

Significado de la sexualidad y el orgasmo en un grupo de mujeres profesionales*

Meaning of Sexuality and Orgasm in Professional Women

María Teresa Quintero Tobón¹ Margarita Gómez Gómez² Juan Fernando Uribe Arcila³

¹Docente de Enfermería, Grupo de investigación Emergencias y Desastres, Facultad de Enfermería, Universidad de Antioquia, Medellín, Antioquia, Colombia

²Docente de Medicina, Grupo de Investigación de la práctica de enfermería en el contexto Social – GIPECS, Facultad de Enfermería, Universidad de Antioquia, Medellín, Antioquia, Colombia

³Departamento de Urología, Hospital Pablo Tobón Uribe, Medellín, Colombia

Address for correspondence Juan Fernando Uribe Arcila, MD, Departamento de Urología, Hospital Pablo Tobón Uribe, Carrera 48 No 19 A 40 Of 1412, Medellín, Colombia (e-mail: jfuribe@une.net.co; medicinasexual@une.net.co).

Urol Colomb 2019;28:246–254.

Resumen

Introducción La salud sexual se considera uno de los elementos de bienestar y salud general en el ser humano. Múltiples estudios asocian calidad de vida y salud corporal con la actividad sexual.

Objetivo Comprender el significado de la sexualidad y el orgasmo en un grupo de mujeres profesionales.

Materiales y Métodos Se realizó una investigación cualitativa con enfoque etnográfico, en la que participaron 15 mujeres profesionales con vínculo a la vida universitaria. La edad del grupo fue entre 26–58 años. Se utilizó una entrevista estructurada que permitió conocer y describir sus prácticas de sexualidad. La investigación está inscrita y aprobada en el Sistema Universitario de la Universidad de Antioquia.

Resultados Las 15 entrevistadas manifestaron tener vida sexual activa y expresaron los siguientes ejes temáticos: La sexualidad significó la construcción y el reconocimiento del sí mismo para refinar el encuentro con el otro; es un espacio de relacionamiento que requiere del entendimiento mutuo, no limitado a lo coital; compartir las creencias, valores y rituales con sus parejas da una estabilidad que se traduce en una sexualidad sana. El sexo en pareja es un ejercicio de relación que genera alegría, placer y ganas de vivir. La sexualidad significa un encuentro permanente con el otro, donde la convivencia, la armonía, la posibilidad de crecer, es lo que se prodiga, como deseo y pasión; ese vínculo de pareja es un tipo de conexión que no se equipara con otras relaciones. La sexualidad es parte de la salud, es algo natural e indispensable en la vida de las personas. El orgasmo es definido como un

Palabras Claves

- ▶ sexualidad
- ▶ orgasmo
- ▶ disfunción sexual
- ▶ salud femenina
- ▶ entrevista a grupos

* *Producto de la investigación: Significado de la sexualidad y del orgasmo en mujeres mayores de edad. Esta investigación está inscrita en el Sistema Universitario de Investigación de la Universidad de Antioquia*

received
November 22, 2017
accepted
February 19, 2018

DOI <https://doi.org/10.1055/s-0038-1645851>.
ISSN 0120-789X.
eISSN 2027-0119.

Copyright © 2019, Sociedad Colombiana de Urología. Publicado por Thieme Revinter Publicações Ltda., Rio de Janeiro, Brazil. Todos los derechos reservados.

License terms



momento de supremo placer liberador de energía, que produce éxtasis, un momento culmen donde parece juntarse la vida y la muerte. No es el fin último, ni es tan satisfactorio como el vínculo que se genera en los encuentros; el orgasmo no lo es todo y no siempre se vive con la misma intensidad.

Conclusión Para las mujeres entrevistadas sexualidad implica salud, bienestar y encuentro con el otro. El orgasmo no es una condición indispensable para gozar la actividad sexual.

Abstract

Introduction Sexual health is considered one of the elements of wellbeing and general health in the human being. Multiple studies associate quality of life and bodily health with sexual activity.

Objective Understand the meaning of sexuality and orgasm in professional women.

Materials and Methods A qualitative research with ethnographic approach was designed, in which 15 professional women with links to university life participated. The age of the group was between 26–58 years. A structured interview was used which enabled them to know and describe their sexuality practices.. The research is registered and approved in the University System of the University of Antioquia.

Results The 15 interviewees had active sex life and expressed the following thematic axes: Sexuality meant the construction and recognition of the self to refine the encounter with the other; is a space of relationship that requires mutual understanding, which is not limited to the coital; sharing beliefs, values and rituals with their partners gives stability that translates into a healthy sexuality. Sex as a couple is an exercise in relationship that generates joy, pleasure, energy and the desire to live. Sexuality means a permanent encounter with the other, where coexistence, harmony, the possibility of growing, is what is lavished, as desire and passion; this link is a type of connection that is not equated with other relationships. Sexuality is part of health, is something natural and indispensable in the lives of people, which is altered by desires and concerns. Eroticism has an emotional and emotional component that makes pleasure possible. The orgasm is defined by the participants as a moment of supreme energy-releasing pleasure, which produces ecstasy, a culminating moment where life and death seem to gather together, a sensation of maximum fullness, of climax. Orgasm is not the ultimate goal, nor is it as satisfying as the bond generated in encounters; orgasm is not everything and not always lived with the same intensity.

Conclusion For women interviewed sexuality implies health, well-being and encounter with the other. Orgasm is not an indispensable condition to enjoy sexual activity.

