

**VIVENCIAS Y SIGNIFICADOS DE LA SATISFACCIÓN SEXUAL EN DIEZ ADULTOS
JÓVENES DE SANTIAGO DE CALI**

**JUAN CARLOS GUZMÁN URREGO
VALERIA VARGAS HERNÁNDEZ**

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA CALI
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

2021

**VIVENCIAS Y SIGNIFICADOS DE LA SATISFACCIÓN SEXUAL EN DIEZ ADULTOS
JÓVENES DE SANTIAGO DE CALI**

**JUAN CARLOS GUZMÁN URREGO
VALERIA VARGAS HERNÁNDEZ**

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO
PARCIAL PARA OPTAR AL TÍTULO DE PSICÓLOGO.**

**MÓNICA LOZADA PÁEZ, Mg.
DIRECTORA TRABAJO DE GRADO**

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA CALI
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

2021

NORMATIVA

ARTICULO 23 de la Resolución No. 13 del 6 de Julio de 1946, del Reglamento de la Pontificia Universidad Javeriana.

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por sus alumnos en sus trabajos de Tesis. Sólo velará porque no se publique nada contrario al dogma y la moral católica y porque las Tesis no contengan ataques o polémicas puramente personales; antes bien, se vea en ellas el anhelo de buscar la Verdad y la Justicia”.

Nota de Aceptación

MÓNICA LOZADA PÁEZ
DIRECTORA – TRABAJO DE GRADO

DIEGO EMIRO CORREA SÁNCHEZ
Jurado

CLAUDIA ANDREA HENAO
GONZÁLES
Jurado

Santiago de Cali, 2021

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	1
MÉTODO	24
<i>Tipo de estudio</i>	<i>24</i>
<i>Participantes</i>	<i>24</i>
<i>Categorías de análisis.....</i>	<i>26</i>
<i>Instrumento.....</i>	<i>28</i>
<i>Análisis de datos.....</i>	<i>29</i>
<i>Procedimiento</i>	<i>29</i>
<i>Consideraciones éticas.....</i>	<i>32</i>
RESULTADOS	33
DISCUSIÓN	54
REFERENCIAS.....	70
ANEXOS	

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Dimensiones de la satisfacción sexual.

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Categorías de análisis.

Tabla 2. Datos Sociodemográficos.

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1. Guía de preguntas.

Anexo 2. Declaración de Consentimiento Informado.

RESUMEN

Objetivo: Conocer las vivencias y significados de la satisfacción sexual en adultos jóvenes de Santiago de Cali. **Método:** Se realizó un estudio cualitativo con diseño fenomenológico a partir de diez entrevistas semiestructuradas realizadas a cinco mujeres y cinco hombres que se autodenominaran sexualmente satisfechos, con vida sexual activa, con más de una pareja sexual y que tuvieran como mínimo estudios de pregrado. **Resultados:** Con respecto a las vivencias, se halló que los participantes requieren de la presencia de un vínculo emocional que permea en su placer sexual para promover encuentros confiables e íntimos, aun cuando se trata de una pareja ocasional. También, se logró evidenciar que este espacio seguro promueve que se sientan libres de explorar su sexualidad para sentirse sexualmente satisfechos. De igual manera, en relación con los significados, se evidenció que la satisfacción sexual es comprendida desde la relación con un otro, el sentimiento de bienestar y las prácticas sexuales que se realizan. Finalmente, no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres, exceptuando los temas en los que estas eran de carácter fisiológico y biológico como el orgasmo. **Conclusiones:** La satisfacción sexual es un factor que influye considerablemente en la vida de los participantes, promoviendo la creación de vínculos afectivos y su calidad de vida.

Palabras clave: Satisfacción sexual, adultos jóvenes, vivencias de la satisfacción sexual, sentidos de la satisfacción sexual, conexión emocional.

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), la sexualidad toma un papel fundamental debido a que facilita el bienestar físico, mental y social en los seres humanos, el cual requiere de un enfoque positivo y respetuoso en las relaciones sexuales con el fin de tener experiencias placenteras, seguras y libres de cualquier acción que ponga en peligro a la persona. En este sentido, en los últimos años el interés por reconocer la satisfacción sexual en las personas ha sido mayor, ya que se ha logrado identificar que este aspecto puede afectar en las dimensiones emocionales, físicas, familiares y laborales/académicas de una persona (Benavides et al., 2015). Por otro lado, se ha encontrado que cuando una persona frecuentemente se considera sexualmente satisfecha, se establece un ambiente de confianza y comodidad consigo mismo y con su pareja, lo cual aumenta el optimismo sobre la vida y el placer psicológico (Higgins et al., 2011).

A nivel internacional, se ha establecido la importancia de considerar los derechos humanos dentro de las vivencias sexuales, lo cual permite la creación y expansión de derechos sexuales y reproductivos para garantizar la evolución segura, libre, responsable y satisfactoria de las experiencias sexuales de todos los seres humanos (Ministerio de salud y protección social, 2016). Por su parte, una de las formas para promover el crecimiento de estas políticas a nivel internacional es lo propuesto por la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2016) en lo que compete a los objetivos de desarrollo sostenible (ODS).

En el tercer objetivo establecido por los ODS, se hace énfasis en asegurar una vida sana y promover el bienestar para todas las personas sin importar el momento de vida en que se encuentren. Específicamente, una de las metas para el 2030 es garantizar el acceso mundial a los servicios de salud sexual y reproductiva donde se incorporen aspectos de información y educación sexual en los programas y estrategias gubernamentales (ONU, 2016). Esto permite afirmar que los esfuerzos globales para promover la salud sexual permean considerablemente la satisfacción sexual de las personas, los cuales incrementan la calidad de sus relaciones sexuales y su bienestar general.

Específicamente en España, se realizó una Encuesta Nacional de Salud Sexual donde se entrevistaron a 9.850 personas para conocer aspectos relevantes sobre su salud y satisfacción sexual. En los resultados se informó que el 54% de los hombres y el 52% de las mujeres se encontraron bastante satisfechos con su vida sexual. Sin embargo, son más los hombres y mujeres

que se sienten satisfechos sexualmente cuando tienen una pareja estable (hombres, 42% y mujeres, 37,7%) en comparación con tener una pareja ocasional (hombres, 33,3% y mujeres 32,1%), cifras del Ministerio de Sanidad y Política Social (2009). Por ende, lo anterior da cuenta de la puesta en marcha de políticas públicas donde se evidencian los derechos sexuales y reproductivos propuestos como esfuerzo mundial por los ODS, permitiendo así un contexto general de la satisfacción sexual a nivel internacional.

Por otro lado, en Chile también se han realizado iniciativas bajo este objetivo de las ODS donde se promueve la educación en temas de salud sexual y reproductiva. Una de estas iniciativas gubernamentales es la realizada por la Municipalidad de Santiago de Chile (2016) en su programa interdisciplinar “100 preguntas sobre sexualidad adolescente” con temas de autoconocimiento, identidad de género, placer sexual, reproducción, entre otros. Esta iniciativa demuestra la importancia de abordar la sexualidad no solamente desde la reproductividad, sino teniendo en cuenta el placer sexual.

Por su parte, en Colombia la satisfacción sexual se aprecia transversalmente en el desarrollo de la Política Integral de Salud y el Plan Decenal de Salud Pública, la cual se integra con la política nacional de sexualidad, derechos sexuales y reproductivos del Ministerio de Salud Nacional. Por consiguiente, este marco político tiene como objetivos y acciones, en cuanto a la promoción de salud sexual, el disfrute de una sexualidad libre de expresión por medio de acciones como: vida e integridad, privacidad, igualdad/no discriminación y la autonomía. Se busca que para el 2021 la población colombiana haya avanzado significativamente en el reconocimiento y la realización efectiva de los derechos sexuales con la protección, promoción, ejercicio, garantías y restitución de derechos por parte del estado (Ministerio de Salud y Protección Social, 2014).

Finalmente, la Alcaldía de Santiago de Cali (2010) realizó en los últimos años la estrategia “Por el derecho a una sexualidad con sentido”, la cual tuvo como eje temático la promoción y validación de los derechos sexuales y reproductivos por medio de la comunicación, esto debido a las altas tasas de embarazos y enfermedades de transmisión sexual en los jóvenes vallecaucanos. A su vez, esto ofrece una muestra del interés por temas de sexualidad en el territorio y permite evidenciar el contexto local de la temática de este estudio. Sin embargo, estas iniciativas se encargan de promover las consecuencias de no tener una sexualidad responsable (embarazos y

ETS), en lugar de profundizar en la sexualidad desde el placer y el erotismo que estas prácticas pueden generar en los seres humanos.

En este orden de ideas, la educación en sexualidad a nivel nacional y en la ciudad solo tiene en cuenta los conceptos del cuerpo y su fisiología, cuando debería promover fuertemente el autoconocimiento y manejo responsable de las relaciones sexuales para que los jóvenes puedan considerar su cuerpo como un lugar seguro de experimentar su individualidad y a su vez, compartirse con un otro para expresar sus sentimientos y emociones. Además, se considera que este tipo de actividades de autoconocimiento impactaría positivamente en tener relaciones sexuales satisfactorias.

Hasta ahora se ha planteado el contexto general de los derechos sexuales y reproductivos a nivel internacional, nacional y local, demostrando la importancia que ha surgido en los últimos años de abordar la sexualidad humana. Sin embargo, aún se presentan muchos vacíos en lo que respecta a la satisfacción sexual en estos esfuerzos realizados por las entidades gubernamentales, lo cual lleva a considerar las problemáticas que se desarrollan en torno a la insatisfacción sexual.

En este sentido, cuando no existen relaciones sexuales satisfactorias puede afectarse de manera negativa la vida de las personas, ya que podrían presentarse casos de rotación con muchas parejas sexuales, promoviendo las prácticas sexuales de riesgo. En un estudio realizado por Orcasita et al. (2010) el cual tuvo como objetivo describir las principales conductas de riesgo frente al VIH/SIDA en estudiantes universitarios de Cali, se encontró que el 28.9% de los participantes no tuvieron relaciones sexuales con la misma persona. Además, el 36.5 % de los participantes no utilizaron métodos anticonceptivos en su última relación sexual. Lo anterior resulta pertinente debido a que ambas acciones son descritas como conductas de riesgo y se presentan en mayor cantidad, lo cual deja en evidencia un aspecto de la problemática de esta investigación.

Asimismo, se ve afectada la esfera social de las personas cuando no existen relaciones sexuales satisfactorias, intensificando las rupturas amorosas o las infidelidades cuando se trata de parejas estables. A nivel internacional, en Ciudad de México se encontró que el 31% de los hombres de un estudio afirmaron haber sido infieles por insatisfacción sexual y aburrimiento, lo cual hizo que además de la infidelidad algunos dejaran a su pareja (Medina et al., 2013).

También, una encuesta realizada por la firma Datexco en 13 ciudades principales de Colombia, indicó que al menos el 66% de los colombianos, tanto hombres como mujeres, admitieron haber sido infiel alguna vez a su pareja (El Tiempo, 2012). Lo anterior puede ser comprendido desde Medina et al. (2013), ya que afirman que cuando la relación primaria es incapaz de llenar ciertas necesidades, el ser humano se encuentra motivado a buscar los satisfactores que requiere para cubrir sus carencias, incluso fuera de la relación establecida.

En consecuencia, se puede concluir de lo anterior que las personas consideradas sexualmente insatisfechas podrían presentar dificultades en alguna de sus dimensiones humanas, lo cual hace que se vea amenazado el bienestar general de la persona, evidenciando una problemáticas social e individual importante de abordar.

A continuación, se presentarán las investigaciones que se han realizado en torno al tema y que resultan útiles en términos conceptuales y prácticos para el presente estudio. Para ello, los antecedentes encontrados serán agrupados en tres categorías. Inicialmente, se presentarán las investigaciones relacionadas con la presencia del vínculo afectivo en las relaciones sexuales. Seguido a esto, se destacarán los antecedentes sobre las prácticas sexuales que influyen o no en el deseo sexual y finalmente, se abordarán los estudios sobre los factores socioculturales que influyen en la insatisfacción sexual.

Para comenzar, dentro de la categoría del vínculo afectivo en las relaciones sexuales se puede resaltar la investigación de Valdés et al. (2003) en México, la cual tuvo como objetivo determinar y comparar los significados que la satisfacción sexual tiene para mujeres y hombres. Dentro de los principales resultados se encontró que para los hombres es relativamente fácil separar el amor del sexo y consideran que las relaciones sexuales pueden llegar a ser satisfactorias con o sin presencia del vínculo. Mientras que las mujeres establecieron que sí había diferencias entre relaciones sexuales con amor y sin amor, resaltando que para sentirse satisfechas ha sido necesario que exista amor en la relación de pareja. Los autores afirman que la diferencia se encuentra en los roles desiguales que en la sociedad se reservan para ambos.

Lo dicho previamente es coherente con los resultados obtenidos por Opperman et al. (2014) en su exploración de los significados del orgasmos y placer sexual de ciento diecinueve adultos ingleses, debido a que la mayoría de la muestra considera mucho más satisfactorio tener orgasmos con una persona amada que con una persona pasajera. Uno de los argumentos más significativos

es que cuando se tienen relaciones sexuales con una persona amada es más fácil ser comprendido porque conoce lo que le gusta experimentar, lo cual genera un ambiente de seguridad y confianza para explorar, disfrutar y obtener relaciones sexuales satisfactorias. Del mismo modo, en la investigación sobre la satisfacción sexual en mujeres casadas españolas de Iglesias et al. (2018), se encontró que, a mayor variedad de prácticas sexuales y afectivas, tanto durante como después de la relación sexual, mayor es la satisfacción sexual.

Lo anterior permite evidenciar que la satisfacción sexual requiere de otros elementos intrapsíquicos, tales como la confianza emocional que se evidencia en la investigación de Stulhofer et al. (2013), en donde reflexionan sobre la noción de intimidad como un rol positivo de la sexualidad en hombres heterosexuales croatas. Un resultado importante obtenido de este estudio fue la dependencia que tiene la intimidad emocional con el deseo y la satisfacción sexual, ya que la intimidad emocional estaba fuertemente asociada con un componente personal que le permite al hombre involucrarse emocionalmente con su pareja sexual, obteniendo como resultado un mayor bienestar sexual teniendo en cuenta este vínculo afectivo. Por otro lado, este estudio también permite debilitar los estereotipos generalmente impuestos a los hombres con respecto a las relaciones sexuales sin involucrarse afectivamente, donde queda la evidencia de que sí hay una relación positiva entre los sentimientos de amor y el placer sexual.

Del mismo modo, Kontula y Miettinen (2016) buscaron encontrar las tendencias y determinantes de los orgasmos femeninos en Finlandia. Dentro de la investigación se encontró que las mujeres que están en una relación estable como matrimonio o unión libre refieren tener mayor satisfacción sexual y más orgasmos (50%) que las mujeres solteras (40%). Los autores consideran que estos resultados se deben a que las mujeres que tienen pareja estable están en relaciones que funcionan positivamente donde hay soporte emocional, lo cual permite una mayor apertura sexual que se relaciona con una mayor capacidad orgásmica.

Por su parte, Pascoal et al. (2013) realizaron un estudio exploratorio que tuvo como objetivo investigar el concepto de satisfacción sexual de setecientos sesenta hombres y mujeres laicas de Portugal. De este modo, encontraron que la definición de la satisfacción sexual tiene un componente bidimensional, los cuales se enmarcan en el bienestar sexual personal y los procesos diádicos. Es importante mencionar que uno de los componentes cruciales de la satisfacción sexual es el placer mutuo según las personas entrevistadas.

De este grupo de investigaciones se puede concluir que tanto para hombres como para mujeres es indicadora la presencia de un vínculo afectivo para mantener relaciones sexuales satisfactorias. Sin embargo, esta condición resulta más necesaria para las mujeres debido a componentes socioculturales.

Ahora bien, con respecto a las investigaciones sobre las prácticas sexuales que influyen en el deseo sexual, se encontró el estudio de Arias et al. (2011), los cuales centraron su atención en identificar los componentes de pensamientos y prácticas eróticas de estudiantes universitarios en Cali, Colombia. Los resultados más importantes fueron que el 50% de los jóvenes encuestados empezaron sus relaciones sexuales antes de la adolescencia final y que el 42% de estos ha tenido entre dos y cinco parejas sexuales. Sin embargo, los hombres presentaron mayor número de conductas sexuales de riesgo en comparación a las mujeres. Lo anterior resultó revelador porque se demostró que los hombres, aun teniendo prácticas sexuales de riesgo significaron con mayor satisfacción sus relaciones sexuales, a diferencia de las mujeres. Además, la mayoría de las prácticas sexuales de riesgo experimentadas por los hombres se delimitan en tener un mayor número de parejas sexuales y una mayor prevalencia de infidelidad en esta investigación.

A su vez, la poca satisfacción sexual por parte de las mujeres en relación con sus prácticas sexuales puede ser asociado con los resultados de Echeverría (2017), donde se encontró que la mayoría de las mujeres entrevistadas consideran que el masturbarse no está bien visto y hacerlo les genera sentimiento de culpa y, por ende, bajo deseo y satisfacción sexual. Mientras que para los hombres resulta mucho más fácil y normal obtener éstos por medio de la masturbación. Los autores explican que lo anterior se debe a que los hombres tienen sus genitales al alcance de la vista, además de que existe una constante referencia a ellos con sus pares por medio de bromas o comentarios. De igual manera, en la investigación realizada por Valdés et al. (2003), se encontró la misma experiencia en los hombres con respecto al orgasmo y a la satisfacción sexual, justificando que esto se debe a una “genitalización” y por eso la sexualidad se concentra más en el pene y en la eyaculación.

Asimismo, el estudio de Teva et al. (2014) permite relacionar estas prácticas sexuales y la genitalización con un estudio sobre la satisfacción sexual teniendo en cuenta las actitudes hacia el uso del preservativo en adolescentes españoles. De este, se obtuvo como resultado que los hombres con mayor actitud positiva al preservativo tienen mayor probabilidad de usar el mismo en su

primera relación sexual vaginal y anal, a diferencia de las mujeres, ya que cuando presentan mayor satisfacción sexual se puede predecir estadísticamente el no haber usado el preservativo en su primera relación sexual. Estos resultados son pertinentes para comprender que el uso del preservativo influye considerablemente en la satisfacción sexual individual y de pareja.

De las investigaciones anteriores se puede concluir que existen diferencias entre hombres y mujeres con respecto a las prácticas sexuales que realizan y la satisfacción sexual que obtienen de estas. Asimismo, se encontró que la presencia de la masturbación y algunas prácticas de riesgo generan mayor satisfacción y deseo sexual en los hombres, mientras que en las mujeres se evidenció la ausencia de estas prácticas debido a creencias y otros factores culturales.

Por otro lado, en las investigaciones que hacen referencia a los factores sociales y culturales que influyen en la insatisfacción sexual, se encuentra el de Echeverría y Villagrán (2015) donde exploraron la influencia del contexto social en las experiencias y percepciones de deseo sexual en jóvenes mexicanos. Un resultado importante de esta investigación es que existe gran influencia machista con respecto a los pensamientos y prácticas sexuales en la población, por lo que es posible comprender la limitación y sumisión de las mujeres ante los deseos de los hombres. Esto resulta relevante porque deja en evidencia que aún existen componentes socioculturales que influyen en la insatisfacción sexual de la mujer, más allá de ser una consecuencia individual de cada una de ellas.

Del mismo modo, se encuentra una estrecha relación con un estudio realizado por Cerón (2016) en el mismo país, que obtuvo como resultados que el placer sexual para las mujeres universitarias no se asume como una condición intrínseca a su sexo, sino como un proceso que implica la problematización de sí mismas entre la relación de normas sociales y su experiencia personal, lo cual permite complementar esta reflexión sobre la influencia contextual en la insatisfacción sexual de las mujeres.

Asimismo, esta condición sociocultural podría relacionarse fuertemente con las rupturas de parejas, tal como lo expone Medina et al. (2013) en México, donde encontró que las principales causas de infidelidad en hombres se deben a la insatisfacción sexual (31%) y a que se sienten aburridos e incómodos (68%); mientras que las mujeres tienden a ser infieles porque se sienten solas (60%) e incomprendidas (33%) en la relación.

Lo anterior tiene relación con Castellanos et al. (2013) donde se describió la desigualdad en la satisfacción sexual con respecto al género y la clase social de adolescentes españoles, además de su relación con una sana autodeterminación corporal. Se encontró que las mujeres perciben la satisfacción sexual como un elemento saludable en sus vidas y que cuando las mujeres se sienten satisfechas, el deseo de tener frecuentemente relaciones sexuales aumenta significativamente.

Igualmente, en la investigación de Navarro et al. (2010) en España, se encontró que el 15.7% de los hombres es quién toma siempre la iniciativa en las relaciones sexuales, en comparación con las mujeres (1.8%). Al ser un estudio cuantitativo, los autores no explican por qué se presentan estas variaciones entre hombres y mujeres. Sin embargo, según lo encontrado en las investigaciones anteriores, se puede llegar a pensar que esta diferencia en la iniciativa sexual se debe a los roles estereotipados que existen en la sociedad.

