



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

CONDUCTAS, SIGNIFICADOS Y EXPERIENCIAS EN MUJERES
DESPUÉS DEL ACTO SEXUAL

TESIS EMPÍRICA
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A:

MARISOL GÓMEZ GARDUÑO

DIRECTOR: DR. JOSÉ SALVADOR SAPIÉN LÓPEZ DIANA ISELA
CÓRDOBA BASULTO.

DICTAMINADORES: DRA. DIANA ISELA CÓRDOBA BASULTO.

LIC. PABLO MORALES MORALES.



Tlalnepantla Edo. de Méx. 2008.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A Mi madre:

Per darme la vida y per que estoy segura que en cada etapa de mi vida estuviste conmigo y te dedico este triunfo. Mi amor hacia ti es infinito. Gracias mamá.

A mi padre:

Perque él me enseñó que no importa cuantas veces se caiga en la vida, lo importante es levantarse y luchar. Le agradezco porque aprendí de su nobleza de su honestidad y respeto, y sus valores hoy son parte de mi caminar por la vida. Lo amo por todas las veces que lo he visto cansado, arte, desgastado y cada día se enfrenta a la vida con fuerza. Esas cosas y mucho más hoy hacen mi persona y mi triunfo día a día.

A mi hermana:

Per su amor infinito hacia mí, por cada sacrificio, por cada palabra y ejemplo que me da. Admiro su fortaleza con la que se enfrenta a cada tragedia que se le presentó en la vida, su manera de querer superarse. Per su amistad, su compañía su apoyo. Ahora son parte de esta victoria y junto con ella la celebré y agradezco siempre.

A todas aquellas personas que hoy considero más que amigos:

Perque siempre están ahí cuando necesito una sonrisa:

- cuando necesito un abrazo.
- cuando necesito un consejo
- cuando necesito que me escuchen.

Per cada momento compartido, de dicha, de tristeza de estrés, de miedo.

Gracias a todos ellos, porque también son parte de mi vida y mi cariño hacia ellos es indestructible.

A la Doctora Diana Córdoba:

Per su amistad, cariño. Per cada palabra de aliento que me brindó.

Per que es una de las personas que más admiro y su ejemplo me impulsa a crecer cada día como persona y como profesionalista.

Agradezco su apoyo y paciencia en la realización de este trabajo.

La quiero, la admiro y la respeto siempre.

Al Doctor Salvador:

Per su amistad.

Per su ejemplo como un profesionalista destacado.

Per su apoyo y comprensión en la realización de este trabajo.

Siempre tendrá mi admiración y mi respeto.

A Mí:

Per no dejarme vencer ante las adversidades, por mi nobleza y humildad para dirigirme ante la vida.

Pero al mismo tiempo por llegar hasta donde he llegado y pensar en llegar más lejos.

GRACIAS

INDICE

Resumen.....	3
Introducción.....	4
Metodología Cualitativa.....	18
Método.....	20
Resultados.....	24
Discusión.....	57
Conclusiones.....	76
Referencias.....	82

RESUMEN

El objetivo fue conocer y analizar las conductas, experiencias y significados en mujeres después del acto sexual. Para ello se entrevistó individualmente a seis mujeres, las cuales mantenían una vida sexual activa, cuatros de ellas vivían con su pareja y dos no. En todas las participantes se encontraron aspectos que componen a la salud integral de un individuo, involucrada indudablemente con el genero, en el cual se reflejaron diferentes roles en las parejas, principalmente el de las mujeres una vez que concluye un acto sexual. En estos roles se vieron reflejados temas como: La educación sexual, influencia de la educación sexual y el ambiente entre pareja antes de tener relaciones sexuales, durante y una vez que concluyen éstas; hubo diferencias también en las participantes que estaban casadas y las que no lo estaban, pues disfrutaban su sexualidad de manera diferente, otras diferencias que existen en el acto sexual son cuando hay enfermedades por alguno de lo miembros de la pareja o dificultades emocionales como la infidelidad. Es por ello que el cómo aprendemos a ser sexuales, cómo el lugar y la ocasión reflejan significados, sentimientos y actitudes hacia la pareja, naturalmente influyen en un comportamiento o vida sexual.

Para obtener los resultados de esta investigación se trabajó con un enfoque cualitativo, con el fin de comprender a las participantes de una manera objetiva. En dónde se concluyó que el convivir y el compartir van a depender de un equilibrio sexual florido y placentero y de una cultura que evoluciona generación tras generación, pero que cada mujer va tomando ideas, dependiendo de su desenvolvimiento día a día tanto en lo sexual como en las demás áreas de su vida.

Específicamente en el momento posterior al acto sexual se encontró que la educación sexual, la manera en como comienza el acto y como se desenvuelve define como se sienten, que piensan y que hacen las mujeres una vez que termina el acto sexual y que tanto influyen estas experiencias en actos sexuales posteriores con las parejas.

INTRODUCCIÓN

Sabemos de su subjetividad a través de conductas y mediante la comunicación de sus ideas, pensamientos y emociones. Sin embargo, no podemos dejar a un lado que cada individuo se va construyendo y reconstruyendo conforme experimenta y significa esas vivencias a partir de lo aprehendido de sus relaciones con los otros. Durante toda su vida es un sujeto sexuado, vive a partir de un género y de las expectativas que fueron construidas para sí y que posteriormente podrá aprobar o refutar (Crussí, 2003).

El hecho de que hay muy poca información recabada acerca de las experiencias en mujeres después de un acto sexual me lleva a realizar este trabajo enfocándome en algunas mujeres mexicanas, concentrándome en la actitud, el significado y sus experiencias además de algunos hábitos que pudieran tener después de un acto sexual, dentro de dichos hábitos esta indiscutiblemente los relacionados con la salud de las personas, la cual es base importante para tener una vida sexual plena, ya que para un número importante de personas, hablar de salud las hace pensar básicamente en el hecho de que no exista enfermedad alguna. Sin embargo, este concepto ha sido revisado y actualizado de tal modo, que hoy en día el más importante organismo de especialidad a nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud de las Naciones Unidas, considera la salud como el completo estado de bienestar físico, psicológico y social de los individuos. Por lo tanto, la salud sexual es: “la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser humano sexual, en formas que sean enriquecedoras y que realcen la personalidad, la comunicación y el amor” (Álvarez-Gayou, 1996). Esta definición nos señala la necesidad de realizar dicha integración de tal manera que nos haga crecer, sentirnos bien con nosotros mismos, nos permita comunicarnos de manera amplia con otros seres humanos.

Estos aspectos que componen una salud integral se involucran indudablemente con el tema de género, en el cual se pretende analizar acerca de las desigualdades surgidas en este, diferentes roles de hombres y mujeres, es ahí donde la psicología interviene con el tema de salud. Los estilos de vida, las

formas de comportarse que tienen una relación directa con numerosos aspectos de la salud o con su falta, están determinados por factores cognitivos, de aprendizaje y sociales; entre estos últimos, cabe citar la definición de roles de género, los cuales hacen que en una determinada cultura, hombres y mujeres ejecuten unos comportamientos y no otros, relación de poder entre ellos y ellas, así como las consecuencias de estas desigualdades en sus vidas, su salud y su bienestar (Bosch, Ferrer 1999).

El género o rol sexual en sentido amplio es lo que significa ser hombre o mujer, y cómo define este hecho las oportunidades, los papeles, las responsabilidades y las relaciones de una persona.

Mientras que el sexo es biológico, el "género" o rol sexual está definido socialmente. Nuestra comprensión de lo que significa ser una mujer o un hombre evoluciona durante el curso de la vida: no hemos nacido sabiendo lo que se espera de nuestro sexo: lo hemos aprendido en nuestra familia y en nuestra comunidad a través de generaciones. Por tanto esos significados variarán de acuerdo con la cultura, la comunidad, la familia, las relaciones interpersonales y las relaciones grupales y normativas y con cada generación y en el curso del tiempo.

A partir de estos géneros aparecen unos estereotipos de género, que son el conjunto de creencias existentes sobre las características que se consideran apropiadas para los hombres y para las mujeres. Así como dice Lamas (2003), es impensable poder concebir a uno sin el otro, es por ello que para definir el género de hombre o mujer, es necesario partir de uno para comparar y en este caso asignar el polo opuesto para diferenciar. Estos serían la feminidad para las mujeres y la masculinidad para los hombres. Estos estereotipos a su vez crean los roles sexuales, es decir, la forma en la que se comportan y realizan su vida cotidiana hombres y mujeres según lo que se considera apropiado para cada uno (Cruz, 2003).

¿Pero lo anterior cómo se puede reflejar en una pareja, tanto en su vida sexual como en las demás áreas? La pareja está inevitablemente influida por las

expectativas culturales sobre la conducta que deben tener hombres y mujeres respecto de la sexualidad.

Todos establecemos un tipo de relación a partir de las características de cada uno; aunque es factible que tendamos a repetir pautas de comportamiento aprendidas a lo largo de nuestra vida, es probable que las experiencias nuevas y lo atribuido a las mismas, nos enseñen a verlas como disfuncionales (Hiriart, 2004).

Crecemos dentro de un medio familiar y cultural que valida y estimula el desarrollo de la sexualidad en los hombres enseñando, por lo general, todos los aspectos del erotismo y la vida sexual en forma abierta a los hijos varones. Por otra parte, a muchas niñas se les enseña a evitar el tema de la sexualidad, a vivir lo relacionado con el sexo como lleno de temor y culpabilidad (Cruz, 2003).

Junto con esta forma de socialización surgen gran cantidad de mitos sobre las conductas propias para cada sexo, que sin duda determinarán alguna forma de comportarse hombres y mujeres. Estos mitos tienen relación con la masculinidad asociada a la dureza, la violencia, el tomar la iniciativa, la no expresión de la afectividad y la priorización del uso de la emoción por sobre la razón. Las cosas que vemos no necesariamente son como creemos, sino que lo vemos a través de nuestros prejuicios, ideas preconcebidas, temores, deseos, anhelos, ambiciones y recuerdos. Crussí (2003). Por tanto, cuando la pareja se encuentra sexualmente surgen las diferencias en cuanto a la actitud frente a la relación sexual. La mujer tiende a tener una actitud pasiva y de sumisión, por lo general con bastante temor (en algunas ocasiones ella es quien intenta evitar el encuentro sexual) y en su entrega va directamente ligada a la afectividad entre ambos. Bordieu (2000) señala que ambos ven y viven la sexualidad de diferente forma; las mujeres están socialmente preparadas para vivir la sexualidad como una experiencia íntima y cargada de afectividad, que no incluye necesariamente la penetración sino que puede englobar un amplio período de actividades.

Por otro lado, esta sociedad se caracteriza por guiones sexuales, transmitidos de generación en generación. En estos guiones están los propósitos del sexo, es decir, las razones dadas para una clase de conducta sexual más que otra o

incluso, simplemente, para ser sexual. El individuo humano es sexuado y su sexualidad está presente durante toda su vida (Leal, 2002). Es decir la sexualidad humana en amplio sentido consiste, desde una perspectiva básicamente descriptiva, en el conjunto de condiciones y propósitos del individuo que precisamente lo categorizan dentro de un género, como hombre o como mujer, según se refiera el sexo, esto depende de los roles masculinos y femeninos y de la conducta sexual, ya sea como actividad o incluso la abstinencia a esta. Tras esos propósitos hay justificaciones o fuentes de apelación utilizadas en apoyo de un guión u otro guión sexual. La identidad sexual del rol es usada, a menudo, en el mismo sentido que identidad genérica. Se le usa al menos para definir la noción de identidad como lo que incluye factores tanto cognoscitivos como afectivos que reflejan la auto evaluación que otros tienen de una persona como adecuada a su condición de hombre o mujer (Maccoby, 2002).

Cada persona establecida en algún contexto social desempeña muchos roles y estos varían tanto en el grado de estabilidad en su trayectoria de vida, como en los límites en que marcan o definen la auto percepción de la persona.

Por tanto, la palabra género es la categoría correspondiente al orden sociocultural configurado sobre la base de la sexualidad, según Cazés (2000). Con esto cada mujer y cada hombre sintetizan y concretan en la experiencia de sus propias vidas el proceso sociocultural e histórico que los hace ser precisamente ese hombre y esa mujer: esclavos de su propia sociedad, viviente a través de su cultura, cobijados por tradiciones religiosas o filosóficas de su grupo familiar y su generación, hablantes de su idioma, ubicados en su nación y en las respectivas clases sociales en las que han nacido, envueltos en la circunstancia y los proceso históricos de los momentos y de los lugares en que se desarrolla su vida. Durante el resto de la vida, día a día, cada persona reconoce a los demás a través de la mirada de sus cuerpos y de la escucha de sus voces, para constatar sí son mujeres u hombres (Cazés, 2000).