Keywords

- ▶ sexuality
- ▶ orgasm
- ▶ sexual dysfunction
- ▶ health women
- ▶ interview group

Introducción

La salud sexual se considera uno de los elementos de bienestar y salud general en el ser humano. Múltiples estudios asocian calidad de vida y salud corporal con la actividad sexual; entre tanto, son escasos los estudios orientados a probar la relación entre temas específicos como tener orgasmos o tener buena relación de pareja y mejor calidad de vida.^{1,2} En un modelo ideal, inexistente en la vida real, las actividades sexuales deberían concluir en un orgasmo satisfactorio y su no presencia o retardo son causas frecuentes de disfunción sexual y por tanto de insatisfacción y alteración de la calidad de vida.

El estudio más difundido hasta la fecha sobre sexualidad femenina, titulado *Sexual Dysfunction in the United States*

Prevalence and Predictors,³ calculó la prevalencia general de la disfunción sexual femenina en un 43% (comparada con un 31% en hombres de todas las edades), con un subgrupo de 25,72% de problemas específicos del orgasmo. La cifra para dichos trastornos, es semejante a la obtenida en un estudio colombiano, realizado por el grupo de Sandra García Nader en Bogotá,⁴ que encontró un porcentaje de 25,5% en trastornos del orgasmo femenino.

Como la sexualidad está presente en todos los ámbitos de la vida, a menudo se confunden los términos y por eso vale la pena insistir en las definiciones. Mientras la sexualidad humana es el conjunto de pensamientos, emociones, actitudes y conductas que le permiten a las personas el ejercicio de su función sexual de manera universal, el erotismo, por su parte, es la expresión de los factores culturales, fundamentalmente placenteros, de la

función sexual, lo que lo convierte en algo exclusivamente humano, modificable, educable, susceptible de entrenamiento y de mejoría. En ese contexto, la sexología se considera el estudio científico de todos los aspectos de la sexualidad humana en general, y de la función y disfunción sexual en particular, con tres niveles definidos de intervención de los problemas sexológicos: la orientación o educación sexual, que es lo más básico; la terapia sexual, que solo necesita interacción entre dos, sin aparatajes, y el tratamiento sexual, que puede necesitar tecnología (quirófanos, ecógrafos, laboratorios, etc.). En la perspectiva constructivista, la sexualidad es pensada como un constructo social que surge de procesos que culturizan como la crianza, la educación y la socialización proporcionando los patrones de pensamiento y comportamiento, así que la sexualidad *“no es ni una fuerza vital poderosa que se desborda sin importar los estreñimientos culturales, ni un impulso natural idéntico en todos los individuos que debe ser canalizado por la sociedad.”*⁵

Adicionalmente, podemos reconocer como lo afirma (Touraine, 2007:74), que *“la sexualidad no es entonces un dato biológico ni tampoco una construcción social impuesta por el poder masculino. Es la transformación de los deseos sexuales en construcción personal. La sexualidad reordena los impulsos sexuales para que se reflejen en la experiencia humana y contribuyan a crear el actor que actúa sobre sí mismo en lugar de estar determinado por su entorno”*. Siguiendo con Touraine, *“...la construcción de uno mismo a través de la sexualidad no se da con relación al otro, por más que este tenga una función creadora inmensa, porque el sujeto solo se construye sobre un permanente retorno sobre sí mismo”*, y que hace pensar que la sexualidad se asocia al modo de vivir el individuo su propio sexo y las relaciones a través de él.⁶

Cuando se habla de sexualidad femenina, es muy importante recordar que, dependiendo de su genética, de su estado mental y de su cultura, cada mujer responde de manera diferente al estímulo sexual, así que no es posible esperar respuestas homogéneas. Una **definición clásica** de orgasmo femenino lo refiere como un pico sensorial, variable y transitorio, que crea un estado alterado de conciencia, de intenso placer, que inicia usualmente con salvas de contracciones involuntarias, rítmicas, de la musculatura pélvica estriada circumvaginal, a menudo con la presencia concomitante de contracciones uterinas, anales y miotonía; dichas contracciones resuelven parcial o totalmente la vaso congestión regional que ha sido sexualmente inducida, para devenir todo ello en una sensación ulterior de bienestar y contento.⁷⁻²¹

La posibilidad de que algunas mujeres finjan el orgasmo convierte ese tema en un asunto que vale la pena seguir investigando, ya que en la literatura las cifras varían desde el 20% hasta el 50% y que es completamente diferente, como era de esperarse, si es juzgado por las mujeres a si lo es por sus parejas. En nuestra investigación con estudiantes universitarias de la ciudad de Medellín, 4 de cada 10 manifestaron fingir el orgasmo, un 37,54% señaló diversas razones para ello, mientras un 7,09% sin razón alguna.^{3,7,22,23}

El **tipo de estímulo** que la mujer prefiere o necesita para alcanzar un orgasmo varía entre los **sitios de estímulo**, con

posibilidad de mezclas. Eso es clave, pues un estímulo correcto marca la diferencia entre conseguir o no el orgasmo, aun para mujeres sanas. Los sitios de estímulo reconocidos son: clitoridiano, medio vaginal, vaginal profundo y otros, como los vagales o rectales, que apenas están siendo estudiados y que representan complementos en las zonas erógenas de las mujeres. En el estudio de las universitarias, se encontró que los sitios de estímulo fueron: clitoridianos (59,46%), medio vaginal (20,41%) y vaginales profundos (23,07%).^{7,24-28}

El presente artículo da cuenta del significado de la sexualidad y el orgasmo en un grupo de mujeres profesionales con actividad sexual, y vinculadas a la vida universitaria en la ciudad de Medellín.

Objetivo

Comprender el significado de la sexualidad y el orgasmo en un grupo de mujeres profesionales desde el punto de vista etnográfico.