Todavía cabe señalar que en la investigación de Iglesias et al. (2018) se encontró que el grupo de mujeres casadas con edades inferiores tenía mayor satisfacción sexual con respecto a las mujeres de edades superiores. Según los autores, esto se debe a que la satisfacción sexual de las mujeres disminuye con la edad debido a que se ha encontrado presencia de actitudes sexuales negativas, menos deseo y actividad sexual. Sin embargo, en un estudio realizado por Quintero et al. (2019) sobre satisfacción sexual en relación con el orgasmo de quince mujeres entre los veinte y sesenta años, se encontró que todas las participantes consideran la vida sexual como un aspecto sumamente importante para sus vidas, refiriendo que tener sexo con sus parejas las “oxigena”. Algunos manifiestan que vivir su sexualidad les genera una sensación de tranquilidad y tampoco se encontró una disminución en la satisfacción sexual según el aumento de la edad, contrastando lo encontrado en la anterior investigación.

Así mismo, se considera como factor contextual el estrés ocasionado por actividades laborales y/o académicas, tal como lo describe Días et al. (2016) en Colombia, considerando que sí hay una estrecha relación del estrés con el deseo y las conductas sexuales en estudiantes universitarios. Sin embargo, se descubrió en este estudio que no existe relación del estrés con la satisfacción sexual, indicando que tener una relación sexual satisfactoria es consecuencia de otros factores intrapsíquicos, afectivos y sociales.

De las anteriores investigaciones se puede concluir que dentro de los principales factores presentes en el contexto social y cultural que generan la insatisfacción sexual en las mujeres son

la edad, el estrato socioeconómico, los estereotipos, las creencias y las representaciones sociales sobre el género en la sociedad, entre otros. Cabe resaltar que estos factores también influyen en la satisfacción sexual de los hombres, pero en menor proporción.

En la mayoría de los antecedentes revisados se establece la importancia de reconocer la sexualidad como una dimensión significativa en el ser humano que aporta a su salud y bienestar integral. No obstante, se encontró que dentro de estas investigaciones prima más el estudio sobre la satisfacción sexual en mujeres que en hombres. Adicionalmente, fueron pocas las investigaciones relacionadas con las vivencias y significados de la satisfacción sexual en adultos jóvenes, lo cual motiva a los investigadores a estudiar sobre este aspecto para reducir el vacío teórico.

Por otro lado, se encontró una brecha metodológica dentro de la información consultada, ya que la mayoría de las investigaciones corresponden a estudios cuantitativos, las cuales logran aportar información sobre el tema, pero no logran ser muy relevantes debido a los aspectos que difieren entre la investigación cualitativa y la cuantitativa. A pesar de lo anterior, se logró rescatar información de los antecedentes, discusiones y conclusiones de los estudios cuantitativos.

Finalmente, el estudio desarrollado por Pascoal et al. (2013), aunque abordó la temática de significados sobre la satisfacción sexual en una población bastante amplia, esta no corresponde ni tiene las mismas características de la población seleccionada para la presente investigación. En este orden de ideas, se tendrán en cuenta los aportes teóricos de este estudio para el desarrollo de las categorías de análisis, los cuales serán expuestos más adelante.

Teniendo en cuenta que la insatisfacción sexual surge como una problemática individual y social, que además es subjetiva y depende de la interpretación y experiencia de cada sujeto, resulta pertinente preguntar ¿Cuáles son las vivencias y significados que dan cuenta de la satisfacción sexual en adultos jóvenes de Santiago de Cali? Por consiguiente, la presente investigación tiene como objetivo general conocer las vivencias y significados de la satisfacción sexual en adultos jóvenes de Santiago de Cali. Para dar respuesta a esto, se buscó describir las vivencias sexuales de adultos jóvenes que se consideran sexualmente satisfechos. Asimismo, se exploraron los significados que los adultos jóvenes le dan a la satisfacción sexual para denominarse sexualmente satisfechos y finalmente, se determinaron las diferencias y similitudes entre hombres y mujeres en torno a las vivencias y significados de la satisfacción sexual.

En este orden de ideas, resulta pertinente abordar la satisfacción sexual en adultos jóvenes debido a que se aportará al conocimiento de este fenómeno desde el estudio de personas que no hayan sido diagnosticadas con alguna patología o trastorno sexual, de tal modo que se podrá obtener más información científica sobre el aspecto sexual de las personas que consideran tener una vida sexualmente satisfecha. Por otro lado, esta investigación favorece al estudio de la satisfacción sexual desde las vivencias y significados que las personas les otorgan a sus experiencias sexuales, lo cual promueve el reconocimiento de la subjetividad de cada sujeto, trascendiendo de los estudios tradicionales enfocados en la satisfacción sexual a partir de prácticas sexuales. Ahora bien, al plantear una investigación cualitativa se logrará aportar a la validez y reconocimiento de los estudios de sexualidad como una ciencia social.

Finalmente, esta investigación fomenta el bienestar físico y psicológico de los seres humanos, ya que los beneficios del desarrollo de una sexualidad plena durante el curso de vida de una persona permiten elevar la calidad de esta, actuando como un factor que protege la salud. Además, está comprobado que las relaciones sexuales traen beneficios importantes en la salud mental, debido a que esta actividad reduce el estrés y la ansiedad, generando bienestar en las personas. Cabe resaltar que a pesar de que esta investigación no se centra exclusivamente en las experiencias sexuales que acontecen dentro de las relaciones de pareja, los resultados pueden ser insumos para investigadores y psicoterapeutas de pareja, con el fin de que se pueda mejorar el abordaje que se realiza en esta temática que influye en las dinámicas de interacción social entre las personas.

Ahora bien, con respecto a las hipótesis de investigación se puede afirmar que según Marinas y Santamarina (como se citó en Delgado y Gutiérrez, 2007), en la investigación cualitativa las hipótesis se ponen al final y la interpretación se pone en marcha desde el principio, puesto que se pretende abordar el fenómeno con la menor cantidad de sesgos posibles para comprenderlo tal y como es. Por ende, en esta investigación serán presentadas como conclusiones después de los resultados con el fin de hacer inferencias sobre las vivencias y los significados de la satisfacción sexual expresados por los participantes.

La presente investigación se circunscribe en el marco de la psicología de la salud, la cual es definida por Matarazzo (como se citó en Grau y Hernández, 2005) como una serie de aportes tanto educativos, científicos y profesionales para la promoción y mantenimiento de la salud, así

como para prevenir y tratar enfermedades. Lo anterior se relaciona con este estudio porque se pretende comprender a partir de las vivencias y significados de los adultos jóvenes, lo que es placentero y/o satisfactorio a la hora de tener una relación sexual y de esta manera, aportar al bienestar integral de la persona para aportar en mantener su salud mental y física.

Después de indicar los objetivos y la relevancia metodológica y social del estudio, es importante desarrollar los componentes teóricos que permiten delimitar los conceptos que sustentan esta investigación. Se iniciará este apartado con la definición integral de sexualidad, la cual incluye la concepción de género y se continuará con la respuesta sexual humana. En este sentido, se entenderá la sexualidad como el conjunto de fenómenos biológicos, conductuales, emocionales y culturales que abarcan la vida humana en su totalidad como un aspecto central en su desarrollo y bienestar (Gotwald y Holtz, 1983).

En primer lugar, la parte biológica hace referencia a los cambios físicos que parten de las configuraciones genéticas que determinan las características genitales, hormonales y anatómicas del sexo entendido como hombre y mujer. Por otro lado, desde el punto de vista conductual, se puede entender como un continuo que va desde el establecimiento del contacto con un objeto de deseo hasta el orgasmo fruto de este. En tercer lugar, lo emocional corresponde al amor y confianza que se establece desde la relación con el cuidador primario, hasta poner este vínculo en relaciones sociales en la adultez. Finalmente, lo cultural trae consigo todos los modos de proceder según los valores establecidos por la sociedad a partir de lo que es masculino y lo que es femenino (Gotwald y Holtz, 1983).

Por consiguiente, el concepto de sexualidad se entiende de una manera integral, por lo cual no se estudiará únicamente desde el modelo biológico, sino que también se tendrá en cuenta la parte psicológica y social, la cual es planteada en el modelo de Rubio (1998), donde se alcanza la sexualidad como un sistema que resulta de la interacción entre cuatro holones que parten de potencialidades humanas: la reproductividad, el género, el erotismo y el vínculo afectivo.

El primer componente de la sexualidad es la reproductividad, donde se habla de la capacidad que tiene el ser humano de ser reproductivo, es decir, de mantener la especie humana. Lo importante es que esta condición no es únicamente biológica (quedar en embarazo), ya que existe la posibilidad de criar y acompañar el desarrollo de sus hijos, aunque no sean biológicos (Rubio, 1998).

Por su parte, el segundo componente planteado por Rubio (1998) corresponde al género, el cual expone la evolución de la especie humana desde su consolidación biológica hasta su parte cultural en dos tipos: masculino y femenino. En consecuencia, surge una dimensión psicológica importante que aparece desde los primeros momentos del desarrollo: la identidad genérica. Por tanto, esta identidad ofrece un marco de ideas y conceptos establecidos socialmente sobre lo que se debe ser y hacer de acuerdo con el género correspondiente.

Sin embargo, los planteamientos más recientes y en los cuales se fundamenta esta investigación indican una comprensión sociológica de esta dimensión del ser humano. El género es referido según Lamas (2000) como:

Conjunto de ideas, prácticas y prescripciones sociales que una cultura desarrolla desde la diferencia anatómica entre mujeres y hombres, para simbolizar y construir socialmente lo que es “propio” de los hombres (lo masculino) y “propio” de las mujeres (lo femenino).
(p. 2)

Así bien, el género es el resultado de una construcción social que no se puede reducir a la división biológica de hombre y mujer, sino que se extiende a la interpretación y vivencia personal que cada sujeto le otorgue, independiente de su condición biológica. Del mismo modo, Butler (2006) asume que cuando el género implica única y exclusivamente la matriz de lo masculino y lo femenino se está negando la posibilidad de otras expresiones más allá de la “coherencia binaria”, expresando entonces que estas permutaciones que no coinciden con la comprensión binaria siguen haciendo parte del género.

Lo anterior refiere a que el género tiene una forma de desplazarse más allá de la binaria y un ejemplo de esto son las personas transgénero y queers, las cuales naturalmente tienen una condición biológica (hombres o mujeres), pero expresan y desarrollan su género más allá de lo establecido como femenino y masculino.

En tercer lugar, se encuentra el erotismo, que hace referencia a la dimensión humana que permite experimentar placer sexual. De aquí se habla nuevamente de una potencialidad debido a que todas las personas fueron dotadas con la capacidad de sentir. Sin embargo, el erotismo no se refiere únicamente a la estimulación sensorial para obtener placer, sino que gracias al desarrollo y a la cultura, la experiencia placentera dependerá casi en su totalidad de lo que la persona ha vivido,

significado y percibido. En este sentido, el placer sexual será influenciado completamente por factores psicológicos (Rubio, 1998).

Finalmente, el cuarto componente es el vínculo afectivo, que se refiere a la capacidad que tienen los seres humanos de crear lazos emocionales intensos con otra persona y que pueden ser expresados a partir de respuestas afectivas. Estos vínculos nacen desde los primeros momentos de gestación, en donde aparece una gran carga emocional de la madre o cuidador primario. De ahí que los humanos tengan la necesidad de expresar y recibir amor (Rubio, 1998).

A partir de la anterior explicación sobre el concepto de sexualidad y sus componentes, se hará un acercamiento a la respuesta sexual, dado que este es un tema central de la presente investigación. Para ello, es necesario abordar los modelos teóricos que se han aproximado a la explicación de dicha respuesta.

Según Master y Johnson (como se citó en Rathus et al., 2005), la respuesta sexual es la secuencia de cambios corporales y fisiológicos que ocurren cuando hombres y mujeres comienzan a excitarse durante una relación sexual. Estos autores dividen la respuesta sexual en cuatro fases: excitación, meseta, orgasmo y resolución.

En la fase de excitación, las mujeres comienzan a lubricar de 10 a 30 segundos después del inicio de la estimulación, las paredes de la vagina se dilatan y el clítoris se hincha, además de presentar un aumento leve en los senos y erección de los pezones. Por otro lado, los hombres experimentan la erección aproximadamente a los 3 u 8 segundos después de haber iniciado la estimulación, la piel del escroto se engrosa y aumenta el tamaño de los testículos. A estos cambios fisiológicos y corporales que experimentan hombres y mujeres en los genitales se denominan vasocongestión. Master y Johnson (como se citó en Rathus et al., 2005).

La siguiente fase se denomina meseta debido a la permanencia constante de la excitación. Además, esta fase se caracteriza por el aumento de la vasocongestión, de la tensión muscular, del ritmo cardíaco y la tensión arterial, preparando el cuerpo para el orgasmo. En esta fase, uno de cada cuatro hombres y una de cada tres mujeres presenta lo que se denomina como “rubor sexual”, que es el enrojecimiento del pecho y los senos durante la relación sexual, Master y Jonhson (como se citó en Rathus et al., 2005).

En la tercera fase, se espera que los hombres y las mujeres lleguen al orgasmo. En el caso de los hombres, el aparato reproductor se acomoda para liberar el semen y tener una eyaculación, generando una sensación de no poder evitar esta liberación. Por otro lado, las mujeres tienen entre 3 a 15 contracciones en los músculos pélvicos que rodean el cuerpo vaginal, que también generan la liberación de tensión sexual. Finalmente, se encuentra la fase de resolución, en la cual los cuerpos vuelven al estado previo a la excitación; en ambos disminuye la vasocongestión, el ritmo cardíaco y desaparece el rubor sexual. Master y Johnson (como se citó en Rathus et al., 2005).

No obstante, la terapeuta sexual Helen Kaplan (1978), complementa la teoría de Master y Johnson proponiendo un modelo de respuesta sexual compuesto de tres fases: deseo, excitación y orgasmo. En la primera fase, el deseo sexual aparece como un impulso que motiva a la persona a encontrar una experiencia sexual, se trata de un momento eminentemente cognitivo y con pocos cambios físicos en el organismo, que la permiten caracterizar como un proceso psicobiológico. Por lo tanto, diversos factores afectan en esta fase, tales como el estrés, la ansiedad o la depresión. Además, sin deseo o impulso sexual, es imposible o se realizará de manera insatisfactoria la relación sexual, afectando negativamente en la relación de pareja.

En la fase de excitación o vasocongestiva, se pueden encontrar las dos divisiones que hacen referencia a la fase de excitación y meseta de Masters y Johnson. Por lo tanto, en este momento sucede la dilatación de los vasos sanguíneos, se presenta la erección en los hombres, mientras que en la mujer aparece la lubricación, aumento del tamaño del clítoris, entre otros. Por último, en la fase de orgasmo aparecen las contracciones reflejadas en los músculos genitales, en el hombre la emisión y la eyaculación, y en la mujer, las contracciones rítmicas que aparecen en entorno a la entrada de la vagina (Kaplan, 1978).

En síntesis, para Master y Johnson la respuesta sexual es vista como el producto de estados sucesivos que tienen un orden invariante y decisivo, en contraste con las fases de Kaplan que permiten comprender la respuesta sexual de una manera más independiente, debido a que la secuencia puede modificarse porque una persona podría experimentar excitación sexual u orgasmos, aunque tenga un deseo sexual bajo. Por consiguiente, este modelo es fundamental para denominar al deseo sexual como una fase separada de la respuesta sexual (Rathus et al., 2005).

Al haber llegado a este punto, en donde se explicaron las teorías correspondientes a la respuesta sexual en los seres humanos, resulta pertinente exponer las consideraciones teóricas

sobre la población escogida para esta investigación con el fin de realizar un acercamiento a sus vivencias de la sexualidad.

En este orden de ideas, Arnett (2000) propone que los adultos jóvenes son aquellas personas que están llegando a los treinta años y que, en sus acciones y trayectorias muestran mayor estabilidad en el momento de relacionarse con otros. Asimismo, estas personas han tomado decisiones que les permiten acercarse a lo que quieren ser, tales como establecerse con una pareja a largo plazo, ya sea por medio del matrimonio o la unión libre, tener un trabajo estable y obtener un buen desempeño en el mismo. Algunas personas que se encuentran en este momento de vida han optado o no por tener hijos, lo cual también es una característica que resalta a esta edad.

Sin embargo, autores como Erikson (1983) refieren que la edad no es un factor determinante para establecer el momento de vida de los seres humanos, ya que existen otros aspectos como los afectivos, cognitivos e interpersonales que influyen en el desarrollo físico y psicológico de las personas.

Con respecto a la sexualidad en la adultez joven, se puede resaltar que están en un momento de plenitud posterior a la adolescencia porque logran definir su orientación sexual al haber sido mayormente explorada y constituye en mejor manera su propia identidad (Jiménez, 2012).

El adulto joven comienza a desarrollar una vida sexual mucho más activa que los adolescentes, ya que existen más oportunidades y disminuyen la presencia de límites paternos que les permiten abrirse más a su sexualidad (Escalante et al., 2008), lo cual promueve la aparición de diferentes prácticas y actitudes con respecto al tema. Algunos investigadores han encontrado que los adultos jóvenes hombres reportan tener con mayor frecuencia fantasías sexuales, las cuales están relacionadas con el incremento de la satisfacción sexual (Moyano y Sierra, 2014). Del mismo modo, estos autores señalan que las mujeres que experimentan de manera más frecuente las fantasías eróticas durante la masturbación logran alcanzar más orgasmos durante sus relaciones sexuales.

En lo que concierne a la masturbación, se ha encontrado que es una práctica muy frecuente en la mayoría de los adultos jóvenes. Sin embargo, en una investigación en donde se entrevistaron a siete personas (cuatro hombres y tres mujeres), se encontró que sólo una de las tres mujeres afirmó masturbarse y fue la que expresó tener mayor disfrute sexual (Valdés et al., 2003).

Continuando con las prácticas sexuales a las que principalmente recurren los adultos jóvenes, se encontró que las mujeres realizan con mayor frecuencia conductas románticas como abrazar, besar, acariciar y utilizar ropa erótica. En lo que corresponde a los hombres, en su mayoría realizan conductas como masturbarse sin compañía, humillar a su pareja sexual durante las relaciones sexuales, ver pornografía, entre otras (García et al., 2005).

Lo anterior deja en evidencia que las mujeres, por lo general, buscan el placer sexual desde un erotismo centrado en el romanticismo y los afectos, mientras que los hombres encuentran el placer basados en la influencia sociocultural sustentada en una sexualidad hedonista (García et al., 2005).

Del mismo modo, se encontró que la mayoría de los hombres en este momento de vida prefieren el sexo vaginal con la mujer encima (29%) y la postura con entrada posterior. Mientras que las mujeres, prefiere en cunnilingus o sexo oral (67%) en primer lugar y en segundo sexo vaginal con la mujer encima. Finalmente, se pudo conocer que la práctica menos elegida por ambos fue el sexo anal (13%). (Auslander et al., 2009).

Por otro lado, con respecto al consumo de sustancia psicoactivas durante las relaciones sexuales, son pocos los estudios que abordan esta temática con una metodología cualitativa en adultos jóvenes. Sin embargo, Ruiz y Espada (2009) encontraron que las sustancias psicoactivas más consumidas por esta población es el alcohol (50%), seguida del cannabis (16.2%) y finalmente el consumo de otras sustancias como la cocaína (71.4%), inhalantes (23.8%) y alucinógenos (4.8%). Asimismo, Calafat et al. (2007) exploraron las relaciones que establecen los jóvenes en contextos recreativos con las drogas más habituales y la consecución de determinadas metas sexuales como facilitar los encuentros, aumentar sensaciones, prolongar las relaciones e involucrarse en relaciones sexuales menos usuales.

Inicialmente, tanto hombres como mujeres afirmaron que el alcohol es la sustancia más consumida y valorada positivamente, ya que facilita el inicio de un encuentro en un contexto recreativo (discotecas, bares, reuniones). Otra droga utilizada es la cocaína, en la cual manifestaron que la razón de consumirla es debido a que alarga más el encuentro sexual y también porque aumenta la excitación en las mujeres. Sin embargo, algunos hombres y mujeres mencionaron que la cocaína puede dificultar la erección y el orgasmo masculino. Finalmente, la mayoría de los hombres y mujeres que participaron en esta investigación no prefieren el consumo de cannabis

durante las relaciones sexuales, ya que aseguran que produce pasividad y adormecimiento. Fueron pocas las mujeres que valoraron de manera positiva el consumo de cannabis durante las relaciones sexuales.

Una vez expuestos las prácticas y actitudes que son más frecuentes durante este momento de vida, se presentarán ahora algunas apreciaciones con respecto al amor y a la intimidad emocional en los adultos jóvenes, ya que son importantes a la hora de comprender sus interacciones. Según lo anterior, se puede decir que el compromiso en este momento del desarrollo se centra en la reciprocidad de su vida amorosa y de pareja (Erikson, 1983), lo cual permite comprender el amor de diversas maneras, tal como lo propone Rice (como se citó en Jiménez, 2012) en las cinco formas de expresar amor.

La expresión romántica se caracteriza por un amor comprendido en medio de caricias y la ternura, acompañados con sentimientos intensos. Asimismo, la forma de expresión dependiente se caracteriza por la necesidad mutua de estar constantemente en pareja, aunque esto podría convertirse en una obsesión. Por su parte, la expresión filial se centra en el interés común de acompañar la vida. Otra forma de manifestar es la altruista, que expresa la preocupación de dar y recibir genuinamente el amor. Finalmente, y de mayor interés para esta investigación, la expresión erótica, donde el amor, el deseo sexual y el sexo son interdependientes entre sí, por lo que se encuentra un fortalecimiento de la relación de pareja cuando tienen relaciones sexuales satisfactorias. Rice (Como se citó en Jiménez, 2012).

En resumen, la expresión de la vida sexual en la adultez joven se caracteriza por ser un momento de tranquilidad, considerando que ya se encuentran muchos aspectos de su personalidad definidos, incluyendo el sexual. Esto último se relaciona fuertemente con la expresión erótica de la adultez joven teniendo en cuenta que su prioridad es establecer su vida amorosa.

