



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

**Vivencias de la sexualidad femenina a lo largo del ciclo vital en mujeres adultas
residentes en Antioquia**

Manuela Espinosa Correa

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicóloga

Asesora

Sonia Natalia Cogollo Ospina
Psicóloga. Magíster en Literatura Colombiana
Doctora en Artes

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología

Medellín, Antioquia, Colombia

2026



Cita

(Espinosa Correa, 2026)

Referencia

Espinosa Correa, M. (2026). *Vivencias de la sexualidad femenina a lo largo del ciclo vital en mujeres adultas residentes en Antioquia* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)



Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Dedicatoria

A todas las mujeres que han hecho parte de mi vida, ellas me han enseñado la resiliencia, la valentía y la lucha; y a mi pequeña Victoria, a quien deseo legar el arte de volar libre.

Agradecimientos

Este trabajo no sería posible sin todas aquellas mujeres valientes que alzaron su voz para compartir sus experiencias más íntimas; agradezco enormemente su osadía de hablar en una sociedad que nos calla. A mi asesora, Sonia, por acompañarme en este proceso investigativo, y a mis amigas que me sostuvieron, acompañaron, guiaron, salvaron y motivaron: gracias por estar.

Tabla de contenido

Resumen.....	9
Abstract.....	10
Introducción	11
1. Planteamiento del problema.....	12
1.1 Antecedentes.....	15
2. Justificación.....	19
3. Objetivos.....	20
3.1 Objetivo general	20
3.2 Objetivos específicos	20
4. Marco teórico	21
4.1 Interaccionismo simbólico	22
4.2 Categorías.....	24
4.2.1 Sexualidad a través del ciclo vital	24
4.2.2 Emocionalidad y placer sexual.....	26
4.2.3 Prácticas de autoplacer y exploración sexual.....	27
4.2.4 Orgasmo y significados del placer sexual.....	28
4.2.5 Contexto sociocultural de la sexualidad	30
5. Metodología	32
5.1 Participantes	32
5.2 Instrumentos	34
5.3 Aspectos éticos	36
6. Resultados	38
6.1 Sexualidad a través del ciclo vital	39
6.2 Emocionalidad y placer sexual.....	42
6.3 Prácticas de autoplacer y exploración sexual.....	44

6.4 Orgasmo y significados del placer sexual.....	47
6.5 Contexto sociocultural de la sexualidad.....	49
7. Discusión.....	53
8. Conclusiones	62
9. Recomendaciones	64
Referencias.....	65
Anexos	71

Lista de tablas

Tabla 1 Características de las participantes	33
Tabla 2 Detalles de la recolección de información	35

Lista de figuras

Figura 1 Vivencia de la sexualidad femenina en Antioquia 2025	38
--	----

Siglas, acrónimos y abreviaturas

CNMH	Centro Nacional de Memoria Histórica
IFSF	Índice de función sexual femenina
ISF	Interaccionismo simbólico feminista
MGF	Mutilación genital femenina
OMS	Organización Mundial de la Salud

Resumen

La sexualidad femenina ha sido un aspecto polémico a lo largo de la historia. Tradicionalmente se ha reducido casi exclusivamente a la reproducción sin contemplar otras dimensiones que acompañan su vivencia como son el placer, los orgasmos, la autoexploración, las emociones y el contexto sociocultural. De este modo, partiendo de un enfoque cualitativo y orientado por el método fenomenológico, esta investigación pretende comprender las experiencias de placer sexual a través del ciclo vital de las mujeres adultas en Antioquia. Se delimita la participación a mujeres cisgénero, es decir aquellas asignadas mujeres al nacer que se identifican y reconocen a sí mismas como tal, y heterosexuales. Mediante grupos focales y entrevistas semiestructuradas, se identificaron algunos de los significados que las mujeres otorgan al orgasmo femenino, el cual, aunque valorado, no es fundamental en el encuentro sexual. Se exploró la relación entre placer sexual y bienestar emocional, encontrando que esta es unidireccional: un mayor bienestar emocional contribuye a un aumento subjetivo del placer, pero no ocurre necesariamente a la inversa. También se describió la influencia del contexto sociocultural en la autoexploración, la cual ha sido estigmatizada y vista como ajena o inapropiada para las mujeres. El abordaje realizado permitió visibilizar las voces femeninas y evidenciar la escasa información sobre sexualidad y disfrute femenino. Así mismo, se plantea la urgente necesidad de implementar políticas públicas efectivas que incidan directamente en la reducción de la violencia sexual.

Palabras clave: sexualidad femenina, placer sexual, orgasmo femenino, autoexploración, ciclo vital, violencia sexual, libertad.

Abstract

Female sexuality has been a controversial topic throughout history. Traditionally, it has been reduced almost exclusively to reproduction, without considering other dimensions involved in its experience, such as pleasure, orgasms, self-exploration, emotions, and the sociocultural context. In this way, using a qualitative approach guided by the phenomenological method, this research seeks to understand the experiences of sexual pleasure across the life course of adult women in Antioquia. Participation is delimited to cisgender women—that is, those assigned female at birth who identify and recognize themselves as such—and heterosexuals. The meanings that women assign to the female orgasm were identified through focus groups and semi-structured interviews. Although valued, the orgasm is not considered essential in the sexual encounter.

The relationship between sexual pleasure and emotional well-being was explored, revealing that it is unidirectional: greater emotional well-being contributes to a subjective increase in pleasure, but the reverse does not necessarily occur. The influence of the sociocultural context on self-exploration was also described, showing that it has been stigmatized and viewed as foreign or inappropriate for women. This approach allowed for the visibility of women's voices and highlighted the scarce information available on sexuality and female pleasure. Likewise, the urgent need to implement effective public policies that directly help reduce sexual violence is emphasized.

Keywords: female sexuality, sexual pleasure, female orgasm, self-exploration, life course, sexual violence, freedom

Introducción

La sexualidad femenina ha sido uno de los aspectos de la vida de las mujeres que más controversias ha generado. Habitualmente está ligada a la reproducción, sin considerar otras dimensiones como el placer, las emociones, el contexto sociocultural y la propia voz de las mujeres. De este modo, al estudiar la sexualidad femenina desde la psicología se amplía la visión al indagar directamente cómo las experiencias, emociones y el contexto sociocultural influyen en su vivencia y expresión.

Considerando lo anterior, la presente investigación: *vivencias de la sexualidad femenina a lo largo del ciclo vital en mujeres adultas residentes en Antioquia*, pretende comprender las experiencias de placer sexual a través del ciclo vital al identificar los significados atribuidos al orgasmo y su relación con el placer sexual; explorar la relación entre placer sexual y emocional a partir de las experiencias de las propias mujeres y, finalmente, describir la influencia del contexto sociocultural en la autoexploración.

Esta investigación se inscribe en una metodología cualitativa fenomenológica, la cual permite darle voz a experiencias las subjetivas de 19 mujeres cisgénero heterosexuales entre los 21 y los 58 años residentes en Antioquia, Colombia. Los datos se recolectaron a través de grupos focales y entrevistas semiestructuradas, garantizando el consentimiento informado, la confidencialidad y el respeto a la privacidad de las participantes. Finalmente, el análisis se realizó con ATLAS.ti, versión web versión 9.22.0-2025-08-26.

Los datos se analizaron según las siguientes categorías: (1) La sexualidad a través del ciclo vital, en la cual se exploró la relación entre la sexualidad y los cambios físicos y emocionales de las mujeres a lo largo del tiempo. (2) Los significados de placer a partir de las prácticas de autoplacer y exploración sexual; (3) la emocionalidad y el placer sexual y el orgasmo y los significados de placer sexual. Finalmente, como última categoría, (4) el contexto sociocultural de la sexualidad, la cual permitió explorar las narrativas de resignificación de experiencias de violencia sexual y la emancipación de la sexualidad femenina. En suma, esta investigación busca ofrecer una mirada profunda y crítica sobre la sexualidad femenina en Antioquia, la cual ha sido atravesada por normativas patriarcales y tensiones socioculturales que configuran las experiencias del placer. Igualmente pretende visibilizar tanto las limitaciones impuestas a las mujeres como las diversas formas de resistencia y resignificación que despliegan para reconstruir su sexualidad desde la autonomía y el disfrute.

1. Planteamiento del problema

La sexualidad abarca diversas dimensiones de la vida del ser humano, va más allá de ser un simple aspecto reproductivo; se entrelaza con la identidad, las relaciones interpersonales, el placer y el bienestar emocional. La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018) la define como «un aspecto central del ser humano que está presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción» (párr. 3). Aunque es un entramado de múltiples esferas, socioculturalmente parece centrarse de forma parcial en el ámbito reproductivo, sobre todo en lo concerniente a la sexualidad femenina.

Si bien la sexualidad cumple fines reproductivos, estrechamente unidos a lo biológico, esto no implica que sea un aspecto netamente orgánico, pues está en constante interacción con aspectos sociales, psicológicos, religiosos, culturales e históricos; también está atravesada por los estereotipos que tiene la sociedad sobre los roles de género que no son una categoría natural, sino una construcción social. En palabras de Butler (1998):

el género no es, de ninguna manera, una identidad estable; tampoco es el *locus* operativo de donde procederían los diferentes actos; más bien, es una identidad débilmente constituida en el tiempo: una identidad instituida por una repetición estilizada de actos (p. 297).

De este modo, desafía la idea de que existen características innatas o biológicas que determinan cómo deben comportarse hombres y mujeres. Aun así, es común encontrar cómo se ha establecido que la vivencia de la sexualidad es diferente si se corresponde con ser hombre o mujer, siendo más problemática y menos estudiada la sexualidad femenina.

La sexualidad femenina ha estado estrechamente ligada con la función reproductiva del acto sexual; de hecho, en la antigüedad se pensó que a mayor placer de la mujer, mayor fertilidad, cobrando así un papel central el descubrimiento del clítoris (órgano fundamental en la sexualidad femenina, cuya función principal es proporcionar placer) en 1559 por Mateo Realdo Colombo, puesto que esto supondría un aumento significativo de nacimientos. No obstante, trajo consigo múltiples restricciones, por ejemplo, la masturbación femenina fue prohibida, considerada como pecado al estar sujeta a fines banales y no enfocada en la reproducción. Más adelante, en 1875, Oskar Hertwig, visualizó por primera vez el proceso de fecundación, demostrando que solo participan el óvulo y el espermatozoide; el clítoris no participaba en dicho proceso, por

consiguiente, el placer sexual femenino no representaba ningún tipo de utilidad a tan magno evento, desacreditando el funcionamiento y la utilidad del clítoris, por lo cual dejó de ser objeto de estudio (Hubin y Michel, 2018). Por lo que desde el principio la relación entre la sexualidad femenina y la percepción del placer es compleja y llena de contradicciones.

El goce femenino pasó a representar el pecado, empezó a ser visto como un problema, «una tentación al adulterio y, por ende, como un peligro para la mantención de la familia, de la propiedad y de la herencia» (Poltzer y Weinstein, 1999, p. 27). El afán por negar y no reconocer el goce femenino ha llevado incluso a la ablación, una práctica que hace referencia a la mutilación ya sea parcial o total del clítoris, los labios vaginales menores e incluso parte de mayores, con el fin de suprimir el placer sexual en la mujer: «Más de 230 millones de mujeres y niñas vivas en la actualidad han sufrido mutilación genital femenina (MGF) en los 30 países de África, el Oriente Medio y Asia en los que se utiliza esta práctica» (OMS, 2025, párr. 1).

A pesar de ser una práctica considerada como una grave violación a los derechos humanos, todavía se practica en Colombia: «Colombia es el único país de América Latina que ha reconocido que la mutilación o ablación genital femenina aún se practica en algunas comunidades indígenas» (Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA], párr. 6, 2020). Según datos del Instituto Nacional de Salud (INS) entre enero y noviembre de 2023 en Colombia se registraron 89 casos de mutilación genital femenina afectando principalmente a niñas entre 0 y 5 años (Cámara de Representantes de Colombia, 2025). Por su parte, en 2024, se registraron 34 casos de mutilación genital femenina que requirieron atención médica por infecciones u otras complicaciones derivadas del procedimiento (Nanjari, 2025). A noviembre del 2025 no se encuentran estadísticas oficiales consolidadas disponibles.

Recientemente, el Congreso de la República aprobó en segundo debate el proyecto de Ley 018 de 2024, por medio del cual se penaliza la mutilación genital femenina y establece disposiciones para su atención y abordaje, presentado por las representantes a la Cámara Alexandra Vásquez, Jennifer Pedraza y Carolina Giraldo, con el propósito de prevenir, atender y eliminar esta violación a los derechos de las niñas (Cámara de Representantes de Colombia, 2025, párr. 1).

La mutilación genital femenina en las comunidades indígenas emberá es utilizada como un mecanismo de control para evitar que las mujeres experimenten placer, lo que asegura la fidelidad dentro del matrimonio (Gallo Hidalgo, 2022). Esta persistencia de la ablación refleja no solo una tradición cultural arraigada, sino también una falta de educación sexual que perpetúa el ciclo de violencia contra las mujeres. A esto se suman las repercusiones en la salud física y mental de las mujeres sometidas a esta práctica.

En Colombia, un país conservador con una fuerte tradición católica, hablar de sexualidad sigue siendo un tabú profundamente arraigado en la cultura. Este silencio se ve reflejado en la educación sexual. Según Aids Health Foundation (AHF, 2023) el 75 % de las mujeres y el 82 % de los hombres jóvenes no han recibido educación sexual adecuada en las escuelas. Sumado a esto, el sistema educativo omite por completo cualquier información relacionada con la anatomía y el funcionamiento de la vulva, y especialmente del clítoris, limitándose únicamente al estudio del aparato reproductor femenino en lo que respecta a los órganos internos (vagina, útero, ovarios y trompas de Falopio), esto se puede apreciar en la cartilla de 5° de ciencias naturales propuesta por el Ministerio de Educación (2010), en la cual se limita a dar una breve descripción de los órganos ya mencionados enfocados en la reproducción.

Actualmente, desde el Ministerio de Educación se proponen siete guías con vigencia del 2021-2024 las cuales pretenden orientar la preparación de acciones educativas en salud sobre derechos sexuales y reproductivos, enmarcadas en las rutas integrales de atención para promoción y mantenimiento de la salud, las cuales buscan capacitar equipos interdisciplinarios mediante debate y unificación de enfoques, o servir como referencia conceptual, actitudinal y didáctica para sesiones individuales de salud sexual y reproductiva. Aun así, en ninguna de ellas se menciona el clítoris, dedican una buena parte a la prevención de infecciones de transmisión sexual y prevención del embarazo. Si bien dedican secciones significativas a la prevención de infecciones de transmisión sexual y embarazos, especialmente en las guías 5 (adolescencia/juventud) y 6 (adultez/vejez) que abordan respuesta y placer sexual, ninguna menciona explícitamente el clítoris y la información sobre placer resulta vaga (Ministerio de Salud y Protección Social, 2023).

La educación sexual en Colombia se centra en campañas que buscan prevenir embarazos adolescentes y enfermedades de transmisión sexual, sin abordar aspectos cruciales como el autoconocimiento, la exploración y la aceptación de la sexualidad en su totalidad. A diferencia de otros países, donde se han implementado iniciativas más inclusivas, y diversas, donde también se busca visibilizar el placer sexual y la aceptación de cuerpos diversos, por ejemplo, en España, tienen campañas en las cuales incluyen mujeres con contextura gruesa, mujeres mayores y homosexuales. En Argentina, por otro lado, se lanzó una campaña innovadora basada en una canción «La historia incompleta del placer» (Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA], 2022) que aborda abiertamente el clítoris y su historia de relegación, destacando cómo su estudio fue ignorado hasta 1998, cuando por primera vez se describe completamente, justo en una investigación liderada por una mujer, Helen O'Connell.

Colombia carece de un enfoque integral que contemple todos los matices de la sexualidad, que no solo informe sobre riesgos, sino que también celebre el placer y la diversidad en la experiencia sexual, y que además suprima el estigma social que hay frente al sexo, sobre todo cuando se trata de la población femenina. De hecho, según González (2023) «70 % de las colombianas encuestadas no expresan lo que quieren explorar en su sexualidad a otras personas por el temor a ser juzgadas» (párr. 3). Esto limita la capacidad de las mujeres para explorar su sexualidad libremente, lo que puede resultar en sentimientos de negación del placer, vergüenza o culpa.

En Antioquia, esta situación resulta aún más evidente: son pocos los estudios que han abordado la sexualidad femenina desde la mirada propia de las mujeres, y menos aún aquellos que sitúan sus experiencias a lo largo del ciclo vital. Esto refleja la invisibilización cultural del placer femenino, al tiempo que deja sin explorar las narrativas íntimas en torno al orgasmo, la autoexploración, la relación entre placer sexual y emocional y las influencias del contexto sociocultural.

Con todo lo planteado hasta aquí surge la necesidad de recuperar las voces de las mujeres y comprender cómo experimentan y significan el placer sexual en distintos momentos de su vida. La pregunta que orienta esta investigación es: *¿Cómo comprenden y significan las mujeres adultas de Antioquia sus experiencias de placer sexual a lo largo del ciclo vital?*

1.1 Antecedentes

Las investigaciones de los últimos cinco años a nivel mundial con respecto al placer sexual femenino han sido en su mayoría enfocadas desde la metodología cuantitativa, dirigidas principalmente a identificar índices, medidas y estadísticas relacionadas con la función sexual (normal o disfuncional), la satisfacción, y la calidad de vida sexual (Choi et al. 2024; Espitia de la Hoz, 2018; Katzman y Tuchman, 2019; Leistner y Mark, 2024; Rodrigues et al., 2022; Webb, et al., 2022; Yepes Barreto et al., 2023). Es común encontrar, por ejemplo, la aplicación reiterada de cuestionarios como el Índice de Función Sexual Femenina (IFSF) para evaluar áreas específicas que tienen que ver con la lubricación, excitación, orgasmo, dolor y satisfacción. Estas investigaciones se desarrollan desde un enfoque biomédico y psicométrico que permite medir dificultades o disfunciones sexuales.

Es importante precisar que, aunque dichas investigaciones son valiosas en la medida en que permiten comparar información estadística y datos objetivos, se descartan como antecedentes para la presente investigación porque no exploran la experiencia subjetiva, los significados

personales ni la complejidad contextual del placer sexual femenino. Se consideran insuficientes para analizar el fenómeno desde la perspectiva metodológica propuesta para la realización de este proyecto, ya que aquí se pretende comprender las percepciones y experiencias individuales del placer sexual desde las narrativas individuales de las participantes.

Adicionalmente, se encontró que en las investigaciones llevadas a cabo, si bien han abordado temas relacionados con el placer sexual femenino (Botero Pino et al., 2022; John et al., 2015; Stahl et al., 2019; Trejo Pérez, 2017) así como el deseo sexual (Gutiérrez Valerio et al., 2020), se han desarrollado con un enfoque mixto desde perspectivas biológicas, psicológicas y socioculturales para identificar factores predictivos de la satisfacción y el comportamiento sexual, dejando a un lado los significados que ellas mismas pueden atribuir a este aspecto de sus vidas. No se han identificado investigaciones en las que el fenómeno sea estudiado como una experiencia completamente individual mediada por el contexto sociocultural propio de cada participante.

Al aplicar los filtros de búsqueda «female sexual pleasure» desde el 2019 hasta el presente y con una metodología cualitativa en la base de datos APA PsycNet, se encontraron cuatro artículos correspondientes a los siguientes países: Estados Unidos (Azim et al., 2021), Polonia (Gore-Gorszewska, 2021), Noruega (Lunde et al., 2021) y Canadá (Séguin y Blais, 2019). Se resalta la importancia de incluir los países en los cuales se desarrollaron las investigaciones en la medida en que el contexto cultural, religioso y social influye notablemente en la manera en que se interpreta y experimenta la sexualidad femenina. Además, se reconoce que, si bien estas investigaciones se desarrollan desde lo cualitativo e incorporan elementos relacionados con el contexto sociocultural y emocional, no tienen como protagonistas las voces femeninas.