Materiales y Métodos

Para llevar a cabo este proyecto, se partió desde la perspectiva de la investigación cualitativa, que busca la comprensión y enfatiza en el estudio de los procesos y de los significados, se interesa por fenómenos y experiencias humanas. Da importancia a la naturaleza socialmente construida de la realidad, a la relación estrecha que hay entre el investigador y lo que estudia, además, reconoce que las limitaciones prácticas moldean la propia indagación.²⁹

El presente estudio se trabajó con un enfoque etnográfico, que permite describir y analizar los procesos culturales dentro de un contexto determinado, *“no sólo busca reconocer y describir las prácticas de un conjunto social o un sistema cultural específico, sino también ubicar y descifrar las representaciones culturales desde las cuales sus protagonistas les dan sentido”*²⁹. Se enfocó en procesos socioculturales de las participantes en el estudio, pretendiendo generar teorías descriptivas sobre un fenómeno que interesa a los profesionales de la salud.

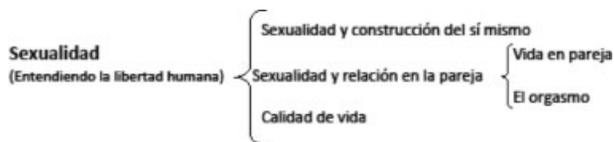
Se utilizó el muestreo por bola de nieve que consiste en pedir a las mujeres que aceptaron hablar sobre su sexualidad recomendar otras posibles participantes,^{29,30} se les informo sobre el estudio y se les solicitó su participación voluntaria. No hubo un número definido de mujeres para entrevistar, sino que se tuvo en cuenta el potencial de cada una de ellas para ayudar en el desarrollo de comprensiones teóricas, sobre lo que significa la sexualidad y el orgasmo.

El grupo estuvo compuesto por 15 mujeres entre los 26 y los 58 años de edad, profesionales vinculadas a la vida académica universitaria en instituciones públicas y privadas de la ciudad de Medellín, nacidas en el estado de derecho. Las entrevistadas manifestaron tener una vida sexual activa: nueve con parejas en matrimonio heterosexual, cinco en unión libre, sin compartir el mismo techo, en pareja heterosexual y una en relación de pareja homosexual sin convivencia permanente.

La técnica de recolección de información fue la entrevista semiestructurada, método que permite que la participante exprese con sus propias palabras todas las experiencias referentes a su sexualidad y el orgasmo, con lo que se obtiene la información que ella puede ofrecer y no lo que el investigador espera escuchar. Antes de iniciar la aplicación del instrumento, se obtuvo el consentimiento informado de las participantes, aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Antioquia. Una vez iniciada la entrevista, se procuró tener un momento para entrar en confianza con las mujeres. Las entrevistas duraron entre 45 y 90 minutos y se hizo en un lugar elegido por ellas.

Las entrevistas fueron grabadas y transcritas en su totalidad. La recolección de los datos se hizo concomitantemente con el análisis y para su procesamiento y análisis se siguieron lineamientos ofrecidos por la teoría fundamentada.³¹

Una lectura inicial de cada entrevista permitió conocer, en forma general, lo allí dicho, y con sus relecturas, obtener hechos, temas y eventos que fueran significativos. En el proceso de análisis, siempre se volvió sobre las transcripciones, con el objeto de profundizar en la comprensión de los datos y proceder a la clasificación por temas o categorías, extraídas de los enunciados significativos y elaborar la estructura del significado que dieron las mujeres a su sexualidad y al orgasmo.



Resultados

La Sexualidad: Entendiendo La Libertad Humana

Sexualidad y Construcción del sí Mismo

Las participantes expresaron que la sexualidad no fue un tema tabú en sus familias, y que si bien no en todas se les habló abiertamente de sexo, todas manifestaron haber vivido sin prejuicios y gozar de libertad en sus decisiones y expresiones.

“Pienso que he sido muy afortunada, me tocó la época llamada de la liberación femenina, que teníamos algún temor de abordar la sexualidad pero lo fuimos venciendo, entonces tuve la oportunidad de vivir con cierta libertad y tranquilidad y no vivirla forzosamente ni un matrimonio obligado.” (Entrevista 7, pág. 32)

La vida se configura en el transcurrir y el encuentro con los otros: familiares, amigos, lecturas, formación universitaria, actividad cultural. Las entrevistadas reconocieron que el saberse constituidas por experiencias e influencias externas, fue forjando su carácter que incidió en la toma consciente de decisiones y el asumir sus consecuencias, que configuran lo que son, dónde se sitúan y con quién se relacionan.

“[...] ese trabajo de quién soy ha sufrido laceraciones: al principio yo sentía que era de una manera y que yo era otra cosa después. Toda esa creencia y cúmulo de imágenes que uno tiene de uno mismo, que se han creado en la familia y en el entorno, se destruyen totalmente, pero yo seguía siendo yo; cuando esa imagen se destruyó, fue ese el momento en que más me sentía yo.” (Entrevista 12 pág. 69)

Asumirse y expresarse como mujer, implica lo físico, es la forma como se camina, se viste, son las vivencias y los encuentros con otros, son las experiencias por fuera de los marcos establecidos, que le exigen a uno ver, pensar y sentir con lo que se identifica. Así, la reflexión de las experiencias les permite entender y asumir lo que se es, desde lo biológico, desde la conciencia, logrando coherencia entre el pensar, el sentir y el hacer.

“Mi vivencia sexual ha sido la exploración de un montón de cosas que he intentado corporizar para así proyectarlas con otros [...] El asunto de ser mujer a través de este cuerpo es fundamental [...]” (Entrevista 3 pág. 14)

La sexualidad significó la construcción del sí mismo en el relacionamiento y vivencias corpóreas, fue un componente vital para las participantes en el estudio y les dio plenitud.