Como ya se mencionó anteriormente, estas categorías las impone la sociedad, ella es quien impone qué color es destinado para una mujer, qué otro para hombre y esto desde el momento o antes incluso de nacer. A así como los colores ya

están impuestos, los comportamientos también destinados según el sexo que ésta por venir al mundo.

Dentro de las percepciones de hombres y mujeres se pueden encontrar muchas diferencias, en las acciones, los comportamientos, las actitudes, las maneras de relacionarse de cada quien y por el conjunto de lo que cada persona puede y debe hacer, decir, pensar, sentir y desear y también por lo que no puede hacer, decir, pensar, sentir, y desear.

Por ello es importante estudiar las necesidades, funciones, responsabilidades y aspiraciones, con el objeto de comprender cómo éstas influyen sobre las motivaciones y las capacidades de mujeres y de hombres para involucrarse en la construcción de la equidad, la igualdad y la justicia desde sus propias condiciones y situaciones (Cázes, 2000).

En el caso de las mujeres, durante años se ha luchado por una separación, se han abierto campañas, congresos y otros eventos para llevar a cabo esto y ante eso los hombres, en mayor número que nunca antes, están cuestionando sus guiones estereotípicos de masculinidad y ante esto se ajustan total o parcialmente, dado que esta socialización femenina hoy en día es parte de una guerra de sexos (Eister, 1998).

De esta manera la compulsión sexual se puede dar de varias formas tanto en los hombres como en las mujeres. Pero mientras la mayoría de mujeres y cierto número de hombres se sienten principalmente impulsados por la necesidad "femenina" de agradar a otros (es decir, dar placer como un medio para lograr aceptación y amor), para los hombres condicionados a equiparar masculinidad con conquista, el tema no es el amor, tal vez ni si siquiera sexo, sino la dominación del adversario femenino. La capacidad del hombre de buscar la verdad está inseparablemente unida al logro de la libertad y de la independencia (Fromm, 1987). Esto nos habla de una diferencia en significados en lo que a la sexualidad se refiere, por parte de hombres y mujeres. Estas diferencias nos llevan a vivir experiencias en algunos casos totalmente distintas dentro del mismo género y fuera de él.

Las experiencias de las mujeres así como sus significados y comportamientos a partir de su sexualidad son muy importantes para conocer estas características, de las que se han venido hablando, ya que muchas veces interpretamos en las otras personas cosas que pudieran ser diferentes. En el caso de las mujeres que viven con su pareja, éstas pueden llegar con su cónyuge e intercambiar palabras respecto del amor y de lo que se siente en el cuerpo y llegar a modalidades de relaciones sexuales a la vez satisfactorias y orgásmicas (Dolto, 1982). Por ejemplo, existen partes del cuerpo que son más placenteras que otras y éstas suelen ser diferentes entre hombres y mujeres e incluso suelen variar de persona a persona; esto puede ser por el factor cultural y emocional atribuido al cuerpo mismo (Montes, 2006). El equilibrio sexual como base de la pareja es, sin lugar a dudas, el final de una buena convivencia en todas las áreas de sus personalidades, y éste desde mi punto de vista sólo se logra compartiendo. El convivir y el compartir van a depender de un equilibrio emocional y psíquico, como complemento, de un equilibrio sexual florido y placentero. Mucho se habla respecto a si una pareja puede funcionar bien sin una relación sexual adecuada, o si por el contrario, la sola relación sexual satisfactoria es capaz de sostener a la pareja. La realidad es que cuando una pareja carece de motivación se pierde una inagotable fuente de satisfacciones y desarrollo personal (Álvarez-Gayou, 1996). Sin embargo, no es posible hablar de técnicas precisas ni mucho menos proporcionar ideas generales para practicarlas, debido a que una buena relación sexual en la vida de la pareja, dependerá de la personalidad de cada uno. Entonces, como podemos ver, en lo que se refiere al comportamiento sexual es difícil hablar de una regla en común, puesto que este comportamiento varía de una sociedad a otra, de una época a otra, incluso en el propio individuo. Aunque en este trabajo se pretende encontrar algunos aspectos que pudieran presentarse en varias parejas, debido a una imitación impuesta por una serie de ideas sociales. Las demandas durante o después de la relación sexual tienen que ver mucho con los medios de comunicación, como las novelas, canciones populares, las series televisivas y los periódicos que como bien dice Buss (1996) La evolución del

deseo son ecos que tienen que ver con el significado que tanto hombres y mujeres le dan a sus relaciones sexuales.

Lo cierto es que convivir con una persona a diario y compartir una sexualidad nos puede llevar a enfrentar diversas dificultades a las que posteriormente puede llegar el mecanismo llamado “conciliación”, el cual actúa desde la actitud, la palabra y los hechos (Souza, 1996).

Actualmente se espera tanto de la relación de pareja que resulta sumamente difícil darle satisfacción cabal a todas las expectativas deseadas, planteadas o no (recordemos que la mayor parte de las veces las expectativas no planteadas son desconocidas para el propio sujeto, y que el hecho de que sean ignoradas por él o ella no significa que no existan u operen, ni empujen a la búsqueda de la satisfacción sexual.

La sexualidad conyugal es una forma de relación interpersonal del varón y la mujer en la que siempre está presente la dimensión biológica, tanto en sus aspectos somatobiológicos, de unión física, como en sus aspectos psicobiológicos, entre ellos el impulso sexual, el placer sensual, las emociones eróticas de tensión y de descarga, y las fantasías sexuales (Abbate. 1993).

Todos estos aspectos se pueden presentar durante la relación sexual y ser interpretados de alguna forma después de la relación, es decir, en la mayoría de las parejas puede haber sentimientos de inadecuación con respecto al cuerpo, al tamaño y forma de los órganos sexuales, al rendimiento sexual u otras características relacionadas con los estándares personales de masculinidad o feminidad o con identidad psicosexual individual. Por ejemplo, esta inmiscuida la comunicación, y ahí se pueden platicar o interpretar de diversas formas dichas características de la actividad sexual. Incluso a veces se pueden llegar a hablar de sexo con personas ajenas a la relación, cuando estamos con amigos o con quienes confiamos, de esa manera se refleja cada significado del comportamiento del otro en uno mismo. Así mismo, podemos sólo pensar lo que queremos pero no siempre esto se transmite a las parejas. Así pues, mientras las palabras transmiten información, el modo como decimos esas palabras- en voz alta, en forma rápida, la entonación y en énfasis- comunica lo que pensamos cuando

hablamos: Si tomamos el pelo, si estamos enojados, si queremos acercarnos o distanciarnos. En otras palabras, la manera como decimos lo que decimos, comunica distintos significados (Tannen, 1991).

La conversación entre hombre y mujer es una comunicación intercultural. La cultura es simplemente una red de hábitos y pautas que se va tejiendo con experiencias vividas, las de mujeres y hombres son muy distintas. Esto se puede reflejar a la hora de tener actos sexuales y después de tenerlos, en los canales de comunicación que tenga cada persona y en los significados que le den a cada hecho y palabra dicha. En la intimidad, como en la mayoría de situaciones, tendemos a recrear lo que ya conocemos (Real, 2003).

Pareciera, entonces, después del acto sexual que lo que hemos hecho, y a partir de ahí lo que se dice, se hace o no se hace, es un buen instrumento para identificar los diversos hechos que aparecen después.

Lo anterior me hace pensar que estos aspectos provienen de la trayectoria de vida, es decir, cómo aprendemos a ser sexuales, cómo el lugar y la ocasión reflejan los significados, sentimientos y actitudes hacia la sexualidad y hacia la interacción diaria con la pareja. Aquí entra además toda una historia de la mujer en donde tenía prohibiciones para hablar, desear y triunfar que ha venido arrastrando, como ocurre en la actualidad en muchas costumbres e ideas reflejadas con las mujeres mexicanas. La mujer es descrita predominantemente como seductora, sugestiva, insinuante, atractiva, cautivante y llena de misterio.

Sin embargo, subyace en los mensajes la idea de que la diferencia entre mujeres y varones es de naturaleza esencial, diferencia que se manifiesta con sus capacidades físicas y psicológicas (Wainerman, Jelin, Feijoo. 1983). Supuestamente las mujeres son intuitivas en todo momento, se manejan más por la intuición que por conocimientos; tienen una gran capacidad emotiva y afectiva; además son sensibles. Estas características que describirían a una mujer de los años 80^s no dejan de ser una opción para la actual, es por eso que pudiera ser que se reflejen en el momento de tener un acto sexual y a la hora de expresarlo después de ello, es decir, algunas mujeres de hoy podrían esperar cosas que

podieran satisfacer estas características referentes a la sensibilidad y el amor, las cuales pudieran o no compaginar con las necesidades de su pareja.

Otra cosa que se pudiera reflejar en las relaciones sexuales de una pareja sería la concepción de los roles que corresponden a ambos sexos en la familia. Intercalados entre creencias y los estereotipos están los roles. Éstos son conjuntos de expectativas de comportamiento exigidas a quienes ocupan una posición determinada. El rol o papel a desempeñar en cada una de las situaciones para las que está definido siempre está en interacción con la persona y el factor social. Una persona puede estar de acuerdo con todos los roles que representa o sólo con algunos de ellos, aunque el resto los lleve a cabo bien simplemente porque son asignados –conformismo- o porque no tiene otra alternativa (Barrerá, 2004). Muchas veces a la mujer se le educa para decir: “No lo contraríes, ámalo, tú no te desanimes, no hagas reclamos, muéstrate sonriente y cariñosa, aunque ello te cueste un dolor en cada segundo” (Wainerman, Jelin y Feijoo, 1983). A partir de esto, los desacuerdos sobre el acceso o la disponibilidad sexual son, posiblemente, la fuente más común de conflicto entre hombres y mujeres, ya que las estrategias sexuales a largo plazo son muy importantes en el repertorio femenino, y las mujeres suelen tratar de obtener una inversión, o señales de ella, antes de ser accesible.

Muchas personas, debido a lo que han aprendido y a la forma en que se han educado, consideran que la experiencia sexual es diferente del resto de la vida en sociedad.

En las conversaciones de los adultos se refleja el egoísmo, la ansiedad y el sentimiento de culpa, así como las satisfacciones que han adquirido, especialmente en las mujeres, quienes de acuerdo con la cultura han sufrido de represiones para hablar, desechar o sentirse de cierta forma ante el acto sexual.

Por ejemplo, se puede general un sentimiento de culpa que se acompaña a la transgresión de lo prohibido, y para muchas de ellas esa culpa aumenta la importancia asignada a las emociones del sexo.

Para nosotras las mujeres el término sexo tiene un determinado conjunto de significados y hablamos de él como si las personas siempre hubieran sentido lo

mismo que nosotras con respecto a amar y al amor. Así como los hombres, las mujeres tenemos derecho de pensar, sentir y fantasear acerca de nuestra sexualidad, ya sea de experiencias pasadas, de sueños, cosas leídas o vistas en los medios de comunicación. Como toda fantasía, las sexuales representan una función de mente, cuerpo y emoción. De la misma manera, es posible que las fantasías sexuales representen experiencias anteriores o de la infancia, sean placenteras o de abuso (Maltz y Boss, 1997).

En la comunicación sexual acerca de las fantasías se pueden desempeñar una serie de funciones para la persona que fantasea, éstas incluyen la intensificación la autoestima y el atractivo propio, la excitación e incluso alcanzar el orgasmo, en especial dentro de una relación monótona de larga duración. El hecho de tener actos sexuales con una sola pareja no implica el aburrimiento en el sexo.

Dentro de toda esta diversidad que podemos encontrar en las personas después de que tienen relaciones sexuales, en las mujeres, por ejemplo, se presentan situaciones como: separación, es decir, se colocan en la cama cada quién por su lado, y casi siempre el hombre y la mujer tienen un lugar designado. Por ejemplo, en nuestra cultura, generalmente, el hombre se duerme de lado de la puerta de la recámara, como un símbolo de protección hacia la mujer. Otra de las cosas que pudieran presentarse después del acto sexual son: abrazarse, reclamar; pelear. El hombre por ejemplo, puede levantarse de la cama y deshacerse del condón, mientras la mujer espera.

También y especialmente en las mujeres se pueden generar resentimientos hacia el hombre, por alguna situación que le haya incomodado. Con estos ejemplos, pudieran surgir muchísimo más, y esto dependerá siempre del rol que cumpla cada género y cómo esto lo reflejen en la cama y en las demás actividades.