Por su parte, en la base de datos Taylor y Francis se encontraron en total 119 investigaciones distribuidas de la siguiente manera: 67 investigaciones cualitativas y 52 cuantitativas, aplicando el ítem de búsqueda «female sexual pleasure». Estos resultados demuestran un creciente interés por abordar y conocer en forma más detallada el fenómeno del placer sexual femenino desde diferentes enfoques.

La última base de datos consultada fue Redalyc, en la cual al realizar la búsqueda bajo el criterio «placer sexual femenino» se encontraron seis investigaciones realizadas en los últimos cinco años, es decir un promedio de 1.2 investigaciones por año y cuando se aplicó el filtro «psicología» el resultado obtenido fue de solo un artículo: «Percepciones de mujeres en relación con cirugías estéticas en el Ámbito Metropolitano de Buenos Aires» (Fuentes Cuinas y Nieri, 2019), el cual no aborda directamente el tema en cuestión, pues se centra en el impacto de la cirugía cosmética genital en cuanto al placer sexual femenino.

Ahora, dentro de las investigaciones realizadas en Colombia, sobre el placer sexual femenino se encontraron antecedentes importantes para el desarrollo de este estudio que, aunque revelan un panorama limitado permiten identificar diferencias y similitudes en los resultados obtenidos. Se encontraron investigaciones médicas de corte transversal descriptivo dirigidas a explorar la prevalencia de las disfunciones sexuales en la mujer, utilizando el Índice de Función Sexual Femenina (IFSF), el cual evalúa la presencia o no de trastornos del deseo, de la excitación, del orgasmo o dolor, concluyendo que «En las mujeres colombianas existe una prevalencia de disfunciones sexuales cercana a la tercera parte de la población, caracterizadas principalmente por trastornos del deseo y del orgasmo, lo que repercute negativamente en la calidad de vida» (Espitia De La Hoz, 2018, p. 17). De este modo, se requiere un enfoque interdisciplinario para enriquecer la información que, hasta ahora, ha estado limitada a una perspectiva médica; desde la psicología se podría obtener una comprensión más profunda y matizada de la sexualidad femenina, no solo de las disfunciones.

Así mismo, se identificaron investigaciones con predominio de enfoques cuantitativo o mixto, por ejemplo, en el 2009, se llevó a cabo en Bogotá un estudio descriptivo, acerca de la sexualidad y la menopausia, encontrando que: «el deseo sexual se mantiene vigente en la mayoría de las mujeres pre-, peri- o menopáusicas, y no se halla una relación definitiva entre la disfunción sexual y este estado» (Serpa Fonnegra y Ramírez Bojacá, 2009, p. 96). Esta investigación es de suma importancia porque permite pensar la sexualidad a través de distintas etapas del ciclo vital, sobre todo durante y después de la menopausia y desmitificar la relación entre el placer, la sexualidad y la esfera reproductiva. La principal limitación es la población objeto, pues sólo se pregunta por mujeres peri o menopáusicas, por lo cual se hace necesario ampliarla para obtener una comprensión más integral del fenómeno. No obstante, sirve de base para comprender lo que ocurre en esta etapa.

Desde la perspectiva cualitativa, las investigaciones dirigidas al fenómeno de la sexualidad femenina pareciesen menos exploradas. En una de las investigaciones llevada a cabo en Medellín (Botero Pino et al., 2022), se encontró que, a pesar de explorar el placer femenino, fueron los hombres quienes expresaron la importancia del bienestar sexual de sus parejas, lo que les permitió concluir que «Para el total de hombres entrevistados es primordial el bienestar sexual y emocional de su pareja incluyendo su comodidad y satisfacción, de lo contrario no encuentran razón para el coito tendiendo a sentirse mal por ello» (Botero Pino et al. 2022, p. 17). En dicha investigación, la perspectiva femenina no está inmersa en las conclusiones, por lo cual resulta fundamental explorar la sexualidad femenina desde las mujeres, cómo hemos vivido y

experimentado la sexualidad, es decir, queda aún un espacio significativo para indagar directamente la experiencia subjetiva de las mujeres respecto a su sexualidad y placer.

En otra investigación cualitativa se buscó «describir las percepciones sobre el placer sexual con base en la educación y las experiencias sexuales que han tenido a lo largo de su vida, con el fin de comprender un poco mejor el orgasmo femenino – anorgasmia» (Montaño Arango y Duque Arbeláez, 2022, p. 10). Esta investigación cobra importancia en la medida en que los factores socioculturales adquieren relevancia para la interpretación de los resultados. Dicha investigación arrojó como resultado que «las 10 mujeres participantes de la investigación en su narrativa evidencian la poca o casi nula educación brindada por parte de su núcleo familiar primario, el cual, es basado en infundir temores y represiones» (Montaño Arango y Duque Arbeláez, 2022, p. 64). Evidencia así la influencia directa del medio sociocultural en las respuestas y experiencias relacionadas con el placer sexual femenino. Otro de los hallazgos relevantes a los que se llega con la investigación es la identificación de factores como la religión, las dinámicas de pareja y los ideales referenciales en cuanto al amor y su influencia en la autoexploración y los orgasmos. Finalmente, es importante resaltar el papel que adquiere la pareja en el desarrollo de la vida sexual plena y satisfactoria «Las contribuciones que hace su compañero sexual a una mujer inciden en la libertad o cohibición sexual de la misma» (Montaño Arango y Duque Arbeláez, 2022, p. 66). En este sentido, la calidad de la interacción con la pareja es clave para el bienestar sexual, ya que su contribución puede promover la confianza y la apertura necesarias para la autoexploración y el goce sexual, o, por el contrario, generar represión y limitaciones.

Como parte de los antecedentes propuestos para esta investigación se sitúa el siguiente estudio llevado a cabo en Medellín: *Efectos del tipo de educación sexual en los trastornos de la sexualidad en las mujeres adultas-jóvenes de Medellín (Colombia)* del 2022. El cual se realizó con mujeres entre los 20 y 30 años. Uno de los principales resultados se refiere a la influencia de la educación sexual recibida y la forma en que las mujeres experimentan su sexualidad.

Finalmente, se tomará como antecedente, el trabajo realizado por Monsalve Ramírez, en 2023, *Concepción de la sexualidad de la mujer y sus patologías en la psicología y la psiquiatría* investigación de corte cualitativo e interpretativo en la cual se identificaron estereotipos y normas culturales que moldean la percepción de la sexualidad femenina. Asimismo, se subraya la importancia de que las mujeres puedan vivir su sexualidad con libertad plena. Esta perspectiva promueve un enfoque que desafía prejuicios arraigados y abre caminos para una comprensión más amplia y equitativa de la sexualidad femenina en contextos socioculturales diversos.

2. Justificación

Para la justificación de este proyecto investigativo se recurre a tres dimensiones: académica, social y clínica o intervención. En primer lugar, desde lo académico, busca aportar a los estudios de género, sexualidad y psicología fenomenológica al darle voz a las experiencias vividas por las participantes a través del ciclo vital, empezando desde la adultez joven hasta la adultez media, generando nuevos conocimientos y perspectivas sobre la vivencia de la sexualidad femenina. En segundo lugar, desde lo social, al reconocer las particularidades socioculturales que inciden en la vivencia de la sexualidad y sus repercusiones en la vida cotidiana, se permite la visibilización de la importancia del placer como parte del bienestar integral. Y, en tercer lugar, desde el plano clínico o de intervención, este estudio puede servir como un recurso valioso para profesionales de la salud y la psicología que acompañan a mujeres en distintas etapas de su vida, facilitando la creación de estrategias de acompañamiento más respetuosas y eficaces, así como talleres o intervenciones de promoción del bienestar sexual y prevención del abuso sexual; adicionalmente, permite la divulgación de derechos sexuales y reproductivos.

Si bien, desde el ámbito académico, existen estudios sobre sexualidad femenina, la mayoría provienen de perspectivas médicas o cuantitativas centradas en disfunciones sexuales, lo que limita la comprensión de la experiencia subjetiva del placer. A nivel cualitativo, al desarrollarse desde un enfoque fenomenológico se profundiza en los significados subjetivos.

Los estudios en Antioquia son escasos y muchas veces mediados por la perspectiva masculina por lo cual se hace necesario un abordaje que recupere la voz de las mujeres y sus experiencias subjetivas respecto al placer sexual, superando la visión biomédica y androcentrista que ha dominado históricamente. Así, esta investigación resulta necesaria porque busca recuperar las voces de las mujeres adultas, comprender sus experiencias de placer a lo largo del ciclo vital y situarlas en el contexto sociocultural antioqueño.

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Comprender las experiencias de placer sexual a través del ciclo vital de las mujeres adultas en Antioquia.

3.2 Objetivos específicos

- Identificar los significados atribuidos al orgasmo y su relación con el placer sexual en mujeres adultas en Antioquia.
- Explorar la relación entre placer sexual y emocional a partir de las experiencias de las mujeres adultas en Antioquia desde las distintas etapas del ciclo vital.
- Describir la influencia del contexto sociocultural en las experiencias de autoexploración en las mujeres adultas en Antioquía.

4. Marco teórico

Ser mujer en Colombia implica una serie de contradicciones que permean la forma de relacionarse con el cuerpo, con el otro, con la sexualidad, consigo misma; es verse enfrentada a los estereotipos de mujer ideal opuestos, propuestos por la iglesia y por el narcotráfico. Según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística de Colombia [DANE], (2022), el 78,2 % de la población colombiana profesa el catolicismo, que presenta como modelo de las mujeres a la virgen María, abnegada, respetuosa, pulcra y casta, haciendo un hincapié en la virtud de su virginidad como elemento de valía en su constitución de mujer. Ahora bien, esta visión de la mujer virginal es problemática y represiva, «constituye una forma de control de la sexualidad femenina en las sociedades patriarcales y patrilineales» (Pérez Molina, 2004, p. 109).

Por otro lado, la «narcocultura» se caracteriza por ser altamente machista, «es común que en el mundo del narcotráfico se construyan las relaciones de género a partir de un conjunto de actitudes y comportamientos que discriminan y marginan a la mujer por su sexo» (Ovalle y Giacomello, 2006, p. 301). De ese modo, las mujeres somos presentadas como objetos hipersexualizados, imagen que es altamente distribuida por narconovelas como *Sin tetas no hay paraíso* (Restrepo, 2006) o *Las muñecas de la mafia* (Ferrand y Restrepo, 2009) en las cuales el estereotipo se reduce a roles secundarios o a «mujeres-trofeo»:

la mujer es concebida como un bien más al que pueden acceder para manifestar en el espacio público su poder adquisitivo y social. En este sentido, al interior del «narcomundo» presentarse en sociedad con el reloj más costoso y lujoso, con la ropa más prestigiosa, con el auto más costoso y llamativo es tanto o más importante que presentarse con la mujer más hermosa y voluptuosa. La mujer aparece así, como un objeto más por medio del cual el narcotraficante comunica a la sociedad con la que interactúa su éxito en términos de riqueza y poder social. (Ovalle y Giacomello, 2006, p. 304).

Por otro lado, Requena Aguilar (2020) ha afirmado que «La sexualidad es un espacio de exploración que, como todas las áreas de la vida, sucede en un contexto patriarcal» (p. 25). Esto, por tanto, resalta la importancia de atender al contexto sociocultural y su influencia significativa en las formas en que las mujeres nos relacionamos con la sexualidad. El patriarcado configura normas, actitudes y creencias que afectan directamente el placer, el deseo y la expresión sexual femenina, imponiendo culpas, vergüenzas y restricciones que limitan la libertad y el goce corporal.

Desde la perspectiva del interaccionismo simbólico, enfoque que, «se caracteriza por su énfasis en los procesos de significación y, sobre todo, por la concepción de un sujeto que activamente interpreta y crea la realidad social» (García Alcaraz y Flores Palacios, 2021, p. 78). Es decir, la sexualidad femenina no es una categoría fija, se construye continuamente mediante las interacciones simbólicas con el entorno social en la que participan una serie de emociones, representaciones que se dan y se modifican precisamente en las interacciones sociales. Anudado a esta perspectiva se encuentra el punto de vista feminista. Según Simone de Beauvoir, el feminismo es un movimiento que persigue una igualdad auténtica y operativa entre hombres y mujeres, en la cual la lucha no se reduce a la obtención de derechos legales o políticos; se trata de una transformación profunda de los lazos sociales, culturales y simbólicos que moldean la vida y la experiencia de las mujeres (De Beauvoir, 1949).

A partir de las perspectivas expuestas anteriormente, se origina el interaccionismo simbólico feminista (ISF) con el que es posible entender cómo estos significados culturales son construidos y negociados a través de interacciones sociales cotidianas, ya que el ISF «ofrece una mirada procesual del funcionamiento de las dinámicas de desigualdad y opresión de género (re)producidas a través de la interacción, la significación y las prácticas de la vida cotidiana» (Saltzman, 1997, como se citó en García Alcaraz y Flores Palacios, 2021, p. 91). De este modo, es posible explorar más profundamente cómo las mujeres construimos y redefinimos nuestra identidad y sexualidad, a pesar de las limitaciones y presiones impuestas por el entorno. Adicionalmente, esta perspectiva posibilita no solo la comprensión de la reproducción de las estructuras patriarcales, sino también reconoce la capacidad de respuesta y abstracción, particularmente de las mujeres, quienes en sus interacciones pueden resignificar su identidad y sexualidad pese a las limitaciones y presiones impuestas por el entorno.

4.1 Interaccionismo simbólico

El interaccionismo simbólico tiene tres premisas básicas (Blumer, 1982). La primera es que el ser humano orienta sus actos hacia las cosas en función de lo que éstas significan para él; en ese sentido, el significado mismo de las cosas (objetos físicos, otras personas, vínculos subjetivos, instituciones, ideales, actividades y situaciones de la vida cotidiana) constituyen un elemento central en la forma en que el individuo se relaciona con el medio y el significado que este le da a su entorno social, es decir, el comportamiento humano no es simplemente una respuesta automática a estímulos externos, sino que las respuestas están mediadas por la interpretación personal de esos estímulos.

La segunda premisa es que esos significados surgen como consecuencia de la interacción social, esto es que los significados son un producto social que se construye mediante las interacciones con las personas; no son inherentes a los objetos o situaciones, sino que se crean a partir de la propia experiencia en el contexto social.

La última premisa, se refiere a que los significados se manipulan y modifican a través de la interpretación, partiendo de dos etapas: en la primera, la persona se indica a sí misma cuáles son las cosas que poseen significado, en un diálogo consigo misma. Y, en la segunda etapa se da una manipulación de significados, en que es necesario seleccionar, verificar, eliminar, reagrupar y transformar los significados de acuerdo con el contexto en el que se desenvuelve.

En consonancia con lo anterior, pretendo indagar cómo las mujeres participantes en esta investigación viven y exploran su sexualidad a partir de los significados que le otorgan a la misma, en particular al placer y al deseo sexual y de qué manera sus experiencias han estado marcadas por el contexto y la interacción social. Estas dinámicas sociales y culturales enmarcadas en el patriarcado son reflejo del papel de la mujer en la sociedad. En palabras de Hite (1976): «el lugar de una mujer en los dominios del sexo refleja su puesto en el resto de la sociedad» (p. 2). La sexualidad femenina ha sido negada y limitada, por un lado, a una respuesta biológica, y por otro, a estar al servicio del placer masculino, además de estar compuesta por una serie de reglas que no solo imponen lo que se debe hacer o no, sino también lo que se debe sentir al momento de tener una experiencia sexual. Un ejemplo de ello es la afirmación de Freud según la cual la madurez sexual en la mujer se alcanzaba cuando obtenía placer vía vaginal y no exclusivamente a través del clítoris, pues este estaba asociado al placer infantil, de este modo explicaba que

en la fase fálica de la niña el clítoris es la zona erógena rectora. Pero no está destinada a seguir siéndolo; con la vuelta hacia la feminidad el clítoris debe ceder en todo o en parte a la vagina su sensibilidad y con ella su valor, y esta sería una de las dos tareas que el desarrollo de la mujer tiene que solucionar. (Freud, 1933/1991, p. 110).

A pesar de que estas ideas fueron formuladas hace más de un siglo, todavía persisten en la cultura y continúan influyendo en las percepciones sobre el placer femenino. Así lo relatan Hubin y Michel (2018): «En la época en que nos empezaba a salir el vello y teníamos nuestras primeras experiencias sexuales, allá por las décadas de los 1990 y 2000, nos hacíamos esta pregunta entre las amigas: ‘¿eres clitoriana o vaginal?’» (p. 15). Esta pregunta reflejaba una creencia común que consideraba a las «vaginales puras» como afortunadas e incluso más

evolucionadas, pues solo las mujeres maduras podían llegar al orgasmo a través de la estimulación vaginal. Sin embargo, esta visión ha sido criticada y desafiada por investigaciones más recientes que evidencian que el placer femenino no se limita a una única forma de expresión, sino que es multifacético y puede incluir diversas formas de estimulación.

Por ejemplo, los estudios realizados por Masters y Johnson (1966) en los cuales se preguntaron «¿son los orgasmos clitoriales y vaginales entidades anatómicas realmente distintas? Desde un punto de vista anatómico, la respuesta a esta pregunta es un inequívoco no» (p. 66). Ellos encontraron que, en términos anatómicos, no hay diferencias en las respuestas sexuales, lo que demuestra que tanto el clítoris como la vagina pueden contribuir al orgasmo femenino. Además, evidenciaron que muchas mujeres necesitan estimulación clitoriana para alcanzar el clímax. La insistencia en un orgasmo vaginal como el ideal ha sido cuestionada debido al reforzamiento de estereotipos dañinos sobre la sexualidad femenina. ¿Es posible que este mito esté relacionado con la brecha que existe entre el placer de las mujeres y el de los hombres en el sexo heterosexual? Pues, «En el 2017, un *paper* de los *Archives of Sexual Behavior*, reveló que estadísticamente el 95 % de los hombres heterosexuales llega al orgasmo durante el sexo, mientras solo el 65 % de las mujeres alcanza el mismo objetivo» (Ramón, 2019). Por su parte, Requena Aguilar (2020) afirma que «Probablemente la brecha orgásmica sea el resultado y no el inicio. La brecha orgásmica es la suma de muchas otras brechas que acumulamos y que están relacionadas con los mandatos patriarcales» (p. 30). Es una brecha que va más allá del placer, es la brecha de inferioridad que experimentamos por ser mujer.

4.2 Categorías

4.2.1 Sexualidad a través del ciclo vital

El ciclo vital en nosotras está fundamentado en nuestra capacidad de reproducción, es decir, se basa en el funcionamiento fisiológico y hormonal que ocurre en nuestro cuerpo. Inicia con la menarquía, aparición de la primera menstruación, la cual se establece como punto de partida desde el cual «ya somos mujeres», transita por el período de fertilidad, caracterizado por ciclos menstruales regulares; esta etapa representa el auge de nuestra existencia, pues somos potencialmente «madres» y, finaliza con la menopausia, interrupción permanente de la menstruación durante un período de un año, lo que implica que socialmente somos menos significativas, pues nuestra capacidad de reproducción llegó a su fin. Al respecto dicen Freixas et al. (2006):

La identidad de las mujeres está marcada por la definición cultural que vincula al ser femenino a determinados elementos de carácter biológico que se pueden dar en su ciclo vital. Tres «emes», menarquía, maternidad y menopausia, definen los hitos del desarrollo femenino y otorgan a las mujeres una identidad fundamentalmente biológica en la que no se incluyen otros aspectos considerados cruciales en el desarrollo de la personalidad adulta, como el trabajo y la jubilación que sí son tenidos en cuenta cuando se trata del desarrollo adulto de los hombres. (p. 71).