“[...] es todo, porque digamos que para mí la sexualidad es todo, es la forma como yo me relaciono con los demás a partir de la identidad que yo construyo.” (Entrevista 4 pág. 23)

“La vivencia sexual fue lo que a mí me ha llevado a una identificación como yo misma.” (Entrevista 12 pág. 71)

Para ellas, la sexualidad requiere del reconocimiento del sí mismo para el encuentro con el otro, no se limita a lo coital, es un espacio de relacionamiento que requiere del entendimiento que brindan la religión u otros saberes o creencias, para no negar, para escuchar, acompañar, con la libertad de expresión sin que el otro tenga que adivinar o suponer.

“Insisto, es un ejercicio de la capacidad de relación de comunicación, de darme, de recibir, de la generosidad, de comunicar dos espíritus y dos cuerpos.” (Entrevista 7 pág. 34)

Sexualidad y Relación con el Otro

En el estudio también se encontró que la sexualidad significa un encuentro permanente con el otro, donde la convivencia, la armonía, la posibilidad de crecer juntos, es la vida misma y es lo que se prodiga, es la pasión, el deseo, el acto de amor.

Vida en Pareja

Para ellas, en la pareja, las relaciones están enmarcadas en la conversación, el afecto y la cercanía física, en la confianza para el encuentro, donde se tienen el uno al otro en la libertad, donde los encuentros coitales y de orgasmo no

son planeados o periódicos sino que emergen de la convivencia y en el encuentro amoroso, al compartir y recrearse con el otro en una relación intersubjetiva.

"[...] no quiere decir que cuando no hay orgasmo el encuentro no sea rico, porque los abrazos, las miradas, sentir al otro tan cerca, es especial." (Entrevista 6 pág. 26)

Las participantes expresan que el vínculo con la pareja se exterioriza en sus semblantes y es un tipo de conexión que no se equipara con otras relaciones. Para ellas es importante sentir que se tiene compañía en las actividades, es saberse importante para alguien, es recibir mensajes y llamadas porque implica que están pensando en ellas, no por el control, sino por la compañía.

"[...] me siento acompañada, cuando me lee un artículo que estoy escribiendo y del cual no tienen idea pero me hace observaciones sobre, por ejemplo, la puntuación, el desarrollo de una idea, el leerlo con entonación, esas cosas son absolutamente vitales." (Entrevista 6 pág. 22)

Las participantes expresaron que el camino recorrido en pareja da conocimiento del otro; una comunicación abierta para armonizar lo que cada uno siente y quiere lograr con el cumplimiento de los objetivos como familia, basados en el buen trato, la comprensión y el entendimiento. Se busca en la vivencia de pareja superar los miedos, reconocer las propias limitaciones y frustraciones y adquirir aprendizajes para disfrutar el encuentro sexual.

"Nosotros llevamos 25 años [...] como que nos sentimos más unidos." (Entrevista 7 pág. 34)

El Orgasmo

El orgasmo es definido por las participantes como un momento de supremo placer liberador de energía, un estímulo adecuado, generalmente del clítoris, por otro o por masturbación, que produce éxtasis, el momento culmen donde parece juntarse la vida y la muerte, la sensación de máxima plenitud, el clímax. El orgasmo no lo es todo, es un instante, y no siempre con la misma intensidad ni siempre se experimenta.

"Significa llegar al culmen de mi relación sexual. En ese momento con mi pareja es como lo máximo, como estar realizada en un momento de la vida, no lo es todo, es un instante, tocas el cielo y ya pasó y ya sin traumas, no tenés un orgasmo, pasó y listo." (Entrevista 2 pág. 11)

Las mujeres participantes señalan que las experiencias vividas en los encuentros sexuales les cambió el imaginario del orgasmo como el fin último de la relación sexual, como lo máximo y que había que lograrlo a cualquier costo.

"[...] cuando uno está iniciando su vida sexual y toda la información que uno recibe de todas partes, tiene el

orgasmo como el fin último de las relaciones sexuales y casi que si no se alcanza, esa platica se perdió, por decirlo de alguna forma. [...] lo que le crea a uno es más angustia y más ansiedad en ese momento, y digamos que lo que yo he podido ir construyendo es que sí, claro, alcanzar el orgasmo le genera a uno mucho placer, pero a veces, por diferentes motivos, no se logra, y no alcanzarlo no limita el disfrute de la relación sexual." (Entrevista 4 pág. 20)

Las entrevistadas señalaron que para el encuentro amoroso requieren de condiciones, estar dispuestas física y emocionalmente y contar con un lugar adecuado para vivir la intimidad y el deseo. Para ellas, situaciones como el cansancio, el ruido, los hijos, el estrés, el exceso de trabajo y la falta de tiempo, pueden afectar ese encuentro.

"A la hora de tener un encuentro sexual mi premisa es que a mí me guste, si estoy preparada, si estoy dispuesta de todas las maneras, física, emocional, si el lugar me gusta [...] digamos entonces que es mi deseo, mi placer y decisión lo que está puesto inicialmente para tener un encuentro sexual con otro." (Entrevista 3 pág. 19)

Las mujeres son conscientes de las diferencias entre los encuentros sexuales y que en los que obtienen orgasmo son en los que ellas están dispuestas, tienen el deseo y quieren lograrlo. Hay encuentros sexuales para la complacencia del otro y que por el conocimiento que su pareja tiene de ellos, pueden terminar en un juego erótico que las lleva a experimentar el orgasmo.

