexual es uno de los principales factores que influye en el desarrollo de la sexoafectividad. En este sentido la educación integral en sexualidad (EIS) se basa en un currículo para enseñar y aprender aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad, tiene como objetivo preparar a los niños, niñas y jóvenes con conocimientos, habilidades, actitudes y valores que los empoderen para vivir y gestionar su salud, bienestar y dignidad, desarrollar relaciones sociales y sexuales respetuosas, considerar cómo sus elecciones afectan su propio bienestar y el de los demás y entender cuáles son sus derechos a lo largo de la vida y asegurarse de protegerlo.

VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CAUSAS-FACTORES DE RIESGO



MANIFESTACIONES DE LA INTERACCIÓN SEXOAFECTIVA

La sexualidad es una fuerza que nos impulsa hacia el afecto, el contacto, el placer y la intimidad con otros, más allá de la reproducción. Esta energía se manifiesta desde la infancia, pero a menudo se confunde con la genitalidad en la adolescencia.

Para comprender la sexoafectividad se propone analizar lo afectivo-sexual como una progresión compuesta por una serie de "escalones":

- **Afectividad:** Relaciones con personas que nos generan un sentimiento de comodidad y alegría, como amigos cercanos o compañeros.
- **Intimidad:** Compartir aspectos personales y secretos con personas en quienes se deposita confianza y cariño.
- **Sexualidad:** Deseo de contacto emocional y físico más cercano, con manifestaciones de erotismo y seducción.
- **Genitalidad:** Relaciones sexuales que pueden ocurrir gradualmente en el contexto de una relación afectiva, siempre con consentimiento y preparación.

VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS CAUSAS-FACTORES DE RIESGO



La genitalidad es solo una parte de la sexualidad, que incluye el deseo, la atracción y el placer, llevando al orgasmo como culminación de la excitación sexual. Cada persona experimenta el orgasmo de manera diferente, pero suele implicar una sensación intensa de placer y la liberación de tensión sexual. Se pueden tener orgasmos durante la masturbación o la práctica sexual, pero no todas las personas experimentan orgasmos de la misma manera, y algunas pueden necesitar ayuda profesional si tienen dificultades.

VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CAUSAS-FACTORES DE RIESGO



HERRAMIENTAS PARA ABORDAJE

La convivencia en pareja es una interacción humana compleja, dado que se encuentran dos sistemas de vida diferentes con el deseo de convivir en armonía. Lo anterior requiere realizar acciones, independientemente a las características de la relación que se esté construyendo. Algunas herramientas para sobrellevar de manera exitosa una relación sexoafectiva son:

- **Generación de acuerdos:** Para convivir en armonía, es necesario establecer acuerdos que satisfagan las necesidades y expectativas de ambas partes. Esto implica compromiso y negociación para alcanzar un equilibrio en la relación.
- **Resolución de conflictos:** Los conflictos no resueltos pueden afectar la salud mental y la dinámica de la relación. Es importante abordar los problemas de manera constructiva, buscando soluciones y entendimiento mutuo.

VÍNCULOS SEXO AFECTIVOS

CAUSAS-FACTORES DE RIESGO



- **Responsabilidad afectiva:** Reconocer y asumir la responsabilidad de los propios sentimientos y necesidades emocionales es crucial para el bienestar individual y de la pareja. Esto implica evitar la dependencia emocional y buscar formas saludables de satisfacer las necesidades afectivas. Para lo anterior es fundamental expresar sinceramente los propios sentimientos y estar dispuesta a escuchar y aceptar los sentimientos mutuamente.
- **Afrontamiento del duelo amoroso:** Las rupturas pueden ser difíciles de superar, pero es importante permitirse sentir y expresar las emociones asociadas al duelo. Buscar apoyo en amigos, familiares o profesionales de la salud mental puede ayudar en el proceso de recuperación emocional.



Hablemos de todo

INJUV

Ministerio de Desarrollo Social y Familia