Estas etapas biológicas han sido consideradas fundamentales para la construcción de la identidad femenina, sobre todo lo concerniente a la sexualidad, la exploración y el placer, pues se han establecido una serie de reglas acordes al momento biológico con especial interés en la edad fértil, es decir, los años transcurridos entre la menarquía y la menopausia, la etapa en la cual tenemos la posibilidad de procrear, hecho considerado un hito fundamental en nuestras vidas.

Desde lo fisiológico, las etapas del ciclo vital están delimitadas de acuerdo con la producción hormonal y la capacidad de reproducción. Alrededor de los 45 y 55 años se inicia la menopausia, lo que significa el fin de la etapa reproductiva, mas no necesariamente el fin del placer sexual. La relación entre reproducción y sexualidad se marca claramente en esta época; se asocia que, al perderse la función reproductora, desaparece también la posibilidad de experimentar placer. Es verdad que la menopausia puede traer consigo una serie de cambios físicos que pueden alterar la vida sexual como la sequedad vaginal, la dispareunia (dolor asociado a la actividad sexual), las oscilaciones en la respuesta sexual y/o disminución de la producción de andrógenos. Todos estos cambios biológicos asociados a los factores psicológicos y sociales como «Los roles femeninos estereotipados y las actitudes sociales y culturales pueden jugar un papel importante en el deterioro de la vida sexual de la mujer climatérica» (Sala Santos y González Sala, 2014, p. 18). Esto no quiere decir que después de esta etapa no se puede llevar una vida sexual plena y satisfactoria.

En el podcast *Menopáusicas ¡y qué!* se escuchan diferentes testimonios de mujeres que han pasado o están pasando por la menopausia, hablan acerca de los cambios que les ha representado esta nueva etapa, por ejemplo, Alejandra Borrero reporta que «el sexo se me mejoró» (Ruiz y Samper, 30m21s, 2024b). Por su parte, Paola Turbay, habla de sequedad vaginal y jocosamente añade «Se le tiene solución» (Ruiz y Samper, 11m10s 2024a) refiriéndose a lubricantes. En general, muchas de las invitadas mencionan la falta de información y el tabú que se teje alrededor de esta etapa como unos de principales factores de temor y angustia al llegar al climaterio.

Ahora bien, el desarrollo psicosexual se ha trabajado tradicionalmente en torno a la implementación de normas y etiquetas desde una perspectiva masculina. Por ejemplo, la teoría propuesta por Freud delimita las etapas basándose en las experiencias, la anatomía y el comportamiento del varón, finalizando en el complejo de Edipo en los niños y en la envidia del pene en nosotras. A partir de estas consideraciones, Carol Gilligan (1982) propuso una teoría en la cual se logra diferenciar detalladamente lo que ocurre con hombres y mujeres desde sus propias perspectivas y no adaptando un modelo existente a ambos géneros.

De este modo, Gilligan explica su modelo de desarrollo moral centrado en la ética del cuidado, destacando que las mujeres tienden a priorizar la responsabilidad hacia los demás y la empatía en sus razonamientos morales, según ella, «las mujeres no sólo se definen a sí mismas en un marco de relación humana, sino que también se juzgan en función de su capacidad de atender a otros» (Gilligan, 1982, p. 38). Esto implica que las mujeres mostramos un desarrollo moral que valora la conexión, la cooperación y la atención hacia las relaciones interpersonales. La evolución del ciclo vital sobre todo lo relacionado con la sexualidad abarca múltiples aspectos más allá de lo hormonal, es un entramado de situaciones que se articulan desde el momento mismo del nacimiento y primeros cuidados.

4.2.2 Emocionalidad y placer sexual

Los factores emocionales tienen una alta incidencia en la percepción del placer sexual, pero las dinámicas sociales han generado una escisión entre sexo y afectividad, impulsados por la hipersexualización y el patriarcado en el cual la mercantilización de los cuerpos y el afán del mundo actual privilegian el campo productivo sobre el relacional, lo que ha llevado a la simplificación del placer sexual a números: cuántos orgasmos puedo alcanzar, cuántas parejas sexuales he tenido, cuántas erecciones puedo tener en una noche, cuánto tiempo duró el encuentro, cuántas poses hice. Este reduccionismo rechaza las emociones, haciéndolas ver innecesarias al momento de experimentar placer.

La división planteada entre el sexo y el afecto, además de ser reduccionista, acentúa los roles de género; a propósito, Mónica Quesada (citada en Requena Aguilar, 2020) señala que «Al estar tan escindida la parte afectiva y sexual, en las mujeres está cargada positivamente la afectividad y en los hombres, la sexual» (p. 55). En otras palabras, se nos imponen pautas y expectativas frente a cómo vivimos nuestra vida sexual, los hombres pueden tener sexo sin enamorarse, pero, nosotras no, nosotras «hacemos el amor», lo que se configura como una desventaja. Para la sociedad actual expresar sentimientos es señal de debilidad. Ahora bien, la

censura de las emociones y afectos también parte desde los estudios realizados en laboratorios donde se objetiva por completo la vivencia de la sexualidad; en ese sentido Politzer y Weinstein (1999) señalan que «cuando se trata de la conducta sexual, el laboratorio –con sus electrodos y sus relojes– adquiere una importancia tal que termina aniquilando la voz humana, y aún más la voz femenina, que es la que ha estado históricamente acallada» (p. 66). Ellas destacan la importancia de incluir la dimensión emocional como eje irrenunciable para comprender la sexualidad en su integridad, para abordar la sincronía de los afectos, el deseo y el placer con el cuerpo.

De análoga manera, es fundamental el enfoque sociocultural, desde el cual los esquemas vinculados al género, a la experiencia sexual y a las emociones reflejan una realidad donde la sexualidad está profundamente atravesada por normas sociales, expectativas y roles de género, que condicionan las experiencias y significados de mujeres y hombres. En América Latina se ha encontrado que los encuentros sexuales suelen estar mediados por elementos relacionales, lo que en cierta medida dificulta experimentar encuentros casuales, es decir, las experiencias sexuales se ven mediadas por el entorno, por las normas sociales y los estereotipos de roles de género, que revisten de manera solemne al sexo mediado a través del amor, pero rechazan y satanizan de manera categórica al sexo por placer, por mero goce físico (Hierro, 2003, p. 60).

4.2.3 Prácticas de autoplacer y exploración sexual

Las experiencias de masturbación y de exploración sexual hacen parte fundamental de la vivencia de la sexualidad, promueven el autoconocimiento y la conexión con el propio cuerpo generando una relación positiva y respetuosa consigo mismo, mejora el bienestar emocional, psicológico y sexual y, también facilita la comunicación de necesidades y límites en las relaciones íntimas con la pareja, en definitiva, favorece una vida sexual satisfactoria.

La masturbación se refiere a la estimulación de los órganos sexuales o de las diferentes zonas erógenas para obtener placer sexual. Puede realizarse con las manos, los dedos, objetos cotidianos o juguetes sexuales. La palabra *masturbación* tiene un origen controvertido, ya que se cree que se formó a partir de la combinación de la palabra latina *manus*, que significa mano, y *stupro*, que significa contaminar, lo que históricamente ha llevado a estigmatizar esa práctica (Bullough, 2002).

En tal sentido, la masturbación es una actividad común en ambos sexos y a cualquier edad, se considera una parte normal y saludable de la vida sexual. Sin embargo, las frecuencias de masturbación varían significativamente entre hombres y mujeres. Recientemente, un estudio

realizado por la marca *Womanizer* reveló «que la brecha mundial de la masturbación ha aumentado del 47 % en 2022 al 57,7 % en 2023» (Avendaño Parra, párr. 9, 2023). En relación con esto Politzer y Weinstein (1999) señalan que «Muchas mujeres experimentan sentimientos muy negativos acerca de la masturbación. Abunda la culpa cuando se satisface la libido por ese camino» (p. 284). Dicho sentimiento de culpa suele estar muy arraigado al contexto sociocultural pues históricamente ha estigmatizado la masturbación femenina, considerándola inapropiada o inmoral, contribuyendo a la brecha observada en las estadísticas de masturbación entre géneros.

Al respecto, Dodson (1989) observa: «El rechazo de la masturbación es parte de la represión sexual. Desde la infancia hasta la madurez, la masturbación produce un sentimiento de vergüenza y de culpabilidad» (p. 5). Este entramado de reglas establecidas alrededor del sexo limita el desarrollo del placer y del autoconocimiento, perpetúa tabúes y dificulta la construcción de una sexualidad plena y libre, en la que el placer sea solo eso, y no tenga que estar mediado por la reproducción, la pareja o las instituciones.

El autoplacer basado en la exploración sexual es un acto transversal, que promueve bienestar y satisfacción, igualmente es un acto revolucionario que enmarca el desarrollo de una vida sexual plena. Además, es una herramienta sólida en la cual nos podemos apoyar para validar nuestros deseos, generarnos mayor confianza con respecto a nosotras mismas y sobre todo para aprender cómo nos gusta, dónde y cuánto; la masturbación nos da el conocimiento y la libertad para expresar de manera natural lo que estamos sintiendo y las expectativas que tenemos sobre nuestra vida sexual.

4.2.4 Orgasmo y significados del placer sexual

Los significados que solemos atribuirle al placer sexual están estrechamente relacionados con el contexto sociocultural en el cual vivimos, pues este dicta una serie de pautas que nos acercan o nos alejan de la imagen que la sociedad espera, es así como los estereotipos de roles de género permean la manera en la que interpretamos nuestras vivencias sexuales a lo largo de la vida de acuerdo con si somos hombres o mujeres. Tradicionalmente se ha vinculado el placer sexual femenino con la reproducción, haciendo a un lado el disfrute y el placer asociados a la sexualidad. Concepción que parte del paradigma patriarcal, el cual establece de manera categórica un marco en el cual el placer y la sexualidad femenina quedan subordinados a las necesidades y deseos masculinos. Hierro (2003) ilustra esta relación cuando afirma que «el poder, el saber y el placer son tres conceptos que se enlazan siempre en un discurso sexual referido exclusivamente a la sexualidad masculina. Por ellos, el poder se infiltra y controla nuestros

cuerpos a través del placer» (p. 10). Esto evidencia que el control social y cultural no solo actúa a nivel externo, sino que se manifiesta también en el cuerpo, condicionando las formas en que las mujeres experimentamos y significamos el placer sexual.

El placer sexual involucra respuestas anatómicas y emocionales, ambas presentes cuando experimentamos un orgasmo, sin embargo, es común asociarlo a un aspecto más biológico el cual reduce la experiencia al cuerpo, a lo que pasa fisiológicamente. En este sentido la American Psychological Association [APA], (2018) define el orgasmo como «el clímax de la estimulación o actividad sexual, cuando se alcanza el máximo placer, marcado por la liberación de tensión y contracciones rítmicas de los músculos perineales, el esfínter anal y los órganos reproductores pélvicos» (párr. 1). Esta explicación resulta insuficiente, aunque brinda información importante para comprenderlo desde una mirada corporal; para ampliar el significado es necesario incluir datos relacionados con la vivencia, aún más si se trata de la experiencia femenina.

Desde una perspectiva fenomenológica, el orgasmo no siempre representa el punto máximo de placer para la mujer. Es así como Politzer y Weinstein (1999) aportan una visión más completa en la que señalan que «el placer va mucho más allá, incluyendo una variedad de respuestas mucho más amplia. Si bien implica un enorme goce, el orgasmo no es la meta obligada de la relación sexual femenina» (p. 62). Esto es, en la sexualidad femenina el placer abarca un espectro mucho más extenso donde las sensaciones, emociones y experiencias contribuyen al significado que se le da al placer, el cual trasciende la respuesta anatómica; no se queda en el cuerpo, busca incluir también la subjetividad, el mundo interno en el cual interactúan los contextos socioculturales y personales en los que vivimos, estudiamos, trabajamos y existimos con las expectativas y deseos presentes en cada una de nosotras.

Asociados a la sexualidad femenina existen numerosos mitos, sobre todo relacionados con el orgasmo que se han transmitido de generación en generación a través de la cultura popular, creándose inseguridades, malestar e inconformidad con nosotras mismas y con nuestro cuerpo, pues al crecer escuchando lo que sí y lo que no se debe esperar al momento de experimentar placer, nos envolvemos en expectativas que no representan la realidad ni se asemejan a lo que cotidianamente ocurre. Uno de los más comunes y transversales a la cultura, edad e incluso época es el mito del orgasmo vaginal, el cual circula desde hace más de 100 años. Esta creencia afirma que las mujeres debemos llegar al orgasmo sólo a través de la penetración vaginal; de lo contrario, nuestra experiencia no es «legítima» y, aún nos falta evolucionar en el aspecto sexual pues, al experimentar un orgasmo mediante la estimulación clitoral, somos sexualmente inmaduras, lo que sitúa la vagina como principal órgano en la experiencia sexual, de manera homóloga al pene en el hombre. Esto en parte se debe al sesgo de género en la producción científica, ya que

tradicionalmente ha sido un campo dominado por los hombres. Sólo a partir de las oleadas feministas se han iniciado investigaciones lideradas por mujeres que visibilizan las vivencias y experiencias femeninas. Es así cómo desde la primera ola, surgida a mediados del siglo XVIII, se cuestionó la naturaleza de la mujer y sentaron las bases para las demandas de igualdad política y social. En la segunda ola se impulsó el acceso a derechos como el voto y la educación superior, además de comenzar a liberar el cuerpo y la sexualidad femenina. En la tercera ola se profundizó en políticas públicas otorgando protagonismo a la autonomía sexual femenina, gracias al uso de anticonceptivos. Y, finalmente, durante la cuarta ola se continúan desafiando las normas sexuales y de género, promoviendo el derecho al placer y la diversidad sexual (Redacción Clarín, 2021).

Sin embargo, la evidencia científica ha demostrado que el orgasmo femenino depende principalmente de la estimulación del clítoris, el cual posee miles de terminaciones nerviosas que incrementan el placer; además, es el único órgano cuya función exclusiva es la generación de placer sexual: no existe ningún otro órgano semejante, está diseñado tan solo para satisfacer a la mujer. De esta manera, la mayoría de los orgasmos femeninos se logran a través de la estimulación clitoriana y no exclusivamente mediante la estimulación vaginal, lo que explica por qué este órgano está involucrado en gran parte de las experiencias orgásmicas, incluso en aquellas que típicamente se han considerado como vaginales. Anne Koedt (2001) explica que esta construcción sirve para mantener la hegemonía masculina y enfatiza que:

Además de la estimulación física, que constituye la causa más común de orgasmo para la mayoría de las personas, también existe la estimulación a través de procesos mentales. Algunas mujeres, por ejemplo, pueden alcanzar un orgasmo mediante fantasías sexuales o fetiches. (p. 254).

Por lo tanto, el placer sexual no se reduce a una técnica de estimulación o a una zona anatómica, sino que es un proceso multifacético en el que confluyen factores externos como la religión, la personalidad, la presión social y la dinámica relacional con la pareja con factores internos como el estado de ánimo, el deseo, la confianza y el autoconocimiento; toda esta amalgama incide en la facilitación o en la restricción de la experiencia.

4.2.5 Contexto sociocultural de la sexualidad

Los roles de género, los mandatos culturales y las estructuras sociales configuran las experiencias y comportamientos relacionados con la sexualidad femenina posibilitando la

comprensión de la evolución de estas influencias a lo largo del tiempo y cómo ciertos discursos, prácticas y normas han sido legitimados o cuestionados en diferentes periodos.

A través de los datos recolectados mediante los grupos focales y las entrevistas fue posible discernir lo sociocultural desde dos perspectivas, la primera, desafortunadamente tiene que ver con la violencia sexual, la cual es reiterativa y transgeneracional. Según los datos más recientes publicados por la Defensoría del Pueblo al 31 de mayo de 2025 se registraron en Colombia 6401 casos de violencia sexual contra la mujer de los cuales 959 ocurrieron en Antioquia. Estas cifras son evidencia de la magnitud del problema, además, reflejan estructuras sociales y culturales que perpetúan y reproducen estas violencias. Se hace urgente implementar políticas integrales y eficaces para la prevención y atención, haciéndolo desde un enfoque multidimensional que incluya la educación, la justicia, la salud y la participación comunitaria que permita alzar la voz y encontrar soluciones acordes a la severidad del problema.

El segundo elemento que cobró importancia durante los encuentros fue la transformación de la sexualidad femenina en un aspecto que aporta libertad y empoderamiento de las mujeres, directamente relacionado con las maneras de mirar y de vivir la sexualidad en un entorno seguro, que no sea cómplice ni castigador, Que reconozca la sexualidad femenina como un elemento fundamental en el bienestar social femenino.

5. Metodología

El diseño investigativo de este proyecto se basa en un enfoque cualitativo que permite analizar los datos de manera profunda, además de explorar desde la subjetividad de cada participante sus vivencias y los significados atribuidos a la sexualidad femenina. De acuerdo con Galeano Marín (2004) el enfoque cualitativo «apunta a la comprensión de la realidad como resultado de un proceso histórico de construcción a partir de las lógicas de sus protagonistas, con una óptica interna y rescatando su diversidad y particularidad» (p. 18). Esto permite captar la complejidad del fenómeno desde quienes lo experimentan, evitando reduccionismos y valorando su riqueza contextual. De esta manera, el conocimiento de la realidad se construye a través del acercamiento a las mujeres, indagando por la experiencia, los significados que elaboran, sus formas de expresión, emociones, afectos, interacciones atravesadas por el contexto en el que dichos sentidos cobran vida (De la Cuesta, 2003).

Adicionalmente, se orienta por el método fenomenológico, el cual, según Martínez Miguélez (2004) «se centra en el estudio de esas realidades vivenciales que son poco comunicables, pero son determinantes para la comprensión de la vida psíquica de cada persona» (p. 139). Este abordaje permite comprender la complejidad humana más allá de lo observable. En este caso, se abordaron las vivencias relacionadas con el ámbito sexual de las mujeres participantes, la manera como ellas perciben su sexualidad y cuál es el significado que le otorgan a la misma.

5.1 Participantes

La investigación se desarrolló en Medellín entre los meses de marzo y agosto de 2025. Las participantes fueron mujeres adultas heterosexuales entre 21 y 58 años, cisgénero, es decir, «personas cuya identidad de género asumida coincide con aquella que se les ha asignado al nacer, en función de criterios normativos de correspondencia entre características del denominado sexo biológico y la identidad de género» (Martínez-Guzmán, 2017, p. 82). Este rango amplio de edad me permitió captar una gran variedad de relatos y experiencias.

Utilicé un muestreo selectivo apropiado para la investigación cualitativa pues, «el muestreo es progresivo, está sujeto a la dinámica que se deriva de los hallazgos de la investigación, las muestras no son preestablecidas, el muestreo es secuencial, teóricamente conducido, no se establece al azar ni con fórmulas matemáticas» (Galeano Marín, 2004, p. 43). Esto significa que pocos casos pueden ser suficientes, dado que el interés se centra en la

profundidad y no en la cantidad de información obtenida. Contacté a las participantes mediante el voz a voz, y sirviéndome de la técnica bola de nieve, en la cual, las participantes del estudio recomendaron a otras posibles participantes que también cumplieran los requisitos.

El número final de participantes fue de 19, la menor de 21 años y la mayor de 58 años, de diferentes disciplinas, distintos niveles educativos, ocupaciones y niveles socioeconómicos, todas residentes en el departamento de Antioquia, Colombia. La pluralidad de los perfiles fue relevante para capturar diversidad en experiencias sexuales y perspectivas. Para proteger la privacidad de las participantes, a cada una se le asignó un seudónimo inspirado en piedras preciosas, protegiendo así su identidad, garantizando el anonimato y respetando su privacidad durante todo el proceso.