"[...] otras veces no quiero sexo..., y él termina con juegos eróticos animándome y aunque yo no estaba dispuesta termino teniendo un orgasmo." (Entrevista 9 pág. 48)

El erotismo tiene un componente afectivo y emotivo que posibilita el placer, es una práctica, es la libertad de encontrarse en la vida y el amor con el otro, es el preludeo al encuentro sexual, es un juego amoroso, son las caricias, es la generosidad de darse al otro. El erotismo está asociado a la emoción, a la fantasía, implica la creación de espacios y el uso de elementos para la seducción como las posturas, fragancias, aceites, ropa interior, fotografías, conversaciones, palabras bonitas, pensamientos libidinosos, agua, velas, música, vino, poemas, mensajes, flores o ayudas sexuales.

"Es un juego que se establece con mi cuerpo y el cuerpo del otro, es la exploración de sensaciones, es aquello que estimula el deseo sexual que te moja." (Entrevista 8 pág. 36)

En la relación erótica prima el ejercicio de estar libre y amorosamente con el otro, es disfrutar y compartir con la pareja a partir de lo que se es, de lo que se hace y dice, a partir de lo que se usa. Para ellas, el erotismo es una expresión de la sexualidad, es su recreación.

Algunas entrevistadas se refieren al sexo como la genitalidad, el coito, la posibilidad de sentir placer, de

liberar hormonas que alargan la vida. Una de las participantes refirió el orgasmo como una movilización de químicos que metabólicamente energiza ciertos órganos, ciertas partes del cuerpo, aumentándose la producción de endorfinas, las hormonas del bienestar.

Sexualidad y Calidad de Vida

Las participantes señalan que vivir el sexo con sus parejas las oxigena, les permite experimentar la libertad de ser y las lleva a decir que sexualidad sana es igual a salud y que por lo tanto las personas se enferman si no tienen sexo. Algunas expresan que al vivir su sexualidad experimentan una sensación de tranquilidad, por lo tanto consideran que su cuidado es importante para la vida.

El sexo con la pareja es un ejercicio de relación que genera alegría, placer, energía, ganas de vivir, relaja, da paz. Se propicia por la generosidad hacia el otro, pues es compartir, explorar todas las posibilidades del cuerpo y la libertad de expresar cualquier insatisfacción que se pueda presentar.

“El asunto del bienestar, de la felicidad, de la satisfacción de sentir que tienes un orgasmo, es tan satisfactorio como sentir que el otro te escucha [.....] con el paso del tiempo se ponen esas dos cosas en la balanza, es probable que a veces las relaciones sexuales no sean tan exitosas, pero la conversación después sí. Lograr esa comunicación con el otro es especial pues sentir que con el otro haces pareja, haces equipo, es muy bueno. Ese es el estado de bienestar.” (Entrevista 6 pág. 23)

La sexualidad es parte de la salud de una persona, la enfermedad trastorna el cuerpo y por consiguiente la expresión de esta se ve afectada. El sexo es algo muy natural e indispensable en la vida de las personas, que se altera por los deseos y las preocupaciones.

“Cuando tengo una plena sexualidad soy una persona alegre, lo compruebo en mi hogar. Disfruto, me preocupo por el otro y tengo salud, no solamente salud física y emocional, sino también salud familiar.” (Entrevista 9 pág. 39)

La sexualidad es un ámbito de la vida asociado al desarrollo humano físico, emocional, espiritual y mental; es la libertad de moverse de elegir, de pensar, de ejercer. No tener esa satisfacción genera un vacío que puede repercutir en la salud.

“Una sexualidad sana, saludable, comienza a expresarse en mi comportamiento también saludable, y se expresa en el carácter.” (Entrevista 5 pág. 17)

Las participantes en el estudio expresan que compartir las creencias, valores y rituales con sus parejas, les da una estabilidad que se traduce en la búsqueda íntima de la pareja por una sexualidad sana.

“[...] mi esposo y yo tenemos los mismos principios espirituales, entonces yo creo que eso nos ayudó mucho y

hoy tenemos muchas expresiones amorosas que para nada son grotescas.” (Entrevista 9 pág. 43)

Con el avance de la edad el ritmo hormonal cambia, la sexualidad cobra fuerza y pasa a ser disfrutada plenamente. Lo central en la relación con el otro no es el gozo mismo sino lo que se moviliza con el otro en el goce, es entrega, sincronía y compenetración. Las participantes hablan de haber cumplido sus metas y sentirse satisfechas, felices y realizadas.

“Soy una mujer, una mamá, una profesora, una hermana, una hija a veces una amiga. Intento en mis relaciones ser solidaria, entonces puedo tener fácilmente relaciones definidas con la gente, no necesariamente porque tenga un vínculo, cuando las situaciones de la gente me llegaran puedo ser solidaria.” (Entrevista 6 pág. 25)

En la cotidianidad de la vida en pareja, la paciencia se vuelve central para el cuidado del sí y del otro, y se manifiesta en detalles que son los que dan felicidad. Se trata de vivir las cosas desde el ser del otro, desde la negociación sin verdades absolutas, pues la vida es la capacidad de vivir con los otros, de negociar lo que corresponde a cada momento.