Mucho se habla respecto a si una pareja puede funcionar bien sin un acto sexual satisfactorio, o si por el contrario, el solo acto sexual satisfactorio es capaz de sostener a la pareja. Por ejemplo, Las mujeres casadas a menudo acusan a sus esposos de que sólo muestran afecto cuando tienen previstas las relaciones sexuales, los hombres rechazan tal hecho. Lo que a menudo ocurre es que el esposo comienza tan sólo a mostrar afecto para con su esposa sin motivo ulterior

en mente, pero en el proceso de expresar afecto, en especial si su esposa responde de manera cálida, él se excita sexualmente (Shibley, 1995). Esto seguramente es por una cultura dada en generaciones anteriores, en donde se dice que los hombres son más enfocados en lo sexual que las mujeres, sin embargo, actualmente se han visto casos contrarios, en donde se demuestra que ahora también las mujeres le dan importancia a la sexualidad de una manera cada vez más abierta, por lo que sería importante, desde mi punto de vista, comenzar a desechar ideas viejas acerca de la sexualidad y comenzar a enfocarse en los nuevos hallazgos acerca de la libertad sexual de las mujeres.

Autores como Álvarez- Gayou (1996) mencionan que uno de los factores de mayor importancia es el del tiempo que se destine a la relación sexual. En nuestros días agitados, llenos de prisa y en los que falta tiempo para todo, es común que el acto sexual se convierta en una especie de ritual que se practique algunas veces por semana, por quincena o incluso por mes, incluso en ocasiones puede ser muy satisfactorio para las parejas lo que le llaman “un rapidito”, es decir el acto sexual que surge espontáneamente, en un momento en el que no hay mucho tiempo y en el que la misma prisa se convierte en un elemento excitante. Sin embargo, lo que pasa después de este acto puede ser o no de suma importancia para la pareja, especialmente para las mujeres, pues como ya sea había mencionado algunas mujeres suelen esperar algún tipo de comunicación con su pareja, ya sea verbal o no verbal. Por ejemplo, una mirada de afecto o una palabra de halago antes de que la pareja se aleje de ella, en el sentido de que se busca encontrar respuesta positiva por parte del hombre.

Dentro de todas las cosas que pueden surgir después del acto sexual siempre está presente la comunicación, con ésta pretendo referirme no sólo a las palabras que se dicen sino también a las conductas que se presentan, todas las cosas siempre nos indican algo, tienen un significado para las personas que las hacen y para las que las reciben o simplemente observan. Sin embargo, de manera repetida se han encontrado diferencias de género en las investigaciones acerca de la comunicación. Las mujeres son más diestras para interpretar que los hombres, para preguntar acerca de situaciones angustiosas y utilizar mensajes de consuelo

que reconocen y legitiman los sentimientos de los demás. En pares del mismo género, es más probable que los hombres discutan de deportes, empleos y política, mientras que las mujeres hablen acerca de sentimientos y relaciones (Shibley, Lamater, 2006).

Las mujeres revelan más información personal e íntima acerca de ellas mismas, sin embargo, los varones, cuando hablan con una mujer, revelan mucho más que cuando hablan con un hombre.

Entonces, estas diferencias están lejos de ser universales y los varones pueden ser tan capaces de auto divulgación como las mujeres. Pero, una afirmación es que las mujeres y los varones tienen metas distintas cuando hablan o realizan alguna cosa. Las mujeres utilizan el habla para establecer y conservar relaciones, mientras que los hombres utilizan el habla para ejercer y conservar relaciones, para ejercer control, preservar su independencia y aumentar el estatus.

Pero de todo esto ¿Cuáles son las implicaciones para la sexualidad? No nos deberíamos dejar confundir por las aseveraciones espectaculares de los hombres y las mujeres, es cierto que tienen un estilo diferente de comunicación y percepción de significados, sin embargo éstas diferencias en la mayoría de los casos y según la teoría parecieran ser un resultado diferente en cada persona y en especial para las interacciones heterosexuales.

Muchas personas valoran la espontaneidad en el sexo, y es posible que esta actitud se extienda a las cosas que pasan después del acto sexual, es decir, éste puede ser comentado o expresado de alguna forma. De esta forma interviene en la otra persona el escuchar, que no es otra forma más que tratar de comprender de forma activa lo que el otro está diciendo. Con frecuencia, las personas están tan ocupadas tratando de pensar cuál será su siguiente respuesta que difícilmente escuchan lo que el otro está diciendo (Shibley y Lamater, 2006).

El punto es que al comunicarnos acerca de sexo, por medio de expresiones no verbales, muchas veces traen impactos en la pareja y no únicamente las palabras que se pudieran decir después de terminar un acto sexual.

Estas podrían ser algunas ideas de las parejas tradicionalistas, pero hoy en día todas estas ideas de las personas y la evolución dependen de las diferencias de género.

Antes se pensaba que los varones tenían que tener la iniciativa para acariciar, hoy no hay un rechazo abierto a la posibilidad de que lo hagan las mujeres. En los hombres, en general, después del acto sexual decae el interés por la mujer. Están además las situaciones intermedias en las cuales el hombre pierde el interés momentáneamente. Después, poco a poco, renace en él el deseo de estar junto a la mujer, de acariciarla, mirarla, hacer de nuevo el amor.

Sin embargo, muchas veces para el hombre el significado que le da a la sexualidad después del orgasmo es interesante, pero ya no es esencial. La mujer interpreta esta conducta como rechazo, como desinterés. Se siente tratada como el alimento preguetado que hace enloquecer antes de comerlo pero que luego, cuando uno se ha saciado, provoca disgusto. El hombre, primero la acortejaba, la adulaba, la deseaba. No quería sólo su cuerpo, sus piernas, sus senos, su sexo.

Quería sentir su deseo, admiraba su inteligencia. Deseaba hablar con ella, conocer su historia, entrar en su vida, hacer proyectos. Pero el deseo de la mujer de permanecer junto al hombre después de su orgasmo, o sus orgasmos, es mucho más intenso cuando está enamorada.

El contraste de continuidad-discontinuidad es al eje alrededor del cual gira la diferencia femenino-masculino. Pero la necesidad de intimidad, de cercanía, de continuidad no desaparece. Después de hacer el amor, la mujer mira con dulzura a su amado adormecido. Lo siente tierno indefenso. Los rasgos de su rostro ya no están tensos, se han serenado como los de un adolescente a un niño. Todo esto es muy bello para la mujer que ama.

Todo esto ocurre mientras hay continuidad. Continuidad de ternura, caricias, palabras, penetración, susurro, etc. (Alberoní, 1998). Pero esta iniciativa de la que hablo, es en general la forma tradicional de comenzar un acto sexual, lo cual no se puede dejar de lado a la hora de examinar las cosas que ocurren una vez que la actividad termina, pues, por ejemplo se puede llegar a mencionar sobre ésta forma de comenzar la relación.

En forma de conclusión, pienso que a pesar de que la sexualidad es un tema mencionado en muchas partes, paradójicamente casi siempre se le toma como algo unipersonal y privado, siendo que es un acto de pareja. Por tanto, una de las cosas que pretendo en este trabajo es recabar datos de la persona, en este caso las mujeres, pero también de la interpretación que le dan al otro y a la conceptualización que tiene de una pareja.

Es decir, sería importante indagar sobre los diferentes sucesos que se presenten después de un acto sexual, ya que de acuerdo a la teoría revisada se ha visto que hay mucha variedad en ellos y esto depende de las diferencias de género (en el caso de una misma pareja), los roles que cumplen dentro de la relación, de lo que las personas han aprendido su sexualidad, de las creencias que tienen acerca de ella, de sus miedos y sentimientos hacia la relación y a la pareja en sí. Dentro de estos momentos (posteriores al acto sexual) pudieran encontrarse reclamos, halagos, acuerdos, indiferencias, sentimientos negativos o positivos hacia la pareja. Cabe señalar que mi enfoque principal es hacia las mujeres, argumentado que a pesar de que ha habido evoluciones de éstas, en la actualidad se siguen reflejando muchos patrones de la historia.

Por tanto el objetivo de esta investigación es conocer y analizar las conductas, significados y experiencias en mujeres después del acto sexual.

METODOLOGÍA CUALITATIVA

El término metodología cualitativa se refiere a la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable (Taylor y Bogdan, 1996).

A diferencia de los métodos cuantitativos que se concentran en uno o varios objetivos, los cualitativos se enfocan en un estudio que tiene que ver más con la interpretación de los individuos y su interacción con el medio que los rodea. Su propósito no se especifica por entero desde el inicio, sino que va desarrollándose como transcurre el trabajo de campo. Es verdad que se parte de un punto de interés, para observar e investigar del individuo, temas dirigidos hacia una investigación, sin embargo no se toman variables operacionales ni hipótesis planteadas tienen que ser probadas, como lo es una investigación cuantitativa.

Esta investigación se realiza desde un enfoque cualitativo, ya que los investigadores cualitativos tratan de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas (Taylor y Bogdan, 1987). Por medio de este tipo de investigación puedo reconocer las experiencias subjetivas de mis participantes. Esto me permite comprender y escuchar a la persona desde su historia personal y su experiencia, lo cual es parte del objetivo de esta investigación.

El investigador cualitativo intenta suspender o apartar sus propias creencias, perspectivas y predisposiciones.

Con los métodos cualitativos se desarrolla una teoría sociológica, se prueban y verifican teorías existentes, además de que puede haber una aplicación de conocimientos obtenidos en estas investigaciones en situaciones prácticas.

Como instrumento principal se utilizó la entrevista a profundidad. Hubo encuentros cara a cara, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras. Las entrevistas en profundidad siguen el modelo de una conversación entre iguales (Taylor, S, J. y Bogdan, R. 1987), lo

cual me proporciona datos diversos en contenido y permite entender mejor la percepción de las participantes por medio de un análisis.

MÉTODO

Participantes

Fueron seis, mujeres que tenían una vida sexual activa, fueron entrevistadas individualmente. Las características de cada participante se muestran en la tabla 1.

Tabla 1.

Participante	Edad	Numero de Parejas	Estado Civil
Janet	17	1	Casada
Linda	40	1	Casada
Lola	28	1	Casada
Eva	26	1	Casada
Mari	22	3	Soltera
Ni	23	7	Soltera

Materiales e Instrumentos

Grabadora de audio, cintas, guión de entrevista, el cual estuvo dividido en las siguientes partes:

- Datos personales
- Tiempo de vivir con la pareja o vivir una sexualidad activa
- Su ocupación
- En caso de vivir juntos, cuántas personas viven en su casa y si comparten habitación
- Como consideran la relación con su pareja

- Educación sexual.
- Cómo son sus relaciones sexuales
- Cómo es el desenlace de las relaciones sexuales.
- Qué pasa después de la relación
- Qué piensa, qué dice, qué escucha, qué ve, qué siente y qué hace, después del acto sexual.

Escenario

En lo que se refiere a las participantes casadas, la entrevista se realizó en su casa, a excepción de una participante que las entrevistas siempre fueron en su trabajo. Para las participantes solteras, las entrevistas siempre se realizaron en su escuela.

Procedimiento

1) Negociación:

- Primer contacto con las participantes: La investigadora habló personalmente con cada participante, explicando qué se iba a realizar una investigación en mujeres y solicitando su participación, además de explicar el tema a desarrollar. Se les dijo que hablarían de aprendizajes sobre sexualidad, experiencias sexuales con sus parejas y principalmente momentos posteriores al acto sexual.

2) Entrevistas:

- Fecha y hora de las entrevistas: Esta se acordó de acuerdo a los tiempos disponibles de las participantes. En el caso de las mujeres casadas las sesiones fueron regularmente sábados y domingos por las tardes. Los

encuentros con las mujeres solteras fueron de lunes viernes por las mañanas, en los tiempos libres de clase.

- En cada entrevista, la investigadora llevó una grabadora de voz, antes de comenzar, se comentaba el tema a tratar en esa ocasión. En algunas ocasiones fue necesario hacer preguntas cerradas, ya que se requerían datos concretos y en otras se le pedía a la participante hablar sobre algún tema, alguna experiencia durante y después del acto sexual.

Al término de cada entrevista, normalmente se negociaba día y hora de la siguiente sesión.

El número de entrevistas, duración y escenario de cada una se muestra en la tabla 2.

Participante	Núm. De Entrevista	Duración	Escenario
Janet	1	1) 35 min.	En casa de la participante
Linda	2	1) 40 min. 2) 25 min.	En el trabajo de la participante
Lola	3	1) 30 min. 2) 25 min.	En casa de la participante
Eva	1	1) 38 min.	En casa de la participante
Mari	2	1) 45 min. 2) 55 min.	En la escuela de la participante
Ni	2	1) 59 min. 2) 40 min.	En la escuela de la participante

2) *Trascrición de la información:* Todas las entrevistas fueron transcritas. Una vez grabada la entrevista, la investigadora escribía el número de entrevista, la fecha, la hora y el escenario de cada una, así como el nombre de la participante con la que se había efectuado dicha

entrevista. Posteriormente se transcribía cada una de las frases dichas tanto por la investigadora como por la participante, con la finalidad de organizar posteriormente la información de todas las participantes.