Tabla 1
Características de las participantes

Nombre	Edad	Nivel educativo	Estado civil
Hematita	21	Estudiante de pregrado	Soltera
Jaspe	22	Estudiante de pregrado	Soltera
Amatista	25	Profesional	Soltera
Ámbar	26	Estudiante de pregrado	Soltera
Zafiro	28	Estudiante de pregrado	Soltera
Topacio	28	Profesional	Soltera
Coral	29	Estudiante de pregrado	Soltera
Ágata	29	Profesional	Casada
Rubí	30	Profesional	Casada
Zircón	31	Técnica	Casada
Ópalo	31	Profesional	Soltera
Ónix	37	Técnica	Casada
Cristal	41	Magíster	Soltera
Perla	41	Tecnóloga	Soltera
Esmeralda	43	Técnica	Casada
Cuarzo	49	Bachiller	Soltera
Turmalina	54	Profesional	Divorciada
Jade	56	Profesional	Soltera
Turquesa	58	Bachiller	Soltera

5.2 Instrumentos

Considerando el enfoque y el método, para la recopilación de la información se recurrió a la entrevista semiestructurada y a los grupos focales. Estos métodos permitieron profundizar en la comprensión del fenómeno investigado, facilitando la exploración de múltiples perspectivas, desde lo individual hasta lo colectivo.

La entrevista semiestructurada en sí misma es una técnica de gran valor para ahondar en la recolección de la información, pues una de sus ventajas tiene que ver con «el grado de profundidad al que se puede llegar a partir de los elementos de análisis recopilados» (García Chacón et al., 2018, p. 89). Con ella se logra una comprensión más amplia y detallada del fenómeno. Asimismo, la flexibilidad de esta técnica permitió obtener datos e interpretaciones de la fuente directa, lo que favoreció el análisis de la información obtenida.

Se realizaron tres entrevistas semiestructuradas, las cuales favorecieron una exploración profunda. Se llevaron a cabo con las últimas tres participantes, Turmalina, Jade y Turquesa. Este instrumento permitió ahondar en las particularidades de cada una de ellas, obteniendo información detallada sobre sus experiencias y percepciones.

A su vez, los grupos focales permitieron ampliar la interacción desde el principio de complementariedad expandiendo el panorama al incluir diferentes puntos de vista, experiencias y perspectivas, además, su diseño es intencional y consciente. Desde los lineamientos de Galeano Marín (2004): «hay una demanda de cooperación, esfuerzo y rendimiento para alcanzar un fin prefigurado. Se estructura a partir de lo que se dice, quién lo dice y en qué condiciones se dice» (p. 191).

Es así como se realizaron tres grupos focales organizados según la edad de las participantes, mujeres heterosexuales agrupadas en los siguientes rangos: 21 a 30 años (nueve participantes), 31 a 40 años (tres participantes), 41 a 50 años (cuatro participantes), con el objetivo de fomentar el dinamismo y la participación. En cada sesión estuvo presente una psicóloga invitada, para brindar acompañamiento y apoyo en caso de que se presentaran situaciones de desbordamiento emocional durante el encuentro.

Al inicio de cada grupo focal y de las entrevistas, les entregué a las participantes el consentimiento informado. En dicho documento se especificó el objetivo de la investigación e informó que, durante el encuentro, las sesiones serían grabadas en audio y video. En caso de que alguna participante no estuviera de acuerdo con estas condiciones, podría retirarse en cualquier momento del lugar, sin que esto implicara alguna penalización.

La discusión comenzó pidiéndoles que escribieran en un papel la primera palabra que se les vino a la mente cuando escucharon «sexualidad femenina». Una vez finalizada, les pedí que guardaran el papelito y se abrió el grupo focal con una de las preguntas de investigación; cabe aclarar que solo respondieron aquellas que se sintieron en la capacidad de hacerlo. Para cerrar el grupo y las entrevistas, les pregunté si querían anexar alguna palabra o cambiar la palabra que habían escrito al inicio y les solicité que compartieran sus respuestas.

Tabla 2
Detalles de la recolección de información

Instrumento	Fecha	Número de participantes	Lugar
Grupo focal 21-30 años G. F 1	15 de marzo 2025	9	Universidad de Antioquia
Grupo focal 31-40 años G. F 2	17 de mayo 2025	3	Universidad de Antioquia
Grupo focal 41-50 años G. F 3	12 de julio 2025	4	Salón social Mirador de la Pilarica 4
Entrevista semiestructurada E. 1	19 de julio 2025	1	Salón social Mirador de la Pilarica 4
Entrevista semiestructurada E. 2	16 de agosto 2025	1	Residencia de la participante
Entrevista semiestructurada E. 3	27 de agosto 2025	1	Residencia de la participante

La transcripción del primer grupo focal se realizó de manera manual, los siguientes dos grupos focales y de las entrevistas se transcribieron con TurboScribe¹, un *software* avanzado de transcripción de audio y video impulsado por inteligencia artificial, diseñado para convertir contenido hablado en texto de manera rápida, precisa y eficiente. Además, cuenta con funciones de seguridad para proteger la privacidad de los datos.

El análisis se desarrolló a partir de la fenomenología cuyo objetivo es comprender la experiencia vivida desde la perspectiva de las mujeres participantes partiendo de la subjetividad, la individualidad y los significados atribuidos por ellas a dichas vivencias. Posteriormente, se

¹**Términos de servicio. Última actualización: 21 de septiembre de 2022.** Tomamos muchas medidas para proteger y asegurar tus datos mediante copias de seguridad, redundancias y cifrado. Aplicamos cifrado para la transmisión de datos a través de Internet público. Utilizamos proveedores y socios de alojamiento de terceros para proporcionar el *hardware*, *software*, redes, almacenamiento y tecnología relacionada necesarios para ejecutar los servicios. No reclamamos derechos de propiedad intelectual sobre el material que proporcionas a los servicios. Todos los materiales cargados siguen siendo tuyos.

siguió un proceso cíclico y reflexivo de diálogo con los relatos. Las fases del análisis fueron: en primer lugar, una lectura comprensiva inicial, en la cual se realizó una revisión exhaustiva de las transcripciones para captar el tono general de las experiencias. En segundo lugar, se procedió con la identificación de unidades de significado partiendo de la segmentación del texto en fragmentos que reflejaban las vivencias relevantes. En tercera instancia, la codificación e interpretación temática en la cual se originó la agrupación de las unidades en temas esenciales, conservando la riqueza narrativa y el contexto de cada mujer. Durante la fase cuatro, se integraron los temas en un entramado comprensivo que permitió analizar las partes en relación con el todo, y viceversa, para alcanzar una comprensión más profunda y coherente. Finalmente, en quinto lugar, se elaboraron las categorías interpretativas que trascendieron lo descriptivo hacia comprensiones teóricas sobre la sexualidad femenina.

El uso de *ATLAS.ti* web versión 9.22.0-2025-08-26 y el apoyo del programa informático *Qualiti V*, un *software* que se encontraba en pruebas beta durante el mes de julio del 2025, facilitó la organización y tematización de los datos, permitiendo reconocer estructuras de significado comunes y particulares en las narrativas femeninas. A partir de los informes de clusterización originados por *Qualiti V* se identificó y aceptó una categoría emergente: contexto sociocultural de la sexualidad, que a su vez se divide en dos ejes temáticos, el primero tiene que ver con las narrativas de resignificación de experiencias de violencia sexual y el segundo con la emancipación de la sexualidad femenina.

5.3 Aspectos éticos

Al involucrar a seres humanos, la presente investigación cumple con los principios éticos que rigen el proceso investigativo psicológico, en la que priman siguiendo los lineamientos del acuerdo 0057 Acta 0003 del 26 de febrero de 2024 del Consejo de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Antioquia: el respeto, el consecuencialismo, la justicia y la responsabilidad con las personas participantes.

Por otro lado, de acuerdo con la resolución número 8430 del 4 de octubre de 1993, emitida por el Ministerio de Salud y Protección Social [MinSalud], dicha investigación clasifica como investigación con riesgo mínimo, el cual implica la recolección de datos a partir del proceso de entrevista y/o grupos focales a las participantes sin afectar o manipular su conducta o comportamiento. Igualmente, se da cumplimiento a las normativas legales estipuladas en los ocho artículos del Capítulo VII (De la investigación científica, la propiedad intelectual y las

publicaciones) de la Ley 1090 de 2006 y se ejecuta a cabalidad los diez preceptos consolidados en el Código de Ética en Investigación de la Universidad de Antioquia.

Y, como es debido, cada participante estuvo de acuerdo con el consentimiento informado por escrito en el cual se detalla de forma transparente los objetivos del estudio y el uso previsto de los datos recopilados (ver Anexo 1). Además, se asegura la confidencialidad de la información proporcionada por las participantes y la privacidad de su identidad, como cumplimiento a la Ley 1581 de 2012, que corresponde a la Disposición para el manejo de datos personales en Colombia (*habeas data*). Esta normativa exige que el tratamiento de datos sea seguro y responsable, respetando la privacidad y confidencialidad de la información de las participantes en cualquier investigación.

De acuerdo con lo anterior, solo la estudiante y la asesora tendrán acceso a las grabaciones de audio y video, a las transcripciones y a los consentimientos informados. Material que será almacenado por un periodo de hasta 10 años, garantizando la custodia segura, confidencialidad y acceso restringido durante ese plazo. Después de este periodo, los documentos pueden ser destruidos siguiendo los protocolos establecidos, salvo que exista alguna razón legal o administrativa que obligue su conservación por más tiempo. Esto en línea con la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales, que también establece medidas para preservar la privacidad y seguridad de la información sensible.

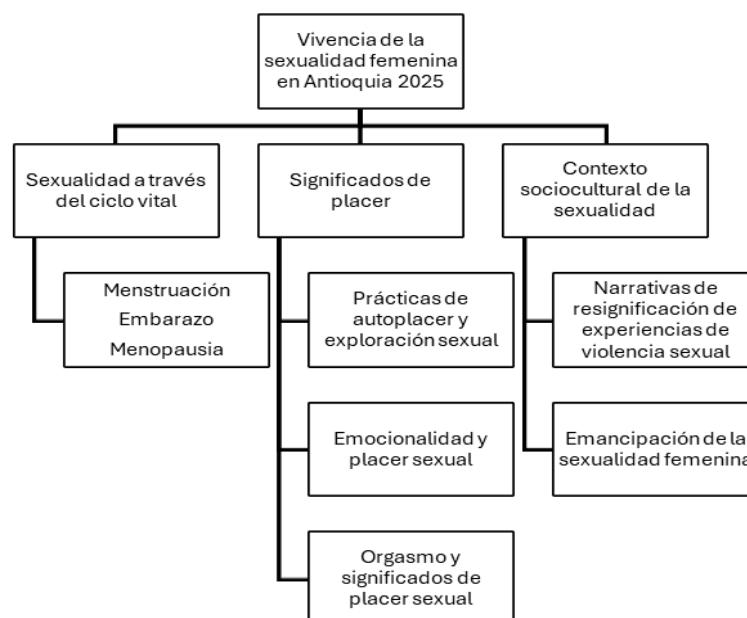
6. Resultados

Para entender los resultados es importante puntualizar que a través de los relatos se identificaron tres grandes categorías: Sexualidad a través del ciclo vital, en la cual se explora la relación que han vivido las mujeres participantes con sus ciclos vitales fisiológicos y sus vivencias emocionales y físicas en torno a la menstruación, el embarazo, la perimenopausia, la menopausia y la postmenopausia, así como los cambios emocionales y psicosociales que han experimentado a lo largo de sus vidas. La segunda categoría se refiere a los significados de placer en la cual se incluyen: prácticas de autoplacer y exploración sexual, emocionalidad y placer sexual y finalmente, orgasmo y significados de placer sexual. Por último, la denominada contexto sociocultural de la sexualidad, que incluye sus dos ejes temáticos: narrativas de resignificación de experiencias de violencia sexual y emancipación de la sexualidad femenina. Es de anotar que hay categorías transversales por lo cual hablar y mostrar los resultados de cada una, de manera pura, se hace una labor compleja (**Figura 1**).

A partir de los relatos íntimos de las mujeres participantes emergieron características individuales, particularidades según el grupo etario, temas transversales y experiencias similares, todo enmarcado en la vivencia subjetiva de cada una de ellas, en la que sus testimonios representan una ventana a ese mundo interior del cual estuvieron dispuestas a compartir una parte muy valiosa para este proyecto investigativo.

Figura 1

Vivencia de la sexualidad femenina en Antioquia 2025



6.1 Sexualidad a través del ciclo vital

La sexualidad evoluciona con el paso de los días, con la madurez del cuerpo, de las emociones, de los encuentros y de las parejas. Al principio hay muchos imaginarios, ideales y fantasías, por lo cual fue común encontrar que, previo al primer encuentro sexual, existían en las participantes multiplicidad de referencias de libros, novelas o películas. Ámbar lo nombra «va muy permeado por lo que uno ve en las telenovelas, en las películas de que tú debes como de experimentar el clímax o experimentar el sexo en su máxima expresión» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Por su parte, Jade refiere que: «yo pienso que parte de la sexualidad mía ha tocado mucho como con la literatura, y desde la literatura» (E. 2, comunicación personal 16 de agosto de 2025). La mayoría coinciden con un ideal de romanticismo y éxtasis, casi como una experiencia sobrenatural, pero, al momento de vivir ese primer acercamiento se encuentran con una vivencia ajena a lo que imaginaban, por ejemplo, Coral menciona «yo me lo imaginaba muy romántico, muy tierno muy, y no pues, fue todo lo contrario» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025).

En los relatos de los grupos focales y de las entrevistas fue común encontrar que las primeras experiencias distaban mucho de los imaginarios y que incluso llegó a suscitar preguntas como: «¿así es? ¿me va a doler? ¿Siempre me va a doler?» (Ámbar, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). También se evidenciaron sensaciones de frustración «Yo recuerdo la primera vez, yo: ¡Ay no! ¿esto es?» (Jade, E. 2, comunicación personal 16 de agosto de 2025). Por lo cual, como punto de convergencia fue la experiencia de dolor «la primera vez que yo estuve con él yo no sentí orgasmo, fue más el dolor» (Ópalo, G.F. 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025). Experiencia similar para Turmalina «la primera vez es dolorosa, no satisfactoria, pues, para mí» (E. 1 comunicación personal, 19 de julio de 2025). Elemento transversal a todos los grupos etarios que significó un choque directo con los ideales que tenían antes de llegar al encuentro.

Por otro lado, las etapas evolutivas del ciclo vital inciden directamente en la percepción que las mujeres tienen acerca de la sexualidad, de sus vivencias y las experiencias asociadas. Zafiro se refiere a los cambios que experimentó no sólo físicamente sino también en su entorno, luego de la primera menstruación, sobre todo, en la relación con sus padres: «ya el hecho de cuidar a la niña se volvió una cosa impresionante» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Refiere que no la dejaban salir, lo que desencadenó en ella sentimientos de frustración y pérdida de libertad; el inicio de la etapa reproductiva simbolizó para ella el acercamiento a la sexualidad desde el temor instaurado por sus padres ante la posibilidad latente de un embarazo.

Esta vivencia es compartida por Ágata: «[para] mí cada periodo era un estrés, porque se retrasaba una hora y cinco minutos y yo ya: ¡ay no, estoy embarazada, ya estoy embarazada, estoy embarazada! o sea, era una obsesión con el miedo a quedar en embarazo» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Es de anotar que ambas participantes, al momento del grupo focal nunca habían estado embarazadas e incluso lo nombran un logro: «soy, digamos una, entre comillas. superviviente al embarazo (risas) a mis casi 30 años» (Zafiro, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Dadas estas circunstancias, los primeros encuentros sexuales estuvieron mediados por el miedo, el temor y el desconocimiento.

De acuerdo con las etapas del desarrollo fisiológico de las mujeres, luego del primer ciclo menstrual, es posible quedar embarazada. Al indagar por la sexualidad durante esta etapa se encontró que, por ejemplo, se pueden evidenciar fluctuaciones en la percepción subjetiva de deseo. Turquesa relata: «para mí, cuando yo estuve embarazada, sí era muy ardiente, inclusive hasta muy avanzado el embarazo» (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025). Caso contrario a lo que vivió Turmalina «me di cuenta [de] que estaba embarazada. Hasta ahí ya llegó mi sexualidad porque ya él no compartió conmigo más y ya tuve al niño» (E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). Tanto Turmalina como Ónix, vivenciaron la sexualidad de forma limitada durante el embarazo y ambas lo atribuyen al poco tiempo que pasó entre la primera experiencia sexual y el inicio del embarazo.

Con respecto a la perimenopausia, las participantes reportan cambios considerables en su vida sexual, por ejemplo, Esmeralda, relata que esta etapa ha significado en su experiencia sexual múltiples cambios, tanto en lo fisiológico como en lo subjetivo, en su postura frente al sexo, al deseo, a sus gustos, menciona de manera específica variaciones en la lubricación y en los modos de vivir su sexualidad «lo que antes me gustaba que fuera más brusco, más salvaje, como que en ese momento, como que casi siempre está doliendo, pues no sé. Creo yo que tiene que ver pues como con el cambio hormonal» (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025).

La menopausia significa el fin de la etapa reproductiva. Más allá de un fenómeno biológico, está profundamente influenciada por construcciones culturales que la rodean de mitos, silencios y temores. Se reviste de incomodidad y genera incertidumbre. Al indagar sobre ella fue común encontrar desconocimiento, miedo, angustia y diversos imaginarios relacionados con lo que puede pasar durante esta etapa. Las expectativas sobre esta etapa se ven influenciadas por discursos sociales y relatos comunes, que a menudo refuerzan estigmas y falsas creencias: «Todas las mujeres dicen, ¡uy! la menopausia es lo peor» (Cristal, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025); temor que también refiere otra participante: «a mí sí me da mucho miedo, yo lo que más pienso es, en mi vejez» (Perla, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025);

y otra añade: «Hay mujeres que dicen, ay, que sí, cuando llega la menopausia, pierden el deseo» (Cuarzo, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). Estas expresiones evidencian cómo se reproducen discursos colectivos y reflejan cómo los imaginarios sociales pueden influir en la vivencia sexual y emocional durante la menopausia. Es particularmente interesante encontrar que, todas estas percepciones hacen parte del grupo focal 3, mujeres entre 41-50 años y ninguna ha pasado por la menopausia.

Por su parte, las participantes que están o han pasado por la menopausia mencionan que han experimentado malestar físico relacionado con los calores y, desde lo emocional con la irritabilidad, reportan también cambios en su vida sexual. Concuerdan en la importancia de «liberarse de los tabúes» para seguir vivenciando una sexualidad en la cual se sientan libres y satisfechas. «Yo me he liberado de muchos, del tabú que nos da la sociedad o que ya no se están programando, no, usted llegó allá a la menopausia, no sé qué» (Jade, E. 2 comunicación personal, 16 de agosto de 2025). «Yo pienso que no he cobijado como ese mito, o eso que dicen aquí (se señala la cabeza)» (Turmalina, E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). «Lo único que yo escuchaba todo el tiempo era que uno ya no quería tener más sexo, o sea que prácticamente uno como mujer en la parte sexual se moría, que ya no volvía a sentir deseo sexual... Pero pues yo no lo he experimentado así» (Turquesa, E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025).

Estas voces evidencian un proceso de resignificación de la menopausia, en el que se busca transformar el discurso social para liberarse de las creencias limitantes impuestas por la sociedad a partir de narrativas que reconocen la diversidad de vivencias y la posibilidad de una sexualidad activa y satisfactoria en esta etapa. Por ejemplo, Turquesa relata su experiencia: «hay menos tiempo entre un orgasmo y otro, o sea uno se vuelve como más multiorgásmico y es mucho más fácil tener orgasmos» (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025). Jade reconoce que «En el aspecto sexual hasta ahora yo no pienso pues que me hayan afectado» (E. 2, comunicación personal 16 de agosto de 2025). Turmalina identifica un cambio en la frecuencia de su actividad sexual: «De pronto uno en este tiempo no es tan frecuente el sexo, pues porque uno antes tenía, si podía, todos los días o varias veces en el día» (E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025).