“Soy una persona tranquila, amorosa, respetuosa del otro, en el sentido en el que cada cual es lo que quiere ser, lo que logra construir. Yo vivo bueno, soy feliz, tengo una vida amorosa muy deliciosa, muy tranquila, tengo una pareja con la que cuento.” (Entrevista 1 pág. 7)

Discusión

En el presente estudio buscamos el significado de la sexualidad y el orgasmo en mujeres mayores de edad con una vida sexual activa, sin importar que fueran monógamas, heterosexuales u homosexuales, y si compartían techo con sus parejas o no. El resultado fue que las participantes tenían relaciones heterosexuales y una de ellas homosexuales, siete unidas en matrimonio, tres en unión libre y viviendo bajo el mismo techo, y cinco con pareja estable sin compartir el mismo techo. Si trasladamos ese grupo de mujeres con sus relaciones de pareja a la pirámide que plantea Rubin, quedarían ubicadas dentro de las que tienen aceptabilidad social. Ese autor señala que *“Las sociedades occidentales modernas evalúan los actos sexuales según un sistema jerárquico de valor sexual.”*^{30,32,33}

Comenta además Rubin que las personas que se encuentran en lo alto de la pirámide son reconocidas y se les califica con tener buena salud mental, se consideran respetables y tienen movilidad social. En el presente estudio no tenemos el reconocimiento que los otros tienen de las entrevistadas, lo que sí se evidenció es el auto reconocimiento que ellas hacen de su sexualidad, los encuentros de pareja, el orgasmo, el erotismo y el bienestar, donde la interacción con el otro está mediada por las palabras, los objetos, las posturas, las caricias, logrando espacios de bienestar y felicidad en su intimidad.³⁰

Las participantes, todas nacidas entre los años 1958–1990, dicen que asumirse y expresarse como mujer pasa por la

reflexión de sus experiencias vividas, y la oportunidad de tomar decisiones con autonomía, gracias a un ambiente de apertura generalizada que se vivía en el país. Ese periodo es reconocido sobre todo porque *“las dinámicas culturales de la modernidad comienzan a ser experimentadas masivamente por la sociedad colombiana”*³⁴. La autonomía expresada por ellas es una característica que se reconoce en las sociedades modernas donde existe una moral más autónoma que permite a las personas tomar un mayor número de decisiones.

Al momento de nombrar la categoría central del estudio como *“la sexualidad: entendiendo la libertad humana”* hacemos referencia al concepto de libertad planteada por Simmel quien concibe a la persona como un ser abierto, relacional que se orienta por la reciprocidad, así la libertad toma forma como la relación consigo mismo y con lo que está afuera, en particular con lo que está en relación con el otro tú. De acuerdo con Simmel citado por Martinelli *“para un ser que está en relación con otros, la libertad tiene un significado mucho más positivo; es una determinada especie de relación con el ambiente, un fenómeno de correlación, que pierde sentido cuando no existe una contraparte [...]. La libertad no es un ser solipsista, sino un hacer sociológico; no es un estado limitado a la singularidad del sujeto, sino una relación, aunque considerada desde el punto de vista del objeto mismo”*^{35,36}

En este estudio las mujeres hablan de una historia compartida que las mantiene en un espacio íntimo y propio de la pareja y que esa intimidad se forja en una conexión sexual y emocional mediante juegos, caricias, lecturas, imágenes y conversaciones, lo que coincide con los hallazgos de Tenorio Tovar (2012) quien encontró que en las parejas modernas la búsqueda de la igualdad sexual y emocional de las relaciones acordadas en la que los intereses pueden negociarse (..) los nuevos arreglos en cuanto a las dimensiones eróticas de la relación significa, sobre todo, para las mujeres la autonomía y el derecho a decidir acerca de su cuerpo y su sexualidad.³⁷

Para Giddens 2006 *“el erotismo es la sexualidad integrada a una gama amplia de objetivos emocionales, entre los que la comunicación es lo supremo,”*³⁸ en este estudio emerge que la relación erótica es disfrutar y compartir con la pareja a partir de lo que se es, de lo que se hace y dice, a partir de lo que se usa. Para ellas, el erotismo es una expresión de la sexualidad, es su recreación.³⁹

Las participantes manifiestan que eligieron y gozaron de libertad para la toma de decisiones respecto a su sexualidad, lo que les permitió reconocerse a sí mismas para el encuentro con el otro y que recorrer el camino en pareja da conocimiento para una comunicación abierta para armonizar y expresarse libremente sin que el otro tenga que adivinar o suponer. Este asunto coincide con el concepto de amor romántico planteado por Giddens quien expresa que la elección de la pareja se hace con base a sus cualidades personales e implica una reflexión sobre la intimidad que se da por medio de un enlace sexual y también por una unión espiritual en que emerge el discurso de la sexualidad satisfactoria y en la comunicación con el otro. Además, se pudo reconocer el amor confluyente, también señalado por Giddens, en ese amor, el afecto de la pareja es cultivado por los integrantes. En el presente estudio se evidenció que para las participantes, la sexualidad significa

la posibilidad de crecer juntos, donde se tienen el uno al otro en la libertad, donde los encuentros coitales y de orgasmo no son planeados o periódicos sino que emergen de la convivencia y en el encuentro amoroso.

De otra parte, la satisfacción sexual que expresan las participantes del estudio implica un nuevo tipo de comunicación e intimidad lo que coincide con el estudio de Tenorio (P 47), donde las parejas jóvenes y en diferentes niveles, según el grado de escolaridad y nivel económico, el vínculo afectivo se construye o refuerza gracias a la comunicación y a las pláticas sobre la sexualidad en pareja.³⁴

Con el análisis de los datos se pudo reconocer dos supuestos de la teoría del intercambio social: por una parte está el hedonismo, el cual postula que la formación, consolidación y permanencia de cualquier tipo de relación interpersonal tiene su origen en el propio interés, y el otro es el individualismo y, en virtud de él, se considera que la explicación de todo fenómeno social, por complejo que sea, ha de partir de los individuos como elemento fundamental de análisis.⁴⁰ En este estudio sobre el significado de la sexualidad y el orgasmo, las participantes tienen una postura individualista, desde la cual establecen relaciones e interacciones con la pareja para obtener ganancia y para su satisfacción, siendo muy importante el intercambio de recompensas.