Una vez comprendidas las características de la sexualidad en los adultos jóvenes, es importante resaltar nuevamente la subjetividad y el carácter individual de la misma. Es por lo que, resulta fundamental para esta investigación conocer los significados de las personas para revisar la forma en la que construyen una definición de su placer sexual. Este concepto es retomado por Rogers (1975) cuando define el marco de referencia interno, debido a que se trata del mundo subjetivo de cada persona que permite la designación y comprensión del mundo. A su vez, este

marco establece el punto de vista del individuo que se desarrolla de acuerdo con los sucesos que ha experimentado durante su vida, organizando lo que gusta, lo que hace, lo de que piensa, etc.

En este orden de ideas, las vivencias son estos sucesos, hechos y experiencias vividas por cada persona que contribuyen a la formación y configuración de su personalidad (Rogers, 1975). Por lo tanto, resulta significativo este concepto para comprender la experiencia sexual satisfactoria de cada persona, lo cual sustenta el hecho de retomar lo vivido por cada sujeto desde el inicio de su vida sexual.

Hasta ahora se han mencionado los conceptos relacionados con la sexualidad y la respuesta sexual en adultos jóvenes, resaltando la importancia de reconocer las vivencias y significados que se pueden experimentar en las relaciones sexuales. Ahora, para seguir ahondando en el tema, es necesario definir el erotismo, el deseo sexual, la satisfacción sexual y finalmente, las prácticas sexuales, conceptos que resultan fundamentales para esta investigación.

El erotismo hace referencia a todas las conductas y pensamientos que permiten la búsqueda del placer, no solo desde la genitalidad o el contacto sexual, sino también en todos los procesos humanos que conlleva al deseo sexual para lograr la satisfacción desde un ámbito individual o en compañía (Cano et al., 2019). Asimismo, se ha encontrado que el erotismo está relacionado con la obtención de placer, particularmente una satisfacción que puede derivarse de aspectos diferentes a la “genitalización”, enfocándose más en factores como el acompañamiento mutuo, el apoyo y el desarrollo de actividades que se puedan asumir en pareja (Rosero et al., 2013). Asimismo, Miranda (2008) menciona la existencia de un vínculo erótico, el cual funciona como una estructura compleja que se compone de un sujeto, un objeto y la interacción entre ambos, resaltando que esta interacción debe coincidir con las imágenes internas del sujeto.

Ahora bien, el deseo sexual es un imaginario que proviene de un orden social, el cual genera un grado de satisfacción en las personas que lo experimentan. Sin embargo, el deseo sexual es un aspecto individual y subjetivo, aun cuando la sociedad ha establecido ciertos parámetros sobre lo que es deseable o no (Cruz et al., 2013). Por otro lado, Deleuze (Como se citó en Contreras y Silva, 2018) menciona que es importante reconocer que el deseo sexual trae consigo valencias afectivas que pueden incidir en la intensidad de este y a su vez en el placer sexual. Por consiguiente, el deseo sexual debe considerarse desde tres perspectivas: una afectiva, una cognitiva y una biofisiológica (Gómez, 2014).

En esta misma línea, el deseo sexual es el producto de la integración de tres elementos: el impulso, el anhelo y el motivo. El primero hace referencia a la respuesta que surge de las bases biofisiológicas que sustentan el comportamiento sexual, es decir que el impulso significa el deseo de iniciar la acción desde lo más instintivo y emocional (representa la perspectiva biofisiológica). Por su parte, el anhelo consiste en “la representación sociocultural del deseo erótico expresada en contenidos concretos” (p. 118). En otras palabras, el anhelo es la parte cognitiva que expresa las ganas de vivir momentos eróticos con un sentido y una finalidad específica, demostrando que se puede desear tener relaciones sexuales sin tener impulso en alguna situación. Por último, el motivo se refiere a la disposición que se tiene hacia la actividad sexual, el cual es influido por factores intrapsíquicos y la historia afectivo-sexual personal (Gómez, 2014).

En resumen, se puede decir que el deseo sexual es aquello que fomenta la búsqueda de esa fantasía individual, permitiendo la satisfacción sexual. También, Hurlbert y Apt (Como se citó en Rodríguez, 2010) plantean el deseo sexual como la respuesta afectiva que se origina en consecuencia de las valoraciones individuales de una relación sexual, los cuales se dan a partir de las percepciones del cumplimiento de las expectativas y necesidades sexuales, tanto propias como de la pareja.

Finalmente, los conceptos anteriormente mencionados permiten llegar al tema central de esta investigación, la satisfacción sexual. Este concepto remonta a considerar que la vivencia del orgasmo es una de las sensaciones mayormente placenteras y deseadas por todos los humanos. No obstante, cabe resaltar nuevamente que para conseguir esta sensación es necesaria una fuerte conexión del cuerpo con la mente, estableciendo un fenómeno psicológicamente complejo de definir y describir (Matesanz, 2009).

Para Paredes y Pinto (2009), la satisfacción sexual es entendida como “el cumplimiento de un deseo erótico”, “la manifestación final de la pasión”, “aplacar un sentimiento”, “sentirse complacido y amado”, entre otros (p. 29). Además, este concepto puede ser comprendido como la evaluación subjetiva de agrado o desagrado que hace una persona sobre una o varias relaciones sexuales. Esta evaluación se hace teniendo en cuenta el grado de plenitud y bienestar de sus experiencias sexuales que se organizan en su vida sexual. Carrobles (como se citó en Ahumada et al., 2014).

Para otros autores, la satisfacción sexual se significa según la frecuencia de relaciones sexuales y orgasmos, donde se destacan componentes cognitivos y afectivos, algunos como la comunicación, la iniciativa de relaciones sexuales y el amor. Además, dentro de estas variables se encuentran las sensaciones y sentimientos experimentados una vez termina la relación sexual. Barrientos (como se citó en Ahumada et al., 2014).

Por lo tanto, cuando se habla de satisfacción sexual se debe pensar en diversidad sexual porque este concepto es diferente para cada persona debido a que varía de acuerdo con la personalidad, el amor, la relación con su acompañante, los entornos socioculturales específicos, hasta la intensidad de relaciones sexuales y número de orgasmos obtenidos en la misma. En este sentido, el placer sexual está en función de la diversidad sexual, ya que es determinada por la interacción entre las personas, el entorno y sus deseos.

Lo anterior remonta a una variabilidad en la conducta de estos, la cual se expresa en prácticas como besos, penetraciones, caricias, entre otras, para alcanzar dicha satisfacción. Por lo tanto, las prácticas sexuales hacen referencia a todas las conductas individuales que permiten la búsqueda de placer físico a partir de estímulos sensoriales, y se relacionan con la satisfacción sexual de acuerdo con su frecuencia, el uso de material sexual, las posiciones sexuales y el bienestar emocional (Rodríguez, 2010).

En síntesis, los conceptos y planteamientos mencionados anteriormente resultan pertinentes para realizar un abordaje amplio e integral de los factores relacionados con la satisfacción sexual. Además, permiten comprender de manera clara y precisa el interés de los investigadores de indagar en las vivencias y significados de la satisfacción sexual.

No obstante, se ha dejado en último lugar los contenidos teóricos de Pascoal et al. (2013) debido a que es fundamental exponer la construcción de la satisfacción sexual como resultado de su exploración empírica. Lo anterior resulta significativo para esta investigación por la profundidad y especificidad de sus definiciones, los cuales son necesarios para la construcción de las categorías de análisis.

En este orden de ideas, después de haber entrevistado a setecientos sesenta adultos entre los veinte y los sesenta y nueve años residentes en la ciudad de Lisboa sobre el significado de la satisfacción sexual, los investigadores construyeron categorías a partir de los temas que aparecían

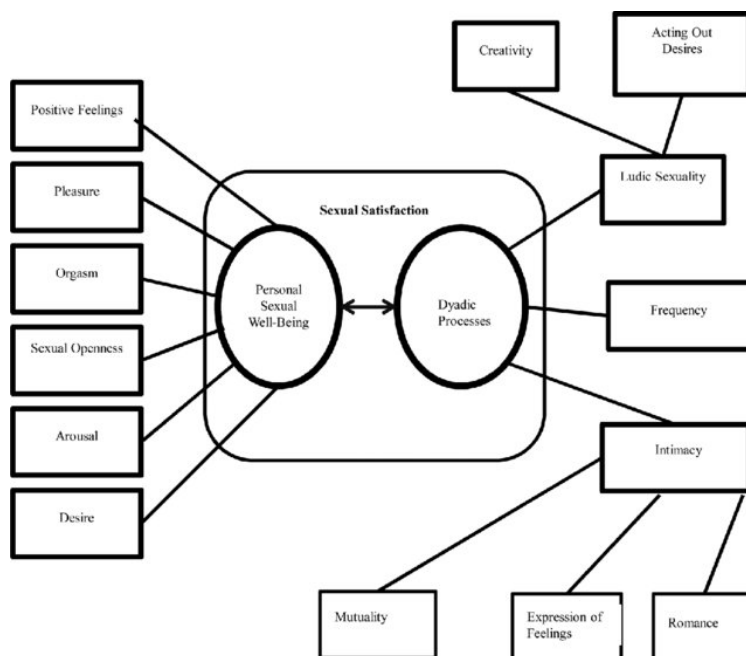
con mayor frecuencia, de tal manera que lograron concluir el entendimiento de la satisfacción sexual desde dos dimensiones: el bienestar sexual personal y los procesos diádicos.

La primera dimensión corresponde a los aspectos relacionados con la comodidad en las experiencias sexuales individuales, tales como el placer, los sentimientos positivos, el deseo, el orgasmo, la apertura sexual y el despertar. Por su parte, la segunda dimensión implica la relación con otro, donde se encuentra la sexualidad lúdica, la frecuencia y la intimidad. Estas dimensiones se pueden apreciar en la figura 1.

Los autores se refieren a el placer como un aspecto de la satisfacción sexual que, complementado por Rodríguez (2010), se puede obtener por medio de conductas individuales y compartidas que permiten la obtención de placer físico a partir de estímulos sensoriales, de acuerdo con su frecuencia, del uso de material sexual y el bienestar psicológico. Asimismo, el placer está relacionado con los sentimientos positivos que pueden expresarse durante una relación sexual, tales como sentimientos de felicidad, confianza, paz, confort, plenitud y relajación como factores que influyen en la satisfacción sexual (Pascoal et al., 2013).

Figura 1

Dimensiones de la satisfacción sexual.



Nota. Figura que resume las dimensiones de la satisfacción sexual. Fuente: Pascoal et al. (2013) (p. 3).

Con respecto al deseo, se hace referencia a las experiencias que permiten sentirse deseado y a la vez desear a la pareja en un contexto sexual como motivadores de un orgasmo; también se incluyen aspectos como las sensaciones que se presentan previo al acto sexual. Por otro lado, para complementar la definición anterior, Kaplan (1978) plantea que el orgasmo se considera como un conjunto de cambios a nivel físico y fisiológicos que ocurren en el cuerpo de hombres y mujeres antes, durante y al finalizar un encuentro sexual, que generan sensación de placer y satisfacción cuando se experimentan. Además, se relaciona tanto con la experiencia de sentirse excitado y alcanzar el orgasmo, como de la cantidad de orgasmos que se puedan tener en un encuentro sexual.

El quinto aspecto que se incluye dentro del bienestar sexual personal es la apertura sexual, la cual hace referencia a la sensación de libertad que se experimenta al sentirse exento de estereotipos y prejuicios durante un encuentro sexual. Asimismo, se relaciona con la inexistencia de sentimientos negativos como la culpa (Pascoal et al., 2013). Finalmente, los autores plantean que el despertar se relaciona con la sensación de excitación, emoción o inquietud que se presenta fuera o dentro de un contexto sexual.

Hasta el momento se han definido según Pascoal et al. (2013) los seis aspectos del bienestar sexual individual. Ahora, se presentarán los factores que hacen parte de la segunda dimensión de la satisfacción sexual, los procesos diádicos, los cuales hacen referencia a las experiencias de satisfacción sexual que implican estar en una relación, tales como la intimidad, frecuencia de la actividad sexual y sexualidad lúdica.

Con respecto a la intimidad, encontraron que se trata de las dinámicas que se presentan dentro de una relación de pareja, como la expresión de sentimientos, la cual se refleja en la manifestación del amor, el cariño y la expresión de los sentimientos con respecto a la sexualidad y su satisfacción con este tema. También, se relaciona con la mutualidad o la sensación de reciprocidad durante la actividad sexual. En este orden de ideas, no solo se tiene en cuenta lo que sucede en un encuentro sexual, sino la frecuencia con la que esto ocurre, por eso para los autores la frecuencia de las relaciones sexuales se relaciona con la periodicidad y/o permanencia con la que se presentan los encuentros sexuales, de tal forma que influye de manera positiva en la satisfacción sexual.

Por último, Pascoal et al. (2013) establecen que la satisfacción sexual en pareja se relaciona con la sexualidad lúdica, la cual es entendida como los componentes que permiten que aumente o se mantenga el nivel de satisfacción sexual, aunque no dependen necesariamente de estar en una relación. Algunos de estos elementos son la creatividad, que se relaciona con la necesidad de crear novedad y sorpresa en la actividad sexual, y el actuar de los deseos, que se refiere más a la expresión y práctica de las preferencias de actividades sexuales tanto propias como de la pareja.

MÉTODO

Tipo de estudio

La presente investigación se plantea como un estudio cualitativo, el cual parte del supuesto de que el mundo social está constituido con símbolos y significados. Por lo tanto, este tipo de investigaciones considera que la realidad humana es histórica, holística, dinámica e irreducible a correlaciones lineales de variables, es decir, a causalidades horizontales y simples (Salgado, 2007).

Por otra parte, cabe mencionar que la investigación cualitativa considera la comprensión de la realidad humana orientada desde quien actúa, es decir, desde el individuo que se estudia y sus particularidades (Cuevas, 2002). Lo anterior se relaciona con los objetivos de investigación, ya que estos se enfocan en la experiencia individual de las personas que deseen participar sin ser determinados por los sucesos únicos de la realidad, sino considerando la influencia de múltiples factores en su experiencia.

Ahora bien, el diseño de investigación de este trabajo es fenomenológico, el cual centra su información e indagación en las experiencias subjetivas de cada participante para describirla y entenderla. Además, se basa en el análisis de discursos para encontrar los posibles significados de la persona, los cuales deben ser contextualizados en términos de su temporalidad, espacio, corporalidad y contexto relacional (Salgado, 2007). Por lo tanto, la fenomenología no pretende contemplar al objeto mismo, sino que se centra en comprender la forma en que es captada por el sujeto desde su intencionalidad, lo cual permite indagar más a fondo las vivencias y significados que el individuo otorga a un fenómeno (Bolio, 2012).

En este orden de ideas, se tomó como recurso lo fenomenológico con el propósito de conocer las vivencias y los significados de cada persona sobre la satisfacción sexual desde sus propios puntos de vista, dando cuenta de los aspectos subjetivos e individuales que han conformado las experiencias de la vida sexual de cada sujeto.

Participantes

Para desarrollar esta investigación se contó con la participación de diez adultos jóvenes, cinco mujeres y cinco hombres, entre los 23 y 30 años de la ciudad Santiago de Cali debido a que

la mayoría ha logrado establecer su orientación sexual y han tenido un periodo de tiempo en donde se han permitido explorar su sexualidad, por lo que resulta importante haber tenido más de una pareja sexual (Jiménez, 2012). Los participantes fueron seleccionados por conveniencia, es decir que las personas de este estudio fueron informantes voluntarios (Martínez, 2002).

En este sentido, resulta pertinente la experiencia y los significados de las personas consideradas sexualmente satisfechas para dar cuenta de los aspectos que permiten una vida sexualmente placentera y así, facilitar la comprensión de este fenómeno de la sexualidad humana.

Por otro lado, según Ahumada et al. (2014) la escolaridad influye significativamente en la satisfacción sexual, por lo que resulta oportuno considerarla como un criterio de inclusión. Sin embargo, no se tiene suficiente evidencia para hacer una comparación de esta variable en la presente investigación porque interesa más la subjetividad y la experiencia sexual. No obstante, la escolaridad permite que los participantes puedan comprender los conceptos y otras actividades cognitivas necesarias para el estudio.

Por último, la vida sexual activa y constante en un determinado periodo de tiempo indica que han tenido o han participado de experiencias sexuales y eróticas en el último año para dar resultados actualizados de su vida sexual. En este orden de ideas, la población está conformada por adultos jóvenes que cumplan con los siguientes criterios de inclusión:

- Autodenominarse como sexualmente satisfechos.
- Tener vida sexual activa hace un año de forma continua.
- Haber tenido más de una pareja sexual.
- Poseer un título de pregrado o estar realizando un pregrado.

Por otro lado, los criterios de exclusión son:

- Los participantes no deben estar bajo ningún tratamiento psiquiátrico (recibiendo ansiolíticos, antidepresivos y antipsicóticos).
- Los participantes no pueden tener enfermedades físicas o discapacidad cognitiva que interfieran en su actividad sexual.

Categorías de análisis

A continuación, se presentarán los conceptos que resultan pertinentes para realizar el análisis de los resultados teniendo en cuenta que el objetivo de la presente investigación es conocer las vivencias y significados de adultos jóvenes sobre la satisfacción sexual. En consecuencia, se crearon dos categorías que serán definidos según cada objetivo específico.

La primera hace referencia a las vivencias de las dimensiones de la satisfacción sexual planteadas por Pascoal et al. (2013), las cuales corresponden al bienestar sexual personal y a los procesos diádicos. Asimismo, estas dimensiones se componen de unas subcategorías establecidas por los autores que permiten abarcar de manera más completa estas dimensiones. Por otro lado, la segunda categoría hace referencia a los significados de la satisfacción sexual, la cual contiene tres subcategorías. Lo mencionado anteriormente se encuentra en la tabla 1.

Tabla 1

Categorías de análisis

Objetivo	Describir las vivencias sexuales de adultos jóvenes que se consideran sexualmente satisfechos.	
Categoría	Dimensión	Subcategoría
Vivencias de las dimensiones de la satisfacción sexual: Son las experiencias sexuales catalogadas como satisfactorias, las cuales fueron organizadas en dos dimensiones planteadas por Pascoal et al. (2013). Estas dimensiones pueden expresarse por medio de prácticas sexuales que cada sujeto realiza para la obtención de placer sexual. En algunos casos, las personas requieren de la presencia de vínculos afectivos para obtener mayor satisfacción sexual.	Bienestar sexual personal: Son los aspectos positivos de experiencias individuales sexualmente satisfactorias, tales como el placer, los sentimientos positivos, la excitación, la apertura sexual y el orgasmo (Pascoal et al. 2013).	Placer: Es entendido como un aspecto de la satisfacción sexual que se puede obtener por medio de conductas individuales y compartidas que permiten la obtención de placer físico a partir de estímulos sensoriales, de acuerdo con su frecuencia, del uso de material sexual y el bienestar psicológico (Rodríguez, 2010). Sentimientos positivos: Se trata de la experiencia individual en donde predominan sentimientos de felicidad, confianza, paz, confort, plenitud y relajación como factores que influyen en la satisfacción sexual (Pascoal et al., 2013). Deseo: Experiencia que hace referencia a sentirse deseado y a la vez desear a su pareja en el contexto sexual (Pascoal et al., 2013).

Orgasmo: Conjunto de cambios a nivel físico y fisiológicos que ocurren en el cuerpo de hombres y mujeres antes, durante y al finalizar un encuentro sexual, que generan sensación de placer y satisfacción cuando se experimentan (Kaplan, 1978). Además, se relaciona tanto con la experiencia de sentirse excitado y alcanzar el orgasmo, como de la cantidad de orgasmos que se puedan tener en un encuentro sexual. (Pascoal et al., 2013).

Apertura sexual: Hace referencia a la sensación de libertad que se experimenta al sentirse exento de estereotipos y prejuicios durante un encuentro sexual. Asimismo, se relaciona con la inexistencia de sentimientos negativos como la culpa (Pascoal et al., 2013).

Despertar: Es la sensación de excitación, emoción o inquietud que se presenta fuera o dentro de un contexto sexual (Pascoal et al., 2013).

Procesos diádicos: Hacen hincapié en las dimensiones que implican a un otro en una relación sexual. Entre estas dimensiones se encuentra mutualidad, el romance, expresión de sentimientos, creatividad, representación de deseos y frecuencia de la actividad sexual. (Pascoal et al., 2013).

Intimidad: Se refiere a las dinámicas que se presentan dentro de una relación de pareja, como la expresión de sentimientos, la cual se refleja en la manifestación del amor, el cariño y también la expresión de los sentimientos con respecto a la sexualidad y su satisfacción con este tema. Además, se relaciona con la mutualidad o la sensación de reciprocidad durante la actividad sexual (Pascoal et al., 2013).

Frecuencia: Es la periodicidad o permanencia con la que se presentan los encuentros sexuales, de tal forma que influye de manera positiva en la satisfacción sexual (Pascoal et al., 2013).

Sexualidad lúdica: Se refiere a los componentes que permiten que aumente o se mantenga el nivel de satisfacción sexual. Algunos de estos elementos son la creatividad, que se relaciona con la necesidad de novedad y sorpresa en la actividad sexual, y el actuar de los deseos, que se refiere más a la expresión y práctica de las actividades sexuales.