- 3) *Codificación de la información:* Una vez transcritas cada una de las entrevistas, la información recabada fue dividida en categorías y subcategorías. Los resultados se escribieron cronológicamente, comenzando desde los aprendizajes sexuales de las participantes a lo largo de la vida, continuando con el momento precedente al acto sexual, luego durante el acto sexual y terminando con las experiencias en mujeres después de un acto sexual.

RESULTADOS

Los resultados a continuación presentados están divididos en tres categorías: Antes, Durante y Después del acto sexual, sin olvidar que el objetivo de la investigación es el momento posterior al encuentro sexual y que las anteriores funcionan como herramienta para entender las experiencias mencionadas por las mujeres en cuanto al objetivo, ya que se reflejan de manera espontánea una vez que termina el acto sexual. A su vez cada categoría mencionada anteriormente presenta las diversas experiencias de las participantes y con ellas ciertas conductas que realizan, así como algunos significados que les dan a estas. Cabe aclarar que en el transcurso de esta investigación se utiliza el concepto "acto sexual", el cual comienza desde el momento que la pareja y en este caso la mujer considera que se va a presentar una penetración, acompañada de besos, caricias, diversas posiciones corporales y palabras.

ANTES DEL ACTO SEXUAL

Dentro del primer rubro de los resultados de esta investigación, es decir, en cuanto se refiere al momento precedente al acto sexual se pudieron identificar diversos tipos de "antes". Uno de ellos se refiere a que aprenden las mujeres a ser sexuales antes de comenzar con la actividad sexual, mas adelante se podrá ir identificando cómo es que la mujer refleja este aprendizaje una vez que ha terminado el acto sexual y como su reacción va a depender de la manera en cómo ella tenía una perspectiva de la sexualidad y como la vivió.

Educación sexual

Conocer cómo fueron educadas estas mujeres, me da vía para relacionar qué tanta influencia tiene esto en lo que pasa después del acto sexual, sus comportamientos, pensamientos y algunas actividades que fueron aprendidas de distinta manera.

Para algunas mujeres, perderse el respeto va desde ver cierto tipo de películas.

Lola: "Pues por ejemplo, eh... instrumentos o cosas así, digo para mí es válido, pero ya por ejemplo digamos ver una película o no sé, es que son varias cositas, o sea, por ejemplo el ver una película no me agradaría, sería tanto perderme el respeto y perderselo a él, igual y no he podido quitarme de la cabeza eso todavía"

Educación sexual en la escuela:

Aprendizaje por medio de talleres:

Hubo quien por medio de impartir talleres sobre sexualidad, por medio de capacitaciones, extrajeron conceptos que sirvieron para su vida sexual.

Ni: "Bueno actualmente como estoy en lo de el CCH hago micro taller de eso y este ya estoy capacitada para darlo, también de allí he sacado".

Aprendiendo en la escuela con la pareja:

Algunas mujeres aprenden acerca de su sexualidad en compañía de su pareja, estudian juntos acerca de sus inquietudes:

Ni: "también con mi pareja hemos hablado y estudiado de algunas cosas"

La escuela no siempre es suficiente para ellas:

En caso de no haber alcanzado un nivel alto en cuanto a lo académico, para las mujeres no les parece importante lo que aprendieron en la escuela acerca de la sexualidad, o lo que aprenden lo ven como básico.

Eva: "No, en la escuela si te hablan, pero no te hablan realmente lo que es una relación, lo que es un sexo, ¿entiendes?, o sea, te hablan de aparato reproductor, es reproductor de él y todo, pero no te hablan en sí de todo lo demás".

Otras cosas que aprenden en la escuela.

Aprenden explicaciones biológicas del cuerpo y genitales, y de cómo protegerse en un acto sexual.

Ni: "Conocer biológicamente las funciones y demás, cuidados, lo que es anticonceptivos, sí, básicamente sería eso".

Mari: "me enseñaban las partes del cuerpo y cómo eran las partes del hombre, de la mujer y los procedimientos, ¿no?, como sería el ciclo menstrual o qué pasaba con los hombres y todo eso de crecer".

Educación sexual en casa:

Las mujeres recuerdan lo que en casa se les dice y casi siempre es la madre quien les llega a decir algunas cosas sobre su sexualidad:

En el siguiente ejemplo la madre de Marie se refiere a su vagina con el nombre de "Palomita":

Mari: "Mi mamá... me decía que la palomita, así ahí, "báñate muy bien" y este siempre nos decía como que había que tener mucho respeto por el cuerpo y que nadie nos tenía que tocar y que, o sea, era de muy Chiquititos".

Educación en casa por medio de películas:

También se aprende en casa, por medio de películas que se observan con la familia, en donde los besos son los principales antecesores para que continúe un acto sexual, en algunas ocasiones la madre es quien explica y permite ver hasta cierto límite estas escenas, aclarando que ese tipo de cosas las hacen las personas mayores.

Mari: “Y de las relaciones pues yo me acuerdo, también que veíamos a veces películas, acá besos o cosas así, mi mamá decía: “ay, eso lo pueden ver” pero nos explicaba, ¿no? pues es que cuando una mujer y un hombre se quieren y este se besan” y entonces después, nos distraía un poco para que no viéramos, pero no nos decían, “eso no lo pueden ver” , “vas a ver unas escenas fuertes, pero tienes que entender que eso lo hacen los grandes y que no se qué” y este pus ya últimamente sí he platicado con mi mamá por ejemplo de que si ya tengo relaciones”.

Educación en casa acerca de métodos anticonceptivos:

Aunque es poco lo que se comenta, se llega a conocer los métodos anticonceptivos en casa, los más comunes son el condón o el DIU, esto casi siempre es a partir de que las hermanas o la misma madre utilizan en su vida sexual:

Mari: “Pus que nunca permitamos tener relaciones sin condón o con otro método, pero no nos ha dicho como qué método, con mis hermanas pues sí ya he platicado: que si ya se pusieron el DIU, que si ya se hicieron el Papanicolaou, pues ya tiene ahí su ginecólogo de cabecera”.

Aprendiendo con hermanas de la menstruación.

Mari: “aprendí a, por ejemplo, con Ingrid, que veía a cada rato en el baño allí sus paquetotes así de toallas, de mi mamá, de mi hermana Gretel y de Ingrid, así como que veía normal, por ejemplo, la menstruación.

Aprenden higiene del cuerpo

Mari: “que se tiene uno que rasurar después de bañarse, este, pues como que lo aprendí así de mi mamá”.

Algunas mujeres comentan recibir una educación sexual explícita en casa.

Mari: “no sé, como que siento que fue así todo muy explícito, no había pena por nada”.

Aprendí sola:

Ellas consideran que aprendieron solas, argumentando que en casa, su madre no les hablaba de sexualidad.

Janet: “Bueno a mí nunca me... o sea así mi mamá y eso, nunca me dijo nada de la sexualidad, o sea, yo aprendí sola”.

Otras no reciben ningún tipo de información sexual en casa.

Lola: “Mmm, bueno de niña pues no, no me hablaron de nada de eso. Mis papás eran así de... pues de que les daba pena, no platicaban contigo”

Lo que aprenden de sexualidad por medio de pláticas con amigos.

Debido a que muchas mujeres en casa reciben poca información sobre sexualidad, aprenden fuera del hogar y la escuela es un buen lugar para platicar con los amigos.

Lola: "Entonces lo que yo aprendí fue en la escuela y con amigas, bueno, de lo que me iban platicando"

Algunas mujeres comentan que aunque escuchan cosas no aprenden hasta vivirlo por ellas mismas.

Eva: "Aunque te platicuen muchas veces no sabes ¿no? qué onda, porque me platicaban y no sabía, ja, ja, ja, hasta que lo experimenté."

Con los amigos suelen escuchar experiencias de actos sexuales.

Eva: "Y con esas personas pues me empezaron a platicar lo que era un sexo, lo que era un orgasmo y todo eso".

Caso de una mujer que tuvo un novio, con el cual nunca mantuvo relaciones sexuales y dijo sentirse bastante bien con esa relación.

Ni: "Con él nunca tuve relaciones sexuales y me sentía bastante bien y yo creía que este... ay pensé que no era necesario tener relaciones para que una relación estuviera bien y eso me agradó, llegó un momento en que dije: "bueno, o sea, puede llegar un momento en que se dé, pero ahorita no, me siento bien así, entonces no creo que tenga mucho que ver eso".

Motivos por los que una mujer ya que ya empezó su vida sexual, no mantiene en ocasiones un acto sexual con su pareja.

Una vez que las mujeres aprenden a cerca de su sexualidad, se enfrentan con diversas experiencias una vez que comienzan a tener actos sexuales con su pareja, como es el caso de una participante que comenta algunos motivos por los que no en ocasiones no tiene un acto sexual con su pareja.

Ella menciona que su marido no la busca sexualmente cuando está enferma, incluso al hecho de menstruar lo considera como una enfermedad y un motivo para no tener un acto sexual con su pareja.

Lola: "No trata de buscarme en ese sentido, sobre todo cuando estoy enferma, por ejemplo, de regla o de cosas graves, mayores, ya si ve que yo busco la forma o lo busco pues ya".

Dentro de la categoría: "antes del acto sexual", está la forma en cómo se relacionan las mujeres con sus parejas en aspectos no sexuales, como en algunas ocasiones esta forma de relacionarse se puede reflejar durante el acto sexual y después del acto sexual.

Relación de la pareja.

Se refiere al ambiente, a cómo se llevan como pareja, cómo es su comunicación, como se llevan en la relación, en otros aspectos que no tengan que ver con lo sexual, pero que se puede reflejar o no, cuando este se presenta.

Otras dijeron que no tenía nada que ver la forma en cómo percibían a su pareja en aspectos no sexuales con la forma en cómo se comportaban con ellas en el actos sexual, ellas podían sentirse a gusto con su pareja en otros ámbitos, pero no en el sexual.

Ni: "Con Antonio en otros ámbitos sí me sentía a gusto, o sea me sentía protegida, me sentía acompañada, podía hablar de otras cosas, pero en el ámbito sexual sí me parece que él era muy cerrado y muy egoísta, jamás tuvo como que la atención de preguntarme cómo me sentía en esas cosas".

Otro de los aspectos que decidí dividir dentro de la categoría: "antes del acto sexual" está el momento justo antes de comenzar un acto sexual, en donde nuevamente en este momento se pueden reflejar algunas cosas que aprendieron las mujeres así como la forma en como se relacionan con su pareja en otros aspectos, este momento nos dará guía para comprender como se va a llevar a cabo el acto sexual y a su vez cómo concluye, dependiendo de las expectativas que la mujer tiene en este momento del acto sexual.

Selección del lugar dónde se tendrán las relaciones sexuales.

Conductas de las parejas antes de tener una relación sexual acerca del lugar en donde se realizará.

Ni: "Entonces siempre nos metíamos a su cuarto, entonces cerrábamos la puerta".

Ni: "Había veces que: "ay, vamos a meternos a mi cuarto"

Actividades que preceden el inicio de una relación sexual.

En las mujeres los besos y platicar son parte fundamental para iniciar una relación sexual.

Mari: "Pero pus mientras íbamos platicando así y dándonos besitos".

En lo que se refiere a los besos que preceden en la relación sexual, algunas mujeres mencionaron que éstos van subiendo de intensidad.

Mari: "Y entonces seguimos besándonos, pero como cada vez así como que subiendo la intensidad".

Mari: "Pues estábamos en un barecillo ahí, estábamos medios ebrios, entonces de repente que bailé con él y este nos besamos, luego, este, nos seguimos besando y ya nos fuimos al baño".

La ropa fue uno de los elementos mencionados por algunas mujeres, ellas describieron lo que portaban antes del acto sexual.

Mari: "yo traía poca ropa, entonces traía una minifaldita, una playerita y ya, zapatillas, entonces este, pues nos quitamos los zapatos, de repente ya, fuera la playera."

Mari: "entonces, este, él me quitó la playera y andaba yo con el bolerito".

Mari: "casi siempre cuando llego a su casa me quito los zapatos y este, y llevaba una playerita muy delgadita chiquita y un bolerito encima que es como transparentito

Incluso llegan a hacer otras actividades antes de comenzar la actividad sexual, como hacer de comer o ver una película.

Mari: “por ejemplo una vez hace poquito estábamos en su casa y teníamos ahí todo el tiempo del mundo y entonces este, pues llegamos creo que nos hicimos de comer, vimos una película”.

Mari: “estábamos viendo un película”

Qué piensan las mujeres antes de iniciar una relación sexual

Antes de iniciar una relación sexual, algunas mujeres se preocupan por lo que puedan pensar otras personas de ellas, en particular su familia y aun más cuando la casa es compartida con hermanos y padres de las mismas mujeres, además de que las habitaciones no están lejos una de la otra.