Por su parte Villalpando, que sustenta su trabajo en la teoría del intercambio social, señala que las parejas inician sus relaciones desde una perspectiva egoísta, pues los integrantes de la relación se acercan a ella por intereses particulares, cuando la relación alcanza estabilidad y se prolonga, evoluciona hacia el altruismo, que para este autor es lo que comúnmente llamamos amor,⁴¹ y que en este estudio significó minimizar los costes de insatisfacción en procura de momentos gratificantes, reconfortantes, asunto que para las participantes se hace posible gracias a la cercanía con su pareja, la generosidad, afinidad en las creencias y valores, logrando establecer objetivos comunes.

Del concepto calidad de vida hay varias acepciones, en este trabajo se encontró una aproximación a la ofrecida por la OMS cuando señala que la calidad de vida es la manera en que el individuo percibe el lugar que ocupa, el entorno cultural y el sistema de valores en que vive, y cómo se relaciona con sus objetivos, expectativas, criterios y preocupaciones. Esos asuntos los lleva a experimentar salud física, un estado psicológico y un grado de independencia en las relaciones sociales.⁴² En el estudio, las participantes afirmaron que la sexualidad significa bienestar y reconocen satisfacción con su vida tras haber logrado sus metas y realizar sus expectativas. Esa autoevaluación que ellas hacen de la experiencia vital en términos de bienestar y satisfacción, expresa el conocimiento que tienen sobre sí mismas.

Conclusiones

Para las mujeres entrevistadas sexualidad significa salud, bienestar y encuentro con el otro. Las participantes reconocieron que las relaciones sexuales satisfactorias requieren de condiciones que favorezcan el encuentro y estar dispuestas a él, cediendo incluso a la seducción de la pareja.

Los elementos para orientar la educación sexual deben basarse en el diálogo permanente de las personas en el proceso de construcción de su sí mismo, fortaleciendo aspectos como la autonomía, la capacidad de decisión, de reflexión, de solidaridad, el cuidado de sí y de los otros.

Las participantes reconocieron la fuerza emocional del orgasmo, sin embargo, no es el fin último del encuentro sexual, pues la cercanía, el acompañamiento, la reciprocidad la generosidad son la fuerza vital de la relación; las participantes reconocen el estímulo del clítoris como favorecedor de la consecución del orgasmo y la sensación de bienestar y contento se refiere a la satisfacción general generada por su vivencia sexual.

Las mujeres refieren que una participación activa en el encuentro sexual, mediado por la comunicación, les permite expresar sus deseos y sentimientos, sin necesidad de recurrir a ningún engaño o fingimiento.

Limitantes

El estudio estuvo centrado en el significado de la sexualidad y no era la intención del mismo profundizar en las causas o tipo de dificultades que el grupo de mujeres experimentaba con los orgasmos.

Responsabilidades Éticas

Protección de personas y animales.

Los autores declaran que para esta investigación no se han realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

Confidencialidad de los datos.

Los autores declaran que en este artículo no aparecen datos de pacientes.

Derecho a la privacidad y consentimiento informado.

Los autores han obtenido el consentimiento informado de los pacientes y/o sujetos referidos en el artículo. Este documento obra en poder del autor de correspondencia.

Financiación

Propia.

Conflicto de Intereses

Ninguno.

Referencias

- Lai CH. Major depressive disorder: gender differences in symptoms, life quality, and sexual function. *J Clin Psychopharmacol* 2011;31(01):39-44
- Nappi RE, Lachowsky M. Menopause and sexuality: prevalence of symptoms and impact on quality of life. *Maturitas* 2009;63(02):138-141
- Laumann EO, Paik A, Rosen RC. Sexual dysfunction in the United States: prevalence and predictors. *JAMA* 1999;281(06):537-544
- García SP, Aponte HA, Moreno S. Diagnóstico de la disfunción sexual femenina y su correlación con el perfil hormonal en la población femenina que consulta a los servicios de urología, ginecología y personal femenino del Hospital San José de Bogotá. *Revista Urol Colomb*. 2005;14(03):75-80
- Rocío Córdoba Plaza. Reflexiones en torno a la sexualidad. *Revista Mexicana de Sociología* 1966. No 2. Abril Julio 2003. Pág. 343.
- Touraine A El mundo de las mujeres. Ediciones Paidós Ibérica. 2007. Pág 74.
- Quintero TMT, Gómez GMM, Uribe AJF. Perfil orgásmico de una población universitaria de la ciudad de Medellín. *Revista Urología Colombiana*. Vol. XXII N°1 Mayo de 2013. Pág 18-29. Bogotá Colombia.
- Tiefer L. A new view of women's sexual problems: Why new? Why now?. *J Sex Res* 2001;38:89-96
- Masters WH, Johnson VE *Human Sexual Inadequacy*. Boston: Little Brown & Company: 1970
- Bancroft J, Loftus J, Long JS. Distress about sex: a national survey of women in heterosexual relationships. *Arch Sex Behav* 2003;32(03):193-208
- Rosen R, Brown C, Heiman J, et al. The Female Sexual Function Index (FSFI): a multidimensional self-report instrument for the assessment of female sexual function. *J Sex Marital Ther* 2000;26(02):191-208
- Kothari P *Orgasm: new Dimensions*. Marital Ther. 2000; 26:191-208. Bombay, India: VRP Publishers; 1989.
- Graziottin A. Libido: the biologic scenario. *Maturitas* 2000;34(Suppl 1):S9-S16
- Puts DA, Dawood K. The evolution of female orgasm: adaptation or byproduct? *Twin Res Hum Genet* 2006;9(03):467-472
- Whipple B, Graziottin A. *Orgasmic Disorders in Women*. En: Porst H, Buvat J, editors. *Standard Practice in Sexual Medicine*. Oxford: Blackwell Publishing, Inc; 2006
- Basson R, Berman J, Burnett A, et al. Report of the international consensus development conference on female sexual dysfunction: definitions and classifications. *J Urol* 2000;163(03):888-893
- Komisaruk BR, Whipple B. Physiological and perceptual correlates of orgasm produced by genital or non-genital stimulation. In: Kothari P, editor. *Proceedings of the First International Conference on Orgasm*. Bombay, India: VRP Publishers; 1991.p. 69-73.
- Kaiser FE. Sexual function and the older woman. *Clin Geriatr Med* 2003;19(03):463-472, v
- Bacon CG, Mittleman MA, Kawachi I, Giovannucci E, Glasser DB, Rimm EB. Sexual function in men older than 50 years of age: results from the health professionals follow-up study. *Ann Intern Med* 2003;139(03):161-168
- Fugl-Meyer AR, Fugl-Meyer KS. Sexual disabilities, problems and satisfaction in 18-74 year old Swedes. *Scand J Sexol*. 1999;2:79-105
- Ziaei S, Moghasemi M, Faghihzadeh S. Comparative effects of conventional hormone replacement therapy and tibolone on climacteric symptoms and sexual dysfunction in postmenopausal women. *Climacteric* 2010;13(02):147-156
- Muehlenhard CL, Shippee SK. Men's and women's reports of pretending orgasm. *J Sex Res* 2010;47(06):552-567
- Darling CA, Davidson JK Sr. Enhancing relationships: understanding the feminine mystique of pretending orgasm. *J Sex Marital Ther* 1986;12(03):182-196
- Meston CM, Hull E, Levin RJ *Womens Orgasm*. Chapter 24. *Sexual Dysfunctions*.
- Meston CM, Hull E, Levin RJ, Sipski M. Disorders of orgasm in women. *J Sex Med* 2004;1(01):66-68
- Sipski ML, Alexander CJ, Rosen R. Sexual arousal and orgasm in women: effects of spinal cord injury. *Ann Neurol* 2001;49(01):35-44
- Stephenson KR, Meston CM. When are sexual difficulties distressing for women? The selective protective value of intimate relationships. *J Sex Med* 2010;7(11):3683-3694
- Basson R, Althof S, Davis S, et al. Summary of the recommendations on sexual dysfunctions in women. *J Sex Med* 2004;1(01):24-34
- Ortiz CL. *Curso Investigación Cualitativa*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD- escuela de ciencias sociales artes y