Objetivo	Explorar los significados que los adultos jóvenes le dan a la satisfacción sexual para denominarse sexualmente satisfechos.	
Categoría	Subcategoría	Definición
Significados de la satisfacción sexual: Se trata de una construcción multidimensional que cada sujeto realiza sobre su sexualidad a partir de experiencias sexuales previas. Esta construcción está compuesta de las creencias, pensamientos y la valoración de la satisfacción sexual, y su relación con el orgasmo, permitiendo que la persona organice lo que le agrada, lo que hace y lo que piensa.	Sentido de la satisfacción sexual	Constituyen una serie de ideas sobre la satisfacción sexual que han sido establecidos por la experiencia, permitiendo considerarlos como verdaderos, lo cual motiva a la persona a que sus comportamientos se realicen con certeza. En esta subcategoría se tendrán en cuenta tanto las ideas de la satisfacción propia como la del otro.
	Valoración de la satisfacción sexual	Grado o valor que una persona le atribuye a la satisfacción sexual en su vida
	Valoración del orgasmo en la satisfacción sexual	Son ideas sobre la asociación que existe entre el orgasmo y la satisfacción sexual, comprendiendo el orgasmo como una concepción simbólica y con significados superiores a los fisiológicos. (Opperman et al., 2014).

Nota: Categorías elaboradas con base en la teoría de Pascoal et al. (2013) y recursos propios.

Instrumento

Como método de recolección de información para la presente investigación, se realizaron entrevistas semiestructuradas entendidas como una conversación que tiene un objetivo claro y que consta de una serie de preguntas generales que dan un orden, pero que no se limitan únicamente a estas, por lo que permite una práctica idiosincrática (Perpiñá, 2012). Por consiguiente, este tipo de entrevista promueve un grado de flexibilidad que permite ajustarse a cada persona y en este sentido, continuar con el aspecto fenomenológico de la investigación que favorece el hecho de obtener la información pertinente con un entorno de confidencialidad y seguridad. Por otro lado, este tipo de entrevista permite tener información con profundidad y con otros aspectos importantes como el interés y la comunicación no verbal (Cuevas, 2002).

Para el desarrollo de la entrevista se utilizó la guía de preguntas que se realizó a partir de las categorías y subcategorías de análisis (anexo 1).

Análisis de datos

Con respecto al tratamiento de la información, se aplicó un análisis de contenido, el cual es definido como una serie de procedimientos de interpretación que nacen a partir de resultados comunicativos como mensajes, textos o discursos que se han registrado previamente con el fin de elaborar y procesar datos importantes. Además, se parte del supuesto de que el “contenido” está oculto y que por medio de un análisis se puede descubrir su sentido o significado para darle nuevas interpretaciones según el contexto investigativo (Piñuel, 2002).

En este orden de ideas, el análisis se centró en la descripción del contenido de los mensajes que se manifiestan en los fragmentos de cada entrevista para comprenderla y analizarla de una manera más clara según las categorías previamente establecidas (Bardin, 2002). Por lo tanto, los elementos obtenidos de las entrevistas se codificaron y clasificaron en grupos según el criterio que les permitan su análisis, para luego ser relacionados con las categorías y subcategorías de análisis de la presente investigación para su uso sistemático con el fin de dar respuesta a los objetivos del estudio (Piñuel, 2002).

Procedimiento

A continuación, se explicará por medio de fases los pasos que se realizaron para construir y elaborar el sustento de la presente investigación. Asimismo, se expondrá el modo de proceder para dar resultado al objetivo general y los tres objetivos específicos.

Fase de iniciación. En este primer momento se realizó una indagación profunda sobre los conceptos y antecedentes relacionados con la satisfacción sexual, el deseo sexual, el erotismo, las prácticas sexuales, la respuesta sexual en adultos jóvenes, entre otros. De la revisión anterior, surgió el tema central de esta investigación el cual hace referencia a las vivencias y significados de la satisfacción sexual en adultos jóvenes. Paralelo a esto, se plantearon los objetivos y la justificación que sustentaron la realización de esta investigación.

Asimismo, se realizó la construcción del marco teórico basado en los principales autores que han aportado al tema de la satisfacción sexual, considerando la brecha teórica que se pudo

encontrar en varios antecedentes. Posterior a esto, se estableció la metodología que sería implementada para desarrollar esta investigación junto con la elaboración del diseño y el instrumento que permitiría la recolección de los datos.

Fase de planeación y validación de instrumento. Una vez llegados a este punto, se estableció el modo a desarrollar los encuentros con los participantes. Las sesiones se llevaron a cabo bajo la modalidad de entrevistas semiestructuradas, las cuales permiten el diálogo entre el entrevistado y el entrevistador a partir de preguntas previamente establecidas y preguntas emergentes que resulten de las respuestas de los participantes. Para realizar la validación del documento, se presentó el instrumento a un juez experto para la revisión de la estructura de la guía de preguntas. Cabe resaltar que las entrevistas se realizaron a través de la plataforma virtual de zoom, la cual permite realizar videollamadas y grabación de audio para la futura transcripción.

Siguiente a esto, se realizó una prueba piloto con el instrumento adaptado a las correcciones de los jueces para terminar de cumplir con la validación de este. Después de la aplicación de esta prueba, se cambió la redacción de nueve preguntas; siete de la primera categoría y dos de la segunda categoría. Asimismo, fueron incorporadas tres nuevas preguntas, las cuales se consideraron pertinentes debido a que le aportaron mayor claridad al sujeto a la hora de responder y son pertinentes para la comprensión del fenómeno estudiado. Además, se agregaron seis preguntas de información personal que son adecuadas para la investigación a la hora de hacer comparaciones en el análisis de resultados (anexo 1).

Fase de disposición. Para contactar a los participantes, los investigadores realizaron una pieza gráfica en la cual se establecieron los criterios de inclusión y exclusión, y se publicó en algunas redes sociales. Asimismo, después de la manifestación de los interesados que cumplieron con los criterios de inclusión mencionados en el apartado de participantes, se les contactó y agendó una cita para el encuentro. Una vez llegado el día, se prepararon los elementos necesarios para la realización de las entrevistas, tales como el consentimiento informado, el instrumento previamente validado y el link de Zoom para que ingresaran a la sala virtual.

Fase de aplicación. En esa fase se ejecutaron las entrevistas a los participantes. En primer lugar, se buscó entablar una relación empática y de confianza con el fin de que los participantes se sientan cómodos y libres de responder lo que piensan. Posterior a esto, los investigadores hicieron entrega del consentimiento informado (anexo 2) y fue leído junto con el participante. Al finalizar

la lectura, se permitió un espacio para resolver las posibles inquietudes que tengan los participantes con respecto a la investigación.

Después, tanto el participante como los investigadores firmaron de manera virtual los consentimientos informados y se iniciaron las entrevistas. Al finalizar el proceso, se le pidió al participante que escogiese un pseudónimo, esto con el fin de mantener la confidencialidad en el momento de los análisis y se le agradeció a cada participante por su aporte en esta investigación.

Fase de preparación de la información recogida. Esta fase consistió en disponer los resultados obtenidos de las entrevistas para realizar el análisis de estos. Para lo anterior, se realizaron las transcripciones de cada una de las entrevistas en Word y posteriormente, esta información se procesó en el programa Atlas Ti.

Fase de redacción de resultados. Una vez la información se categorizó por medio del programa de investigación cualitativa, se comenzó con la redacción de los resultados teniendo en cuenta los objetivos específicos la presente investigación. Además, se organizaron los apartados según los temas de cada subcategoría para una lectura coherente y ordenada de los resultados. Asimismo, se presentaron las citas que mejor representaron la información expresada por los participantes. Finalmente, con respecto al último objetivo específico, no se realizó un apartado para este, debido a que dicha información se presentó en las subcategorías en donde explícitamente hubo diferencias importantes entre hombres y mujeres.

Fase de análisis y discusión. Para el desarrollo de esta fase, se tuvieron en cuenta los conceptos mencionados en el marco teórico de la presente investigación con el fin de realizar una reflexión sobre los resultados desde los elementos conceptuales y dar respuesta a la pregunta problema. Para esto, se utilizaron las narrativas de los participantes que se analizaron según las categorías y las referencias conceptuales. Finalmente, se presentaron las conclusiones de acuerdo con los objetivos y a la pregunta problema, seguido de las recomendaciones y limitaciones que se tuvieron el presente estudio para que sean tenidas en cuenta en futuras investigaciones.

Fase devolución de resultados. A cada uno de los participantes que hizo parte de este estudio se le envió un correo electrónico, el cual contenía un archivo adjunto con las respuestas proporcionadas por los participantes durante las entrevistas y un pequeño resumen sobre el análisis de sus resultados. Cabe resaltar que cada participante recibió únicamente sus respuestas y éstas no contenían su nombre real en ninguna parte.

Consideraciones éticas

Teniendo en cuenta lo establecido por la Resolución 8430 del Ministerio de Salud Nacional (1993) en la que se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. En este caso, según el artículo 11, este trabajo es catalogado como una investigación con riesgos mínimos, ya que no se realiza ningún tipo de intervención o modificación biológica en los participantes. En este orden de ideas, este tipo de estudios se caracteriza por utilizar técnicas y métodos de investigación documental, como entrevistas, cuestionarios, revisión de historias clínicas, etc. Sin embargo, es importante resaltar que pueden presentarse movilizaciones y experimentación de emociones durante la participación de esta investigación.

Por otro lado, la Ley 1090 del Ministerio de Protección Social (2006), encargada de regular el ejercicio de la psicología en Colombia establece la importancia de mantener la confidencialidad de la información ofrecida por los participantes, así como en el uso y análisis responsable de los mismos, de los cuales únicamente tendrán acceso los estudiantes investigadores y la directora. También se les ofrecerá acompañamiento psicológico por parte de un profesional en caso de que los participantes lo necesiten, punto que se hará explícito en el consentimiento informado, al igual que los derechos del participante.

El consentimiento informado es un documento en el que se establecen los acuerdos para hacer parte de la investigación y en el cual se presenta la siguiente información: los datos de los investigadores encargados del estudio, los objetivos generales y específicos, el tiempo estimado de participación, los posibles riesgos mínimos a los que se pueden exponer al participar en la investigación, los derechos de los participantes, el motivo voluntario y sin retribución económica de su participación. Asimismo, el consentimiento informa que los participantes pueden retirarse de la investigación en cualquier momento y su carácter confidencial. Este documento debe ser firmado por los investigadores y por los participantes, el cual se encontrará en el anexo 2.

Por último, se tendrá en cuenta el código deontológico y bioético propuesto por el Colegio Colombiano de Psicólogos, donde se encuentran los principios, deberes, derechos y normas que regulan la relación de los psicólogos con las personas que buscan su servicio. Por lo tanto, los investigadores del presente estudio se comprometieron a conocer la normatividad y hacerla cumplir en el ejercicio del trabajo de grado.

RESULTADOS

En este apartado se presentarán los resultados obtenidos a partir de la aplicación de diez entrevistas semiestructuradas a cinco mujeres y cinco hombres de la ciudad Santiago Cali, con el fin de conocer las vivencias y significados que le otorgan a la satisfacción sexual. La información fue codificada a través del programa Atlas Ti de acuerdo con las categorías de la investigación para cumplir con la intencionalidad del tipo de análisis, ya que este permite realizar una interpretación del sentido y el significado del contenido narrado en el discurso de los participantes.

A continuación, en la tabla 2 se describen los datos sociodemográficos de los sujetos que hicieron parte de la investigación. Para la identificación de los participantes, en este apartado y en los siguientes se hará referencia a estos por la numeración asignada en la tabla, en la que PM corresponderá a las participantes mujeres y PH a los participantes hombres.

Tabla 2

Datos Sociodemográficos

Participante	Edad	Pareja actual y duración	Cantidad de parejas sexuales	Orientación sexual	Dedicación
Antonia (PM1)	23	Sí, 1 año	5	Heterosexual	Comunicadora
Dana (PM2)	24	No	3	Heterosexual	Psicóloga
Cecilia (PM3)	24	Sí, 4 meses	7	Heterosexual	Estudiante de comunicación
Damaris (PM4)	24	Sí, 3 años	5	Bisexual	Estudiante de Filosofía
Juana (PM5)	25	Sí, 1 año y 6 meses	6	Heterosexual	Estudiante de Administración
Juan David (PH6)	24	Sí, 2 años	7	Heterosexual	Estudiante de Publicidad
Alejandro (PH7)	24	Sí, 9 meses	+ 20	Homosexual	Estudiante de Psicología
Fabrizio (PH8)	24	Sí, 3 años	9	Heterosexual	Psicólogo
Andrés (PH9)	25	No	5	Heterosexual	Filósofo
Alessandro (PH10)	25	No	+ 20	Heterosexual	Ingeniero Industrial

Nota. La tabla anterior permite apreciar de manera general las características de los participantes. Los nombres expuestos corresponden a los pseudónimos otorgados por ellos mismos.

Ahora bien, los resultados de las categorías y subcategorías se presentarán de la siguiente manera: En primer lugar, las *vivencias de las dimensiones de la satisfacción sexual*, las cuales son *bienestar sexual personal*, compuestas por el *placer, sentimientos positivos, deseo, orgasmo, apertura sexual, despertar*. Y los *procesos diádicos: intimidad, frecuencia y sexualidad lúdica*. En segundo lugar, los *significados de la satisfacción sexual*, comprendidas desde el *sentido de la satisfacción sexual, valoración de la satisfacción sexual y la valoración del orgasmo en la satisfacción sexual*.

La información anterior será presentada de mayor a menor frecuencia teniendo en cuenta la aparición de los temas en los discursos de los participantes. Por otro lado, se presentarán cinco categorías donde algunos resultados se mostrarán haciendo diferencias entre hombres y mujeres, dado que fue donde se encontraron aspectos importantes para el análisis.

Vivencias de la satisfacción sexual

Bienestar sexual personal

Placer

Con respecto a la subcategoría de placer, el primer tema corresponde a las prácticas sexuales, en la que todos los participantes afirmaron tener conductas individuales y de pareja para la obtención de placer sexual. Estas prácticas sexuales hacen referencia a la penetración, sexo oral, besos, caricias, cachetadas, nalgadas, ahorcamiento, mordeduras, masturbación, juegos de poder, sexo anal, frottage, sexting, diálogo y coqueteo antes del encuentro.

Por otro lado, todos los participantes a excepción de PM4 manifestaron que para obtener placer sexual es importante la presencia de una conexión emocional con la otra persona. Ante esto, uno de ellos manifestó lo siguiente:

Me siento sexualmente satisfecho en este momento de mi vida, es porque mi sexualidad no solamente se resume en una genitalidad que es muy placentera o

complaciente, pero creo que es como una combinación entre esta dimensión sexual, pero también un complemento afectivo, espiritual, puede tener todas las connotaciones porque creo que el encuentro sexual con mi pareja actual es como una combinación de muchas cosas que terminan completando algo muy especial e integro para mí. (PH8, 24 años)

Asimismo, PM1, PM3, PM4, PH6, PH7, PH8 y PH10 consideran que para obtener placer sexual se requiere de unas condiciones necesarias que hablan del espacio, de la pareja sexual y de sí mismo. Puntualmente, estos participantes manifestaron que prefieren lugares con privacidad, tener el tiempo suficiente para un encuentro sexual, la higiene personal y de su pareja, la cercanía física y emocional por ambas partes y deseo sexual previo a un encuentro. Por ejemplo, P6 refiere que:

El contexto en el que voy a ir a un motel es importante, pues me gusta que sea de esa manera, muy privado (...) que uno pueda hacer ruido y nadie te va a decir nada porque estás haciendo ruido, poner música alto. Entonces depende del contexto que varían los factores que hacen que considere el acto sexual como chévere, placentero y bacana.

(PH6, 24 años)

Adicionalmente, PM1, PM3, PM4, PM5, PH6, PH7 y PH10 mencionaron que experimentan placer sexual cuando logran evidenciar que su pareja está disfrutando de lo que le esté haciendo o, en otras palabras, disfrutan de dar placer por medio del sexo oral, la estimulación genital o con el uso de otros objetos sexuales centrándose en el placer de otro. En la experiencia de PM4 se logra evidenciar lo anterior:

Me considero satisfecha, no solo al momento de tener un orgasmo, sino también cuando doy placer. A veces yo no necesito penetración, solo con saber que le estoy generando placer a la otra persona me satisface a mí sexualmente. (PM4, 24 años)

Finalmente, lo anterior se relaciona con el tema de autoconocimiento, al cual PM2, PM5, PH7, PH9 y PH10 refirieron que este es un factor clave para el aumento de su placer sexual. Para estos participantes, en la medida que más se conocen y se aumenta la exploración, logran conectarse mejor con lo que les genera placer sexual para expresárselo a su pareja. En palabras de uno de ellos:

Lo que me hace sentir cada vez más satisfecho es conocerme más a mí, o sea, he aprendido que lo primero es saber qué es lo me gusta a mí y poder decírselo al otro para poder satisfacerme. (PH7, 24 años)

Deseo sexual

Con respecto a las manifestaciones del deseo sexual, todos los participantes refirieron expresar su deseo y sentirse deseados por medio de las siguientes manifestaciones: con las miradas, las expresión verbales y físicas de las emociones de la otra persona, sentir iniciativa o leer la iniciativa del otro, conductas coquetas como picar el ojo y morderse los labios, al bailar, con un cosquilleo en el cuerpo y con las ganas de besar. Uno de los participantes refirió lo siguiente acerca de las miradas:

Hay como un cambio sutil en el mood, entonces yo a veces lo noto en la mirada, o cierto como coqueteo, tratar de tentar al otro, comentarios, tono de la voz, pero yo sobre todo siento mucha satisfacción con la mirada, o sea, cuando yo siento que la mirada de la otra persona cambia y se vuelve un poquito más como deseante. (PH9, 25 años)

Del mismo modo, todos los participantes manifestaron experimentar deseo sexual cuando sienten un interés profundo hacia la otra persona y cuando reconocen cambios corporales producto de la interacción con otra persona. Para ejemplificar el primer tema, PM3 refiere lo siguiente:

Me dan muchas ganas de mirarlo, de tocarlo, me dan ganas de complacerlo, por lo menos reírme de sus chistes, preguntarle si ya comió, esas cosas, interesarme por esa persona, (...) que me interese esa persona y en las ganas de estar con esa persona físicamente tocándonos y obviamente las ganas de verlo desnudo o imaginarme cómo me lo estaría haciendo. (PM3, 24 años)

En este orden de ideas, otra manifestación del deseo sexual considerando los cambios corporales se puede evidenciar en la experiencia de PM2:

Los pezones se me erizan, incluso cuando estoy muy muy muy arrecha y tengo muchas ganas, los pezones no se me bajan y me comienzan a doler porque mantienen todo el tiempo erizado. A veces también se me erizan los vellos, como la piloerección y no pienso en nada más (...). (PM2, 24 años)

Otro tema expuesto en las vivencias sexuales de los participantes PM2, PM5, PH6, PH7, PH8 y PH9, es la importancia del deseo sexual para sentirse sexualmente satisfechos. A partir de lo anterior, se logró observar que existe una fuerte relación entre el deseo y el placer sexual, en la cual se resalta que sin deseo sexual es imposible concebir una relación sexual satisfactoria. Específicamente, uno de los participantes manifestó que:

Siento que el deseo es lo que moviliza todo en la vida y en este caso, bajándolo a la experiencia de lo sexual, si no hay deseo, no habrá satisfacción. Entonces, para mí el deseo juega un papel fundamental, si no el más importante, porque el deseo es lo que te moviliza, es lo que te hace sentir, es lo más importante, o es el elemento principal para que se dé una experiencia de goce o satisfacción en este caso de las vivencias sexuales.

(PH8, 24 años)

Finalmente, se encontró que los participantes PM3, PM5, PH6, PH8 y PH10 señalan la importancia de que exista la reciprocidad en el deseo durante el encuentro sexual. Para estas personas, es indispensable que el deseo sexual que manifiestan a su pareja sea correspondido para conseguir una relación sexual satisfactoria. Si bien no tienen preferencias en la manera de percibir el deseo del otro, es incuestionable la presencia del deseo por ambas personas durante el encuentro sexual. En palabras de PM3:

Para que yo disfrute una relación sexual tiene que haber deseo por parte y parte, siento que hace parte indiscutiblemente, porque si no, de pronto no habrá placer, pero yo no voy a estar con alguien que no desee. (P3, 24 años)

Sentimientos Positivos

El siguiente aspecto hallado en las verbalizaciones de todos los participantes con respecto a esta subcategoría hizo referencia a los sentimientos movilizadores, los cuales son comprendidos como las emociones que se experimentan con gran intensidad a tal punto que promueven la satisfacción sexual individual. Algunas de estas expresiones emocionales fueron: la euforia, la confianza, la adrenalina, el amor, la acogida, la complicidad, la cercanía, entre otros.