Si comparamos a la siguiente participante con los demás hallazgos presentados en otras categorías, el respeto, desde el punto de vista de su significado por él, es muy importante en la conformación de su pareja:

Lola: “Pues que no está muy lejos la recámara de mi hermana y pus no, o sea, como que sería como que faltar al respeto, no sé”.

Qué dicen las mujeres a sus parejas antes de iniciar una relación sexual.

En algunas ocasiones tienen oportunidad de decir lo que desean hacer en el acto sexual. Hay invitaciones verbales y no verbales por parte de ellas, insinuaciones, propuestas, deseos, experiencia de sentimientos. Como se verá más adelante el hacer esto puede resultar satisfactorio para las mujeres una vez que se termina el acto sexual.

Ni: "Con él sí tuve la oportunidad de decir "es que se me antoja esto y vamos a hacerlo".

Algunas mujeres le ponen como condición a su pareja para tener relaciones sexuales, que ellos se protejan, es decir que usen algún tipo de preservativo, en la mayoría de los casos el condón masculino.

Mari: "y yo le dije "oye no, no, pues no, así como que agarra la onda" y pus el "guey" ya como que quería probar ¿no? A ver si se podía así sin condón."

Cosas que escuchan las mujeres de su pareja antes de comenzar el acto sexual.

A algunos hombres les gusta comentarle a su pareja sobre lo bien que la van a hacer sentir.

Ni: "ay, vas a ver qué vas a sentir todo conmigo y no sé qué".

Ni: "te voy a poner así para que veas que se siente bien rico"

DURANTE EL ACTO SEXUAL

Una vez que tenemos identificados los antecedentes de las participantes en cuanto a cómo aprendieron a ser sexuales y como vivieron sus momentos precedentes a un acto sexual, se presentan experiencias de mujeres durante el acto sexual. Este momento de igual manera es importante para comprender la forma en cómo perciben las mujeres el momento posterior al acto sexual, pues esto va a depender de la forma en cómo se sintieron, hablaron e hicieron durante el acto sexual, qué tanto de sus expectativas fueron cubiertas y cómo influyó esto en ellas cuando terminó el acto sexual.

Cosas que descubren durante el acto sexual.

Lola: Que puede haber juegos, instrumentos, posiciones, pláticas, reír, hacerte cosquillas.

Las mujeres descubren y practican diversas posiciones sexuales.

Ni: “El misionero, el perrito, misionero pero...dándole otros movimientos, de cucharita, de pie, apoyarse en una silla o en algo más alto, donde yo estoy más alta, yo sentada y él parado”.

Posiciones en donde la mujer siente más placer.

Ni: Misionero, yo creo que es básica y me gusta”

Mari: A veces siento más, cuando yo estoy sobre algo, así como en cuatro puntos y él está parado atrás de mí.

“Ni” mencionó tomar en cuenta el tiempo que duraba el acto sexual con una de sus parejas.

Ni: “... con él siempre eran rapidillos, o sea, en mi sala o en mi cuarto, pero eran rápido y no sé, duraban diez o quince minutos, este la primera vez que lo hicimos fueron como veinte, porque era el cuarto de un amigo y todos sus amigos estaban abajo, entonces con él fueron cosas muy rápidas”.

“Ni” notó que la posición de penetración dependía el lugar en donde se encontraba con su pareja.

Ni: “sin posiciones ni nada así, realmente era, pues dependiendo del lugar dónde estábamos era como me penetraba”.

El primer acto sexual.

Algunas mujeres piensan que la primera vez en una relación sexual es más cuidadosa y de exploración, además de que se requiere de más tiempo para hacerlo.

Ni: “...era la primera vez para él y entonces era así como de exploración, de a ver cómo era, entonces era como con mucho cuidadito todo, allí sí era con más tiempo”.

Mari: “no sé cómo diablos que no le atinaba y yo: “ay, no, por ahí no” y entonces ya él ya lo dirigió con sus mano, hasta que ya yo así “pus” (risas), nos quedamos así como que, no sé, como que explorando la sensación porque era algo nuevo”.

Iniciando con besos y caricias

Dentro de las experiencias vividas por mujeres al iniciar un acto sexual es el compartir besos y caricias.

Ni: "Pues iniciaba así con caricias, besos"

Mari: "nos besamos, nos besamos"

Mari: "y ahí estábamos dándonos besos"

Mari: "le empecé a dar besos y este, y él me daba besos en las bubis y luego se pone acá medio agresivo y le digo: "no, no, me duele" y ya me dice: "hay perdóname" y entonces le sigo dando de besos".

Iniciando el acto sexual con la posición llamada el "misionero".

La posición llamada el misionero es aquella que ya el hombre está sobre la mujer y ambos se encuentran acostados.

Ni: "...normalmente empezábamos con misionero, luego, este, nos gustaba mucho meternos al jacuzzi, estábamos allí y ya después otra vez de misionero.

Lo que dicen las mujeres a sus parejas durante el acto sexual.

Ni: "yo le comenté: "jamás he tenido un orgasmo".

Mari: "yo así de que: ¡ay estás loco! y ya le dije: ¡bueno, sí!

Mari: "le digo: ¡no mi amor, ya no puedo más!"

Ni: "ya le decía: "bueno quiero de otra manera"

Linda: "Este, palabras hora sí que en el momento se salen palabras "cachondas", o sea que se las dices".

Linda. "Pues sí, yo le digo, o sea, palabras así como "ah pues me gusta cómo me haces el amor!"

Linda: ¡pues sabes que me gusta cómo me estás cogiendo, me encantas!, este, pues sí le llego a decir, este, ¡ay eres un buen cabrón!, ¡eres un buen hombre!

Mari: ¡ay no me veas porque me da pena!

Para algunas es agradable que su pareja les diga palabras de cariño durante el acto sexual.

Ni: "Era grato con él porque él siempre era de: "te quiero mucho" y me hablaba cuando lo estábamos haciendo"

Conductas que observan las mujeres de sus parejas durante un acto sexual.

Mari: "sacó una soguita que tiene ahí, es como de algodón, no es así de mecate, entonces no lastima, entonces ya me amarró ahí a su cabecera de las manos, nada más."

Mari: "entonces sacó una gasita así como sedita, entonces me vendó los ojos, y este, y luego con un aceitito me empezó a dar masaje y me volteó y me dio un masaje por todos lados y este creo que hasta me contó los lunares que tengo, entonces me contó los lunares".

Mari: "y luego que me dio un caballito de tequila porque sabe que me gusta y este y él también se echo ahí sus caballitos y luego, este, pues prendió ahí velitas, con el tequila me exprimió el jugo de una naranja ahí y ya después él se lo tomó de mí cuerpo y así de cómo, eh, bonito y este y ya después el gandalloso y yo creo que ya le dio pánico escénico, entonces pues ya me desamarró, que no era un amarre así imposible, era algo como simbólico, y este, entonces me quitó la sogá, quitó la venda."

Mari: "entonces sacó un condón y me lo puso en la mano"

Mari: "se acostó ahí y me puso a mí sobre él, pero viendo hacia el espejo también, en la cama pero frente al espejo, pues, él estaba acostado y yo me senté sobre él, pero dándole la espalda, entonces él me estaba viendo"

Lo que escuchan de su pareja durante el acto sexual.

Mari: "me dijo: ¿te puedo vendar los ojos?!"

Mari: "se le acaba el lubricante y pus dice: ¡ay, voy por otro!"

Ni: "...él siempre me preguntaba a mí ¿Qué quieres, cómo lo quieres, qué quieres hacer, qué posición?!"

Mari: "me dice: ¡es que te ves muy sexy!"

Linda: "o sea, a la viceversa él también me dice: "sabes qué mujer, eres muy rica, me gustas mucho, me gustan mucho tus pechos"

Mari: ¡te quiero, me gustas, ay, qué bonita!"

Mari: “y él: ¡pues es que te ves preciosa!”

Uso de anticonceptivos durante el acto sexual.

Cuando las parejas tienen su primera relación sexual, y además en esta tienen planeado utilizar algún tipo de anticonceptivo, en este caso el condón, algunas veces no saben qué hacer o cómo empezar a utilizarlo. Como se puede ver esto va a depender de la forma en cómo aprendieron que tenía que ser su sexualidad y sus cuidados hacia ella, ya sea en casa o en la escuela, y como se verá más adelante, también va a influir en la forma en cómo ella se siente una vez que termina la relación sexual, en caso de presentarse de la manera en que ellas lo aprendieron.

Mari: “y yo así: “ay, ¿qué hago?” (Risas) y ya así como que los dos: “mmm” y yo así viéndolo como que, ay no, yo todavía tenía cosa”.

Posiciones y lugares en donde se practican durante el acto sexual.

Las posiciones pueden ser variadas como la llamada “el perrito” en donde la mujer está en cuatro puntos dando la espalda al hombre; la mujer sentada dando la espalda y arriba del hombre acostado. Algunas veces durante el acto sexual puede utilizarse más de un lugar para las posiciones, como puede ser de una recámara a otra.

Mari: “de esa manera y este entonces ya me puse ahí en la orilla de la cama y este, así te digo como de perrito y, ay, otra vez, luego dijo: “no espérate, espérate vamos para acá y fuimos a la recámara”

Mari: “Pero pues total que nos estábamos acomodando porque ahí está el baño muy pequeño, y entonces, total que terminamos así desvestiditos y sobre la, W.C., él estaba sentado ahí y yo estaba sentada encima de él”.

Mari: "Pues yo estaba acostada en la cama y él estaba sobre mí, con las piernas abiertas, yo, y él al centro con las piernas cerradas".

Cosas que les gusta a las mujeres durante el acto sexual.

Linda: "Pues me gusta cómo toca mi cuerpo, me gusta cómo me trata en la relación sexual, este, lo que más me gusta de él.

Limitaciones durante el acto sexual.

A algunas mujeres les gustaría hacer uso de algunos artículos, como son las velas, sin embargo no lo hacen porque comparten la vivienda con otros familiares ya sea de ella o de su pareja y les preocupa que se pudieran dar cuenta.

Lola: "Pues a mí me gusta ponerme coquetita, encender velas, así cosas así, o sea, me gustaba, me gustaba ser muy romántica o... pero por ejemplo pus eso obvio no lo puedo hacer porque van a decir: "ah ya se lo que vas a hacer", entonces, o sea cositas así que dices..."

Poco a poco.

En la primera vez que se tiene relaciones sexuales se presentan algunos sentimientos como la pena, las mujeres guardan emociones, gritos, palabras. Conforme pasan los encuentros sexuales, estos sentimientos se van expresando y se busca la forma de que sea diferente al anterior.

Lola: "en un principio era con mucha pena, era sí de: "no te veo, no me veas, apaga la luz, no hagas ruido", de cierto modo te guardabas emociones, gritos, palabras y conforme fue pasando el tiempo pues pierdes un poquito la pena ya tienes más, no tanto confianza, sino ya no

te da tanta pena, o sea, el decirte algo o buscar la forma de que sea diferente.”

Infidelidad.

Cuando las mujeres se enteran que en ocasiones anteriores su pareja les fue infiel o presienten incluso que estando con él les está siendo infiel, no quieren ser tocadas, sienten que no están con ellas mentalmente durante el acto sexual, se comparan en algunas características con la otra mujer y se atormentan todo el tiempo con lo mismo, se sienten utilizadas. Algunas de ellas manifestaron callarse estos sentimientos y pensamientos.

Linda: “Si cuando tenía relaciones con él y yo no quería que él me tocara, yo sentía que él no estaba conmigo, o sea mentalmente que él no estaba conmigo, que estaba con esa persona, porque era más, mucho más joven.

Algunas de ellas no reciben caricias por parte de la pareja, hay indiferencia, hacia ellas omiten palabras de cariño, sienten apresurado el tiempo de la relación, sin embargo otras comentan que aunque el tiempo destinado al acto sexual sea corto, lo disfrutaban, refiriéndose como una satisfacción física únicamente.

Mari: “Pues yo noto que él es más brusco, este, y yo más indiferente, porque haz de cuenta que yo disfruto ¿no?, pero no le digo: “ay, te amo, te quiero”, no soy tan tierna, es así como que más carnal y hasta más rápido incluso”.

Mari: “recuerdo que cuando hemos estado así peor, yo me siento, bueno que yo tenía dudas porque a él le gustaba una chica, entonces yo me sentía a veces, este, pus consternada así pensando: “ay es que al guey le gusta otra tipa y¿ para que esta aquí”?, pero no sé, no se lo digo”.

Mari: "Así como que: "y le gusta otra tipa y además que no se parece nada en mí", yo así pensando como pus, como que me utiliza a veces".

Mari: "pus porque yo pus nada más disfrutaba el orgasmo, pon tú, pero, pero yo me sentía más utilizada en aquella ocasión cuando él estaba confundido".

Por estrés.