De esta manera, la menopausia es vivenciada como una etapa de transformación sexual, caracterizada por cambios físicos y emocionales. Significa una oportunidad de exploración del deseo y del placer, así como la posibilidad de aumentar el reconocimiento y disfrute más profundo de la sexualidad.

La sexualidad a lo largo del ciclo vital trasciende los cambios hormonales y fisiológicos. Si bien las participantes describen cambios en la frecuencia, intensidad, deseo, estimulación y

placer durante la adolescencia, la adultez, el embarazo, la perimenopausia y la menopausia, también destacan un cambio subjetivo en sus experiencias sexuales. Este cambio se refleja en las formas, discursos y concepciones de la sexualidad, vinculados a la madurez adquirida con el paso de los años, y se hace evidente en las entrevistas y grupos focales: «Con el paso de los años nos vamos volviendo también dueñas de nuestro cuerpo, de nuestras emociones, de nuestra sexualidad y decidimos con quién, cómo, cuándo y dónde» (Esmeralda, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025).

A través de la exploración hecha con los diversos grupos etarios, se encontró también que la percepción de las experiencias sexuales se va consolidando con el paso de los años; además, la relación con el cuerpo cambia, lo que influye directamente en cómo se vive y percibe la sexualidad en cada etapa. Este proceso de transformación se evidencia en las narrativas de las participantes: «Cuando yo tuve mi primera relación sexual, inseguridades con mi cuerpo tenía muchas, porque yo no sabía si mi cuerpo estaba bien, o sea, si lo que yo tenía era bien» (Ópalo, G.F. 2); «Y si yo me devuelvo a unos años atrás, yo decía, no, qué pena, pues me vean esta celulitis, ya me importan tres pitos, pues o sea» (Esmeralda, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025).

Este contraste entre las experiencias de Ópalo y Esmeralda deja en evidencia cómo el paso del tiempo y el recorrido vital configuran una relación diferente con el cuerpo, lo que a su vez modifica la forma en que se experimenta la sexualidad. Esto implica un proceso de aprendizaje donde se reconocen las particularidades del cuerpo, lo que permite experimentar una sexualidad más libre, abierta a nuevas posibilidades y con un enfoque más centrado en el bienestar integral.

6.2 Emocionalidad y placer sexual

Se encontró que las participantes privilegian los encuentros sexuales mediados por los sentimientos, principalmente el amor, una percepción que se mantuvo presente en todos los rangos etarios. Expresiones como: «si hay amor eso suena más rico, sabe más rico, para mí» (Topacio, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). De manera similar, Ónix señaló: «yo digo que igual sí tiene que ver, obviamente, pues el amor con la sexualidad. Porque, pues, obviamente si uno quiere la persona va a ser mucho más fácil» (G.F. 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025). En el grupo focal 3, también apareció la experiencia: «el amor hace que sea más placentero la experiencia, o que usted lo vea, o lo sienta más de una conexión del alma» (Cristal, G.F. 3). Y finalmente, esta situación se repite con las mujeres de 51-60 años: «es mejor

con una persona que uno ama que con una satisfacción solo de deseo sexual» (Turmalina, E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). Esto evidencia que el amor constituye un pilar fundamental que intensifica la experiencia sexual, superando el mero deseo físico y estableciendo una conexión afectiva profunda que acompaña a la mujer en todas las etapas de su vida.

Si bien la experiencia en esencia fue compartida, en algunos de los grupos esta relación fue más fuerte. En el grupo focal 2, mujeres entre los 31-40 años era evidente en la estrecha relación que había entre el sexo y el afecto, tanto así que el deseo pasaba a un segundo plano, más que deseo debía haber «algo más» para poder acceder a explorar la sexualidad, la cual para ellas es asumida como una experiencia casi sagrada la cual se entrega como premio a aquellos quienes ellas consideran dignos. El encuentro sexual es vivido como con una entrega total al otro, mediado siempre por el amor; sexo por placer refleja carencia y falta de valor.

Si bien, para estas mujeres, el significado del sexo trasciende lo corporal y se enlaza íntimamente con el reconocimiento y la valía personal, reforzando la importancia del vínculo afectivo como base para una vivencia sexual plena y satisfactoria, también reconocen una diferenciación clara entre sexo y amor, lo que implica la separación de lo emocional/afectivo de la actividad sexual, pues, consideran que el placer y la experiencia sexual no necesariamente están ligados a las emociones o afectos: «El sexo y el sexo, el sexo y el amor, yo pienso que no deben estar juntos, que a veces uno siente deseo sexual por alguien y no siente amor» (Turmalina, E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). Turquesa lo expresa: «No creo que sea necesario que haya amor para tener sexo, porque el sexo para mí es satisfacción, es placer y no es necesario que haya un sentimiento de amor» (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025).

Otro de los puntos transversales relacionados con el componente afectivo y la actividad sexual fue la diferencia expresada por las participantes en la forma en que se vinculan las mujeres y los hombres con la sexualidad: desde las experiencias de ellas, la mujer tiende a conectarse principalmente desde el afecto, los sentimientos y las emociones, mientras que el hombre suele relacionarse más desde el placer y el deseo: «nosotras muchas veces nos quedamos ancladas en esto, en las emociones del momento. El hombre más fácil, simplemente dice: ‘pues ya, pasamos muy rico, hasta luego’» (Jade. E. 2, comunicación personal 16 de agosto de 2025). Así mismo, Zircón afirma: «Pues en la mujer se tiene que ver mucho con los sentimientos» (G.F. 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025); ambas subrayan el papel central que las emociones ocupan en la sexualidad femenina.

A partir de los relatos y las historias compartidas durante los encuentros, se vislumbra la importancia de la vivencia de un vínculo relacional donde el placer es co-construido, donde la

pareja se escucha y se adapta, promoviendo siempre la igualdad y el respeto. Es decir, la satisfacción se construye en la interacción, en el diálogo, en significados y la valoración personal del encuentro.

La asociación tradicional de la sexualidad femenina con sentimientos y emociones ha sido frecuentemente percibida como una señal de debilidad. No obstante, algunas voces, como la de Jade, ofrecen una perspectiva diferente al afirmar: «Bueno yo sí pienso que las mujeres somos más emotivas, ehh, ehh, no sé, yo sí creo como en la ternura de la mujer, no quiere decir que esto sea una fragilidad» (E. 2, comunicación personal 16 de agosto de 2025). Esta postura promueve una visión mucho más profunda de la sexualidad en la que se pueden entrelazar emociones con la vivencia sexual, percepción que respalda la relevancia de la dimensión afectiva en la experiencia sexual.

Reconocer las emociones se configura como un aspecto indispensable para acceder a la sexualidad, Ópalo lo menciona: «en mi caso, emocionalmente, primero tengo que estar bien yo, conmigo misma, con mi cuerpo, a nivel emocional, para poder disfrutar la sexualidad conmigo misma» (G.F. 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025). En la misma línea Turmalina afirma: «no obligo a mi estado de ánimo a decir que tengo que tener sexo, porque sí» (E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). La relación entre sexualidad y emociones toma un giro interesante en el grupo focal 3, pues Esmeralda asocia el «buen sexo» con el cambio positivo de las emociones: «Aunque también está ya comprobado que un buen sexo también puede ayudar a que las emociones también empiecen a nivelarse, a subir el ánimo». Desde las experiencias de las participantes el reconocimiento y manejo de las emociones no solo facilitan una experiencia sexual satisfactoria, sino que también contribuyen al bienestar emocional.

6.3 Prácticas de autoplacer y exploración sexual

Al explorar las experiencias asociadas con las prácticas de autoplacer y exploración sexual, fue común encontrar para las participantes entre los veintiuno y cincuenta años, los primeros acercamientos ocurrieron por azar, de manera «accidental», algunas relatan que se rozaron, les gustó y siguieron haciéndolo sin asociarlo directamente con la masturbación: «uno simplemente como que se tocó ¡ay! Se siente rico y, y pasó» (Amatista, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Cuarzo, relata:

yo esperaba que todos se fueran y me encerraba en la pieza a abrazar la almohada, la frotaba y la pegaba contra mi cuerpo, no sabía que eso era masturbarme, solo sentía

mucho placer y lo hacía muy seguido hasta que vi el Cristo colgado en la pared: «Él lo ve todo». (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025).

En contraste, en las entrevistas con el grupo etario de cincuenta y uno y sesenta años, el inicio de la autoexploración fue direccionado en pro de conocerse mejor: «las primeras veces era como exploración, exploración y conocimiento, hasta que llega como el total conocimiento» (Turmalina, E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). Turquesa comparte una experiencia similar, cuando se le pregunta sobre los primeros acercamientos con la masturbación, responde: «Ahí fue donde yo descubrí que yo sola me podía proporcionar muchísimo placer en la parte sexual, y ya luego empecé a experimentar con las ayudas, con los juguetes» (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025).

Para algunas de las participantes del grupo focal 1 la autoexploración apareció previo al primer encuentro sexual, constituyéndose en el primer acercamiento al placer: «Yo creo que las primeras veces que me masturbé, fue incluso mucho antes de haber tenido novio, muchísimo» (Zafiro, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025), vivencia compartida por Coral: «yo sí antes de mi primera relación sexual ya a veces me masturbaba» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Por otra parte, para las participantes del grupo focal 3, esta experiencia fue posterior. Esmeralda relata: «En mi caso, la masturbación y el placer de la masturbación llegó muchos años después de ya la exploración» (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). Perla añade: «En mi caso, la masturbación, yo no la tenía en mi vida adolescente. Yo no pensaba en explorar mi cuerpo». Aunque los momentos de iniciación fueron diferentes, para ellas, la autoexploración fue esencial para el descubrimiento sexual y el autoconocimiento del propio cuerpo y placer.

Se encontraron adicionalmente sentimientos transversales en todos los rangos de edad como: culpa, vergüenza y temor, así como ideas que relacionan la práctica con el pecado, principalmente después de los primeros episodios de masturbación: «Pero en ese entonces, hace años atrás, muchos años atrás, sí se veía como algo pecaminoso» (Turquesa, E.3, comunicación personal 27 de agosto de 2026). Del mismo modo, Esmeralda asocia estas ideas con el contexto «en nuestra crianza católica, que somos pecadores, por absolutamente todo, por palabra, obra y omisión» (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025).

Otro punto en común fue que a medida que pasaba el tiempo y se acercaban con mayor frecuencia a esta práctica la percepción cambió: «ahora yo siento que se ve muy normal, y que ya, digamos, se ha normalizado que las mujeres nos masturbamos. Pero en ese entonces, hace años atrás, muchos años atrás, sí se veía como algo pecaminoso» (Turquesa, E. 3, comunicación

personal, 27 de agosto de 2025). Incluso nombran que fue un «proceso de aprendizaje» y de «libertad» y sumamente importante para el desarrollo de una sexualidad sana y placentera: «la masturbación para mí es indispensable. ¿Por qué? Porque es donde aprendes a saber qué te gusta» (Esmeralda, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025)

La experiencia de la masturbación se configura como un proceso profundamente transformador para muchas de ellas. A medida que se acercaban con mayor frecuencia a esta práctica, no solo cambiaba la percepción social sobre ella, sino que también se transformaba su relación con el propio cuerpo y la sexualidad.

En los relatos de las participantes, se perfilan algunas experiencias que dan cuenta del autodescubrimiento, de la exploración y del significado que le dieron a la experiencia. Al respecto, Hematita menciona: «me di cuenta de que ni siquiera se necesitaba como meter algo para llegar a ese orgasmo y me pareció como increíble» (G. F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). No obstante, estas experiencias no son idénticas para todas; mientras algunas han logrado una relación positiva y enriquecedora con su sexualidad, para otras persisten dificultades y sentimientos de insatisfacción asociados a esta práctica. Ónix, verbigracia, expresa una sensación de no sentirse completamente satisfecha: «Sola me queda faltando algo» (G.F. 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025). Ágata por ejemplo relata: «para mí masturbarme es muy difícil, o sea soy incapaz a veces» (G.F. 1 comunicación personal 15 de marzo de 2025). Estas experiencias reflejan la diversidad y complejidad del proceso de autoexploración sexual, donde el autodescubrimiento puede ser tanto liberador como desafiante.

Adicionalmente, desde la experiencia de algunas de las participantes, se observa una diferencia notable en la percepción y práctica de la masturbación entre hombres y mujeres. Mientras que en los hombres la masturbación ha sido una conducta más cotidiana y casi considerada un «derecho» culturalmente aceptado, en las mujeres esta práctica ha estado mucho más estigmatizada. Por citar un ejemplo, Turquesa expresa: «como que culturalmente era aceptado que el hombre se masturbara desde adolescente... Pero en las mujeres, no» (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025). Es decir, la sexualidad femenina se entiende en términos reproductivos y no placenteros.

Al indagar entre las participantes sobre la percepción de placer obtenida mediante la masturbación y a través de los encuentros sexuales con sus parejas, se encontró que las mujeres entre los cuarenta y uno y los sesenta años califican el orgasmo alcanzado mediante la masturbación como más intenso, poderoso y liberador, en contraste con las participantes entre los treinta uno y cuarenta años, quienes desde su experiencia el orgasmo producto de la

masturbación era percibido como insuficiente, llegando a usar expresiones como «algo me queda faltando». Por su parte las participantes menores no reportan diferencia.

6.4 Orgasmo y significados del placer sexual

Se encontró que, el orgasmo adquiere un significado relacional importante, no solo como experiencia fisiológica, sino también como un indicador de compromiso y consideración por parte de la pareja, preocuparse por el placer del otro tiene un significado profundo dentro del vínculo afectivo-sexual. Además, reconocer la importancia del orgasmo refleja una demanda explícita de equidad sexual y reciprocidad como una forma de respeto, atención y cuidado mutuo en la relación.

Los relatos dan cuenta además de que la sexualidad femenina y su disfrute deben entenderse como fenómenos multidimensionales y profundamente subjetivos, pues el placer sexual abarca múltiples sensaciones, vivencias y significados que van más allá del orgasmo. Ópalo se refiere a que en algunos encuentros sexuales no los ha experimentado y que esta situación no ha tenido repercusiones en su relación: «en la mayoría de las veces no me ha afectado, ¿cierto? Porque han sido como por detalles en específico, por ignorancia o por cosas del momento que no se dio» (G.F. 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025). Su testimonio es común con los de otras participantes, quienes además privilegian la importancia de la comunicación sincera con su pareja sobre lograr un orgasmo.

En concordancia a lo expuesto anteriormente, el orgasmo femenino y los significados del placer sexual trascienden la dimensión física y se configuran como una experiencia integral que involucra aspectos emocionales, psicológicos y de autoconocimiento. Es más importante la conexión previa, los toqueteos, los besos y las caricias, asegurando que no necesitaban alcanzar un orgasmo para sentirse satisfechas. Esmeralda afirma: «el orgasmo siempre va a ser un punto a favor en una relación. O sea, digamos que tiene un plus. Si tuviste el orgasmo, maravilloso, pero si no lo tuviste, no quiere decir que fue una mala relación» (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). Este enfoque resalta que su vivencia sexual privilegia la conexión emocional y la intimidad previa al acto sexual en sí. El orgasmo puede ser una expresión del placer, pero no la única ni siempre la más relevante.

Un aspecto particular que emergió en los diálogos fue la vivencia del primer orgasmo como un proceso de aprendizaje, en el cual el hombre desempeñó un papel central como guía. Zircón relata: «él me dijo, vea, yo le voy a enseñar a usted que puede lograr un orgasmo y sentirse bien con usted misma, sin necesidad de que la penetre, y pues así fue» (G.F. 2, comunicación

personal, 17 de mayo de 2025). En dicha experiencia el primer orgasmo fue un momento clave de aprendizaje y descubrimiento, mediado a través de la interacción con la pareja masculina.

Varias participantes expresaron que en sus años jóvenes no sabían qué era un orgasmo ni cómo experimentarlo; es el caso de Cuarzo, quien con cierta timidez señala: «No, de verdad, yo durante todo ese tiempo que estaba tan joven, yo no sabía qué era un orgasmo» (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). Este desconocimiento pone en evidencia que el placer sexual femenino ha sido tradicionalmente invisibilizado tanto en la cotidianidad como en la educación sexual, marcado por una falta de información clara y por el escaso reconocimiento social explícito de esta experiencia fundamental.

La experiencia del orgasmo no es inamovible, lo que hace aún más interesante indagar por la evolución de este, arrojando como experiencia que el orgasmo evoluciona y mejora con el tiempo, el autoconocimiento y la práctica consciente. Turmalina señala: «Sí han cambiado porque claro, en este momento hay más conocimiento, hay más conciencia y es un orgasmo más elevado en el ser y en el sentimiento de amor que siento hacia mi pareja» (E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). Esmeralda afirma: «para mí cada vez mejora más. En mi aspecto, en mi caso personal, me encanta. Y soy multiorgásmica aparte» (G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). El orgasmo y la satisfacción sexual han evolucionado significativamente, pasando de ser una experiencia mecánica y poco consciente para convertirse en un momento de conexión emocional y autoconocimiento profundo: «Insisto, el cada día conocerte más te ayuda a saber cómo es que te gusta para poder llegar a esos momentos que te generan tanto placer» (Esmeralda, G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025).

Fue común encontrar la percepción de privilegio para el clítoris al momento de experimentar un orgasmo: «no utilizo juguetes de penetración, no los necesito, porque yo con los años me di cuenta que yo soy 100% clitoral» (Turquesa, E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025). Para muchas mujeres, el clítoris representa la fuente principal, reafirmando la importancia de su estímulo directo para la vivencia del orgasmo.

La sexualidad femenina es una experiencia compleja donde el placer puede manifestarse sin necesariamente llegar al orgasmo; las participantes reconocen que el orgasmo no es el único objetivo de la experiencia sexual. Aun así, el reconocimiento de la importancia del propio orgasmo significa un proceso de empoderamiento y afirmación de sus derechos sexuales, a partir del cual ya no están dispuestas a mantener una relación desigual en la que su placer no sea valorado, desligándose de algunos patrones tradicionales según los cuales su propio placer y bienestar sexual eran relegados: «yo antes estaba, era dispuesta para el hombre, que el hombre tuviera su placer, y si el hombre estaba satisfecho, entonces la relación estaba bien, yo podía

soportar no llegar. Y obviamente, pues, el panorama ha cambiado mucho» (Amatista, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Esta experiencia refleja una relación asimétrica en la que el placer masculino tenía predominancia mientras que la experiencia propia quedaba relegada.

6.5 Contexto sociocultural de la sexualidad

Todas estas experiencias han sido vividas bajo la influencia del contexto sociocultural, del cual durante las entrevistas y grupos focales emergieron dos ejes temáticos en todos los grupos etarios, el primero tiene que ver con las narrativas de resignificación de experiencias de violencia sexual, que reflejan cómo las mujeres reconstruyen el sentido de su sexualidad a partir de vivencias dolorosas y traumáticas. Y, el segundo con la emancipación de la sexualidad femenina proceso que implica la recuperación del poder, el placer y la autonomía sexual frente a discursos y prácticas que históricamente han promovido la sumisión y el silenciamiento.

Durante los encuentros, los relatos de violencia sexual fueron transversales, generaron conmoción e indignación, son relatos comunes que atraviesan todas las edades, contextos socioeconómicos y culturales. Fueron expresados explícitamente: «yo estuve involucrada en una situación de abuso sexual» (Rubí, G. F 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025); «En mi caso fue mi hermano mayor entonces fue como que, uff» (Zircón, G.F 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2025); «Habiendo tenido casi un intento de violación siendo niña, yo tuve una violación real en el año 2004, yendo por la calle, acá en Medellín» (Turquesa, E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025). Otros de los relatos se hicieron desde el discurso que promueve la sumisión: «las señoras dicen que porque es mi marido yo tengo que dejarme hacer, hay cierto abuso que pasa por encima de tu deseo y tu permiso» (Cristal G.F. 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). Cuarzo relata: «era un hombre que yo podía estar dormida, y él ahí, ¿si me entendés? Cuando yo me despertaba, lo sentía ahí» (G. F 3, comunicación personal 12 de julio de 2025). Esta transversalidad generó la urgencia de visibilizar, comprender y atender estas experiencias para promover espacios de empatía, apoyo y transformación social.