Estos sentimientos al estar presente en todos los participantes varían de acuerdo con la experiencia, la persona y el contexto en que se desarrolla el encuentro sexual, pero se pueden

considerar como importantes para la satisfacción sexual, tal como se evidencia en la respuesta de PM3:

Yo siento que entre más sentimientos yo tenga por esa persona, más sentimientos afectivos-románticos, mayor va a ser mi satisfacción sexual, porque entre yo más me conecte emocionalmente con una persona, más en confianza me voy a sentir para yo pedirle lo que a mí me gusta en el sexo y para yo desinhibirme también en una relación sexual. (P3, 24 años)

En esta misma línea, PM3, PM5, PH6, PH7, PH9 y PH10 mencionaron otro tipo de sentimientos asociados al bienestar que les genera la persona con la que tienen relaciones sexuales y el lugar en donde sucede el encuentro, siendo factores que permiten un aumento en su satisfacción sexual personal. Estas sensaciones pueden estar presentes durante y después del encuentro. En palabras de PH7:

Si estoy teniendo una experiencia entendido como un encuentro sexual de estar con otra persona constantemente con alguien con quien me siento bien, generalmente eso me ayuda a estar en mi día a día más tranquilo, más enfocado (...) Porque cuando es en la casa de él, estoy tranquilo porque sé que nadie nos va a ver, nadie nos va a sacar de ahí, no hay que pagar plata, entonces puedo disfrutar el momento y ya. (PH7, 24 años)

Para terminar, en las respuestas de PM2, PM5, PH6, PH9 y PH10 se identificó un interés por los sentimientos del otro, experimentando sensaciones positivas y de placer cuando notan que su pareja está disfrutando del encuentro. De esta manera, aunque se continúa enfocándose en la experiencia individual, los sentimientos por el otro resultan necesarios para estos participantes. Ante esto, PH9 y PH10 refirieron lo siguiente:

También hay un tema y esto sucede más con la pareja y es que yo no sé cómo decirlo, pero cuando uno siente que el otro es feliz, uno se siente bien por eso. (PH9, 25 años)

Siento empatía porque estoy siempre pensando en qué puede gustarle o disgustarle a la otra persona y estar en pro del placer de ella, entonces siento mucha empatía. (PH10, 25 años)

Orgasmo

A su vez, en las verbalizaciones sobre el orgasmo, se encontró que los participantes se refieren a este en términos de frecuencia y cantidad. Con respecto a su frecuencia, PM1, PM3, PM5, PH6, PH7, PH8 y PH10 refieren sentirse satisfechos con la periodicidad en la que tiene un orgasmo, a pesar de que dicha frecuencia varía de acuerdo con el tiempo que dura el encuentro, a tener pareja estable y a la energía que se tenga en un encuentro sexual. No obstante, la mayoría de las veces en que tienen un encuentro sexual experimentan el orgasmo, siendo más frecuente en los hombres que en las mujeres. Para ilustrar lo anterior, PH6 manifestó:

Yo diría que la mayoría de las veces, por ahí un 90% de las veces. Muy pocas veces han sido las ocasiones en las que no se puede culminar en un orgasmo (...) yo creo que cuando uno considera algo muy satisfactorio uno quisiera que pasara más seguido, pero en general, con la cantidad de veces en que se presenta, me considero muy satisfecho... No desearía que fueran muchas más, estoy satisfecho con las veces que han pasado. (PH6, 24 años)

Asimismo, PM3 manifestó que:

Yo creería que el 70% de las veces. Sí. En algún punto yo le digo como que yo me empiezo a tocar, o yo le digo que, si quiere que me toque y ya, así. De hecho, es tan fácil, como que cuando yo misma lo hago, en cuestión de 20 segundos ya lo logro. (PM3, 24 años)

Ahora, en relación a la cantidad de orgasmos que tienen los participantes en un encuentro sexual, PM3 y PM5 refirieron sentirse sexualmente satisfechos con la cantidad de orgasmos que presentan, de los cuales requieren al menos un orgasmo en el encuentro sexual. En contraste, PM4 manifestó no sentirse satisfecha con su cantidad de orgasmos por una razón personal, la cual se expresa en lo siguiente:

Cuando estoy con otra persona, no me siento satisfecha en el sentido de que siento que quiero más, quiero más... no me siento cansada, y en un encuentro yo podría tener 3 orgasmos y aun así no me siento como “ay si ya acabamos” sino que quiero más, me siento insaciable. (PM4, 24 años)

En relación con las respuestas fisiológicas descritas por todos los participantes sobre las manifestaciones corporales del orgasmo, se pueden resumir en: cosquillas en las zonas genitales, cambios en la respiración, tensión muscular y temblores, aumento de la sensibilidad en algunas partes del cuerpo, piloerección, eyaculación, sensación de apretar algo, sensación de corrientazo por todo el cuerpo, aumento en la lubricación y relajación posterior al encuentro. Es importante resaltar que se presentan diferencias en la experiencia del orgasmo entre hombres y mujeres, por eso se presentará una verbalización de una mujer (PM2) y la de un hombre (PH10).

Generalmente, lo primero que siento es que los músculos del muslo se contraen, entonces siempre en la pose que esté, me gusta subir las piernas. También siento mucha sensibilidad en los senos, se me ponen muy sensibles, pero sensibles chévere... como que si me los tocan siento placer y se siente rico, también siento como si comenzaran unas cosquillas desde los pies y me fuese subiendo hasta la cabeza. (PM2, 24 años)

Se sienten unas cosquillas en la zona abdominal y genital, o sea no solamente en el pene, sino también por dentro, como algo que está allá en la entrepierna y eso se proyecta hacia el abdomen y el resto del cuerpo, e incluso, la sensación más fuerte es en el pene, pero yo creo que uno lo alcanza a sentir en todo el cuerpo, son como oleadas, yo creo que hasta en el pecho se alcanza a sentir. (PH10, 25 años)

Además de esto, se evidenció que los participantes identificaron algunos motivos que desencadenan la experiencia del orgasmo, algunas como la masturbación y la penetración. Lo anterior se observa en el relato de PM1:

Cuando hay penetración rápida y profunda, yo tengo orgasmo, obviamente depende del ritmo y todo, y digamos que ya en cualquiera de los ritmos, cuando soy yo la que se está estimulando, pues obviamente yo puedo llegar al orgasmo en dos minutos si soy yo la que se está tocando. (PM1, 24 años)

En último lugar, todos los participantes hombres manifestaron sentimientos que se generan posterior al orgasmo, tales como la tranquilidad, plenitud, conexión profunda con su pareja y felicidad. Por lo tanto, en la vivencia del orgasmo de estos participantes se hace evidente nuevamente la parte emocional que permea su satisfacción sexual. En palabras de PH9:

El orgasmo me hace sentir como una pluma, sin gravedad, es toda una emoción de soltura, entonces yo suelo después de eso caer en el abrazo con el otro. (PH9, 25 años)

Sin embargo, una participante respondió algo diferente a lo expresado por los otros participantes, manifestando que en ocasiones no se siente satisfecha con las sensaciones que se generan después de un orgasmo debido a que queda muy cansada después del mismo:

A veces el orgasmo me genera incomodidad, es decir, siento que algo se desprende muy fuerte de mí y no me gusta esa sensación de ese bajón, porque siento que es un bajón muy fuerte. (PM5, 25 años)

Apertura sexual

Ahora bien, dentro de la subcategoría de apertura sexual, todos los participantes refirieron experimentar sentimientos asociados a la libertad durante sus relaciones sexuales, los cuales consideran que tiene un impacto positivo en su satisfacción sexual y con diferentes formas de manifestarse. Principalmente, en las verbalizaciones de los participantes, la libertad se expresa de la siguiente manera: con la comunicación de los deseos propios y los del otro, con la exploración de otras conductas sexuales sin sentirse juzgados, con la confianza mutua, con la sensación de ser auténtico y al sentirse libre de tomar decisiones. Lo anterior se evidencia en la narración de PH6:

Se expresa en la manera de que, si yo siento que quiero hacer algo, ya sea nuevo o algo que ya hayamos hecho, pues puedo expresárselo de una manera muy directa y abierta, entonces sí, más que todo es eso, es la facilidad de poder decirle eso y poder comunicar lo que quiero y lo que no quiero. (PH6, 24 años)

Por otro lado, PM1, PM3, PM5, PH6, PH7, PH8 y PH10 manifestaron que en situaciones pasadas se sintieron sexualmente insatisfechos debido a la presencia de algunos prejuicios. No obstante, en la actualidad los participantes manifestaron que haberse liberado de estos prejuicios permite que se consideren sexualmente satisfechos:

En mi hogar soy cristiana, entonces cuando empecé a tener relaciones sexuales y empecé a disfrutar, yo decía que no era una pecadora porque estoy disfrutando de mi sexualidad, yo no le estoy haciendo daño a nadie y soy consciente de lo que estoy haciendo, estoy disfrutando, estoy siendo responsable, entonces no le estoy haciendo

daño a nadie, entonces digamos que uno empieza como a echar para afuera esos prejuicios. (PM1, 24 años)

Con respecto a las diferencias entre hombres y mujeres que se presentaron en esta subcategoría, para los hombres tiene más relevancia sentirse auténticos, sentirse cómodos y libres durante el encuentro sexual para identificarse sexualmente satisfechos. Mientras que las mujeres expresaron sentirse más interesadas por poder expresar sus deseos y conocer los deseos de su pareja para poder sentirse sexualmente satisfechas. Las diferencias mencionadas se pueden evidenciar en las siguientes verbalizaciones de un participante hombre (PH9) y una participante mujer (PM2) respectivamente:

Yo creo que la libertad yo la veo y la entiendo en el sexo como poder ser yo, ser muy auténtico, para mí la libertad en el sexo es honestidad y no lo sos cuando no soy honesto y termino obligado. (PH9, 25 años)

Si ya es para mí placer o mi satisfacción con mis parejas, la libertad es sentirme super abierta en decir lo que me gusta, lo que no me gusta y también de preguntarle a mi pareja qué le gusta. (PM2, 24 años)

Despertar Sexual

Dentro de la última subcategoría del bienestar sexual personal, se encontró que todos los participantes reconocen situaciones, eventos, expresiones y contextos, bien sea sexuales o no, que favorecen la excitación sexual o despertar. Estas situaciones fueron: caricias, besos y miradas, apariencia física de la otra persona, bailes, dar placer y la pornografía. Para estos participantes, la excitación también resulta fundamental para su placer sexual, pues consideran que es la manera en que su cuerpo y mente manifiesta que desean tener una relación sexual. Un ejemplo es la experiencia de un hombre:

Desde los besos hasta las miradas, es fácil, a mí se me ha parado solo con el hecho de que me cojan la mano y entonces estamos, así como súper conectados y sentir el tacto de la mano y la mirada. Ya, de una, ya con eso se me para. Es como en los momentos donde hay interacción física, ya obviamente si es a partir de eso, pues ya los besos, las caricias. (PH10, 25)

Asimismo, todos los participantes a excepción de PM3, identifican la excitación por medio de algunas reacciones corporales. Sin embargo, al ser muy similares a las descripciones encontradas en las sensaciones del orgasmo, no serán explicitadas dentro de esta subcategoría. No obstante, nuevamente se encontraron diferencias entre hombres y mujeres relacionadas con las diferencias biológicas de los mismos, tal como se manifiesta en las siguientes verbalizaciones:

Cuando estoy excitada pues, se me erizan los pezones, siento contracciones vaginales, siento descargas de flujo o que se aumenta el flujo vaginal y solo pienso en eso. (PM2, 24 años)

Por otro lado, P8 describió las siguientes reacciones corporales:

Así como yo siento cosas en el pene, yo siento cosas en la cabeza también, y estoy pensando justo cuando estoy teniendo sexo y como que no sé, algo está en movimiento, una posición que me toco ahí, y siento como un placer en la cabeza también, y siempre hay como un deseo de manifestarlo. (PH8, 24 años).

Otro tema resultó cuando PM2, PM3, PH6 y PH7 hablaron sobre algunas respuestas no fisiológicas ante la presencia de excitación sexual que los moviliza a tener encuentros sexuales. Específicamente, se trata de motivaciones relacionadas al ámbito emocional y social, en donde no son conscientes de su respuesta corporal. Lo anterior se puede comprender mejor por medio de la verbalización de PM2:

Si tengo a la persona cerca, pienso en quitarle la ropa, en dónde lo podemos hacer y así y también siento como esa necesidad o ese impulso de buscar la opción para llegar al acto sexual, entonces busco qué vamos a hacer o qué podemos hacer para que podamos concretar el acto. (PM2, 24 años)

Finalmente, en relación con lo anterior, la excitación sexual también se puede desencadenar por otros aspectos que trascienden de los elementos inmediatos, razón por la cual aparece en la vivencia de estos adultos jóvenes la excitación sexual como producto de pensamientos y otros elementos de su imaginación. En la experiencia de PM4, PM5 y PH9 se logró evidenciar lo anterior. A continuación, se presenta la verbalización de PM5:

Me pongo a jugar con la mente, entonces me pongo a imaginar alguna escena que ya tuve o alguna escena que quiero. Siento que también comienzan unas sensaciones muy desde lo corporal y después la mente lo va acompañando y lo va alimentando. (PM5, 25 años)

Procesos diádicos

Intimidad

En relación con la intimidad, todos los participantes hablaron de la presencia de un vínculo afectivo, el cual se manifiesta por medio de la expresión verbal y no verbal de emociones y sentimientos positivos antes, durante y después del encuentro sexual, como un factor que les permite considerarse sexualmente satisfechos. Dichas expresiones se enmarcan en la confianza, el amor, la conexión, besos, caricias y abrazos, y la complicidad. Un ejemplo de esto es la verbalización de PH8:

Cuando hay una persona que no solamente suscita tu deseo sexual, sino que también eliges a esa persona en lo emocional y afectivo, creo que la experiencia o la vivencia sexual trasciende a un momento distinto, ya no es solamente el placer de follar, sino el placer de amar. (PH8, 24 años)

No obstante, un tema importante dentro de la intimidad aparece por la experiencia de la participante PM4, la cual expresó que las manifestaciones de sentimientos positivos se relacionan también con las agresiones físicas durante sus encuentros sexuales, ya que estas le permiten sentirse sexualmente satisfecha. A continuación, se presenta su verbalización:

Para mí, hacer el amor no es simplemente ese sexo como tierno, como suave, para mí también es como tener sexo duro, para mí también eso es amor, a pesar de que me golpee, que me ahorque, para mí eso es amor. (PM4, 24 años)

Otro tema presente en las respuestas de los participantes y que resulta importante para su satisfacción sexual, es la reciprocidad o mutualidad de estas emociones expresadas, a la cual se refieren a una sensación de entrega y recibimiento de ambos sentimientos durante el encuentro sexual:

Yo creo que siempre va a sentirse más rico cuando uno sepa que es recíproco, o sea, si uno sabe eso lo va a disfrutar más, pues porque qué pereza yo estar con alguien con el que yo sienta que es un rogadera o que lo está haciendo porque cree que le toca o algo así, definitivamente reciprocidad, ante todo. (PH10, 25 años)

Por último, dentro de la experiencia sexual en relación con la intimidad de PM2, PH8 y PH9, es importante para su satisfacción sexual la expresión emocional y de sentimientos que se dan después del encuentro sexual con su pareja, en el cual se encontraron sentimientos como el placer, la acogida y la vulnerabilidad:

Es como tener el acto sexual con la persona que quiero e incluso después de salir del motel, incluso después de terminar, queda como una sensación de tranquilidad, de emoción, de amor, de alegría por haber tenido esa relación sexual. (PM2, 24 años)

Sexualidad lúdica

Ahora bien, con respecto a la creatividad, los participantes refirieron usar objetos y situaciones para obtener mayor satisfacción sexual al manifestar que les permite experimentar otro tipo de sensaciones. Ante esto, estas personas prefieren el uso de cubre ojos, plumas y esposas, juegos de roles y dominación, vibradores, aceites, lubricantes, lencería, comida, esencias de olores, música, plug anal, decoraciones diferentes del lugar y las ilustraciones sexuales. La experiencia con estos objetos y situaciones se dan en confianza y siempre predominando el bienestar de ambos.

A mí me gusta experimentar, no cosas locas absurdas y malucas, sino, por ejemplo, jugar con temperaturas, con hielo, con un lubricante, o con juegos, como penitencias, retos, cositas así me parecen super chéveres. (PH9, 25 años)

Otra verbalización que manifiesta la creatividad en la vivencia sexual de este grupo poblacional es la siguiente:

Me gusta vendarles los ojos o también me los tapo yo, o sea, que los dos estemos vendados y así poder jugar con el tacto y la imaginación. Decorar la cama o el lugar también lo he hecho, usar lencería... siento que es algo normal, pero igual lo uso... los olores, eso es lo más creativo que he hecho. (PM2, 24 años)

En consecuencia, el uso de estos objetos y situaciones promueven diferentes sensaciones tanto positivas como negativas en la experiencia individual y de pareja. En la vivencia de PM2, PM3, PM4, PM5, PH6, PH7 y PH10, las sensaciones fueron positivas específicamente con el uso de objetos sexuales, pues aumentaron el placer al estimular de manera diferente otras zonas erógenas. No obstante, PH8 manifestó no experimentar sensaciones positivas con el uso de objetos durante los encuentros sexuales, haciendo énfasis en que no es por el uso en sí de los objetos, sino por su preferencia personal de las sensaciones naturales:

Un lubricante es rico y cambia la forma de sentir y toda la cosa, pero yo soy un enamorado de la sensación natural, me encanta el calor de la vagina por dentro natural, me encanta el sabor natural, todo eso me fascina tanto que cuando viene algo diferente pues sí, la hace distinto, pero no la hace más placentera para mí. (PH8, 24 años)

Del mismo modo, PM2, PM3, PM4, PH6, PH7, PH8 y PH10 manifestaron hacer uso de sustancias psicoactivas como la marihuana, el alcohol, el éxtasis, la cocaína, LSD y los cristales para aumentar su satisfacción sexual al considerar que les genera sensaciones positivas:

El sexo es una conexión del momento entre dos entes y entre más conectado con el momento esté cada uno, pues más se va a disfrutar. Entonces si las drogas me hacen conectarme más con el momento, pues entonces lo voy a vivir de una manera más intensa y lo voy a disfrutar más. (PH10, 25 años)

La frecuencia con la que consumen las sustancias psicoactivas según P2, P7 y P10 es alta y de manera habitual, ya que sustancias como la marihuana y el alcohol están presentes en la mayoría de sus encuentros sexuales porque consideran que aumentan su satisfacción.

Sin embargo, PM4, PM5, PH8, PH9 y PH10 manifestaron que sustancias psicoactivas como el Popper, la marihuana, la cocaína y el alcohol les generan sentimientos y experiencias negativas que provocan una disminución en la satisfacción sexual:

Luego de mis experiencias próximas con la marihuana, esta me pone en unos estados muy distintos, me sumerge como a cuestionarme cosas de mi o abrir cosas que están por allá y no necesitan abrirse en ese momento, entonces evidentemente eso influye en mi

experiencia sexual y pues no lo disfruto nada porque estoy enfocado en otras cosas. (PH8, 24 años)

Es importante mencionar que hubo participantes que refirieron sentir mayor satisfacción sexual con el consumo de algunas sustancias y a la vez reportaron disminución en su satisfacción sexual con otras, razón por la cual están algunos participantes repetidos en ambos apartados.

Además, los participantes PM1, PM2, PM3 y PH9 expresaron la importancia de manifestar y hacer explícito el deseo propio como un factor que permite que se realicen cosas novedosas y placenteras durante el encuentro sexual para aumentar su satisfacción. En palabras de PM2:

lo que hacemos es como que yo mando al otro y le digo qué hacer y cómo hacerlo. Le digo "quítate, ponte, hazme, cambiamos de pose, más rápido, detente" ese tipo de cosas.
(PM2, 24 años)

En este orden de ideas, para terminar con este apartado, la experiencia de algunos participantes pone en manifiesto que no hay una relación positiva entre las fantasías y la satisfacción sexual. Para PM2, PH6 y PH10 esta experiencia es negativa debido a que prefieren estar centrados en el presente y sin expectativas, elementos que para ellos están relacionados con la fantasía:

Si yo tuviera muchas fantasías sexuales, de pronto no podría disfrutar tanto de mi sexualidad porque estoy esperando otras cosas, y eso que esas fantasías sexuales son muy evocadas por el porno o por la manera en que la sociedad ve la sexualidad. (PH10, 25 años)

Frecuencia

Para presentar los resultados de esta subcategoría se abordará primero lo referente a la duración de los encuentros sexuales de los participantes y luego, de la periodicidad con la que estos se presentan para considerarse sexualmente satisfechos.

En este orden de ideas PM5, PH6, PH8, PH9 y PH10 refieren que necesitan de un tiempo determinado y prolongado para sentirse sexualmente satisfechos con el encuentro. Para estos participantes el tiempo varía de acuerdo con el lugar, la persona y el deseo que se tenga, por lo que

no se podría dar un tiempo exacto. No obstante, todos concuerdan que además del tiempo, es la conexión emocional que se tenga con su pareja sexual:

Siento que necesito el tiempo, me gusta mucho más cuando se tiene el tiempo, no necesariamente tiene que ser que la penetración dure una hora, realmente eso no me importa tanto, importa es como el tiempo de la intimidad, de la conexión. (PM5, 25 años)

En relación con lo anterior, PM2, PM4, PM5 y PH7 manifestaron que la duración del encuentro va a depender de la energía y el nivel de deseo sexual que presenten en el momento. Así lo manifestó uno de ellos:

Creo que el tiempo para mí tiene que ir en función de cómo uno se sienta en cuanto a la energía y el deseo en el momento, o sea, si me siento muy cansado físicamente entonces es mejor que dure poco y que no sea tan salvaje, pero sino, entonces que dure mucho y que sea re salvaje, entonces creo que depende de eso. (PH7, 24)

Para continuar, PM1, PM3, PM4, PH6 y PH8 manifestaron la importancia de que sus encuentros sexuales se presenten con una frecuencia muy alta para sentirse satisfechos, pero sobre todo para fortalecer el vínculo con su pareja. Para los participantes, una alta frecuencia se relaciona con tener encuentros sexuales más de dos veces a la semana:

En este momento yo digo que todas las semanas, puede ser una vez a la semana, pero para mí si es super importante por lo que les decía, es como una manera de fortalecer un vínculo que se logra solamente así. (PM1, 24 años)

Por su parte, PM2, PH9 y PH10, manifestaron que la necesidad de tener relaciones sexuales va a depender de si tienen una pareja estable o no. Así pues, considerando el apartado anterior, para estos participantes si no se tiene una pareja estable es posible mantenerse sin relaciones sexuales debido a que aparecen otras prioridades como el trabajo o el estudio:

Ahora reconozco que no necesito, pero esto porque no estoy en una relación de pareja, si yo estoy en una relación de pareja, radicalmente se invierte porque hay algo que yo cuestiono y muy honestamente si siento que necesito el sexo, como que me hace falta
(PH9, 25 años)

Finalmente, sólo PM5 y PH7 refirieron que no existe relación entre la cantidad de veces que se tienen relaciones con su satisfacción sexual, ya que consideran que no es necesaria una alta frecuencia sexual porque hay otros factores más importantes en su placer sexual como la intimidad y el descanso personal:

Yo creo que depende. Hubo una época en que lo necesitaba con mucha más frecuencia, pero actualmente, una vez semanal es suficiente para mí porque prefiero descansar de lo pesado de cada semana. (PH7, 24 años)

Significados de la satisfacción sexual

Sentido de la satisfacción sexual

Para dar respuesta a esta subcategoría, se encontró que todos los participantes tienen diferentes ideas y creencias sobre la sexualidad, las cuales giran en torno a su comprensión como una relación íntima con el otro, como una experiencia individual y como un acto sexual.