Las mujeres notan a su marido estresado durante el acto sexual, lo sienten frío con ellas y sienten la relación corta de tiempo.

Lola: "Que cuando está demasiado estresado o preocupado por alguna situación por el trabajo, siento que hace las cosas como muy...como muy rápido, o sea como...como que no las disfruta".

No hay privacidad.

Eva menciona que sus actos sexuales con el marido cambiaron desde que sus hijos crecieron, pues ya no hay abrazos o besos. Piensa que los niños podrían darse cuenta, debido a que están en la misma habitación que ellos.

Eva: "Mmmm, pues ya no somos iguales, nos limitamos mucho a que te abrazo o que te beso o que te apapacho, porque pus ya... ya no es lo mismo. Los niños ya están atentos a todo, más mi niño, está más atento a lo que hacemos cuando él y yo estamos acostados".

DESPUÉS DEL ACTO SEXUAL

Es importante recalcar que este rubro de los resultados es el de mayor interés de acuerdo al objetivo de esta investigación. A continuación se podrá ver cómo se reflejan en el momento posterior al acto sexual, algunas conductas, experiencias y significados que tienen las mujeres en momentos anteriores, es decir antes y durante el acto. De ahí la utilidad de recabar los datos anteriores, para poder dar un análisis completo del porqué de la importancia de conocer qué pasa con la mujer una vez que termina una relación sexual y cómo es que aprende y vive su sexualidad, qué impacto tiene cada vez que vive una nueva experiencia. Además, cómo es que tanto la educación sexual, las actividades que preceden al evento sexual, así como las que ocurren durante esta, además del ambiente que se tiene en la pareja, se refleja una vez que el acto sexual concluye. Para poder comprender, qué utilidad tendría este momento, en un desenvolvimiento y crecimiento para la mujer en el ámbito sexual y de ahí en los demás aspectos con su pareja.

Qué escuchan las mujeres después de un acto sexual.

Ellos preguntan a su pareja si les gustó y dicen palabras de cariño.

Ni: "con Freddy me decía que me quería, que me amaba, que si me había gustado".

Un hombre mencionó a su pareja, que el acto sexual fue agradable por el comportamiento de ella.

Mari: "Que le gusta mucho, este, que tiene... ja, ja, ja, que le gusta cómo me comporto con él en ese aspecto y en esa ocasión".

Otros le dicen a la mujer lo que sienten y como la observan.

Lola: "Ah, pues su manía más obvia es: "ay, qué rico" o "estoy cansado" o "hora si me alcanzaste, eres tremenda", así".

Ni: "es que se siente muy rico contigo y como te mueves"

Mari: "me dice: "es que te ves muy sexy"

Mari: "no sé, siempre me dice de mis pompas, "es que tienes unas pompitas todas redonditas y preciosas" y le digo: "ay, no, ¿por qué, gustan mis pompas?", es que tu no las puedes ver como yo, no sabes de lo que se trata".

Cuestionan cómo estuvo lo que hicieron y ellas cómo se sintieron.

Lola: "me pregunta que si estuvo bien, si no me lastimó".

Dan una explicación de algo que les llamo la atención hacer durante el acto sexual.

Lola: O "oye gorda ¿te gustó esto?, es que no creas que es morbo, es que me llamo la atención"

En algunas ocasiones, si él ya se tiene que ir, cambia de opinión y decide quedarse con ellas.

Ni: "Y después que lo hicimos él me dijo: ¡no mejor me quedo y te cuido un rato!"

También dan una explicación, cuando ellas le expresan que lo sintieron diferente durante el acto sexual.

Eva: “No, cómo crees, mira, me están presionando mucho en el trabajo”

Las mujeres pueden escuchar disculpas por parte de los hombres acerca del comportamiento que tuvieron mientras se estaba teniendo el acto sexual.

Mari: “el tipo ya después se disculpó conmigo y decía “ay, es que toda mi vida es muy rápida”.

Que le dicen las mujeres a los hombres después del acto sexual.

Hacen notar a su pareja lo que hicieron durante el acto sexual, como una forma de dar cuenta que hicieron algo diferente.

Lola: ¡¿Te diste cuenta que hoy hicimos esto?!”

Cuando las mujeres escuchan a su pareja decir lo que sienten ellas comparten lo mismo y lo dicen.

Ni: “yo le decía. “Es que yo también me siento muy a gusto contigo”.

Cosas que pregunta una mujer a su pareja, al terminar un acto sexual.

Ni: “le preguntaba que sí le había gustado”.

Algunas mujeres dicen que se sintieron bien, sin embargo no siempre es verdad y ocultan lo que realmente sienten o piensan.

Ni: "A veces nos quedábamos hablando sobre (silencio), Ah, que si lo había sentido, que qué había sentido y cosas así, entonces a veces sí le daba la vuelta, así de: "sí, sí sentí, sí fue bien padre".

Otras cuestionan a su pareja sobre la forma en como se comportaron con ellas durante el acto sexual.

Linda: "Ya después platicó con él, le digo: ¿sabes qué, ¿por qué estas así?!"

Lola: "Le digo que lo siento frío, distante, que está pensando en otra cosa al mismo tiempo que está haciendo otra"

Comentan que en ocasiones después de un acto sexual, se hablaba de otros temas que no tenían que ver con el sexo.

Ni: "A veces hablamos de cosas triviales ¿no? Así de: "Hay paso esto, me paso aquello", pero ya no tanto tenía que ver con lo hecho ¿no? Con el sexo".

Le comentan lo que van a hacer.

Mari: "Entonces le dije: "ay, ya me voy"

A veces, debido a que las parejas no están solas en la casa donde están teniendo la relación sexual y el horario, se tienen que separar y uno de los dos marcharse, por tanto no se comenta nada de lo que acaba de suceder y solo hay una despedida.

En ocasiones no tenía oportunidad de comentar algo a su pareja.

Ni: "No había como oportunidad de que yo le dijera algo en ese momento".

Ni: "No, nunca hablábamos de qué pasaba".

Las mujeres callan cosas después del acto sexual y tratan de justificar dicha conducta.

Linda: "Pues, a lo mejor, quizá, porque a veces cosas que uno calla, que no las puede decir y que a veces tu pareja no las puede entender por cuestiones de estrés y no tienen tiempo para escucharte".

Lo que platican en pareja después de un acto sexual.

Se dicen palabras de amor, de cómo se sienten físicamente, se sienten enamorados, tranquilos o inquietos porque puede llegar alguien.

Mari: "entonces le digo: "¿por qué me engatusas?" y me dice: "pues porque te amo" y le digo: "yo también te amo y este le digo: ¿por qué me dejas toda así?, porque cuando acabamos, termino así bien cansada y ya me dice: "ay no sé bombón, es que eres muy rica" y así me dice cosas y pues yo creo que nos sentimos enamorados y tranquilos, a veces nos sentimos intranquilos porque ya van a llegar sus papás, pero o sea no cambia el sentimiento del amor".

Platican de experiencias, sueños o ilusiones, se abrazan. También de lo que les gustaría mejorar para el siguiente encuentro sexual.

Eva: "Ah, pus ya terminamos y todo, nos ponemos a platicar, él me abraza mucho, platicamos mucho de... de... las experiencias e ilusiones, sueños que tengo".

Eva: "Sueños eróticos, platicamos y todo, nos decimos nuestras inquietudes".

Sobre lo que pasó durante el acto sexual, cosa que ya no van a hacer, otras que fueron agradables y que seguirán haciendo.

Mari: "Pues es que cuando platicamos luego él me dice que luego se sale el condón o algo así y entonces: "ay, no pues eso ya no lo vamos a hacer" o le digo como siento más, pues esa la practicamos más".

Qué sienten después del acto sexual

Después de una relación las mujeres sienten que su pareja forma parte más de ellas, sienten conocerlo más. También sienten que sus relaciones van evolucionando una con otra.

Lola: "Pues yo en cada relación, eh, por ejemplo, siento que es, eh, más mío, o sea, como si lo conociera más en cada relación, eh, por ejemplo, me mordió la oreja y digo: ¡ay! o sea, son cositas diferentes, cada que pasa y como que lo voy conociendo más, como que también hemos perdido ya cierta pena, por ejemplo, en un principio, pues te quedas callada y nada más volteas así como que ¿y ahora qué le digo? ¿No? Y ahora ya es así de, oye, me gustó que me mordieras la orejita, o sea, cositas así".

Después de un acto sexual las mujeres se sienten confiadas, liberadas de tensiones por otras actividades del día.

Lola: "Pues la mayoría de veces pues siento, te vuelvo a repetir, satisfacción de estar digamos con él y siento además como que cierta

confianza, como si me liberara de algo, digamos no la tensión del día, algún enojo que tuve, cositas así”.

Unas mujeres se sienten tranquilas, satisfechas, enamoradas y contentas.

Ni: “Me quedaba tranquila y como satisfecha o sea como llena de lo que habíamos hecho”.

Lola: “ay, pues yo me siento enamorada, así me siento, porque haz de cuenta que lo veo y siento así completa tranquilidad y paz y pues yo creo que eso es sentirme enamorada de él”.

Algunas ocasiones de acuerdo con la actitud que el hombre tiene durante el acto sexual, ellas se quedan sintiendo que no las quieren, sienten que ya no les hacen caso, se sienten solas, tristes.

Eva: “Pus de repente me siento así como que, como que no me quiere, como que ya no me hace caso, me siento sola, me siento triste”

Algunas veces se sienten confundidas, arrepentidas.

Mari: “me sentía como confundida, me sentía arrepentida no sabía bien qué pasaba”.

Los pensamientos que las mujeres llegan a tener después de un acto sexual.

Hay mujeres que se quedan pensando en lo que acaba de pasar: que si les hicieron algo nuevo, que si fue mejor, incluso se quedan pensando en el tiempo que duró su pareja en el coito y lo comparan con otras ocasiones.

Lola: “Y a veces piensas en lo que te repito, o sea, a veces piensas así de... por ejemplo... “hoy me hizo algo nuevo o me quedo pensando así

como... "hoy fue mejor", o a veces hasta pienso "hoy duró menos u hoy duró más", o sea, cositas así".

Algunas mujeres les gustan que la relación sexual sea planeada con anticipación, como el lugar, o que se sientan seguras de que estarán solos, cuando esto no sucede no disfrutan el encuentro sexual y se quedan insatisfechas, cuando este es en un corto tiempo.

Ni: "...yo me vestí y él se vistió y nos bajamos y yo esa vez sí fue incómodo y pensé así de: "ay, pudo haber sido algo más planeado", porque no lo disfrutaba, yo estaba pendiente de si bajaban o si subían o qué pasaba y ya fue muy rápido"

Ni: "...ay pus ya pasó, y pus había sido la primera vez así como de ya paso y, este, en un momento me enojé"

Cuando las mujeres están cometiendo una infidelidad se quedan pensando en cómo lo hicieron, qué fue lo que las llevó a atreverse, en ocasiones es con sentimiento de culpa.

Mari: "estaba pensando: "ay, cómo me atreví, no sé por qué", porque en sí no había yo besado a otra persona, y tenido relaciones con alguien pus menos, y yo dije: "¿cómo lo logré?", o sea qué aventada ¿no?, yo estaba pensando "¿cómo le hice?", pero en realidad no era con culpa en ese momento, o sea, ya me estaba entrando".

Una de las participantes tuvo relaciones sexuales en estado de ebriedad y lo que pensó después de tenerlas fue que no sabía si habían utilizado condón, se preocupó en tomarse una pastilla y observó su calendario de fertilidad. Estas son algunas de las cosas que se quedan pensando las mujeres después de un acto sexual.

Mari: “¡estaba preocupada! y ¿y qué tal que no?, lo más seguro es que no utilizó protección porque, o sea, sí estábamos todos ebrios y qué se iba andar preocupando él, yo creo, y sí, la otra vez también lo hicimos así y no se preocupó, pus no creo que se haya cuidado, entonces yo estaba preocupada, yo dije: “¿qué hago, me tomo una pastilla o qué?” y empecé a, vi mí calendario y noté que no era un día fértil, entonces ya me tranquilicé y dije “no, bueno, pues voy a esperar a ver qué pasa”.

Otras mujeres se quedan pensando en la hora que es, en que no están con su novio en ese momento y en lo que van a hacer una vez que salgan del lugar en donde están.

Mari: “Me acuerdo que ya era tarde y que yo dije: “ay, como que ya es hora de irme, porque igual mi novio me iba a hablar y yo no estaba en mi casa, entonces, estaba pensando en lo que tenía que hacer”.

Mari: “así como que la ansiedad por irme para llegar y no se si me hablaba mi novio, que no se enojara, pues no traía mi celular”.

Una participante comentó no pensar nada una vez que terminan: sólo lo disfruta.

Mari: “Es que a veces no te quedas pensando en nada más, disfrutas del momento y ya ¿no?”.