- humanidades programas de comunicación social y psicología 2012 p 17.
- 30 Gayle R. Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad En: Vance, Carole S. (Comp.) Placer y peligro. Explorando la sexualidad femenina., Ed. Revolución, Madrid, 1989. pp. 113–190. Disponible en: <http://www.museo-etnografico.com/pdf/puntodefuga/150121gaylerubin.pdf> consultado 29 de junio de 2017
 - 31 Delgado C. (2012). La teoría Fundamentada. Los fundamentos paradigmáticos de las perspectivas Glaseriana, Straussina y Constructivista. En: Delgado, C. (2012). La teoría fundamentada: Decisión entre perspectivas. E. AuthorHouse.
 - 32 Domínguez JFM. La teoría del intercambio social desde la perspectiva de Blau. *Reis* 1978;4:129–146
 - 33 Silva BJ Experiencias sexuales de las mujeres de Medellín durante las últimas tres generaciones [CD-ROM recurso electrónico]. (Trabajo de Grado para optar el Título de Periodista. Asesor Raúl Hernando Osorio Vargas. Facultad de Comunicaciones Universidad de Antioquia Medellín 2010
 - 34 Villalpando Acuña A. Modelando el cortejo humano: negociación e intercambio en las relaciones de pareja desde la perspectiva de la sociología económica. *Sociológica (México)* 2012;27(76):53–87
 - 35 Urzua A, Caqueo A. Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Ter Psicol* 2012;30(01):61–71 [online]
 - 36 Martinelli M. Idea y experiencia de la libertad: Algunas consideraciones sobre el pensamiento de Georg Simmel. *Sociológica (Méx.)* 2012;27(76):89–114 [online]
 - 37 TenorioTovar N. Repensando el amor y la sexualidad: una mirada desde la segunda modernidad. *Sociológica (Méx.)* 2012;27(76): 7–52 [online]
 - 38 Velásquez CD. Representaciones sociales de la sexualidad femenina en un grupo de mujeres del municipio de Medellín. [CD-ROM recurso electrónico]. (Trabajo de Grado para optar el Título de Psicóloga). Asesor Patiño Gaviria Carlos Darío. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Universidad de Antioquia. Medellín 2009
 - 39 Giddens A. Transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas, Catedra-teorema, Madrid 2006
 - 40 Otero JA. Significados de sexualidad: caso mujeres del barrio la Sierra Medellín [CD-ROM recurso electrónico]. (Trabajo de Grado para optar el Título de Trabajadora Social), Asesora: Nora Eugenia Muñoz Franco. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Universidad de Antioquia. Medellín 2009
 - 41 Peláez DA, Ramírez DP. Lógicas de la prostitución femenina prepago en la ciudad de Medellín: Un estudio con jóvenes estudiantes universitarias [CD-ROM recurso electrónico]. (Trabajo de Grado para optar el Título de Trabajadora Social), Asesor: Guillermo Antonio Correa Montoya. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Universidad de Antioquia. Medellín 2007
 - 42 López de la Roche Fabio. Escenarios culturales de una modernidad tardía. *Revista Nómadas* N 8 marzo de 1998. Universidad Central Bogotá. Disponible en: http://nomadas.ucentral.edu.co/nomadas/pdf/nomadas_8/08_10D_Escenariosculturalesdeunamodernidadtardia.pdf