Por consiguiente, los participantes PM2, PM3, PM4, PH8 y PH10 expresaron que la sexualidad tiene que ver con la relación y la intimidad que se construye con la otra persona. Por tal motivo, la sexualidad se comprende desde las relaciones emocionales que fomentan la profundidad con su pareja sexual:

Para mí el significado de la sexualidad se puede resumir en un encuentro con un otro, con el cual uno se abre a una experiencia en donde va a haber un compartir, de sentires y de emociones (...) uno no solamente se siente enamorado o siente que ama a esa persona, no solamente va a desnudar un cuerpo y a encontrarse con una piel y con unos genitales. Entonces yo lo puedo resumir en eso, en un encuentro desde el aspecto más íntimo con un otro. (PH8, 24 años)

Por otro lado, PM5, PH7 y PH9 manifestaron entender la sexualidad como una experiencia individual en donde influyen factores como la responsabilidad y la consciencia, es por esto que para estos participantes se hace énfasis en la diferenciación de cada persona y el respeto que se debe tener ante estas diferencias.

Siento que la sexualidad es un ámbito de responsabilidad personal porque si creo que todo nace, inicia o comienza desde lo personal en cuanto a la sexualidad. Es

irresponsable de nuestra parte dejar la responsabilidad en manos de otros entonces sí creo que es algo muy personal y también es algo de gustos. Si creo que es algo de gustos, que como los gustos son muy nacientes en lo personal, entonces también es de respetar esos gustos. (PM5, 25 años)

Finalmente, PM1 y PH6 manifestaron entender la sexualidad como actos y prácticas que ocurren durante el encuentro sexual. La sexualidad es comprendida desde el actuar, el cuerpo y el sentir:

La sexualidad va desde un beso, hasta las miradas. Mirar a otra persona y sentirte atraído. Todo lo que involucre lo carnal de la persona, o sea, digamos como su aspecto físico y también los recuerdos que se hacen en cuanto al sexo o con tus amigos. (PH6, 24 años)

Otro tema que se manifestó en esta subcategoría son las creencias que tienen los participantes sobre lo que esperan de la otra persona para sentirse sexualmente satisfecho, tales como la comunicación (escuchar y preguntar), afecto (reciprocidad, amor, cariño), deseo, empatía, libertad y confianza, respeto y curiosidad. Así lo manifestó uno de los participantes:

Espero que haya diálogo, siento que es muy importante porque muchas veces pienso que la gente es temerosa para hablar del tema, como que más o menos piensan que el sexo es únicamente para fines reproductivos o en parejas heterosexuales que solo importa que el man se venga y ya, y no importa si yo tuve el orgasmo o no, sino que, si en algún momento me siento incómoda, espero que mi pareja me de esa libertad de sentir que le puedo decir lo que sea. (PM2, 24 años)

Sumado a esto, se encontraron las ideas y creencias que los participantes tienen sobre la satisfacción sexual, las cuales se relacionan con los tres siguientes aspectos: Satisfacer las necesidades sexuales propias y del otro, la sensación de bienestar después del encuentro y la conexión de aspectos corporales, mentales y con el otro.

Inicialmente, PM2, PM3, PH7, PH9 y PH10 hablaron sobre la importancia de cumplir sus necesidades sexuales y las del otro, primando la satisfacción individual. Por lo tanto, para estas personas, la satisfacción sexual significa hacer reales sus deseos para considerar que saciaron sus necesidades, incluyendo las de su pareja sexual. En palabras de PM2:

Siento que en mi caso es el cumplir mis necesidades biológicas, como mis impulsos, mis gustos, mis afinidades físicas, como que, si te gusta que te toquen el pecho, pues que te toquen ahí, o sea, no hay otra cosa. (PM2, 24 años)

La sensación de bienestar posterior al encuentro fue mencionada por dos participantes mujeres, las cuales refieren que para ellas sentirse satisfechas significa estar plenas o contentas después de haber terminado el encuentro sexual. Así lo mencionó PM1:

Es la sensación positiva de bienestar y no sé si exista esta palabra: contentamiento, o bueno, como el estar contento con una relación sexual, o sea, que vos te sintás pleno, que no sintás que te quedó faltando. (PM1, 24 años)

No obstante, los participantes PM5 y PH6 mencionaron que la satisfacción sexual se relaciona con una conexión entre la mente y el cuerpo que no se puede aislar. De esta manera, la satisfacción sexual cobra un significado para los participantes donde debe existir la conciencia de su cuerpo para tener un mejor disfrute:

Para mí la satisfacción sexual es un estado del cuerpo y de la mente, siento que no puede estar desligado el uno del otro (...) si es cierto que todo entra por los ojos, pero también entra por el sentir, por el tocar, por el gustar, por el oler, por todo. Entonces siento que es una relación cuerpo y mente en donde se complementan y son necesarios el uno para el otro. (PM5, 24 años)

Finalmente, otro significado de la satisfacción sexual fue mencionado por P8 al referir que esto se relaciona con un vínculo afectivo que trasciende de lo corporal, haciendo nuevamente un énfasis en que la conexión emocional predomina en la experiencia sensorial.

El significado de la satisfacción sexual es una experiencia trascendente, en cuanto a que cuando estás con un otro dónde te estás compartiendo y hay una serie de factores que empiezan a jugar en ese encuentro como el deseo, como lo afectivo, como lo emocional, como toda la experiencia de vida del otro y como la mía, mis miedos, mis vacíos, mis faltas, todo. (PH8, 24 años)

Para terminar esta subcategoría, los participantes también manifestaron sus creencias sobre lo que deben brindar al otro durante un encuentro sexual para que este se sienta sexualmente

satisfecho. Dichas creencias son: comunicación (escuchar y preguntar), empatía, deseo, libertad, respeto, comodidad y seguridad. Así lo expresó PH10:

Todo lo que yo estoy esperando de la otra persona es lo que yo voy a dar, porque creo que sí lo doy, pues entonces como que todo va a estar bien, la otra persona lo va a disfrutar y va a ser un encuentro sexual satisfactorio y lo que yo en últimas espero es lo que estoy dando. (PH10, 25 años)

Valoración de la satisfacción sexual

Para introducir la siguiente subcategoría, los resultados de los participantes sobre la valoración de la satisfacción sexual fueron agrupados de acuerdo con el valor que le otorgan a la satisfacción sexual en su vida. En primer lugar, PM4, PM5, PH6 y PH8 manifestaron que la satisfacción sexual es indispensable para su vida, además de ser una condición para una relación de pareja debido a que esta genera paz y bienestar. En palabras de PM5:

Creo que es más que necesaria, siento que no se puede erradicar, o sea, la siento muy naturalizada y muy propia en mi vida, entonces por eso la siento normal, la siento frecuente, siento que es otro ámbito en mi vida que debo atender. No considero esta idea de poder vivir con el ámbito sexual totalmente apagado y restringido porque no he crecido así, porque no es mi idea, porque no es mi perspectiva. (PM5, 25 años)

A su vez, PM1, PM3 y PH10 expresaron que la satisfacción sexual es importante para su vida, pero no es lo principal. Para estos participantes, vivir satisfechos sexualmente es una decisión que se debe tomar constantemente ante las demás prioridades de su vida:

Yo siento que puedo vivir sin ella, pero igual no quiero. No es como que me voy a morir, pero es una decisión que tomé todo el tiempo donde yo decido ser una persona satisfecha constantemente. (PM3, 24 años)

En cambio, PM2 y PH9 le otorgan una baja valoración a la satisfacción sexual, ya que consideran que es un aspecto importante pero únicamente cuando se tiene una vida sexual activa y cuando se tiene pareja estable.

Yo siento que es importante, pero no es indispensable, ni lo único a lo que más le doy peso. Siento que es importante, que es rico hacerlo, que es chévere disfrutarlo cuando

uno lo está haciendo, sentir que fue una chimba el encuentro sexual, pero si no lo tengo, pues no está en mis prioridades número uno. Entonces siento que, si bien es importante, pero es importante en la medida en que sea sexualmente activa. (PM2, 24 años)

Valoración del orgasmo en la satisfacción sexual

Al igual que en la subcategoría anterior, estos resultados serán presentados de acuerdo con el valor o importancia que los participantes le otorgan al orgasmo en relación con su satisfacción sexual. Inicialmente, todos los participantes, excepto P8, consideran que el orgasmo no es lo único que los hace sentirse sexualmente satisfechos, sin embargo, prefieren tenerlo. Así lo manifestó PM2:

Obviamente es muy rico sentir el orgasmo y esa sensación física que da, entonces siento que el orgasmo hace parte de mi satisfacción sexual (...) algunas veces tuve el orgasmo, pero después no me sentía satisfecha, entonces si bien el orgasmo es importante, pero no es lo único que pesa para sentirme satisfecha. (PM2, 24 años)

Otro ejemplo de esto es la verbalización de PM4:

Como que no es necesario y a pesar de que me gusta, no es necesario para mi tener un orgasmo para sentirme satisfecha, feliz y tranquila; con tal de yo sentir esa comodidad y esa satisfacción que no solamente me genera el orgasmo, sino que simplemente con dar placer para mí ya es bien, entonces el orgasmo no se relaciona con la satisfacción, pero tampoco le puedo quitarle importancia porque es muy rico, pero no es necesario para mi vida sexual. (PM4, 24 años)

Finalmente, PH8 manifestó que el orgasmo es muy importante y es lo que le permite sentirse sexualmente satisfecho, ya que aparece como un indicador de su placer sexual:

Ahora los orgasmos que he sentido y sobre todo los que siento en pareja, es decir, en esta completud o en esta amalgama de emocionalidad y de intimidad, el orgasmo es algo muy muy importante sobre todo en cómo lo vivo para mis experiencias sexuales. (PH8, 24)

DISCUSIÓN

Después de presentar los resultados obtenidos, se expondrá el análisis de estos teniendo en cuenta el objetivo general de la presente investigación, el cual fue conocer las vivencias y significados de la satisfacción sexual de diez adultos jóvenes de Cali. Para abordar este objetivo, se construyeron dos categorías de análisis que son vivencias de la satisfacción sexual y significados de la satisfacción sexual.

En este orden de ideas, la satisfacción sexual es entendida como la manifestación y el cumplimiento de un deseo erótico (Paredes y Pinto, 2009), de tal manera que estos componentes dependen de la subjetividad de cada individuo con respecto a las relaciones sexuales, Carrobles (como se citó en Ahumada et al., 2014). También, en la satisfacción sexual se destacan otros componentes como los aspectos cognitivos y afectivos que promueven el disfrute de los encuentros sexuales, Barrientos (como se citó en Ahumada et al., 2014).

Cabe resaltar que dentro de estos componentes cognitivos se encuentran los significados que cada persona construye de su sexualidad y de su satisfacción sexual a partir de las experiencias vividas que se constituyen dentro de su marco de referencia interno (Rogers, 1975). Además, existe un componente sociocultural que incide de igual forma en lo que es o no sexualmente satisfactorio. Por lo tanto, estas concepciones de satisfacción sexual se ven incorporadas dentro de las dimensiones de bienestar sexual personal y procesos diádicos, que fueron establecidas a partir de la investigación de Pascoal et al. (2013).

De acuerdo con lo anterior, los planteamientos teóricos sobre la satisfacción sexual se relacionan con los resultados encontrados en la presente investigación, dado a que los temas mencionados por los participantes corresponden a los diferentes procesos en los que las personas pueden considerarse sexualmente satisfechas, permitiendo un análisis detallado de estos aspectos en los participantes.

Teniendo en cuenta lo mencionado, la satisfacción sexual se relaciona con las vivencias o experiencias que resultan placenteras y los significados que se le otorgan a las mismas. En este sentido, para abordar y comprender estos aspectos se plantearon tres objetivos específicos, los cuales serán discutidos en este apartado contrastando los resultados obtenidos con los referentes

conceptuales y los antecedentes de esta investigación. Es importante destacar que la teoría principal será la de Pascoal et al. (2013), que será mencionada en la mayoría de los apartados.

Con respecto al primer objetivo específico, que busca describir las vivencias sexuales de adultos jóvenes que se consideran sexualmente satisfechos, se identificó de manera detallada las diferentes experiencias que conforman los encuentros sexuales de los participantes de acuerdo con las dimensiones de la satisfacción sexual de Pascoal et al. (2013).

Así pues, los participantes realizan conductas sexuales individuales y compartidas como estrategias para obtener placer sexual y bienestar físico a partir de estímulos sensoriales (Pascoal et al., 2013), estas conductas son muy variables y están sujetas a la subjetividad de cada persona, y por lo general se expresan en prácticas como besos, penetraciones y caricias (Rodríguez, 2010) Desde luego, estas prácticas sexuales fueron expresadas en los resultados de todos los participantes a pesar de su condición versátil, lo cual pone en consideración que para ellos, más que el tipo de prácticas que realizan, tiene mayor importancia la forma en que la son experimentadas, donde, pueden entrar factores como la pasión y la confianza.

Sin embargo, la mitad de los participantes manifestaron que dentro de las conductas que les permiten alcanzar el placer sexual se encuentran las nalgadas, cachetadas, mordeduras y ahorcamientos, poniendo en discusión que existen otro tipo de prácticas que pueden incluir violencia y agresión física como estrategias para obtener placer sexual. Con base en lo anterior, se puede inferir que las expresiones físicas que generan satisfacción sexual se dan un amplio espectro que puede incluir desde lo más suave y sutil, hasta la forma más fuerte, lo que parece estar relacionado con los significados de placer de cada participante.

En esta misma línea, otro aspecto importante para los participantes se basa en establecer una conexión emocional o vínculo afectivo con su pareja sexual al considerar que es mucho más placentero un encuentro sexual con una persona amada, debido a que facilita la comprensión de los gustos del otro, y de esta manera permite que se cree un ambiente de seguridad y confianza donde se experimentan sentimientos positivos (Opperman et al., 2014).

Asimismo, Pascoal et al. (2013) refieren que la intimidad se trata de dinámicas que suceden dentro de una relación de pareja, lo que difiere con lo manifestado por tres adultos jóvenes que no tenían pareja estable y según sus relatos, a pesar de ser relaciones ocasionales, expresan vínculo y

emociones positivas en dicha relación sin necesidad de ser pareja, permitiendo sugerir que los participantes prefieren tener relaciones sexuales con personas con las que sienten algún tipo de afinidad porque son un poco más conscientes de lo que les gusta y esperan de un encuentro sexual.

De lo dicho anteriormente, se podría decir que la importancia de este vínculo afectivo se debe a las características del momento de vida correspondiente a la adultez joven, puesto que en este momento existe la tendencia de tomar decisiones que les permita acercarse a una fuente afectiva que supla con su necesidad de amor, lo cual permea fuertemente en su satisfacción sexual (Arnett, 2000; Rubio, 1998).

Aunque esta conexión emocional tiene mayor importancia para las mujeres (Valdés et al., 2003), los hombres también manifestaron que dicha conexión y amor son factores importantes que deben estar presentes para sentirse sexualmente satisfechos, tal como lo afirma Stulhofer et al. (2013). De esto se podría inferir que el rol de género asumido por los hombres se está ampliando, permitiéndoles reconocer con mayor importancia sus emociones en el momento de tener un encuentro sexual.

En relación con lo mencionado, se podría decir que a pesar de que ambos géneros indicaron la importancia de vincularse afectivamente y de expresar los sentimientos que surgen debido a este vínculo, siguen siendo las mujeres las que realizan mayormente estas conductas románticas, tales como abrazar, besar, acariciar y utilizar ropa erótica (García et al., 2005). Posiblemente esto suceda debido a la importancia que tiene para las mujeres la conexión emocional en un encuentro sexual, a tal punto de manifestarla por medio de prácticas y conductas como las mencionadas anteriormente.

Otra característica de las vivencias sexuales en los adultos jóvenes se relaciona con el deseo sexual y con sus diferentes maneras de manifestarlo por medio de un interés profundo hacia su pareja sexual (Pascoal et al., 2013). En este orden de ideas, los participantes refirieron que el deseo sexual debe estar presente antes del encuentro sexual para que este sea satisfactorio, lo cual habla de que el deseo es aquello que fomenta la búsqueda de esa fantasía individual, tal como lo desarrolló Hurlbert y Apt (Como se citó en Rodríguez, 2010). No obstante, es posible inferir que la importancia del deseo en sus relaciones sexuales tenga una fuerte relación con la libertad, pues como se mencionó anteriormente, resulta más importante para los participantes la manera en que

se experimenta su placer sexual, razón por la cual el deseo podría ser un indicador de una relación sexual consensuada y predominada por un auténtico vínculo emocional.

Asimismo, para Gómez (2014) el deseo sexual contiene un elemento cognitivo que manifiesta la necesidad de experimentar momentos eróticos con una finalidad específica y con un deseo de que este encuentro se viva de manera poco impulsiva. En relación con lo anterior, es posible deducir que los participantes por medio de aspectos como la privacidad y la higiene establecen en su mayoría encuentros sexuales previamente planeados como estrategias para obtener mayor satisfacción sexual.

Por consiguiente, para los participantes, el placer sexual es un aspecto que abarca mucho más que sólo conductas y prácticas, debido a que existen factores que ellos identifican y consideran como positivos o negativos durante un encuentro sexual.

Por otra parte, el orgasmo que experimentan los hombres y las mujeres ocurre de manera distinta debido a las características biológicas de cada uno, lo que supone para ambos un conjunto de cambios a nivel fisiológico que ocurren antes, durante y después del encuentro sexual (Kaplan, 1978). Además de estas diferencias, es posible discutir que resulta más fácil para los hombres llegar al orgasmo al considerar que socialmente las relaciones sexuales se centran en su mayoría en la penetración (Echevarría, 2017; Valdés et al., 2003; Navarro et al., 2010), resultando de esta manera una mayor estimulación en los hombres en las zonas encargadas de disponer el orgasmo, que en las mujeres.

Del mismo modo, se puede decir que las mujeres también se ven permeadas por un componente sociocultural, debido a que la sociedad sugiere que deben sentirse satisfechas con todo lo que hay alrededor de la sexualidad, aunque no haya orgasmo. Lo anterior puede sugerir una razón para comprender la constante referencia que hacen las mujeres sobre aspectos alrededor de la intimidad, la comprensión y la compañía como factores más importantes que el orgasmo para sentirse sexualmente satisfechas.

El siguiente aspecto hace referencia a la relación expresada por todos los participantes entre su satisfacción sexual y la sensación de libertad durante los encuentros sexuales al estar libres de prejuicios, siendo este un factor que permite explorar nuevas situaciones que pueden satisfacerlos mientras expresan las emociones que emergen con su pareja sexual (Pascoal et al., 2013).

Cabe resaltar que se ha encontrado en investigaciones como en la de Echevarría y Villagrán (2015), que algunas mujeres no se sienten sexualmente satisfechas debido a una cultura machista en donde se espera que las mujeres complazcan al hombre y no expresen sus sentimientos. Otros aspectos que también influyen en esta insatisfacción sexual de la mujer se deben a la influencia de la religión, patrones educativos conservadores e incluso, las relaciones familiares. Diferente a este planteamiento, las mujeres de esta investigación manifestaron que al experimentar una sensación de libertad en sus relaciones sexuales pueden lograr sentirse satisfechas, ya que se sienten autodeterminadas cuando pueden expresar sus deseos y cuando logran comprender los de su pareja.

Con todo lo anterior, es posible inferir que las mujeres jóvenes han logrado contrarrestar en gran medida estos componentes socioculturales para vivir una sexualidad con mayor plenitud y que se expresa también en otros aspectos relacionados al género. Además, no se puede pasar por alto que para las mujeres también un sentimiento de libertad se manifiesta cuando logran comprender los deseos de su pareja, lo que puede estar relacionado a que su rol en la sociedad también ha sido de cuidadora y protectora, razón que podría dar a entender una mayor empatía en las mujeres.

Continuando con el análisis de las vivencias, de acuerdo con Pascoal et al. (2013), el despertar sexual es definido como la sensación de excitación, emoción e inquietud que se presenta dentro o fuera de un contexto sexual, siendo lo anterior manifestado por los participantes en situaciones como los bailes, o conductas como las caricias, los besos y las miradas. Lo dicho recientemente permite discutir la importancia del contacto físico y la cercanía emocional como promotores del despertar sexual en los participantes. Además, lo anterior podría estar relacionado con la fase de deseo sexual descrita por Kaplan (1978) ya que, durante este momento, además de los cambios fisiológicos, se presentan con mayor fuerza movimientos cognitivos que llevan a las personas a buscar un encuentro sexual.