A partir de estas situaciones, ellas vivieron procesos de resignificación y reconstrucción de su sexualidad. Ónix, reporta que su esposo fue esencial en el proceso: «yo como crecí pues contando el tabú, con tanto, y más con el problema de lo que había pasado con el padrastro, eh, yo no, pues no, digamos no me abría tanto, digamos, pues, a mi esposo cuando recién empezamos, pero él fue el que me generaba esa confianza» (G.F 3, comunicación personal 12 de

julio de 2025). Por su parte, Turquesa expresa que el proceso de resignificación del episodio de violencia sexual le tomó alrededor de tres años de trabajo:

yo solita, como a los tres años [de terapia], sentí un día, yo todos los días decía, yo tengo que ser capaz, yo no puedo sentir miedo y temor cada que paso por acá, o sea, yo tengo que superarlo porque yo vivo por acá y tengo que hacerlo. Y a los tres años un día yo iba en el bus, cuando pasé por ahí yo no sentí miedo, yo no sentí nada, y yo dije: «ya lo logré, ya lo logré». (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025).

Estas experiencias evidencian que la resignificación de la sexualidad femenina puede darse en contextos de apoyo cercano o a través de un trabajo personal intenso. Estas posturas diversas reflejan la complejidad y singularidad de las vivencias de cada mujer, donde la sanación implica procesos que combinan el reconocimiento del dolor, la superación del miedo y la reintegración de la sexualidad como un espacio de poder, placer y autonomía.

Una de las críticas más evidentes que las participantes realizaron fue la insuficiente educación sexual que han recibido, una problemática que persiste también en la formación de las nuevas generaciones adolescentes: «la educación sexual en el colegio era perversa, en ese sentido de que a uno le mostraban todas las enfermedades sexuales, o sea no hablaban de sexualidad como abierta, como estamos teniendo hoy a mis 29 años» (Topacio, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025).

Tradicionalmente, la educación sexual ha estado basada en el miedo al contagio de enfermedades o al embarazo. De hecho, Cristal, docente en un colegio de la ciudad de Medellín, realizó una crítica a la situación, señalando que aún hoy los protocolos de educación sexual siguen fundamentándose en estos temores. Además, sugirió reformar la estructura de la enseñanza para que se adapte a las edades de los estudiantes y permita explorar la sexualidad más allá de sus posibles consecuencias problemáticas.

El cuerpo femenino ha pasado de ser un espacio de temor y restricciones a convertirse en un territorio de libertad, donde las mujeres van ganando autonomía para decidir, explorar y disfrutar su sexualidad sin culpas ni juicios externos. Este cambio implica desafiar y desmontar las múltiples imposiciones culturales, sociales y religiosas que históricamente han condicionado e invisibilizado sus deseos, limitando su capacidad para expresar y vivir el placer.

El segundo eje, tiene que ver con la posibilidad de ver la sexualidad como emancipación a través del reconocimiento del placer sexual como factor inherente a la vida de las mujeres. Este enfoque entiende que la sexualidad femenina ha transitado desde una visión tradicional centrada

en la reproducción y el cumplimiento del deber hacia un modelo más integral que pone en primer plano el placer, el autoconocimiento y el empoderamiento personal: «Años atrás llevaba todos mis roles junto a ese momento del sexo. Entonces era un peso que no se discernía, sino que se llevaba todo, entonces era más pesado ese momento» (Turmalina, E. 1, comunicación personal 19 de julio de 2025). Lo anterior refleja cómo la carga de expectativas y responsabilidades solía influir negativamente la experiencia sexual y cómo la madurez le fue otorgando la posibilidad de mejorar y disfrutar aún más de sus encuentros.

La vivencia de la sexualidad como un catalizador de libertad abre la posibilidad de ampliar horizontes y otorgarse la oportunidad de vivir una sexualidad placentera. Este cambio fue especialmente notable en el grupo focal 1 y en la entrevista 3, donde las participantes transformaron el discurso tradicional y propusieron la sexualidad como un punto de partida fundamental hacia la libertad y la emancipación personal. En estas narrativas, la sexualidad deja de verse sólo en términos de obligación o restricción para convertirse en un espacio clave para la autoafirmación y la conquista de autonomía. Como expresa Topacio: «yo siento que la sexualidad es el campo por excelencia para nosotras las mujeres, es donde llega, o donde es bienvenida, como el lugar, como el terreno ganado de nuestra libertad» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Para ella, la sexualidad se construye como un territorio liberador, un espacio propio donde las mujeres pueden desplegar su poder y reivindicar su identidad.

Por su parte, Rubí destaca la dimensión histórica de esta lucha: «desde la historia, la sexualidad femenina es lo que nos ha hecho libres» (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). La conquista de la libertad a través de la sexualidad no es un fenómeno aislado, sino un proceso continuo y colectivo, que ha ido transformando las relaciones de poder y ha permitido a las mujeres desafiar roles tradicionales para forjar nuevas formas de autonomía y expresión personal.

La sexualidad funciona como un escenario no solo de libertad, sino también de empoderamiento «la sexualidad es lo que nos ha permitido a nosotras liberarnos en esos espacios, como demostrar también que nosotras tenemos esa fuerza interna también que podemos soltarla en esos espacios» (Amatista, G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025). Finalmente, Turquesa comparte una reflexión profunda sobre la relación entre la libertad y la sexualidad:

Quando yo me libero de todos esos prejuicios, de todos esos preceptos morales, religiosos, cuando yo tomo conciencia y me empodero como ser humano, como mujer, tengo derecho a sentir placer, cuando yo me puedo liberar de todo eso, ahí es donde yo comienzo a disfrutar la sexualidad. Antes es muy complicado, pero cuando uno llega a la liberación,

ya a partir de ahí todo es como si hubiera un mundo de oportunidades para nosotros, y es delicioso porque es con total tranquilidad, sin sentirme culpable, sin sentir absolutamente, solo saber que tengo ese derecho a sentirme bien, a sentirme feliz, y en el caso de la masturbación, yo misma me puedo propiciar esa satisfacción, eso es parte de la liberación. (E. 3, comunicación personal, 27 de agosto de 2025).

Para cerrar esta categoría es importante traer la conclusión, de Amatista quien de forma genuina lo resume:

Al final puse dos palabras que son muy contrapuestas, pero me parecen muy, muy, pues que encajan mucho que son libertad y violencia. Pues libertad por todo lo que hemos hablado, como el hecho de que tomar la sexualidad es una forma de liberar, pero también violencia porque la sexualidad femenina ha implicado mucha violencia. (G.F. 1, comunicación personal, 15 de marzo de 2025).

Aunque la sexualidad es un camino hacia la emancipación, también es un terreno marcado históricamente por la violencia, lo que subraya la importancia de seguir luchando por espacios seguros donde la libertad sexual pueda ser realmente vivida y respetada.

7. Discusión

Desde los antecedentes se identificó la necesidad de abordar la sexualidad femenina a través de un enfoque interdisciplinario que incorpore la psicología y las ciencias sociales para explorar la sexualidad femenina desde una perspectiva más amplia, considerando factores emocionales, relacionales, culturales y subjetivos que las mediciones cuantitativas no captan completamente.

De este modo, los resultados de esta investigación cualitativa permiten confirmar los resultados obtenidos por Serpa Fonnegra y Ramírez Bojacá (2009), con respecto al deseo sexual durante esta etapa, el resultado en ambas investigaciones coincide en que el deseo y el placer sexual, aunque pueden ser fluctuantes se mantienen antes, durante y después, lo que permite desmentir el mito de que la menopausia implica una pérdida total del deseo o el placer sexual. Es decir, la función reproductiva y la función placentera de la sexualidad son completamente diferenciales, se puede obtener placer una vez la función reproductiva haya cesado, se puede experimentar placer sexual durante todas las etapas del ciclo vital femenino.

La experiencia subjetiva del placer sexual durante las diferentes etapas del ciclo vital es variable e individual. Si bien los cambios físicos impactan la forma en la que las participantes se relacionan con la sexualidad no es el único factor, pues también depende de factores como la experiencia, la conciencia del propio cuerpo, la autoexploración, la pareja y los sentimientos involucrados durante el encuentro para calificar la experiencia sexual como placentera.

Politzer y Weinstein (1999) proponen que «el orgasmo no es la meta obligada de la relación sexual femenina» (p. 62), lo que representa un cambio significativo frente a discursos tradicionales centrados exclusivamente en el orgasmo como indicador de satisfacción. A lo largo del proceso investigativo se pudo comprobar que las mujeres privilegian otras dimensiones asociadas al encuentro sexual como la confianza, la comunicación y, sobre todo, el amor por encima del orgasmo en sí; aunque reconocen la importancia de este en sus encuentros, su satisfacción no depende exclusivamente de alcanzar este estado fisiológico. Muchas mujeres viven el encuentro sexual en términos más holísticos, valorando la experiencia afectiva y corporal en conjunto, más allá de la culminación en el orgasmo.

Estos hallazgos sobre el orgasmo se posicionan como complementarios a los expuestos por Botero Pino et al. (2022), en donde se identificó que «para los hombres el orgasmo femenino es crucial, ya que a su vez se encuentra ligado a su propio placer» (p. 9). En dicha investigación, la voz femenina no fue la protagonista, lo que limita la comprensión integral del fenómeno desde la subjetividad femenina. Al escuchar las voces femeninas se pudo reconocer que el placer sexual

es multidimensional y que la experiencia sexual satisfactoria no se centra exclusivamente en el orgasmo, sino también en la comunicación, el afecto, la confianza y la conexión emocional.

La percepción de la intensidad del orgasmo se modifica de acuerdo con el método por cual se alcanzó: no es lo mismo llegar al orgasmo a través de la masturbación que en una relación en que está involucrada la pareja, calificando en general como mucho más placentero e intenso el orgasmo obtenido vía la masturbación. Esto puede deberse a que durante esta práctica suele ocurrir una mayor estimulación del clítoris. En contraste, el orgasmo durante una relación sexual con pareja puede implicar una mayor complejidad, dado que suele involucrar la penetración, la interacción emocional y la conexión afectiva, factores que influyen en la percepción emocional y sensorial del orgasmo.

Otro de los mitos que se desmiente a través de esta investigación es precisamente el mito del orgasmo vaginal, el cual reza que solo una mujer madura llega al orgasmo a través de la penetración, pues alcanzarlo mediante la estimulación del clítoris es signo de inmadurez sexual. Esta premisa se ha desmitificado desde hace tiempo; de hecho, Shere Hite (2002) lo dice: «es ‘normal’ que las mujeres tengan un orgasmo gracias a la estimulación del clítoris, no es ‘inmaduro’ ni ‘disfuncional’» (p. 43).

Además, investigaciones como la realizada en Medellín (Botero Pino et al, 2022) sobre percepciones femeninas del placer sexual corroboran que, si bien muchas mujeres califican los orgasmos logrados mediante masturbación como más intensos, valoran profundamente la experiencia sexual compartida, que se vive en el marco del amor mutuo y la intimidad con la pareja. Esto refleja una sexualidad que trasciende lo puramente fisiológico para incorporar aspectos emocionales, relacionales y culturales.

Por su parte, el tabú que históricamente ha rodeado a la masturbación también estuvo presente en esta investigación, Botero Pino et al. (2022) encontraron que la masturbación era percibida como «cosas de hombres» dejando a un lado la autoexploración femenina, lo cual también apareció en el desarrollo investigativo presente donde la masturbación fue vista como «un derecho de los hombres». Esta concepción sociocultural evidencia lo arraigado que está este mito en la sociedad antioqueña. Por otro lado, de acuerdo con la misma investigación, los factores socioculturales presentes a través del tiempo tienen una alta incidencia en las formas mediante las cuales las mujeres se relacionan con la sexualidad, el placer y los orgasmos. Esta situación se corrobora en los resultados del presente estudio, pues la religión, desde la lógica del pecado y la prohibición aparece constantemente, marcando límites y generando tabúes alrededor del placer femenino.

El cuerpo femenino ha sido fuente de censuras, escándalos y prohibiciones en Antioquia. En las décadas de 1930-1950 existió un grupo conservador formado por damas de la alta sociedad antioqueña, denominado La Liga de la Decencia, dedicado a defender la moral católica estricta y censurar expresiones artísticas consideradas inmorales, especialmente desnudos y representaciones de sexualidad femenina. Como ocurrió con la escultura *La Bachué*, obra del escultor José Horacio Betancur, *Bachué* representa a la madre primigenia chibcha, símbolo de fecundidad. Según la mitología, emergió de una laguna con un niño de tres años que, al crecer, se unió a ella en matrimonio. Tras poblar la tierra con su descendencia, regresaron a la laguna transformados en serpientes gigantes. La Liga de la Decencia manifestó su inconformidad, pues la escultura era obscena: «exhibía sus senos al aire en plena Plazuela de las Américas (antiguo nombre de la Plazuela Nutibara). Argumentaban que por ese lugar transitaban personas decentes, niños y jóvenes que de manera obligada debían observar las vergüenzas de aquella escultura» (Mapa Centro de Medellín, s.f.).

Por su parte, Débora Arango, pionera del desnudo femenino en Colombia, enfrentó censura sistemática de la Liga de la Decencia en Medellín entre 1939 y 1948 por sus pinturas que desafiaban la moral católica y visibilizaban el cuerpo femenino sin tapujos, al desnudo; sus pinturas explícitas, retrataban senos, vellos y vulvas. En su primera exposición individual en el Club Unión (1939), obras como *Cantarina de Rosa* fueron tildadas de «pornográficas», provocando boicots y cierre prematuro; la controversia escaló en 1948 con *Adolescencia (Clavel rojo)* cuando Liga de la Decencia presionó al arzobispo exigiendo su excomunión por «blasfemia» (Restrepo Gómez, 2019).

Esta situación se ilustra muy bien en la serie *Débora, la mujer que desnudó a Colombia* (Hoyos, 2018). Durante el capítulo 6 de dicha serie, el arzobispo llama a Débora a su despacho a raíz de las quejas expuestas por las damas de La Liga de la Decencia para preguntarle de dónde sacaba los modelos para esos cuadros, a lo que ella responde que dichas mujeres «son las hijas de las señoras, las hijas de las damas de la decencia. Yo voy al Club Campestre y están todas esas niñas en la piscina en todas esas poses y yo de ahí saco mis bocetos». Esta respuesta ingeniosa expone la doble moral de la sociedad antioqueña, que condenaba en el arte lo que permitía en sus círculos privados. Por otro lado, en dicha serie también expone lo que ella relata en múltiples entrevistas al cuestionar la existencia de pecados para hombres y mujeres, pues sus colegas como Pedro Nel Gómez y Eladio Vélez exponían desnudos femeninos sin restricciones.

Estas luchas no sólo expusieron la hipocresía de la sociedad antioqueña, donde las mismas normas que reprimían el arte en Débora admiraban las pinturas de sus colegas masculinos,

además la posicionan como precursora del feminismo en Colombia, al desafiar la invisibilización de la mujer, del cuerpo femenino y de la expresión artística.

Hoy, el legado de Débora Arango y la censura de la Liga de la Decencia resuena en una Antioquia transformada, sus obras se exhiben en museos como el MAMM y la Institución Educativa Débora Arango en Envigado perpetúa su memoria desde 2023, reconociéndola como ícono feminista. La Plazuela Nutibara, antes epicentro de escándalos con *La Bachué*, es ahora espacio público vibrante sin tabúes morales, reflejando una sociedad que ha avanzado hacia la diversidad cultural y de género, con debates sobre arte transgresor integrados en festivales y educación. Sin embargo, ecos conservadores persisten en tensiones contemporáneas sobre cuerpos femeninos en redes sociales y políticas públicas, recordando que la lucha por visibilizar la sexualidad sin censura continúa vigente en Colombia.

Según Karen Horney (1977), psicoanalista feminista, los factores sociales y culturales tienen una alta incidencia en la psique femenina y su sexualidad. Además, critica los mitos que rodean a la mujer, particularmente el temor a la menstruación, el embarazo y el parto, reflejados en extensos tabúes:

Aún mayor es el temor a la menstruación, el embarazo y el parto. La mujer menstruante está rodeada de extensos tabúes; el hombre que la toque morirá. En el fondo de todo esto hay una idea básica: la de que la mujer es un ser misterioso que se comunica con los espíritus y que por tanto posee poderes mágicos que puede emplear en detrimento del hombre. (Horney, 1977, p. 104).

Este miedo tiene su raíz en la idea de que la mujer es un ser misterioso que se comunica con los espíritus y posee poderes mágicos que podrían perjudicar al hombre, argumento utilizado para realizar la ablación del clítoris. Y ese temor aumenta en mayor medida cuando la mujer es capaz de reconocer su sexualidad, de vivirla y aceptar el placer que obtiene de ella; por eso es tan temida la *femme fatale* quien no teme hacer uso de su belleza y sensualidad para seducir a los hombres, quienes son manipulados vilmente por ellas.

El cine negro (*film noir*) de los años 1940-1950 eleva este arquetipo a su máxima expresión, presentando a la *femme fatale* como la desecandente de la ruina masculina. Es ella la que utiliza su belleza y sensualidad como arma estratégica para manipular y desestabilizar a los hombres. Como señala Salas Murillo (s.f.), «la *femme fatale* carga las escenas de erotismo y falocentrismo. Si no es con la exposición de su cuerpo, es a través de evocaciones a la oralidad, como el detalle de los labios, el cigarrillo o el revólver» (p. 10). En clásicos como *Double*

Indemnity (Wilder, 1944) o *The Maltese Falcon* (Huston, 1941), la *femme fatale* va más allá de la simple seducción, pues se resalta su inteligencia manipuladora y la autonomía que exhibe al idear planes letales que desestabilizan al héroe masculino

Por otro lado, la *femme fatale* encarna el miedo patriarcal a la sexualidad y autonomía femenina, en estos filmes se retrata a la mujer como una amenaza destructiva que seduce y arruina al hombre pero que al final es castigada por sus pecados para restablecer el orden masculino imperante. Es así como, se hace presente la misoginia, la cual en este caso opera al minimizar o satanizar aspectos como la inteligencia, autonomía, empoderamiento y creatividad que exhiben las protagonistas: su astucia se presenta como manipulación perversa y su independencia como egoísmo letal lo que las convierte en villanas que deben eliminarse. Es de anotar que poseen características que ciertamente se aplauden en los hombres, pero que se transforman en señales peligrosas en las mujeres.

La figura de la *femme fatale* marca un cambio significativo en la representación de lo femenino en el Hollywood clásico, al otorgar a la mujer una inteligencia activa y una voluntad autónoma ausentes en las heroínas pasivas de décadas anteriores, como las damiselas en apuros de los musicales o comedias de los 1930.

Así mismo, las dinámicas de pareja y los ideales referenciales en cuanto al amor aparecen recurrentemente como marcos de referencia que condicionan las experiencias y expectativas sexuales de las mujeres. El componente afectivo es fundamental en la sexualidad femenina, integrando aspectos emocionales, relacionales y psicológicos que influyen profundamente en la experiencia del placer y el orgasmo. Por tanto, la satisfacción y el placer sexual femenino no pueden ser entendidos únicamente desde una perspectiva fisiológica; se hace necesario incorporar la dimensión afectiva que conecta el cuerpo y la mente a través de vínculos.

Se hace evidente que la conexión afectiva es sumamente importante para que las mujeres se sientan seguras al momento de explorar su sexualidad y disfrutar de sus encuentros en los cuales la comunicación abierta y sincera, la percepción de respeto mutuo y la equidad en la relación se manifiestan como condiciones imprescindibles para que la vivencia sexual sea satisfactoria y plena. Este enfoque multidimensional favorece que la sexualidad deje de ser vista como una mera función biológica con fines reproductivos para convertirse en una experiencia integral que tiene alta incidencia en la salud mental y física.