Conductas que realizan las parejas al finalizar un acto sexual.

Entre las cosas que hacen las mujeres o las parejas después de un acto sexual esta el bañarse, dormirse, ver la televisión, escuchar música o separarse e irse a sus casas, a la escuela o al trabajo. Otras son: comer, tomar agua, abrazarse, hablar de acerca de lo que les gustó del acto sexual. También las parejas juegan: se hacen cosquillas e incluso continúan con los besos.

Ni: "Normalmente nos bañábamos o antes de bañarnos nos acostábamos, había veces que si nos quedábamos dormidos, este, normalmente era: nos metíamos a bañar, nos cambiábamos, nos quedábamos un rato viendo la tele o escuchábamos música y ya nos íbamos a nuestras casas".

Ni: "Con Heder normalmente era de hacerlo ahí, ni chance de bañarte ni nada, era cambiarte y normalmente era en las mañanas, entonces me iba corriendo a la escuela y él se iba corriendo al trabajo o a la escuela, entonces eran como apresuradas en algunos momentos".

Ni: "No, y este, y él dirigía ya hacía y deshacía y ya se acababa, nos cambiamos y nos íbamos, o sea, fueron pocas las veces las que nos quedábamos acostados".

Linda: "Bueno, nos da mucha sed, (risas) nos da mucha hambre, si hay la posibilidad de levantarnos a comer nos levantamos a comer ¿Por qué?, porque yo siento que tuve un buen sexo con él, este, que llego a hasta sudar todo mi cuerpo, es donde yo siento que lo gocé mucho, nos da mucho sueño".

Janet: "Por ejemplo, me dice ¿sí te gustó? o así. Pero casi siempre en silencio, o sea estamos viendo la tele o así, u oyendo el radio".

Eva: "Bueno él se llega a parar porque tiene sed o porque yo tengo sed y se levanta para traerme el agua".

Lola: "Si tienen diferencia entre una y otra; por ejemplo, unas terminas cansada y te volteas a ver y ya nada más se abrazan".

Lola: "Pues, entre ellas está abrazarte, eh... por ejemplo, él luego me empieza a besar o empieza a jugar conmigo, o me empieza a besar toda de pies a cabeza, o yo le empiezo a hacer cosquillas".

Ni: "nos quedamos inmóviles, entonces ya me levanté, me vestí, y este, y él igual se vistió y nos salimos del baño".

Los significados que cada mujer le da al momento posterior de un acto sexual

Las mujeres se sienten plenas y satisfechas, para ellas eso es sentirse mujer.

Linda: "me hace sentir mujer, sí me hace sentir bien, son muy pocas veces en las que yo no llego a una relación plena, a un momento pleno".

Mari: "Cuando hemos estado enojados que por ejemplo, que yo le contesto feo o algo así, pues hasta sirve como reconciliación".

Para algunas mujeres se termina el acto sexual cuando ellos eyaculan, aunque ellas aun no hayan tenido ningún orgasmo.

Ni: "para mí el que terminaran era que eyacularan, en esos entonces, porque yo jamás en esos entonces tuve un orgasmo".

Cuando el tiempo que dura la acto sexual es corto, las mujeres no se quedan felices e incluso no significa nada para ellas.

Ni: "Creo que no había como el tiempo de sentir algo, eh, no me quedaba ni enfadada, pero tampoco me sentía feliz, entonces, era como si no hubiera pasado algo".

Si el hombre eyacula dentro de ellas, suele echarle la culpa a la mujer en caso de haber un retraso en la menstruación. Eso las motiva a tener un rompimiento con su pareja.

Ni: "Si, bueno dos veces lo hizo, en otros momentos se salía, pero en dos ocasiones sí lo hizo y él se enojó porque dijo: "es que tu no te cuidaste" y entonces ya fue como de bueno, ¿no?, esto es de dos y cuando me di cuenta en la forma en que reaccionó, decidí que mejor ahí la dejáramos".

Cuando se termina el acto sexual, el hombre ya no quiere tener contacto físico con su pareja, al contrario de la mujer que busca una continuidad, sin embargo, para algunas mujeres eso no les causa problema y se sienten bien.

Janet: "Pues en él, como que...o sea ya acaba y ya, o sea así como que: "ah, sí, pus ya", y yo a veces lo quiero abrazar y él: "no, espérate".O sea así como que ellos no se cómo son más así de: "así ya", como que ya pasó, ya, como vas a lo que vas y ya. Pues me siento bien, porque o sea a pesar de que él hace eso así, o sea yo no lo veo mal, pues ay...qué tiene, y me siento bien".

A algunas mujeres, les causa pena el hecho de que otras personas se den cuenta de que van a tener un acto sexual.

Mari: "ay, pues al primero aunque pues me apene con el tipo ¿no?, con el tipo que abrió la puerta pero ya después como que ya no significó nada para mí total dije: ¡ay, no importa!, lo chido es que como que me di una cana al aire y con el tipo que me gusta; estaba así como emocionada"

Significados cuando están cometiendo una infidelidad.

Cuando una mujer le es infiel a su novio y tiene relaciones sexuales con otro hombre, se queda intranquila por lo que hizo.

Mari: “no sé, y con la conciencia intranquila por mi novio”.

Algunas veces dentro de las infidelidades, las mujeres se encuentran ebrias mientras están teniendo un acto sexual con el otro hombre, incluso llegan a pensar que él se aprovechó de su estado y le dan un significado diferente de desagrado.

Mari: “¡ay no, cómo es posible! así no se hace, para mí no me gusta hacerlo así, ya le di un significado diferente incluso al día anterior así, ay, no, yo digo cómo ese tipo se aprovechó, porque yo igual estaba ebria, pero pus vio que a mí me gustó y vio fácil y más, ebria, entonces, como que me hizo sentir arrepentida, le di significado así como de un suceso que no me agradó.”

DISCUSIÓN

La sexualidad es un aspecto fundamental del hecho de ser humano a lo largo de la vida y abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, el vínculo afectivo y la reproducción. Se experimenta y se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, roles y relaciones. Si bien la sexualidad puede abarcar todas estas dimensiones, no siempre se experimentan o se expresan todas. La sexualidad es influenciada por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales (Ilkkaracan y Jolly, 2007).

En lo que se refiere a la *educación sexual*, es importante tener presente que en nuestra sociedad, conforme van pasando las generaciones se ha aprendido a callar la sexualidad y de esta manera se huye de la información teórica la cual pudiera dar herramientas para tener una vida sexual plena de manera integral, es decir, no solamente fisiológica, sino también haciendo a un lado los tabúes e ideas de generaciones pasadas que de alguna manera limitan el desarrollo sexual. Esto hace que la población se divida en dos, las personas que se informan y disfrutan su sexualidad y las que no lo hacen y siguen con la cadena de pensamientos sin fundamentos teóricos, generación tras generación, las cuales impiden una relación sexual integral. Sin embargo, desafortunadamente, la población informada está por debajo de la mitad de la población total, por lo menos en México.

Más adelante veremos que tanto en hombres como mujeres influye la educación sexual y el nivel académico que se tiene, en lo que se refiere a sus prácticas sexuales. Entonces si se diera más importancia a la educación sexual, tanto en el hogar como en escuelas y en medios de comunicación, en poco tiempo se tendría una sociedad preparada y llevando a cabo su vida sexual de manera libre y satisfactoria.

El principal enemigo de la sexualidad adulta y racional es la ignorancia; ésta viene dada por la persistencia, durante siglos, de ideas y valores que ponían en tela de juicio el libre juego (sexual), trayendo durante años el desprecio no sólo de la

sexualidad, sino también del cuerpo mismo (Montes, 2006). Claro es el ejemplo de las mujeres de épocas anteriores e incluso muchas en la actualidad, que no ven agradable el hecho de masturbarse, conocer y explorar su cuerpo. Lo que las lleva a incrementar los encuentros sexuales no placenteros con sus parejas, pues como ya hemos visto a lo largo de la investigación, las mujeres que suelen explorar sus cuerpos, seguramente se permiten disfrutar en un acto sexual con sus parejas. De acuerdo con López (1983), esta situación trae consigo una serie de problemas: embarazos no deseados, enfermedades y problemas como impotencia. Como bien lo dice Montes (2006) estas limitantes que la sociedad ha puesto a la sexualidad de las mujeres, no solamente afecta en su placer sexual, sino también, en su forma de relacionarse con las demás personas, y desenvolverse en sus demás actividades diarias. En el caso de las mujeres, por ejemplo, todo ello puede tener como consecuencia un sentimiento de depresión o descalificación personal que puede afectar incluso a su salud.

En este trabajo se encontraron algunas de estas características presentadas en mujeres las cuales aun conservan ideas de generaciones pasadas como que el ver una película pornográfica con la pareja es una falta de respeto, aunque están conscientes de ello pues lo refieren como algo de lo cual no se han podido desprender. Sin embargo, el concepto de pornografía es uno de los más difíciles de precisar, dado que no es posible definir universalmente lo que pudiera considerarse como tal y la conceptualización se hace más difícil cuando dentro de un mismo grupo social y en una misma época algunas representaciones son consideradas por unos como pornografía y no así por otros (Álvarez-Gayou 1996). Tanto hombres como mujeres han aprendido culturalmente que hablar de sexualidad pertenece al ámbito de lo privado, aunque existen diferencias en cuanto al género, pues los hombres no son considerados como mal escuchados cuando comentan alguna experiencia sexual, al contrario son vistos como astutos y respetables por sus iguales. En oposición, las mujeres deben hablar discretamente de este tipo de temas para no ser juzgadas por personas de su mismo género. En algunas ocasiones las mujeres se quejan de las diferencias de género, sin darnos cuenta que muchas veces somos nosotras mismas las que

marcamos estas diferencias. Sin embargo, cada quien determina qué es lo privado y aún más lo llamado íntimo, los límites de lo uno y lo otro. Influye una construcción histórico social, reconociéndose que el discurso histórico ha implicado relaciones de subordinación en las significaciones del género, con un peso muy importante otorgado a instituciones tales como la religión, los criterios médicos y científicos (Córdoba, 2005). Entonces, pareciera que los seres humanos no se mueven como individuos sino empujados por una serie de características y reglas de los diferentes rubros socialmente aceptados y se deja a un lado lo que realmente se desea, limitando así placeres sexuales por medio del hablar, conocer, practicar y compartir una sexualidad. Todas estas cosas, sin duda alguna, se ven reflejadas después de un acto sexual, pues la mujer en este momento es cuando descarga pensamientos, emociones, conductas y expresiones que tienen que ver con su educación sexual y el acto en sí mismo.

De igual manera la educación sexual fue influida por en el nivel académico que tenían las mujeres, ya que las que tenían un nivel más alto sabían más técnicas y las compartían con su pareja, así al mismo tiempo expresaban y disfrutaban más el acto posterior al sexual. En cambio las mujeres que tenían un nivel más bajo de estudios lo que aprendían en la escuela no era relevante para ellas y después de un acto sexual solían callar lo que sentían, pues así es como aprendieron a comportarse dentro de su trayectoria de vida.

En casa algunas mujeres dijeron escuchar consejos por parte de la madre o viendo películas de sexo con la familia. Estos consejos iban desde la higiene hasta protección contra enfermedades y embarazos no deseados. Pero estos datos sólo se obtuvieron de participantes cuya educación, tanto en casa como en la escuela, fue amplia y el grado académico en el que se encontraban era alto.

Hubo quienes dijeron haber aprendido solas por el simple hecho de no escuchar acerca del tema en casa, e hicieron a un lado los demás medios por los que pudieron aprender como son los amigos, la pareja o sus mismas experiencias. La mujer tiene como significado de la educación sexual el hecho de que les den información verbal o escrita del tema y desconocen que sus propias experiencias sexuales son parte fundamental de su evolución.

También reportaron tener confianza para el tema de la sexualidad con otras personas y no con su familia. Incluso hay algunas mujeres que lo que sienten o piensan después de un acto sexual no lo comentan con su pareja, sino hasta que se encuentran en una reunión con amistades. En las familias mexicanas, o por lo menos en las de algunas generaciones pasadas, no está permitido el hablar de sexualidad, incluso es un tema prohibido o se maneja como una falta de respeto hablar de eso, especialmente con los padres. Actualmente ese tabú se ha ido eliminando, gracias a algunos temas expuestos en medios de comunicación, sin embargo, esto ha sido lentamente y de una manera superficial. De la misma manera, lo que aprenden de su sexualidad las mujeres en casa es escaso, y generalmente son las madres quienes hablan con las hijas y no los padres, pues ya es común en nuestra cultura que desde niños se asigne quién será el consejero para las niñas y quién para los niños, las madres a las niñas y los padres a los niños.