Hasta ahora, se han mencionado las vivencias que los participantes consideran relevantes para sentirse sexualmente satisfechos, dentro de las cuales se encuentran las prácticas sexuales, las expresiones de afecto, la sensación de libertad y la excitación. Para concluir con este apartado, se presentarán los aspectos relacionados con la frecuencia de los encuentros sexuales, los orgasmos

y finalmente la sexualidad lúdica, ya que resultan pertinentes para un detallado análisis de la satisfacción sexual en los participantes.

Según Pascoal et al. (2013), la frecuencia se relaciona con la periodicidad o permanencia de los encuentros sexuales, de tal manera que permite que las personas se sientan satisfechas con la cantidad de veces en las que tienen relaciones sexuales. Es relevante mencionar que cada uno de los participantes se refirió a una frecuencia distinta, lo que hace alusión a la experiencia individual de cada sujeto a la hora de tener relaciones sexuales.

De igual forma, los resultados permiten exponer que la mayoría de los participantes desearían tener relaciones sexuales al menos una vez a la semana para considerarse sexualmente satisfechos, independientemente de si tienen una pareja estable o no. En consecuencia, es posible decir que los adultos jóvenes buscan aumentar la cantidad de encuentros sexuales debido a que les permite mantener el vínculo y aumentar la conexión emocional en sus relaciones.

Específicamente, en el caso de las mujeres, cuando se sienten satisfechas tienden a aumentar la cantidad de encuentros sexuales, tal como se encontró en Castellanos et al., 2013). Sin embargo, a partir de las respuestas de los participantes, se puede pensar que aquellas personas que se sienten satisfechas con una mayor cantidad de encuentros sexuales experimentan un mayor deseo sexual previo al encuentro, además de contar con un espacio que cumpla con las condiciones mencionadas por los participantes para tener un encuentro sexual, siendo esto coherente con lo expresado anteriormente sobre el deseo sexual y permitiendo una clara relación entre la frecuencia y el deseo sexual.

Adicionalmente, la frecuencia de los encuentros sexuales podría estar relacionada con el hecho de convivir en pareja y a pesar de que la mayoría de los participantes no conviven permanentemente con su pareja, en muchas ocasiones se manifestó que cuando su pareja se queda en su casa a dormir durante varios días, la cantidad de encuentros sexuales también aumentan considerablemente. Por consiguiente, es posible reafirmar la importancia que tiene el contacto físico para los encuentros sexuales, factor permeado por los componentes socioculturales de Santiago de Cali.

También, se expresó que la duración de estos encuentros sexuales está sujeta a factores externos como el tiempo que se pueda destinar para llegar al orgasmo, la energía que cada

participante tiene al iniciar el encuentro sexual y el deseo que se manifiesta al darse el encuentro, aspectos que no fueron mencionados por los autores y que resultan importantes para detallar este aspecto en los adultos jóvenes.

El último aspecto de las vivencias sexuales de los adultos jóvenes está relacionado con la sexualidad lúdica, en donde se manifestó que para todos ellos es importante el uso de objetos para aumentar o mantener su satisfacción sexual. En este orden de ideas, sólo las mujeres afirmaron que utilizan ropa erótica durante sus encuentros sexuales, lo que se puede comprender desde la influencia sociocultural que los juguetes sexuales le otorgan a la mujer (García et al., 2005), ya que las prendas eróticas son mayormente diseñadas para ellas, permitiendo evidenciar que la mujer podría volverse un objeto sexual que debe excitar al hombre producto de una sociedad machista.

No obstante, considerando la expresión de libertad que han tenido las mujeres de esta investigación, se puede pensar que el uso de estos objetos sexuales se da por voluntad propia y porque resultan novedosos en sus encuentros sexuales, más que por una opresión machista hacia su sexualidad. Por otro lado, uno de los participantes hombres manifestó que no le gusta usar objetos durante sus relaciones sexuales, pues prefiere los encuentros sexuales sin elementos que puedan distraer las sensaciones naturales de él y de su pareja, lo cual refleja que el no usar estos objetos también es un acto voluntario que no se puede limitar únicamente a un aspecto sociocultural.

Por otra parte, siete de los adultos jóvenes mencionaron consumir sustancias psicoactivas para sentirse sexualmente satisfechos, a tal punto que tres de ellos las utilizan en casi todos sus encuentros sexuales por las mismas razones. Esto puede indicar que las drogas son usadas para facilitar los encuentros sexuales, aumentar las sensaciones corporales, entre otras (Calafat et al. 2007). Asimismo, la sustancia más consumida por los participantes es la marihuana seguida por el alcohol, por lo que es posible decir que se debe a que estas sustancias generan una sensación de desinhibición, que permite que el encuentro sexual se viva de una manera más intensa (Ruiz y Espada, 2009). Además, este tipo de sustancias normalmente son valoradas de manera positiva entre los jóvenes, permitiéndoles un fácil acceso a ellas y promoviendo conductas sexuales de riesgo.

En contraste, también hubo cinco personas que manifestaron no consumir marihuana, popper, cocaína y alcohol, debido a que en el pasado tuvieron malas experiencias sexuales que generaron dolores de cabeza, náuseas, congestión de pensamientos, incluso algunos expresaron no sentir nada durante el encuentro sexual. Lo anterior puede relacionarse con el momento de vida en el que se encuentran los participantes, ya que la adultez joven no se caracteriza por la exploración, sino por la toma de decisiones que les permite acercarse a lo que quieren ser (Arnett, 2000).

Conjuntamente, se puede decir que haber vivido este tipo de experiencias previas les facilita la toma de decisiones con más conciencia y con mayor seguridad acerca de lo que desean, además de indicar que la satisfacción sexual no está necesariamente relacionada con los estados alterados de conciencia.

Otro tema relacionado con la sexualidad lúdica son las fantasías sexuales y su conexión con la satisfacción sexual. Para Moyano y Sierra (2014), los hombres reportan tener con mayor frecuencia fantasías sexuales que contribuyen al aumento de su placer sexual al tener como herramienta la imaginación de posibles encuentros sexuales. Contrario a esto, algunos hombres no vinculan de manera positiva las fantasías sexuales con su satisfacción sexual, de lo que se puede inferir que ellos conciben la sexualidad como una vivencia que se desarrolla en el presente, ya que consideran que la fantasía, al no ser real, no les permite disfrutar del encuentro sexual correctamente.

Sumado a esto, en las verbalizaciones de los participantes no se manifestaron prácticas masturbatorias asociadas a la fantasía, que son suficientemente comunes en la adolescencia. Por este motivo, es posible decir que los participantes siguen una sexualidad acorde a lo esperado en la adultez joven con un especial énfasis en el vínculo afectivo.

En síntesis, las vivencias de los adultos jóvenes entorno a su satisfacción sexual se relacionan inicialmente con la presencia de un vínculo afectivo, ya que este les permite establecer relaciones donde prime la confianza y la intimidad. Dicha conexión no se establece únicamente con una pareja estable, sino que debe estar presente en la mayoría de los encuentros sexuales para que estos sean satisfactorios, al igual que el deseo sexual. Una vez se ha creado un ambiente seguro y de confianza, estos adultos jóvenes se sienten más libres de explorar prácticas nuevas y de

expresar sus necesidades y sentimientos con respecto a su sexualidad, lo que les permite sentirse sexualmente satisfechos.

Por otra parte, con base en el segundo objetivo, relacionado con los significados que los adultos jóvenes le dan a la satisfacción sexual para denominarse sexualmente satisfechos, se pudo evidenciar diferentes concepciones que les permite a los participantes comprender la sexualidad y la satisfacción sexual.

Para empezar, según Gottwald y Holtz (1983) la sexualidad se comprende de manera integral donde confabulan fenómenos de carácter biológico, conductual, emocional y cultural que acompañan el desarrollo del ser humano para su disfrute y cuidado. Además, la sexualidad también ha sido entendida desde el modelo de Rubio (1998), que comprende los aspectos mencionados anteriormente.

En este orden de ideas, algunos participantes consideran que este concepto se comprende desde una relación que se da con el otro, haciendo énfasis en que este aspecto se vive en compañía. Por lo tanto, esto se puede articular con el ámbito emocional y relacional que es característico de los adultos jóvenes y que, a su vez, permite comprender la importancia que tiene para estos jóvenes vivir la sexualidad con su pareja, aun si no es una relación estable. Es posible que esta comprensión sea producto de un aspecto cultural que se manifiesta en muchos elementos como la televisión, la historia familiar, entre otros.

Contrario a lo anterior, hay otros participantes que significan la sexualidad como una experiencia individual, entendida como una vivencia personal que incluye el placer, la responsabilidad y la coherencia de las sensaciones propias. En consecuencia, se puede inferir que las vivencias de las personas que comprenden la sexualidad de esta manera, si bien requieren de un vínculo afectivo como se ha mencionado anteriormente, resulta más importante para ellos el placer individual y las sensaciones que puedan experimentar durante un encuentro sexual.

Ahora bien, las creencias hacen parte del modelo interno de cada participante, aspecto que les permite comprender el mundo de cierta manera (Rogers, 1975), es por esto que para algunos participantes existen ideas que relacionan la satisfacción sexual con lo que esperan de su pareja sexual, de lo que se puede inferir que están esperando constantemente que la otra persona cumpla con las necesidades que se originan en ellos mismos para lograr sentirse sexualmente satisfechos.

Por otro lado, también se encontraron algunas creencias sobre la satisfacción sexual que resultan importantes para el análisis. Según lo anterior, dos participantes relacionaron la satisfacción sexual con una conexión entre el cuerpo y la mente que no se pueden separar, lo que se relaciona con la investigación de Matesanz (2009). Por lo anterior, se puede inferir que para estos participantes el concepto de satisfacción sexual está relacionado con aquellos elementos o situaciones que les permiten sentirse excitados, ya que dicha conexión se evidencia a partir de un estímulo visual que se encuentra en el ambiente y que contribuye a la generación de sensaciones corporales como la erección o la lubricación.

Asimismo, esta creencia pone en consideración que para estos participantes la satisfacción sexual se vive desde el orgasmo, razón por la cual es importante reconocer que esta experiencia es fundamental en el imaginario de satisfacción sexual y que no se limita únicamente a su vivencia, sin decir que es lo primordial.

Otra creencia importante sobre la satisfacción sexual se relaciona con un sentimiento de bienestar que ocurre después del encuentro sexual (Paredes y Pinto, 2009), por lo que se puede decir que este sentimiento se da en las personas debido a que han colmado un deseo o cubierto una necesidad, generando una sensación de plenitud y descanso, lo que es similar a las sensaciones posteriores al orgasmo manifestadas por los participantes. De aquí, nuevamente se pueden relacionar las vivencias que cada participante realiza, ya que esta creencia ofrece el sentido y propósito de todos los encuentros sexuales.

En cuanto a la valoración de la satisfacción sexual que tuvieron los participantes de esta investigación, algunos consideraron que es indispensable para su vida con el fin de tener paz y bienestar (Quintero et al., 2019). Por consiguiente, una alta valoración de la satisfacción sexual por parte de los participantes pone en evidencia la importancia de una vida sexual sana como un modo para proteger y mantener la calidad de vida, lo que permite afirmar el supuesto de que estos adultos jóvenes sí se autodenominan como personas sexualmente satisfechas.

Asimismo, dos participantes mencionaron que la satisfacción sexual es relevante para su vida solo cuando se encuentran en una relación estable. Lo anterior se puede comprender a partir de lo planteado por Ahumada et al. (2014) ya que esta se puede significar según la frecuencia de las relaciones sexuales y los orgasmos que se tengan. En este orden de ideas, se puede decir que

para estos participantes resulta importante la satisfacción sexual cuando sostienen una relación estable, ya que este tipo de interacciones les proporcionan una frecuencia y una cantidad de orgasmos que los hacen sentir satisfechos, diferente a cuando se encuentran solteros o teniendo encuentros sexuales ocasionales, en donde la frecuencia de orgasmos y encuentros no sean regulares

Finalmente, considerando la valoración que los participantes tuvieron del orgasmo para la satisfacción sexual, es relevante decir que, para nueve de ellos, el orgasmo no es lo único que permite considerarse sexualmente satisfechos. Según Opperman et al. (2014), esta valoración es producto de una concepción simbólica que trasciende del orgasmo como respuesta fisiológica, lo que permite inferir que, para la mayoría de los participantes, el orgasmo no es un aspecto que permite delimitar la satisfacción sexual, debido a que, como se mencionó anteriormente, el vínculo afectivo tiene mayor influencia en su sexualidad. No obstante, uno de los hombres afirmó que el orgasmo es el indicador de satisfacción sexual, siendo esto una posible relación de una sexualidad vivida en su mayoría desde la corporalidad.

En conclusión, el sentido que los participantes de esta investigación le dan a la satisfacción sexual, se encuentra vinculado con la relación que pueden establecer con un otro, los sentimientos que puedan surgir y en pocas palabras, la conexión emocional que permite nuevamente la creación de un espacio seguro y de confianza. Del mismo modo, los participantes tienen creencias relacionadas con el aumento de su satisfacción sexual donde predomina tanto el cuidado y la acogida del otro, como el de ellos mismos.

Para terminar, el tercer objetivo busca determinar las diferencias y similitudes entre hombres y mujeres en torno a las vivencias y significados de la satisfacción sexual. De esta manera, se pudieron establecer diferencias en la subcategoría que hace referencia al orgasmo y al despertar, debido a que existen variaciones biológicas que no se pueden omitir y que hacen que tanto hombres como mujeres experimenten sensaciones y cambios fisiológicos particulares durante el orgasmo (Kaplan, 1978; Rathus et al., 2005). Además, se manifestó un cambio en el rol de género, lo que permite delimitar nuevas prácticas y significados sexuales en relación con lo que es masculino y femenino en estos adultos jóvenes.

Con respecto a las similitudes, se puede decir que tanto los hombres y las mujeres que se consideran sexualmente satisfechos coinciden en la importancia de establecer vínculos o conexiones emocionales con sus parejas sexuales, ya que esto les permite crear un ambiente seguro y de confianza en donde pueden conocer los deseos del otro y, asimismo, expresar los suyos. En consecuencia, esta acción de comunicar lo que sienten permite que sus deseos sean cumplidos por sus parejas sexuales, lo cual les genera satisfacción sexual.

Lo anterior se relaciona con la sensación de libertad que manifestaron los participantes y que también influye de manera positiva en su satisfacción sexual. Ellos le otorgan gran importancia al poder expresar y poder comunicar sus deseos, lo que pone en evidencia que las mujeres participantes en el estudio parecen ser más propositivas y buscan hacer conocer sus deseos con el fin de que también sean cumplidos. Es decir que se pueden estar presentando variaciones en los roles de género que comúnmente asume la mujer, como ser pasiva, no expresar lo que piensa y estar para complacer al otro (Butler, 2006; Lamas, 2000).

Dentro de este marco, el cambio en los roles de género que se mencionan permite exponer otro punto importante a discutir en este objetivo. Específicamente, el aumento en la sensibilidad en los hombres ha permitido ampliar la comprensión y escucha hacia su pareja sexual, lo que pone en discusión la tradicional percepción de la sexualidad en función del hombre a raíz de una larga concepción machista. De esta forma, el rol femenino se encuentra en una posición diferente que permite vivenciar y significar una sexualidad donde las mujeres pueden ser más expresivas, creativas y propositivas, en contraste con la sexualidad no vivida y vergonzosa que se manifestó en el siglo pasado.

Por consiguiente, estas diferencias ponen en cuestión una positiva integración sociocultural de estos roles de género, en donde predominan los factores relacionales para promover una sexualidad satisfactoria donde tanto hombres como mujeres pueden disfrutarla con la misma intensidad, cuidado y participación.

Para concluir, se puede decir que las variaciones que se presentan en los participantes entrevistados en cuanto a los roles de género se relacionan con el nivel educativo de la población, debido a que han tenido acceso a diferentes conocimientos y experiencias que les pueden haber permitido construir un sentido sobre la sexualidad y la satisfacción más claro e integral que los

orienta cada vez más a lo que quieren ser (Arnett, 2000). De allí, es evidente la importancia que tiene la educación sexual donde no se enseñe únicamente lo biológico, sino que también integre el placer.

A partir de la presentación de los resultados y el análisis de estos, se pueden establecer tres grandes conclusiones a partir de los objetivos que orientaron esta investigación.

En primer lugar, se puede decir que las vivencias sexuales de los adultos jóvenes de Cali que se consideran sexualmente satisfechos están compuestas por prácticas sexuales como el sexo vaginal, el oral, las caricias y los besos. Sin embargo, estas conductas no son lo más importante para considerarse sexualmente satisfechos, ya que, para los participantes, lo que genera mayor satisfacción sexual es lograr un vínculo o conexión emocional con la pareja sexual independientemente de si están en una relación estable o no, siendo este aspecto más relevante que las prácticas que realizan.

En relación con lo anterior, la importancia de esta intimidad puede estar relacionada con un aumento en la exploración de sus prácticas sexuales debido al ambiente de confianza y seguridad que esto genera, lo que influye en la sensación de libertad que se ve manifestada en la expresión de sus deseos y sentimientos positivos antes, durante y después de sus encuentros sexuales.

Por otro lado, para estas personas las vivencias sexuales se tornan placenteras en el momento que experimentan un deseo sexual previo al encuentro, ya que este funciona como un motivador personal que promueve al acto sexual como un hecho voluntario y consciente, permitiendo que los participantes sientan el orgasmo de una manera más satisfactoria.

En segundo lugar, existen muchas variaciones entre los significados que los adultos jóvenes le otorgan a la sexualidad cuando se denominan sexualmente satisfechos. Algunos refieren que la sexualidad la entienden como un encuentro íntimo con otra persona en el que se presenta un intercambio de emociones. Otros manifiestan que la sexualidad es una experiencia más individual por medio de la cual pueden satisfacer sus necesidades. Y finalmente, están los participantes que se refirieron a la sexualidad como un acto sexual que les genera placer. Lo anterior permite evidenciar la subjetividad de los individuos, dando a entender que, aunque existan variaciones en

la manera en cómo comprenden la sexualidad, todas influyen de manera positiva en su satisfacción sexual cuando son coherentes con la experiencia vivida.

De igual modo, con respecto a los significados que le son asignados al concepto de satisfacción sexual, los participantes refirieron cuatro maneras de comprenderla. Inicialmente, hablan de la satisfacción sexual como elemento que les permite satisfacer sus necesidades propias. Otros participantes se refieren a este tema como una conexión que existe entre el cuerpo y la mente que les permite experimentar sensaciones placenteras. También, mencionaron que la satisfacción sexual se relaciona con una conexión emocional con el otro y con una sensación de bienestar posterior al encuentro. En este orden de ideas, estas definiciones ponen en evidencia la relación que tienen los significados con la experiencia del placer sexual, puesto que influyen en la manera en que se realizan sus prácticas sexuales.

Asimismo, estas concepciones les permiten a los participantes concederle una valoración al orgasmo donde la satisfacción sexual no se reduce exclusivamente a experimentarlo, sino que existen otros factores, principalmente el vínculo o conexión emocional, que contribuyen de manera directa a el aumento de su satisfacción sexual. Algo similar ocurre con la valoración asignada a la satisfacción sexual, debido a que a partir de estas concepciones logran manifestar que este fenómeno es relevante cuando existe una relación de pareja donde suelen tener más encuentros sexuales, en comparación a cuando están solteros.

Por último, no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres a excepción de las subcategorías de orgasmo y despertar sexual, en donde las principales diferencias están relacionadas con la biología que caracteriza a los hombres y mujeres, lo que hace que la experiencia del orgasmo sea vivida y significada de manera distintas para cada uno. Además, en cuanto a las similitudes en sus vivencias y significados, esto puede tener relación con un cambio en la expresión del rol de género que se ha asumido en la sociedad Caleña, además de otros factores como la educación y el empoderamiento de la mujer en la sexualidad.

En relación con los aportes prácticos de la presente investigación, se pueden destacar tres aspectos importantes. Inicialmente, es fundamental para la psicología clínica, en cuanto a la intervención terapéutica de parejas, no distanciar la problemática sexual de la relación afectiva, ya que los problemas sexuales pueden ser el reflejo de una falta de conexión en la pareja. Por consiguiente, se podría sugerir que, el modo de hacer terapia, en lugar de centrarse en como

realizan sus prácticas o en proponer técnicas para mejorar su desempeño sexual centrándose en la penetración o el orgasmo, debería profundizar en cómo está el vínculo y la conexión emocional entre la pareja.

En segundo lugar, se hizo evidente que la mayoría de los participantes han consumido sustancias psicoactivas (SPA) durante sus encuentros sexuales con la intencionalidad de aumentar su sensibilidad corporal y de esta manera, promover una relación sexual mayormente placentera. No obstante, a pesar de que algunos autores relacionan estas prácticas como conductas de riesgo, no es posible concluir que estos adultos jóvenes estén expuestos a peligros que atenten contra su integridad y salud física, considerando que, en sus relatos las personas que utilizan SPA con mayor frecuencia obtienen resultados positivos en su satisfacción sexual, específicamente con la marihuana.

Por consiguiente, resulta relevante que en futuros estudios se pueda especificar la relación que tienen las sustancias psicoactivas en el disfrute y placer sexual desde modelos fenomenológicos que prioricen la realidad psíquica de los adultos jóvenes.