De acuerdo con Lopera Mesa (2022) «la educación sexual recibida tanto en entornos educativos como a través de los cuidadores principales, tiene una gran influencia en la vivencia de la sexualidad femenina, llegando incluso a problematizar la misma a través de disfunciones o trastornos sexuales» (p. 2). Estos resultados alertan sobre la deficiencia en la educación sexual,

puesto que los elementos utilizados para enseñar acerca de la sexualidad están enmarcados en el temor, la prohibición y la limitación. Estos resultados coinciden con los hallazgos de esta investigación en los cuales se evidencia cómo una educación sexual limitada afecta negativamente la salud sexual y emocional, restringiendo el desarrollo de una sexualidad plena y satisfactoria.

Se encontró además que poco se habla acerca de la sexualidad de una forma integral, parece que en torno a las bondades de la misma existe una suerte de conspiración del silencio, en la cual solo es permitido educar sobre enfermedades transmisión sexual y prevención del embarazo, enseñanzas limitadas. Esta visión estrecha impide un acercamiento natural a este aspecto de nuestras vidas, el cual se niega, es decir, es un tópico desintegrado de nuestra naturaleza que se busca adornar de misticismo y romanticismo, dejando de lado lo instintivo y biológico que es inherente a la sexualidad, sobre todo durante la adolescencia cuando los cambios hormonales presentes son enormes; en otras palabras, se desincentiva cualquier exploración mediante un discurso punitivo que prioriza el «no hagas nada» sobre el «aprende a hacerlo bien» *a priori* dejan de lado dimensiones esenciales como el placer, la autoexploración, el bienestar sexual, lo que repercute en las dificultades para poner límites y explorar la sexualidad más allá del temor, la culpa y el secretismo. Se destaca la necesidad de transformar la educación sexual tradicional basada en tabúes para promover una educación integral que abarque aspectos afectivos, emocionales y relacionales.

La violencia sexual contra la mujer ha sido transversal a todas las generaciones, ha estado presente como una gran carga compartida, callada, pesada y dolorosa que oprime, limita, culpa y silencia a la mujer víctima de lo absurdo, de lo inconcebible y aterrador. En el marco del conflicto armado colombiano, la violencia sexual contra las mujeres fue una de las formas de sometimiento utilizadas por los grupos armados, de acuerdo con el informe número 13 del Centro Nacional de Memoria Histórica (2022): «La violación sexual como mecanismo de control fue otra de las acciones más recurrentes en los grupos paramilitares que hicieron presencia en la región del Urabá antioqueño, sur de Córdoba, bajo Atrato y Darién» (p. 401). Según el Centro Nacional de Memoria Histórica (2021) «entre 1959 y 2020 se han registrado 15.760 víctimas de violencia sexual en el país, en el marco del conflicto armado» (párr. 1). Adicional a esto se evidencia un amplio subregistro de este delito, se suelen omitir denuncias por temor a represalias contra ellas o sus familias, falta de garantías de seguridad y ausencia de mecanismos efectivos de no repetición.

La situación en Antioquia es devastadora: según registros oficiales del CNMH es el departamento con mayor cantidad de denuncias por este delito en el marco del conflicto armado

con 3150, es decir, el 18,4 % del total de las víctimas del país se encuentra en el territorio antioqueño. Otro dato espeluznante se refiere a la denuncia realizada por una misionera de la Fundación Renacer en presencia del Gobernador de Antioquia y la Subsecretaría de Asuntos de género en 1996, la cual exponía que el 95 % de las mujeres de Apartadó habían sido violadas en el marco del conflicto armado, lo que llevó a diferentes organizaciones de mujeres a movilizarse y trabajar en la zona:

Unas 1000 mujeres, en ejercicio de su soberanía individual y política, se movilizaron desde todos los puntos cardinales del país, tomaron la vía al mar y en caravana llegaron a Mutatá, corazón del Urabá antioqueño, para abrazar a las mujeres que sufrían en silencio la vergüenza de la guerra. (Centro Nacional de Reparación y Reconciliación, 2009, p. 54).

Este acto colectivo de sororidad encarnó una resistencia solidaria, mujeres abrazando, sosteniendo y cuidando a otras mujeres que padecían en silencio la humillación y el terror de la guerra. Un acto valiente y lleno de amor que tejió redes de apoyo que transformaron el dolor privado en fuerza comunitaria. Esta marcha no solo visibilizó la violencia sexual sistemática, sino que reafirmó la capacidad femenina para refundar la dignidad colectiva en medio del conflicto armado y sentar las bases para la resignificación de actos tan atroces.

Por otro lado, los abusadores se camuflan muchas veces en los lazos primarios, padres, hermanos, tíos, abuelos, amigos, pero, también parecen ser lejanos, vecinos, transeúntes o caminantes. Desde pequeñas, muchas veces se les enseña a las mujeres protegerse, a estar alerta y a desconfiar, en lugar de enseñar a jugar, soñar o imaginar. Desafortunadamente la violencia sexual sigue existiendo y reproduciéndose de manera constante a través del tiempo, no para, sigue arrasando con sueños, metas y vidas, se roba la tranquilidad, la calma, la satisfacción y a cambio deja dudas, culpa, temor y recriminación.

Según Rita Segato, antropóloga y activista feminista argentina, el discurso de los violadores se divide en tres referencias, la primera, en la que ven la violación como un acto que busca disciplinar y a su vez es de carácter vengador contra cualquier mujer, cuyo único requisito es ese: ser mujer. La segunda vía es violar como agresión contra otro hombre, es decir, apropiarse del cuerpo femenino como símbolo de poder sobre el otro. Y, finalmente como una prueba de hombría en la cual su virilidad queda demostrada (Segato, 2003).

Estos discursos reflejan que la violación no es un acto sexual en sí mismo, sino un acto político en el cual se ejerce de manera contundente el poder; es una forma de dominación y control que refuerza las jerarquías de género, el hombre y su masculinidad pueden disponer de

los cuerpos femeninos. Adicionalmente, se debe entender desde el sistema patriarcal en el cual las mujeres son objetos, los trofeos más valiosos para ostentar.

Del mismo modo Segato (2003) propone que la prevención eficaz de la violación en la sociedad moderna pasa por un proceso profundo de autoconocimiento:

En la sociedad moderna, el problema de la prevención de la violación es el problema del autoconocimiento: poner al alcance de las personas un vocabulario que permita un camino de interiorización, exponer y hacer accesibles a la mirada y la comprensión las estructuras que movilizan nuestro deseo y nos hacen actuar, significa, estoy segura, abrir y mantener en buen estado las vías de acceso al bien. Nada menos radical que esto podrá garantizar una prevención eficaz en términos duraderos. (p. 49).

Este planteamiento exige una prevención integral que incluya no solo acciones legales y sociales, sino también un cambio profundo en la sensibilidad ética y cultural de la sociedad. Es decir, para transformar esta mirada es sumamente necesario darle un giro a las raíces culturales, sociales y simbólicas que perpetúan la violencia de género, esto es posible lograrlo mediante la educación y la justicia transformadora en la que sea posible engendrar un viraje social en el cual se cuestionen los mandatos de la masculinidad tradicional y a su vez se promuevan igualdad y respeto hacia la autonomía femenina.

La vivencia subjetiva de la sexualidad de forma consciente, satisfactoria y consensuada aporta elementos fundamentales para la libertad de la mujer. Al ampliar las posibilidades de experimentar placer y las motivaciones subyacentes al encuentro, es posible construir una sociedad más plena y libre, es decir, la libertad sexual de la mujer se convierte en un pilar esencial para avanzar hacia la igualdad de género. Hite (2002) lo nombra: «De hecho, hoy en día, la sexualidad es una de las claves fundamentales para la libertad e igualdad de la mujer» (p. 41). Este camino de libertad se compone de múltiples pasos, el autoconocimiento y la aceptación de sus propios deseos constituyen los primeros pilares.

Así mismo implica transformar los ideales tradicionales que limitan la sexualidad femenina como el paradigma centrado en la penetración como única expresión válida del encuentro sexual, un modelo históricamente orientado hacia el placer masculino; prima la penetración sobre los demás estímulos, el cual sigue siendo un modelo centrado en el placer masculino. Reconocer y valorar la diversidad del cuerpo, las bondades del clítoris, y lo placentero que puede ser su estimulación promueve una sexualidad más inclusiva y auténtica.

En la misma línea, Monsalve Ramírez (2023) propone que: «La liberación sexual, desde una apariencia empoderadora, comprende acabar con las normas impuestas y acceder a que las mujeres gocen absolutamente de su sexualidad sin juicios ni prejuicios» (p. 46). Esto implica que la verdadera emancipación sexual requiere no solo el reconocimiento del placer corporal sino también la erradicación de las restricciones sociales y culturales que han limitado el ejercicio pleno y libre de la sexualidad femenina.

La vivencia subjetiva de la sexualidad de manera consciente, satisfactoria y consensuada es un pilar esencial para la libertad y la igualdad de la mujer. Al mismo tiempo se hace plenamente necesario ampliar la experiencia de placer más allá del plano físico, pues al momento de experimentar placer se entrelazan factores como la afectividad, el amor y la relación con la pareja, aspectos que le dan sentido a la vivencia de la sexualidad femenina a través del ciclo vital.

8. Conclusiones

La sexualidad femenina ha estado marcada por el tabú, el misterio, la censura y el pecado. La imagen de la mujer virginal se configura como el ideal al que toda «buena» mujer debe aspirar. Adicionalmente, se vincula de manera codependiente la sexualidad con la reproducción. Esta vinculación sesgada ha limitado la comprensión integral del cuerpo y el deseo femenino lo que genera que las expresiones de placer sean reprimidas o invisibilizadas por diferentes normas culturales y sociales.

A partir de los relatos realizados por las mujeres participantes, se identificó que el orgasmo femenino, si bien es importante durante un encuentro sexual, no es el fin último ni el único objetivo de la relación sexual. Más bien se configura como un complemento dentro de la interacción íntima. Elementos como la comunicación, el amor y el compromiso de la pareja se convierten en pilares esenciales para percibir el encuentro como satisfactorio, es decir, el significado que las mujeres le dan al orgasmo trasciende la mera activación física, se trata de un proceso complejo que integra las dimensiones relacionales y afectivas, se configura como una experiencia multifacética que permite la integración del placer con las dinámicas de pareja.

El aspecto relacional ocupa un lugar central en la experiencia del placer; aunque, curiosamente, los orgasmos alcanzados mediante autoexploración son percibidos como más intensos y liberadores que aquellos que obtenidos a través del encuentro sexual. Sin embargo, la sensación subjetiva de mayor satisfacción se experimenta durante los encuentros con la pareja, incluso cuando no hay orgasmos. Esto sugiere que el valor de la experiencia sexual no se limita al orgasmo en sí, sino en la conexión emocional que se establece previo al encuentro.

Por otro lado, de acuerdo con lo analizado, se evidencia que la transformación de las mujeres a lo largo del ciclo vital no solo tiene ver con aspectos físicos, sino también con madurez emocional, autorreconocimiento, aumento de la consciencia de sí y mayor libertad para explorar la sexualidad de manera amplia y profunda, sin limitaciones. Se encuentra una relación unidireccional en la cual a mayor bienestar emocional, mayor placer sexual; no necesariamente se aplica a la inversa. Esta relación tiene implicaciones importantes para la comprensión y abordaje, pues destaca la importancia del componente emocional en las mujeres al momento de desarrollarse un encuentro sexual.

El contexto sociocultural tiene una incidencia directa en la forma como las mujeres se relacionan con la sexualidad, sobre todo, lo relacionado con el tema de la autoexploración, elemento que aparece asociado al pecado y la culpa. La masturbación femenina en este contexto ha sido estigmatizada y vista como ajena o inapropiada para las mujeres, mientras que se

considera algo natural e intrínseco en los hombres. Esta visión cultural limitada genera desconexión, vergüenza y desconocimiento del propio cuerpo.

Esta investigación también destaca la urgente necesidad de implementar políticas públicas efectivas que incidan directamente en la reducción de la violencia sexual. Dichas políticas deben ser integrales, es decir, que contemplen la prevención, protección, atención y sanción de estas violencias. Adicionalmente, es fundamental garantizar la participación de las mujeres, el fortalecimiento de sistemas de información para la denuncia y seguimiento de casos, así como evitar la revictimización y proporcionar un acompañamiento integral y efectivo. Finalmente se requieren programas de educación sexual asertivos que permitan una exploración sana y libre de la sexualidad dejando a un lado los paradigmas que promueven el temor, la culpa o la vergüenza. Se espera que estas acciones combinadas y sostenidas en el tiempo sean esenciales para generar un impacto significativo en la protección de los derechos y la dignidad de las mujeres.

La mirada a la sexualidad femenina desde las propias mujeres ha experimentado una serie de transformaciones que son impulsadas por el deseo de liberarse de la carga significativa y negativa que existe alrededor del disfrute de la sexualidad, esto es, a medida que ejercen, viven y disfrutan plenamente de su sexualidad, pueden sentirse como sujetos libres. Este proceso de resignificación implica dejar atrás los prejuicios, tabúes y limitaciones que han coartado la expresión sexual femenina. Dicha emancipación promueve un reconocimiento de los deseos, las necesidades y los derechos. La sexualidad se reivindica como una dimensión fundamental del bienestar integral.

Mediante el enfoque cualitativo de esta investigación, se identificaron los significados que las mujeres asocian al orgasmo femenino, el cual, aunque es importante no es fundamental en el encuentro sexual. Se exploró la relación existente entre placer sexual y emocional, encontrando que la relación es unidireccional: un mayor bienestar emocional contribuye a un aumento subjetivo del placer sexual, pero un mayor placer sexual no necesariamente garantiza un mayor bienestar emocional. Igualmente se describió la influencia del contexto sociocultural en la autoexploración. Todo esto teniendo en cuenta la transformación física y emocional de las mujeres a lo largo del ciclo vital.

En conjunto, estos resultados permiten comprender las transformaciones físicas, emocionales y sociales que influyen en la vivencia del placer sexual femenino, aportando conocimientos valiosos para diseñar estrategias de educación sexual, intervención clínica y políticas públicas orientadas a promover una sexualidad libre, consciente y satisfactoria para las mujeres.

9. Recomendaciones

A partir de los hallazgos obtenidos y considerando las limitaciones identificadas en este proyecto investigativo, se proponen las siguientes recomendaciones. En primer lugar, se sugiere incorporar una muestra más amplia, que promueva el diálogo entre los distintos grupos etarios, con el objetivo de enriquecer la comprensión de la sexualidad femenina desde múltiples perspectivas generacionales, lo que podría facilitar la identificación de posibles variaciones en las experiencias, significados y construcciones subjetivas en torno a las experiencias relacionadas con su sexualidad.

En segundo lugar, se recomienda privilegiar el uso de grupos focales como técnica principal de recolección de información, dado su potencial para fomentar la interacción entre las participantes. En aquellos casos donde no sea viable conformar grupos focales, se sugiere recurrir a entrevistas semiestructuradas como técnica complementaria.

Como tercera recomendación, se propone contemplar la participación de mujeres trans y homosexuales, con el fin de comprender sus experiencias particulares en relación con la vivencia de la sexualidad, lo que permitiría abordar la sexualidad femenina desde una perspectiva multidimensional, reconociendo la diversidad de orientaciones sexuales, identidades de género y contextos de exclusión o resistencia que experimentan, lo que puede contribuir a una comprensión más amplia de las subjetividades femeninas.

Y, en cuarto lugar, sería interesante incluir procesos de psicoeducación orientados a fomentar una sexualidad saludable, consciente y placentera, enfocada más en el disfrute que en el miedo, es decir que se promueva desde una perspectiva de derechos, equidad de género y bienestar subjetivo.

Dichas recomendaciones pretenden reconocer que la vivencia de la sexualidad es una dimensión dinámica, cambiante y subjetiva asociada de manera especial a los contextos socioculturales específicos y por tanto no puede ser comprendida como una experiencia universal. Así que ampliar la diversidad de voces y contextos en futuras investigaciones permitirá avanzar hacia una comprensión más compleja visibilizando aquellas experiencias que históricamente han sido marginadas o silenciadas dentro del campo académico y social.

Referencias

- AHF Colombia. (2023). *Educación sexual, un derecho que la censura está matando*. <https://ahfcolombia.org.co/la-educacion-sexual-es-un-derecho/>
- American Psychological Association [APA]. (2018). Orgasm. *APA Dictionary of Psychology*. <https://dictionary.apa.org/orgasm>
- Avendaño Parra, P. A. (11 de diciembre de 2023). ¿Quiénes se masturbaron más en 2023, hombres o mujeres? Esto dice estudio. *El Tiempo*. <https://www.eltiempo.com/cultura/gente/hombres-vs-mujeres-este-es-el-genero-que-se-masturba-mas-a-la-semana-segun-estudio-834277>
- Blumer, H. (1982). *El interaccionismo simbólico: Perspectiva y método*. Hora.
- Botero Pino, S., Castillo Castillo, J., García Hernández, L. V., González Pérez, N., Guisao Moreno, M. y Montes González, S. (2022). *El lugar del placer sexual femenino y el entendimiento mutuo en las prácticas sexuales de las parejas heterosexuales de la ciudad de Medellín* [trabajo de grado, Institución Universitaria Tecnológico de Antioquia]. <https://dspace.tdea.edu.co/handle/tdea/2526>
- Bullough, V. L. (2003). Masturbation: A Historical Overview. *Journal of Psychology y Human Sexuality*, 14(2-3), 17-33. https://doi.org/10.1300/J056v14n02_03
- Butler, J. (1998). Actos performativos y constitución del género: un ensayo sobre fenomenología y teoría feminista. *Debate Feminista*, 18(18), 296-314. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/80594>
- Cámara de Representantes de Colombia. (2025). *Plenaria de Cámara dijo sí a erradicar la mutilación genital femenina en Colombia: proyecto de ley pasó a Senado*. <https://www.camara.gov.co/plenaria-de-camara-dijo-si-a-erradicar-la-mutilacion-genital-femenina-en-colombia-proyecto-de-ley-paso-a-senado/>
- Centro Nacional de Memoria Histórica [CNMH]. (2021). *Un 30 % de las víctimas de violencia sexual en el conflicto armado son niñas o adolescentes*. <https://centrodehistoriahistorica.gov.co/un-30-de-las-victimas-de-violencia-sexual-en-el-conflicto-armado-son-ninas-o-adolescentes/>
- Centro Nacional de Memoria Histórica [CNMH] (2022). *Estrategias de guerra y trasfondos del paramilitarismo en el Urabá antioqueño, sur de Córdoba, bajo Atrato y Darién. Tomo I*. CNMH. https://centrodehistoriahistorica.gov.co/wp-content/uploads/2022/11/URABA_TOMO-1_web.pdf
- Centro Nacional de Reparación y Reconciliación. (2009). *Memorias en tiempo de guerra: Repertorio de iniciativas*. Grupo de Memoria Histórica. <https://centrodehistoriahistorica.gov.co/wp-content/uploads/2020/01/Memorias-en-tiempo-de-Guerra.pdf>
- Colombia. Congreso de la República. (2012). *Ley 1582 de 2012 (octubre 17): Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales*. Diario Oficial. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=49981>
- Colombia. Congreso de la República. (2006). *Ley 1090 de 2006 (septiembre 06): Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Diario Oficial. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html

- Colombia. Ministerio de Salud. (1993). *Resolución 8430 de 1993 (octubre 04): Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud*. Diario Oficial. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf>
- Choi, U. E., Nicholson, R. C., Grutman, A. J., y Cohen, A. J. (2024). Personal genital satisfaction is associated with differences in perception of male and female sexual anatomy and function. *Journal of Sexual Medicine*, 21(7), 589–595. <https://doi-org.udea.lookproxy.com/10.1093/jsxmed/qdae053>
- De Beauvoir, S. (1949). *El segundo sexo. Los hechos y los mitos*. Siglo Veinte.
- De la Cuesta Benjumea, C. (2003). El investigador como instrumento flexible de la indagación. *International Journal of Qualitative Methods*, 2(4), 25-38 <https://doi.org/10.1177/160940690300200403>
- Defensoría del Pueblo de Colombia. (2025). *Panorama de las violencias de género en Colombia: enero a mayo de 2025*. <https://www.defensoria.gov.co/-/panorama-de-las-violencias-de-genero-en-colombia-enero-a-mayo-de-2025>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística [DANE]. (2022). *Encuesta de Cultura Política (ECP) 2021* [boletín técnico]. https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/ecpolitica/Presen_rueda_de_prensa_ECP_21.pdf
- Dodson, B. (1989). *Sexo para uno: El placer del autoerotismo*. Temas de Hoy.
- Espitia De La Hoz, F. J. (enero-marzo, 2018). Prevalencia y caracterización de las disfunciones sexuales en mujeres, en 12 ciudades colombianas, 2009-2016. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología*, 69(1), 9-21. <https://doi.org/10.18597/rcog.3035>
- Ferrand, J. C., Restrepo, L. (directores). (2009). *Las muñecas de la mafia* [Serie de televisión]. Colombia: Caracol Televisión.
- Fondo de Población de las Naciones Unidas – UNFPA Colombia. (6 de febrero de 2020). *Comunicado de prensa conjunto – Día Internacional de Tolerancia Cero con la Mutilación Genital*. UNFPA Colombia. <https://colombia.unfpa.org/es/news/comunicado-de-prensa-conjunto-d%C3%ADa-internacional-de-tolerancia-cero-con-la-mutilaci%C3%B3n-genital>
- Fondo de Población de las Naciones Unidas – UNFPA Argentina. (23 de noviembre de 2022). *Con el clítoris como protagonista, presentan la campaña «La historia incompleta del placer»*. <https://argentina.unfpa.org/es/news/con-el-cl%C3%ADtoris-como-protagonista-presentan-la-campa%C3%B1a-%E2%80%9CLa-historia-incompleta-del-placer%E2%80%9D>
- Freixas, A., Coria, C. y Covas, S. (2006). *Los cambios en la vida de las mujeres*. Paidós.
- Freud, S. (1933/1991). *Tres ensayos sobre teoría sexual* (2ª ed., 2ª reimpresión, tomo XXII, J. L. Etcheverry, Trad.). Amorrortu.
- Fuentes Cuinas, A. A. y Nieri, L. P. (2019). Percepciones de mujeres en relación con cirugías estéticas en el Ámbito Metropolitano de Buenos Aires. *Perspectivas en Psicología*, 16(2), 40-48. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7217583>

- Galeano Marín, M. E. (2004). *Diseños de proyectos en la investigación cualitativa*. Universidad EAFIT.
- Gallo Hidalgo, D. (2022). Mutilación genital femenina en Colombia: Infobae investigó qué pasa con esta práctica en el país. En *Infobae América Colombia*. <https://www.infobae.com/america/colombia/2022/08/14/mutilacion-genital-femenina-en-colombia-infobae-investigo-que-pasa-con-esta-practica-en-el-pais/>
- García Alcaraz, J. G. y Flores Palacios, M. de F. (julio-diciembre, 2021). Interaccionismo simbólico y teoría feminista: una aproximación psicosocial a los sistemas de significación y desigualdad. *Revista de Estudios de Género. La Ventana*, 6(54), 74-109. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88466779006>
- García Chacón, M. L., Vázquez Fernández, S. y Castillo Rangel, E. (2018). La entrevista semiestructurada en la investigación educativa: una herramienta para el estudio de la diversidad. *Revista Educación y Humanismo*, 20(34), 83-95. <https://doi.org/10.17081/eduhum.20.34.2870>
- Gilligan, C. (1985). *La moral y la teoría. Psicología del desarrollo femenino*. Fondo de Cultura Económica.
- González, M. P. (2023). 70 % de las colombianas no expresan sus deseos sexuales por miedo a ser juzgadas. *Infobae Colombia*. <https://www.infobae.com/colombia/2023/03/24/70-de-las-colombianas-no-expresan-sus-deseos-sexuales-por-miedo-a-ser-juzgadas/>
- Gore-Gorszewska, G. (2021). «What do you mean by sex?» A qualitative analysis of traditional versus evolved meanings of sexual activity among older women and men. *The Journal of Sex Research*, 58(8), 1035-1049. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1798333>
- Gutiérrez Valerio, R., Chávez Esponda, D., y Guzmán Esquea, D. (2020). Percepciones sobre actitudes y deseo sexual en personas que cohabitan en pareja con más de dos años de relación. *Ciencia y Salud*, 4(2), 21-36. <https://doi.org/10.22206/cysa.2020.v4i2.pp21-36>
- Hierro, G. (2003). *La ética del placer*. Universidad Autónoma de México.
- Hite, S. (1976). *El informe Hite: estudio de la sexualidad femenina*. Alianza.
- Hite, S. (2002). *El orgasmo femenino: teorías sobre la sexualidad humana*. Ediciones B.
- Horney, K. (1977). *Psicología femenina*. Alianza.
- Hoyos, R. (director). (2018). *Débora, la mujer que desnudó a Colombia*. Un país sin rumbo (Episodio 6) [Episodio de serie de televisión]. Teleantioquia.
- Hubin, A. y Michel, C. (2018). *Entre mis labios, mi clitoris: confidencias de un órgano misterioso*. Urano.
- Huston, J. (director). (1941). *The maltese falcon* [Película]. Warner Bros.
- John, N. A., Babalola, S., y Chipeta, E. (2015). Sexual pleasure, partner dynamics and contraceptive use in Malawi. *International Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 41(2), 99–107. <https://doi.org/10.1363/4109915>
- Katzman, C., y Tuchman, E. (2019). The intersection of women's sexual pleasure and injection drug use. *Substance Abuse*, 40(2), 201–206. <https://doi.org/10.1080/08897077.2018.1547811>

- Koedt, A. (2001). El mito del orgasmo vaginal. *Debate Feminista*, 23, 254-263. <https://repositorio.unam.mx/contenidos/4000326>
- Leistner, C. E., y Mark, K. P. (2024). Attitudes toward mothers as sexual beings and the sexual functioning of parents. *Journal of Sexual Medicine*, 21(10), 853–860. <https://doi-org.udea.lookproxy.com/10.1093/jsxmed/qdae104>
- Lopera Mesa, S. (2022). *Efectos del tipo de educación sexual en los trastornos de la sexualidad en las mujeres adultas-jóvenes de Medellín (Colombia)* [trabajo de grado, Universidad EAFIT]. <https://repository.eafit.edu.co/server/api/core/bitstreams/4e5c0a1c-0e06-488e-9100-20fd49fd0f1c/content>
- Lunde, I. B., Darj, E., y Råkil, H. (2021). Sexually destroyed or empowered? Silencing female genital cutting in close relationships. *Culture, Health y Sexuality*, 23(6), 686-700. <https://doi.org/10.1080/13691058.2020.1738553>
- Mapa Centro de Medellín. (s.f.). *Bachué*. <https://centrodedemellin.co/ArticulosView.aspx?id=237ytype=AyidArt=238>
- Martínez-Guzmán, V. H. (2017). La construcción de la identidad cisgénero y transgénero: aportes para una educación inclusiva. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 11(2), 79–96. <https://doi.org/10.4067/S0718-73782017000200006>
- Martínez Miguélez, M. (2004). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. Trillas.
- Masters, W. H., y Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Little, Brown y Co.
- Ministerio de Educación Nacional de la República de Colombia. (2010). *Ciencias Naturales y Educación Ambiental 5*. Ministerio de Educación Nacional.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2023). *Educación para la salud en derechos sexuales y reproductivos*. <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/ssr/Paginas/educacion-para-la-salud-en-derechos-sexuales-y-reproductivos.aspx>
- Monsalve Ramírez, S. (2023). *Concepción de la sexualidad de la mujer y sus patologías en la psicología y la psiquiatría* [Trabajo de grado, Universidad de Antioquia]. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/server/api/core/bitstreams/6041b1ad-d859-4b6c-8d6e-0cd93ecb7f95/content>
- Montaño Arango, M. y Duque Arbeláez, C. (2022). *Percepciones femeninas sobre el placer sexual, sexualidad femenina, educación sexual, orgasmo, anorgasmia, mitos y tabús de un grupo de mujeres de la ciudad de Medellín, durante el año 2022* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/0fef693c-c4e2-4a00-9c74-1fd2047932b7/content>
- Nanjari, M. (2025). *Colombia, último bastión de la mutilación genital en América*. DW. <https://www.dw.com/es/la-lucha-en-colombia-por-erradicar-la-mutilaci%C3%B3n-genital-femenina/a-73645272>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2018). *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo*. Organización Mundial de la Salud. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf?ua=17>
- Organización Mundial de la Salud. [OMS] (2025). *Female genital mutilation*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/female-genital-mutilation>

- Ovalle, L. P. y Giacomello, C. (2006). La mujer en el «narcomundo». Construcciones tradicionales y alternativas del sujeto femenino. *Revista de Estudios de Género. La ventana*, (24), 297-318. <https://www.redalyc.org/pdf/884/88402411.pdf>
- Pérez Molina, I. (2004). La normativización del cuerpo femenino en la Edad Moderna: el vestido y la virginidad. *Espacio, Tiempo y Forma. Serie IV, Historia Moderna*, (17), 103-116. <https://doi.org/10.5944/etfiv.17.2004.3454>
- Politzer, P. y Weinstein, E. (1999). *Mujeres: la sexualidad secreta*. Sudamericana.
- Ramón, M. del M. (2019). *Tirar y vivir sin culpa. El placer es feminista*. Planeta.
- Redacción Clarín. (24 de junio de 2021). Cuáles son las cuatro olas del feminismo en la historia. *Clarín*. https://www.clarin.com/genero/feminismo-olas-primera-ola-segunda-ola-olas-feministas_0_6m4kwAZsJ.html
- Requena Aguilar, A. (2020). *Feminismo vibrante. Si no hay placer, no es nuestra revolución*. Titivillus.
- Restrepo, G. (director). (2006). *Sin tetas no hay paraíso* [Serie de televisión]. Colombia: Caracol Televisión.
- Restrepo Gómez, E. (2019). *Cronología histórica de Débora Arango Pérez*. Centro de Historia de Envigado. <https://www.centrodehistoriaenvigado.com/cronologia-historica-de-debora-arango-perez/>
- Rodrigues Eberhardt, P., La Rosa, V. L., Marques Cerentini, T., Caruso, S., Ragusa, R., De Franciscis, P., Viana da Rosa, P. (2022). Sexual dysfunctions in female university students and the correlation with body image: a cross-sectional study. *Journal of Psychosomatic Obstetrics y Gynecology*, 43(2), 85–90. <https://doi-org.udea.lookproxy.com/10.1080/0167482X.2020.1806818>
- Ruiz, Y. y Samper M. (anfitrionas). (18 de agosto de 2024a). Belleza, menopausia y secretos de un matrimonio feliz: con Paola Turbay (N° 5) [Episodio de podcast]. En *Menopáusicas ¡y qué!* Spotify. <https://open.spotify.com/episode/1hT16tJEGr9hZcMVeP6fqX?si=d87353fe76dd4e47>
- Ruiz, Y. y Samper M. (anfitrionas). (15 de septiembre de 2024b). *Alejandra Borrero: sin filtro* (N.º 9) [Episodio de podcast]. En *Menopáusicas ¡y qué!* Spotify. <https://open.spotify.com/episode/3x36FN9XGPjDuZjzbVAOlW>
- Salas Murillo, B. (s.f.). Las maneras del odio. Aproximaciones a la *femme fatale* y a la misoginia en el cine. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/43585379/Las_maneras_del_odio._Aproximaciones_a_la_femme_fatale_y_a_la_misoginia_en_el_cine.Revista_Casa_de_la_Mujer_16-17_2010-libre.pdf
- Sala Santos, M. D. y González Sala, M. (2014). Climaterio y menopausia. La sexualidad en el climaterio. II parte. *Sexología y Sociedad*, 5(14), 17-19. <https://revsexologiaysociedad.sld.cu/index.php/sexologiaysociedad/article/view/179>
- Segato, R. L. (2003). *Las estructuras elementales de la violencia: Ensayos sobre género entre la antropología, el psicoanálisis y los derechos humanos*. Universidad Nacional de Quilmes.

- Séguin, L. J., y Blais, M. (2019). Pleasure is just the tip of the iceberg: Social representations, personal beliefs, and attributed meanings to partnered orgasm. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 28(3), 225-237. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2019-0027>
- Serpa Fonnegra, M. de la P. y Ramírez Bojacá, É. E. (enero-marzo, 2009). Sexualidad y menopausia: un estudio en Bogotá (Colombia). *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 38(1), 85-98. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttextpid=S0034-74502009000100007
- Stahl, K. A. M., Gale, J., Lewis, D. C., y Kleiber, D. (2019). Pathways to pleasure: Older adult women's reflections on being sexual beings. *Journal of Women y Aging*, 31(1), 30-48. <https://doi.org/10.1080/08952841.2017.1409305>
- Trejo Pérez, F. (2017). Elaboración de una definición integral del placer sexual. *Psicología Iberoamericana*, 25(2), 8-16. <https://psicologiaiberoamericana.iberomx.com/index.php/psicologia/article/view/101>
- Yepes Barreto, I. J., Arboleda Rivero, L. A. y García Doria, M. L. (2023). Calidad de vida y función sexual en mujeres con cirrosis hepática en Colombia. *Revista Colombiana de Gastroenterología*, 38(4), 439-447. <https://doi.org/10.22516/25007440.1063>
- Webb, A. E., Reissing, E. D., y Huta, V. (2022). Orgasm Rating Scale and Bodily Sensations of Orgasm Scale: Validation for use with pre, peri, and post-menopausal women. *Journal of Sexual Medicine*, 19(7), 1156-1172. <https://doi-org.udea.lookproxy.com/10.1016/j.jsxm.2022.03.621>
- Wilder, B. (director). (1944). *Double indemnity* [Película]. Paramount Pictures.

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado

Consentimiento informado para participación en la investigación: Sexualidad femenina adulta: vivencia subjetiva entre el placer, el deseo y el contexto sociocultural

Nombre:

Edad:

Lugar de nacimiento:

Lugar de residencia:

Escolaridad:

Ocupación:

Estado civil:

¿Tiene hijos? (Sí / No)

Número de hijos (si aplica):

Teléfono:

Correo electrónico:

El objetivo de esta investigación es explorar la relación existente entre el contexto sociocultural cotidiano de las mujeres adultas de diversas edades en la ciudad de Medellín y sus experiencias de placer y deseo sexual.

La información requerida se recolectará a través de grupos de discusión, técnica de investigación cualitativa que implica reunir a un pequeño grupo de personas para discutir un tema específico bajo la guía de un moderador. En dichos grupos se buscará identificar patrones y temas comunes que puedan contribuir a un mejor entendimiento de la sexualidad femenina.

Su participación es completamente voluntaria. Puede decidir no participar o retirarse en cualquier momento sin ninguna repercusión.

En caso de que decida participar, se le invitará a un único encuentro que tendrá una duración aproximada de dos horas, donde podrá compartir sus experiencias relacionadas con la sexualidad. Dicho encuentro, será grabado en audio y video para garantizar que toda la información relevante sea registrada de manera precisa.

Toda la información recopilada será tratada con estricta confidencialidad, cumpliendo con los principios y deberes establecidos en la Ley 1581 de 2012 sobre manejo de datos

personales en Colombia. El investigador asumirá la responsabilidad del tratamiento de los datos personales recolectados, asegurando que estos se utilicen exclusivamente para fines de investigación. Su identidad y cualquier información que pueda identificarle permanecerán protegidas. Los registros se almacenarán de manera segura, y solo el equipo investigativo tendrá acceso a ellos, con el único propósito de avanzar en el conocimiento de los temas objeto de estudio. Adicionalmente, el proyecto investigativo se acoge a los lineamientos del acuerdo 0057 Acta 0003 del 26 de febrero de 2024 del Consejo de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Antioquia, cumpliendo con los principios éticos que rigen el proceso investigativo psicológico el respeto, el consecuencialismo, la justicia y la responsabilidad con las personas participantes.

Es importante señalar que la discusión sobre temas relacionados con la sexualidad puede generar incomodidad o malestar emocional. Si en algún momento se siente incómoda, puede optar por no responder a ciertas preguntas o retirarse del estudio.

Al finalizar el proceso investigativo se realizará una socialización de los hallazgos a través de un encuentro en el que se compartirán los resultados obtenidos y se generará un espacio de retroalimentación. La intención es que este proceso no solo contribuya al conocimiento académico, sino que también sirva como una oportunidad de aprendizaje y crecimiento personal en torno a la sexualidad femenina; vale la pena aclarar que los aprendizajes derivados de este estudio serán accesibles y útiles para todas.

Al firmar este documento, usted acepta participar en el estudio bajo los términos descritos anteriormente. También confirma que ha tenido la oportunidad de hacer preguntas sobre el estudio y que estas han sido respondidas satisfactoriamente.

Firma del Participante: _____

Nombre del Participante: _____

Fecha: _____

Investigadora principal: Manuela Espinosa Correa

Anexo 2. Preguntas guía para grupos focales y entrevistas semiestructuradas

- Imaginarios de la vida sexual previos a la experiencia de la primera actividad sexual.
- ¿Qué significa para usted el placer sexual?

- ¿Qué tan importante es para usted alcanzar un orgasmo? ¿Tiene la misma importancia si se alcanza con la masturbación o con la actividad sexual con su pareja?
- ¿Qué podría pasar si en la actividad sexual con su pareja no llega al orgasmo?
- ¿Qué factores físicos, emocionales, psicológicos cree que influyen en su capacidad para alcanzar el orgasmo?
- ¿Alguna vez ha fingido un orgasmo? ¿Por qué?
- ¿Cómo han cambiado los orgasmos con el paso del tiempo?
- ¿Alguna vez le han hablado del clítoris? ¿sabe dónde está ubicado y cuál es su función?
- ¿Qué sabe de la menopausia?
- ¿Cuáles son los temores asociados a esta etapa?
- ¿Cómo se imagina la etapa de la menopausia?
- ¿Ha experimentado cambios físicos asociados a la menopausia? Si es así, ¿cómo han impactado su vida sexual?
- ¿Qué cambios ha notado en su vida sexual desde que comenzó a experimentar la menopausia?
- ¿Qué aspectos positivos ha descubierto en su sexualidad después de la menopausia?
- ¿Alguna vez se ha masturbado?
- ¿Con qué frecuencia se masturba?
- ¿Cómo se siente luego de masturbarse? ¿Siempre ha sido así?
- ¿Cómo cree usted que la masturbación ha influido en su salud sexual y bienestar general?
- ¿Ha enfrentado alguna dificultad o barrera al practicar la masturbación?
- ¿Encuentra algún vínculo en la relación que tiene con su cuerpo y la vivencia de la sexualidad?
- ¿Cómo han influido los cambios corporales, por ejemplo, la menopausia, el embarazo en su vida sexual?
- ¿Ha experimentado algún tipo de estigmatización relacionado con su cuerpo?
- ¿Cómo cree usted que las expectativas sociales influyen en su percepción del cuerpo en relación con su vida sexual?
- ¿De qué manera relaciona las experiencias sexuales con las emociones?
- ¿Considera que es necesario diferenciar el sexo del afecto? ¿Por qué?
- ¿Cómo afectan las emociones sus experiencias sexuales?
- ¿Qué papel juegan las emociones en sus experiencias sexuales?

Anexo 3. Nube de palabras ronda inicial



Anexo 4. Nube de palabras ronda final