Finalmente, se reitera la importancia de la satisfacción sexual como un promotor de bienestar y calidad de vida, ya que por medio de esto se generan sensaciones placenteras y de agrado que complementan las demás esferas de la vida humana. Es por esto que resulta pertinente proponer actividades donde se incorpore la satisfacción sexual como otro factor importante de la salud sexual y mental en contextos grupales donde se enseñe sobre sexualidad, de tal manera que se expresen, de forma integral, los contenidos que se encontraron en esta investigación, como la importancia de la conexión emocional en los adultos jóvenes para obtener una vida sexual satisfactoria.

Todavía cabe resaltar que existieron algunas limitaciones teórico-metodológicas en la realización de esta investigación. En primer lugar, los antecedentes relacionados con la satisfacción sexual y la sexualidad en adultos jóvenes eran escasos y la mayoría no se encontraban actualizados. Sin embargo, los referentes conceptuales encontrados permitieron reconocer aspectos de estas temáticas a nivel general que posteriormente con los resultados se pudieron relacionar y contrastar.

Por otro lado, es importante mencionar que debido a la situación de pandemia a nivel mundial ocasionada por el COVID-19, el gobierno colombiano tuvo que suspender todas las actividades presenciales para evitar el contacto entre personas, ya que esto promueve que el virus se propague rápidamente. En vista a esto, las entrevistas tuvieron que realizarse en modalidad virtual, lo que pudo influir en las narraciones de los participantes, ya que factores como la conexión a internet, la privacidad y tener un dispositivo que posibilite la entrevista eran aspectos que los investigadores no podían controlar.

Con respecto a las sugerencias que se pueden realizar a partir de esta investigación, se recomienda ejecutar la entrevista en dos momentos, debido a que algunos participantes manifestaron que la duración de los encuentros fue un poco extensa. Además, por facilidad para los participantes e investigadores, las entrevistas se realizaron en horas de la noche, lo cual pudo haber influido el nivel de concentración de algunos participantes a pesar de que se realizaron algunas recomendaciones previas a la entrevista.

A nivel teórico, se sugiere realizar otros estudios de tipo cualitativo fenomenológico que permitan explicar las vivencias y/o significados de la satisfacción sexual en adultos jóvenes, dado que los antecedentes encontrados en su mayoría eran de tipo cuantitativo y enfocados en otra población, lo cual no permite adentrarse en la experiencia de estas personas.

REFERENCIAS

- Ahumada, S., Lüttges, C., Molina, T. y Torres, S. (2014). Satisfacción sexual: revisión de los factores individuales y de pareja relacionados. *Revista del Hospital Clínico de la Universidad de Chile*, 25, 278-284.
- Alcaldía de Santiago de Cali. (2010). *Santiago de Cali por una sexualidad con sentido*. Recuperado de https://www.cali.gov.co/salud/publicaciones/36049/santiago_de_cali_por_una_sexualidad_con_sentido/
- Arias, L., Vásquez, M., Dueñas, E., García, L. y Tejada, E. (2011). Comportamiento sexual y erotismo en estudiantes universitarios, Cali, Colombia. *Colombia Médica*, 42(3), 309-318.
- Arnett, J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Auslander, B., Biro, F., Succop, P., Short, M. y Rosenthal, S. (2009). Racial/Ethnic Differences in Patterns of Sexual Behavior and STI Risk Among Sexually Experienced Adolescent Girls. *J Pediatr Adolesc Gynecol*, 22(1), 33-39.
- Bardín, L. (2002). *El análisis de contenido*. Madrid: Akal ediciones.
- Benavides, M., Moreno, A. y Calvache, C. (2015). Relación entre el nivel de satisfacción sexual y autoconcepto en parejas de la pastoral familiar de Pupiales. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 7(2), 81-96. Recuperado de: <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/325206/20783010>
- Bolio, A. (2012). Husserl y la Fenomenología Trascendental: Perspectivas del Sujeto en las Ciencias del Siglo XX. *Reencuentro*, 65, 20-29. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=340/34024824004>
- Butler, J. (2006). Desdiagnosticar el género. En: *Deshacer el género*. (pp. 113-149). Barcelona, España: Paidós.
- Calafat, A., Monserrat, J., Becoña, E. y Mantecón, A. (2007). ¿Qué drogas prefieren para las relaciones sexuales en contextos recreativos?. *Revista Rambla*, 20(1), 37-48.
- Cano, M., Mosquera, L. y Sánchez, A. (2019). *Caracterización de las creencias y prácticas eróticas de jóvenes universitarios heterosexuales de Cali, Colombia* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana Cali, Colombia.

- Castellanos, E., Álvarez, C., Ruiz, D. y Pérez, G. (2013). Social determinants of sexual satisfaction in Spain considered from the gender perspective. *Annals of epidemiology*, 23(3), 150-156.
- Corón, C. (2016). La configuración y significados del placer sexual y erótico en mujeres universitarias de la Ciudad de México. *Sexualidad, Salud y Sociedad*, 22, 73-102.
- Contreras, K. y Silva, J. (2018). Posiciones discursivas sobre sexualidad, deseo y placer sexual en jóvenes estudiantes chilenos y mexicanos. *Sexualidad, Salud y Sociedad*, 30, 50-78.
- Cruz, C., Romero A. y Gil-Bernal, F. (2013). Indicadores de Deseo, Autoerotismo e Impulsividad Sexual en Mujeres de la Ciudad de México. *Acta de Investigación en Psicología*, 3(1), 1031-1040. Recuperado de: http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/actas_ip/2013/AIP_Facultad_de_Psicologia_UNAM_Abril_2013.pdf
- Cuevas, A. (2002). Consideraciones en torno a la Investigación Cualitativa en Psicología. *Revista Cubana de Psicología*, 19(1), 47-56.
- Delgado, J. y Gutiérrez, J. (2007). Líneas de investigación y líneas teóricas. En: *Métodos y Técnicas Cualitativas de Investigación en Ciencias Sociales* (pp. 30-41). Madrid, España: Editorial Síntesis.
- Días, A., Bulla, Y. y Moreno, J. (2016). *Percepción de Satisfacción Sexual y su Relación con Estrés Académico en Estudiantes de Odontología*. (Tesis de pregrado). Universidad de Cartagena, Cartagena.
- Echevarría, A. (2017). Deseo sexual en jóvenes de la Ciudad de México: amor vs. placer. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(2), 45-53.
- Echevarría, A. y Villagrán, G. (2015). El contexto y la experimentación del deseo sexual en jóvenes: diferencias entre hombres y mujeres. *Psicología Iberoamericana*, 24(1), 19-29.
- El Tiempo. (19 de agosto de 2012). *Los infieles están menos dispuestos a perdonar / Informe Especial*. Recuperado de <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-12142365>
- Erikson, E. (1983). Las ocho edades del hombre. En: *Infancia y Sociedad*. Buenos Aires, Argentina: Horne.
- Escalante, L., Cerrón, R., Salazar, A. y Mezones, E. (2008). Descripción De La Conducta Sexual En Adultos Jóvenes Limeños. *Horizonte Médico*, 8(1), 73-80.
- García, E., Fernández, P. y Rico, R. (2005). Género y sexo como variables moduladoras del comportamiento sexual en jóvenes universitarios. *Revista Psicothema*, 7(1), 49-56. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3063>
- Gómez, J. (2014). *Psicología de la Sexualidad*. Madrid, España: Alianza Editorial.

- Gotwald, W. y Holtz, G. (1983). Conocimiento Sexuales. En: *Sexualidad, experiencia humana*. (pp. 1-18). Ciudad de México, México: El Manual Moderno.
- Grau, J. y Hernández, E. (2005). Psicología de la salud: aspectos históricos y conceptuales. En: *Psicología de la Salud: fundamentos y aplicaciones*. (pp. 33-84). Guadalajara, México: Centro Universitario en Ciencias de la Salud.
- Higgins, J., Mullinax, M., Trusell, J., Davidson, K. y Moore, N. (2011). Sexual Satisfaction and Sexual Health Among University Students in the United States. *American Journal of Public Health*, *101*(9), 1643-1654.
- Iglesias, P., Morell, V., Caballero, L., Ceccato, R. y Gil, M. (2018). Satisfacción sexual femenina: influencia de la edad y variedad de prácticas sexuales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, *1*(1), 1-6.
- Jiménez, G. (2012). *Teorías del Desarrollo III*. Tlalnepantla, México: Red Tercer Milenio. Recuperado de: <http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Educacion/>
- Kaplan, H. (1978). *La nueva terapia sexual*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Kontula, O. y Miettinen, A. (2016). Determinants of female sexual orgasms. *Socioaffective Neuroscience & Psychology*, *6*(1), 1-21. doi: 10.3402/snp.v6.31624
- Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *Revista Cuicuilco*, *7*(18), 0.
- Martínez, A. (2002). El muestreo en investigación cualitativa. Principios básicos y algunas controversias. *Ciência & Saúde Coletiva*, *17*(3), 613-61.
- Matesanz, A. (2009). *El Placer Sexual: El Orgasmo en la Mujer y en el Hombre*. Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Medina, J., González, B., Maya, M., Aguilar, Y., Gonzáles, N. y Torres, A. (2013). Las causas que llevan a la infidelidad: un análisis por sexo. *Acta de Investigación Psicológica*, *3*(3), 1271-1279.
- Ministerio de Protección Social. (2006). *Ley número 1090 de 2006*. Recuperado de http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html
- Ministerio de Salud y Protección Social, (2014). *Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021*. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital>
- Ministerio de Salud. (1993). *Ley del Ministerio de Salud (resolución número 8430 de 4 de octubre)*. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Ministerio de Sanidad y Política Social. (2009). *Resultados de la encuesta nacional de salud sexual*. Recuperado de: <https://www.msbs.gob.es/organizacion/sns/planCalidad/RIDE/>

- VS/ED/PSP/Plan Decenal de Salud Pública.pdf
- Miranda, R. (2008). Vínculo y Sexualidad. En I. Arango. (Ed.), *Sexualidad Humana* (pp. 151-182). Ciudad de México, México: Manual Moderno.
- Moyano, N. y Sierra, J. (2014). Fantasías y Pensamientos Sexuales: Revisión Conceptual y Relación con la Salud Sexual. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 2(25), 376-393.
- Municipalidad de Santiago. (2016). *100 Preguntas Sobre Sexualidad Adolescente*. Santiago de Chile, Chile: Santiago Ilustre Municipalidad. Recuperado de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/100-Preguntas-Sobre-Sexualidad-Adolescente.pdf>
- Navarro, B., Ros, L., Latorre, M., Escribano, J., López, V. y Romero, M. (2010). Hábitos, Preferencias y Satisfacción Sexual en Estudiantes Universitarios. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 3(3), 150-157.
- Opperman, E., Braun, V., Clarke, V. y Rogers, C. (2014). “It Feels So Good It Almost Hurts’’: Young Adults’ Experiences of Orgasm and Sexual Pleasure. *Journal of Sex research*, 51(5), 503-515.
- Orcasita, L., Uribe, A., y Vergara, T. (2010). Factores de riesgo para la infección por VIH/SIDA en adolescentes y jóvenes colombianos. *Acta Colombiana de Psicología*, 13(1), 11-24.
- Organización de las Naciones Unidas. (2016). Objetivos del Desarrollo Sostenible. Recuperado de <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Salud sexual. Recuperado de: https://www.who.int/topics/sexual_health/es/
- Paredes, J. y Pinto, B. (2009). Imagen Corporal y Satisfacción Sexual. *Ajayu*, 7(1), 28-47.
- Pascoal, P., Narciso, I. y Pereira, N. (2013). What is Sexual Satisfaction? Thematic Analysis of Lay People’s Definitions. *Journal of Sex Research*, 1–9.
- Perpiñá. C. (2012). *Manual de entrevista psicológica*. Madrid, España: Ediciones Pirámide.
- Piñuel, J. (2002). Epistemología, metodología y técnicas del análisis de contenido. *Estudios de Sociolingüística*, 3(1), 1-42.
- Quintero, M., Gómez, M. y Uribe, J. (2019). Significado de la sexualidad y el orgasmo en un grupo de mujeres profesionales. *Revista Urología Colombiana*, 28(3), 246-254.
- Rathus, S., Nevid, F. y Fichner, L. (2005). *Sexualidad Humana*. Madrid, España: Pearson Educación S.A.
- Rodríguez, O. (2010). Relación entre satisfacción sexual, ansiedad y prácticas sexuales. *Pensamiento Psicológico*, 7(14), 41-52.

- Rogers, C. (1975). La teoría de la personalidad y de la conducta. En: C. Rogers (Ed.), *Psicoterapia Centrada en el Cliente* (pp. 409-450). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Rosero, L., Rosero, V. y Mora, L. (2013). Erotismo en la sexualidad. *Revista de Psicología GEPU*, 4(2), 163-173.
- Rubio, E. (1998). Sobre la sexualidad humana: los cuatro holones sexuales. Recuperado de: https://www.dgespe.sep.gob.mx/public/genero/PDF/LECTURAS/S_01_06_Sobre%20la%20sexualidad%20humana.pdf
- Ruiz, A. y Espada, J. (2009). Consumo de sustancias y conductas sexuales de riesgo para la transmisión del VIH en una muestra de estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 25(2), 344-350.
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *LIBERABIT*, 13, 71-78.
- Stulhofer, A., Cunha, L. y Landripet, I. (2014). Emotional intimacy, sexual desire, and sexual satisfaction among partnered heterosexual men. *Sexual and Relationship Therapy*, 29(2), 229-244.
- Teva, I., Bermúdez, M. y Ramiro, M. (2014). Satisfacción sexual y actitudes hacia el uso del preservativo en adolescentes: evaluación y análisis de su relación con el uso del preservativo. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46(2), 127-136.
- Valdés, M., Sapién, J. y Córdoba, D. (2003). Significados de satisfacción sexual en hombres y mujeres de la zona metropolitana. *Psicología y ciencia social*, 6(1), 34-48.

ANEXOS

Anexo 1. Guía de preguntas

Datos personales:

1. Edad:
2. Pareja actual: Si: ___ No: ___ / Duración de la relación:
3. Cantidad de parejas sexuales:
4. Vida sexual activa:
5. Orientación sexual:
6. Profesión o dedicación:

Preguntas por categorías:

Categoría	Dimensión de la satisfacción sexual	Subcategoría	Preguntas
Vivencias de la satisfacción sexual	Bienestar sexual personal	Placer	<ol style="list-style-type: none">1. Describa las prácticas que hacen parte de sus relaciones sexuales y le permiten considerarse sexualmente satisfecho/a.2. ¿Qué hace que usted se sienta o considere sexualmente satisfecho/a?3. ¿Qué hace que un encuentro sexual sea una experiencia placentera y satisfactoria?
		Sentimientos Positivos	<ol style="list-style-type: none">4. ¿Cuáles son los sentimientos que predominan en usted durante una relación sexual?5. ¿Considera que existen variaciones en sus sentimientos de acuerdo con la persona con la cual tiene relaciones sexuales?6. ¿Considera que existen variaciones en sus sentimientos de acuerdo con el lugar o el momento que tiene relaciones sexuales? Por ejemplo, condiciones de intimidad y privacidad, asociadas a confort y relajación.7. ¿Cómo se relaciona estos sentimientos con su satisfacción sexual?
		Deseo	<ol style="list-style-type: none">8. ¿Cómo sabe que genera deseo sexual en otra persona?9. ¿Cómo sabe usted que siente deseo sexual?10. ¿Qué papel juega el deseo sexual en el placer que usted siente en sus relaciones sexuales?

		Orgasmo	<p>11. ¿Se presenta el orgasmo en sus relaciones sexuales?</p> <p>12. ¿Cómo es para usted la experiencia del orgasmo?</p> <p>13. ¿Con qué frecuencia experimenta el orgasmo en sus encuentros sexuales?</p> <p>14. ¿Qué tan satisfecho/a se siente con esa frecuencia?</p>
		Apertura Sexual	<p>15. ¿Cómo considera que los prejuicios influyen en su satisfacción sexual?</p> <p>16. ¿Qué tan libre se siente en sus relaciones sexuales? ¿Cómo expresa esa libertad?</p> <p>17. ¿Qué no permitía usted en una relación sexual?</p>
		Despertar	<p>18. ¿Cuáles son las sensaciones experimenta cuando está excitado/a sexualmente?</p> <p>19. ¿En qué situaciones experimenta esta excitación?</p>
	Procesos diádicos	Intimidad	<p>20. ¿Qué experimenta usted cuando tiene relaciones sexuales con una persona con la que sostiene una relación afectiva? ¿Cómo influye eso en su satisfacción sexual?</p> <p>21. ¿Durante sus relaciones sexuales se da la expresión de sentimientos? ¿Cuáles?</p> <p>22. ¿Qué manifestaciones afectivas o de sentimientos son importantes para su satisfacción sexual?</p> <p>23. ¿Qué papel juega la reciprocidad afectiva en su satisfacción sexual?</p>
		Frecuencia	<p>24. Para sentirse satisfecho/a sexualmente, ¿con qué frecuencia debe tener relaciones sexuales?</p> <p>25. ¿Qué implicaciones tiene la duración de un encuentro sexual en su satisfacción sexual?</p>
		Sexualidad Lúdica	<p>26. ¿Cómo incorpora la creatividad en sus relaciones sexuales?</p> <p>27. ¿Tiene usted fantasías sexuales? ¿Qué relación tienen esas fantasías con su satisfacción sexual?</p> <p>28. ¿Existe en sus relaciones sexuales el uso de objetos o situaciones que usted incluya para su satisfacción sexual? ¿Cuáles? ¿Cómo se siente con ellos?</p> <p>29. ¿Consume usted sustancias psicoactivas durante sus relaciones sexuales? ¿Qué experimenta? ¿Con qué frecuencia?</p>

Significados de la satisfacción sexual	Sentido de la satisfacción sexual	<p>30. ¿Para usted cuál es el significado de la sexualidad?</p> <p>31. ¿Para usted cuál es el significado de la satisfacción sexual?</p> <p>32. ¿Qué espera de una pareja para que usted tenga una relación sexual satisfactoria?</p> <p>33. ¿Qué piensas que tendrías que hacer para dar satisfacción a tu pareja?</p>
	Valoración de la satisfacción sexual	<p>34. ¿Qué tan importante es la satisfacción sexual en su vida?</p>
	Valoración del orgasmo en la satisfacción sexual	<p>35. ¿Cómo relaciona el orgasmo con su satisfacción sexual?</p>

Anexo 2. Declaración de Consentimiento Informado

Proyecto: Vivencias y significados de la satisfacción sexual en 10 adultos jóvenes de Santiago de Cali, Colombia.

Juan Carlos Guzmán Urrego y Valeria Vargas Hernández, estudiantes de pregrado de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, están realizando esta investigación que tiene como objetivo conocer, describir y explorar las vivencias y significados sobre la satisfacción de adultos jóvenes, para esto lo estamos invitando a participar en la investigación.

Su participación será voluntaria e iniciará una vez conozcan en qué consiste la investigación y acepte formar parte de ésta firmando el presente documento. Asimismo, usted tiene derecho a retirarse de la investigación en cualquier momento, sin que esto implique inconvenientes para usted.

Su participación consiste en una sesión de aproximadamente una hora, en donde se le harán preguntas alrededor de las categorías del estudio: vivencias relacionadas con la satisfacción sexual y significados sobre la satisfacción sexual. En la sesión se contará con la presencia de los dos investigadores y será grabada únicamente el audio para la futura transcripción de la entrevista. Cabe resaltar que todas las preguntas que se harán en las conversaciones son sobre su sexualidad. Por tanto, las respuestas están orientadas a lo que usted piensa, siente, ha vivido o ha hecho, ante cada uno de los objetivos del estudio.

Puede tener la seguridad de que la información que usted suministre no será relacionada en ningún momento con su nombre, para esto se le pedirá que usted se asigne un pseudónimo. Se mantendrá en secreto la información que se proporcione durante todas sesiones. En ningún momento aparecerán relacionados sus datos personales, y lo que surja de las conversaciones. A toda la información sólo podrán acceder los investigadores del estudio y la directora del trabajo.

En caso de la publicación de los resultados (ya sea en el documento o en revistas científicas u otras formas de publicación y presentación), en ningún caso se mostrará su nombre verdadero. Durante la participación, usted tiene derecho de realizar las preguntas que considere necesarias o de abstenerse de responder aquellas que no consideren pertinentes. Si en algún momento usted llegara a sentirse incómodo(a) con alguna de ellas. Asimismo, pueden conocer toda información nueva sobre la investigación si la hubiera.

La investigación no representa riesgos para la salud. Tampoco representará beneficios económicos (es decir, no recibirá dinero por su participación) ni costo alguno para usted, a excepción del tiempo que deberá destinar para las conversaciones y encuentros que se tendrán.

En caso de tener alguna pregunta sobre el estudio o querer información adicional, puede contactar al investigador Juan Carlos Guzmán, al celular 3156376456 o a la investigadora Valeria Vargas, al celular 3187440954.

Si usted acepta participar de forma libre y voluntaria, estará accediendo a que los investigadores graben el audio de su entrevista, no remuneren su participación y hagan uso de la información brindada por usted. Además, recibirá una copia del presente documento el cual consta de 2 páginas.

Nombre del entrevistado/a: _____ CC.: _____

Firma: _____

Nombre de quien toma el consentimiento:

Juan Carlos Guzmán Urrego. CC: 1.113.691.536 Firma: _____

Valeria Vargas Hernández. CC: 1.143.874.245 Firma: _____

Directora del Trabajo de Grado:

Mónica Lozada. CC: 31.978.912 Firma: _____

Firmado en Cali, el día _____ del mes de _____ del 2020.