Independientemente de si se es mujer u hombre, se corren riesgos y existen creencias y prejuicios sobre la sexualidad que van a estar presentes y son reflejo claro de nuestra cultura (Córdoba, 2005). Por ello importa cómo padres, profesores y medios de comunicación transmiten la información, pues en ella llevan la responsabilidad nuevas experiencias en sus educandos y con ellas una mejor calidad de vida como individuos y en consecuencia como sociedad.

Se puede decir que en lo que se refiere a las prácticas sexuales, éstas se van transmitiendo por medio de la cultura, y que en ella se van moldeando y modelando las respuestas de los individuos.

La socialización de los roles sexuales implica a menudo la participación informal de las niñas en actitudes habituales de los individuos de su propio género. Por ejemplo, si el padre arregla el carro solicita la participación del niño y la madre al preparar la comida se auxilia de la niña. En el juego de pequeñas y pequeños, las niñas imitan a sus madres y los niños a sus padres, aunque también a otros adultos o personas de ambos sexos que viven en proximidad con ellas y ellos. La imitación e internalización se alimentan sutilmente a lo largo de las líneas del sexo aunque no sea una consecuencia de la enseñanza directa ni explícita. Un

momento importante asociado con el aprendizaje del papel del sexo es la imitación; otro, complementario, es la internalización, a través de la identificación con los modelos del mismo sexo (Córdoba, 2005).

Una vez que las mujeres comienzan su vida sexual, aprenden juegos sexuales por medio de experiencias con sus parejas, al mismo tiempo que se van eliminando pudores, creencias o limitaciones que tienen que ver con la misma cultura de la mujer. En el caso de ellas principalmente, esto se va dando gracias a que se va creando una confianza con su pareja y generalmente es poco a poco, lo que usualmente no ocurre con los hombres, pues se ha visto que para ellos es más fácil eliminar estos aspectos desde su primer encuentro sexual. Estas evoluciones en la vida sexual, muchas veces nacen después de un acto sexual, pues ahí es donde se comentan cosas del acto sexual que se acaba de realizar, se hacen peticiones para un acto sexual, se hacen notar cosas que en momentos sexuales anteriores no se habían realizado y se comparten fantasías, las cuales pudieran cumplirse en el próximo acto sexual, ya sea con la misma pareja o con parejas diferentes.

Entre las posiciones sexuales que reportaron como preferentes las mujeres está aquella en la que el hombre está acostado sobre la mujer, ya que les gusta tener contacto visual con su pareja, esto es debido a que las mujeres en la mayoría de sus encuentros se relacionan no nada más físicamente, sino sentimentalmente, al ver a los ojos a su pareja es como si quisieran recordar esa imagen aunque ya no estén en el acto. Dichas imágenes permanecen incluso una vez que el acto sexual ha finalizado. Según Mc Caray (1996), los humanos somos las únicas criaturas que copulan cara a cara, mientras miran a su compañero y descubren sus partes más delicadas y vulnerables.

Las mujeres también buscan aquella en la que sientan mayor placer y tengan mayor duración antes de que el hombre eyacule, además de que les gusta que el hombre haga el trabajo sexual. Lo anterior tiene que ver con la cultura en que las mujeres estamos inmiscuidas, pues en esta cultura los hombres son los que tienen la experiencia y llevan a la mujer en el acto sexual. Esto nos habla de cómo también en el sexo como en muchas otras cosas las mujeres dependen de los

hombres para sentirse bien, lo cual no debería seguir de esa manera, pues la eyaculación no debe ser un aspecto tomado como la culminación de un acto sexual, se trata de tomar en cuenta otras herramientas con las cuales las mujeres pueden seguir gozando el acto sexual, como caricias, u objetos sexuales. Otra cosa que se piensa, es que el varón pierde la erección casi inmediato, después de la eyaculación, sin hacer nada para evitarlo, sin embargo, lo que define lo anterior es el grado de excitación en el que se encuentre el hombre (Álvarez-Gayou 1996). Es crucial considerar que la satisfacción sexual puede abarcar múltiples significados para las personas, dependiendo de sus experiencias. La satisfacción sexual se relaciona con la flexibilidad de roles dentro de la relación de pareja y con la congruencia entre roles ideal u actual en la relación sexual. (Valdes, Sapién y Córdoba, 2003). Esto es: si la pareja no se encuentra bien sentimentalmente en la relación es probable que esto se refleje en el acto sexual más próximo. Pues una acto sexual en una pareja, no es sólo biológico, no tiene que ver sólo con los genitales, sino también con la forma en cómo se percibe al otro. Es una forma de demostrar sentimientos, percepciones, el compartir una experiencia entre dos seres que se aman, es por eso que en una acto sexual, aunque haya siempre disfrute físico, también hay variaciones en la forma de comportarse según se encuentre la pareja emocionalmente, en otros momentos compartidos, no precisamente sexuales. Por tanto, lo que cuenta no es el hecho en sí (sexual), sino el sentido de la relación interpersonal que lo respalda. Recordemos que sexualidad no es únicamente genitalidad, es biología, psicología (emociones, pensamientos y sentimientos) y sociedad (papeles sexuales, dominación de un sexo por el otro) (Álvarez-Gayou 1996).

En un estudio realizado por Valdes, Sapién y Córdoba (2003) se encontró que la satisfacción sexual femenina no estuvo relacionada con ninguna característica demográfica en especial: ocupación o nivel socioeconómico o experiencias en una niñez temprana. Entonces ¿Será que para las mujeres lo verdaderamente esencial para tener una satisfacción sexual plena es estar bien con su pareja sentimentalmente hablando, en el momento en que se está presentando el acto sexual? Su satisfacción sexual se relaciona con la satisfacción percibida con la

relación de pareja, la salud mental, la frecuencia sexual y la consistencia orgásmica (Valdes, Sapién y Córdoba, 2003). En el caso de los varones de todas las edades, ellos parecen estar más interesados que las mujeres por la actividad sexual, la excitación y el placer: buscan más directamente dicha actividad y la hacen depender menos de otros factores interpersonales y sociales. De hecho los varones están dispuestos a tener actividad sexual ocasional, aun sin afectos y compromisos especiales. Los varones tienen más parejas sexuales y se masturban más, especialmente si no tienen una pareja sexual disponible (Barberá, 2004). Los varones tienen en general fantasías sexuales referidas al coito y a conductas sexuales explícitas, mientras las mujeres tienden a tener fantasías más contextuales y románticas, aun sin descartar el coito. Durante mucho tiempo se ha buscado la igualdad entre hombres y mujeres, y en la actualidad esto se ha ido reflejando poco a poco, pues como se vio en algunas mujeres tenían actos sexuales satisfactorios sin intervenir sentimientos o compromisos de pareja.

Dentro de las cosas que aprende una mujer de su sexualidad está el hecho de masturbarse. Aunque no son todas las mujeres que lo hacen, de estas no todas lo comunican. Las mujeres niegan masturbarse y esto es debido al sentimiento de culpa, o por temor al rechazo social. Se menciona que a las mujeres se les ha educado para que complazcan y den placer, y no para que experimenten su propio placer o sean complacidas (Valdes, Sapién y Córdoba, 2003). Aunque por medio de estudios actuales, se ha descubierto que las mujeres han alcanzado estos patrones de conducta sexual, pues como ya se mencionó cada vez más las mujeres tienen actos sexuales sin involucrar compromisos o sentimientos románticos hacia la pareja.

Entonces, el cómo aprendemos a ser sexuales, cómo el lugar y la ocasión reflejan los significados, sentimientos y actitudes hacia la sexualidad y hacia la interacción diaria con la pareja, naturalmente influyen en un comportamiento o vida sexual. Además de toda una historia de la mujer mexicana, en donde tenía prohibiciones de hablar, desear y triunfar, que ha venido arrastrando, a pesar de las nuevas generaciones con un pensamiento moderno, ya que en la actualidad existen muchas costumbres e ideas que sería bueno eliminar por medio de información.

Incluso las propias mujeres se ponen límites, mediante pretextos, que si en casa no les enseñaron o en la escuela tampoco. Sin embargo, estos no son los únicos medios por los cuales una mujer puede y debe aprender técnicas para disfrutar su sexualidad, mientras haya un interés verdadero, ellas pueden investigar por sus propios medios temas de sexualidad.

Además se descubrió que las mujeres que habían tenido sólo una pareja sexual, tenían un bajo nivel académico, comparado con las otras participantes las cuales eran universitarias. En esto se refleja como las mujeres consideran malo el hecho de tener varias parejas sexuales y son más selectivas aun cuando su educación sexual y académica es limitada. Además estas mujeres son las que piensan que el tener varias experiencias sexuales le pertenece a los varones. Por el contrario, las otras dos participantes que eran universitarias, y que habían tenido más de una pareja sexual, mencionaron haber tenido una educación sexual amplia en casa y en la escuela, pues por el nivel educativo y las experiencias con sus parejas, conocían y aceptaban diferentes formas de practicar un acto sexual. Ellas dijeron aprender e investigar acerca de su sexualidad con algunas de sus parejas. El ambiente de pareja y sus encuentros sexuales son aspectos que pueden variar según las necesidades de cada mujer, es decir, hay mujeres que no involucran la manera en como se llevan con su pareja en otras actividades no sexuales con el acto sexual. Hubo participantes que se daban cuenta de que los hombres eran atentos con ellas, les pedían opiniones, eran detallistas, había comunicación entre ambos, sin embargo, durante la relación sexual eran egoístas, llevaban la relación ellos y no había comunicación. Aunque en la mayoría de los casos las mujeres no están conformes con esta separación en la forma de percibir al hombre, es una situación que soportan y generalmente callan. En mi opinión lo ideal sería que tanto en aspectos sexuales como no sexuales estuviera siempre presente la comunicación, para alcanzar un equilibrio en la relación de pareja. En muchos casos de parejas, la situación de desear el poder en la pareja y de poseerlo es uno de los principales motivos de conflicto, sin embargo, para algunas mujeres este hecho no afecta la percepción que se tiene de su pareja, es decir comentaron no sentirse mal y que lo veían como algo normal en los hombres. En esta cultura se

aprende que los hombres son fríos, fuertes, que no hablan acerca de sus malestares e inquietudes. Algunas otras mencionaron que sí les gustaría que las actitudes que el hombre tiene para hacer otras actividades no sexuales, también se vieran presentes durante el acto sexual, sin embargo una vez más no reportaron comentárselo a su pareja. Ahora bien, el temor a no ser considerada y reconocida por los demás, asimismo esconde la dificultad de considerarse y reconocerse a sí misma. Conocerse y considerarse en lo propio, hablar con la propia voz, para desde allí recibir la consideración de los otros.

Otras mujeres sí relacionan la manera en cómo se llevan con sus parejas y las actividades sexuales que tienen con ellas, dijeron sentirse diferentes, sentían que su pareja no estaba con ellas, que no estaba concentradas en lo que estaban haciendo durante el acto sexual, lo cual pasaba cuando las cosas no estaban bien, cuando hay estrés en el trabajo de ellos, y ellas no reciben una atención plena en el momento del encuentro sexual, sin embargo estas mujeres no mencionaron a sus parejas como se estaban sintiendo. La relación de pareja es probablemente una de las relaciones humanas más complejas pues involucra aspectos históricos, nuestras expectativas, necesidades, ideales, estilos de comunicación, etc. Al empezar una relación de pareja estos dos mundos se empiezan a mezclar y en muchos de los casos el acoplar estos factores no es fácil y se llegan a crear fuentes de conflicto (Montes, 2006). Esto es porque en nuestra cultura se enseña a la mujer a que complazca a su pareja, a que se calle, a que obedezca y aguante todo para que los demás estén bien aunque ellas no lo estén. “Están cautivas porque han sido privadas de autonomía vital, de independencia para vivir, del gobierno sobre sí mismas, de la posibilidad de escoger y de la capacidad para decidir sobre los hechos fundamentales de sus vidas y del mundo” (Lagarde, 1997). Sin embargo, hoy en día cada una de nosotras tenemos la oportunidad de cortar con este tipo de ideas y empezar a realizar lo que realmente deseamos, pensamos, y decirlo, para que por medio de la comunicación se llegue a una equidad de género.

Después se encontró la influencia que tiene la educación sexual, la relación de pareja con las actividades, sentimientos y pensamientos que tienen las mujeres

antes de tener un encuentro sexual. Por lo regular las mujeres buscan un lugar en donde se sentirán seguras, tranquilas y así podrán disfrutar plenamente el acto.

Una actividad que suelen hacer las mujeres con sus parejas antes de comenzar el acto sexual es ver películas o hacer de comer, esto es casi siempre a solas y muchas de estas actividades continúan poco tiempo después de terminar un acto sexual.

También, mientras están haciendo alguna de estas actividades, las parejas se tocan sus cuerpos, generalmente los genitales o en el caso de las mujeres los senos, como parte de estimulación para el siguiente paso, el acto sexual. El disfrutar del tocar y ser tocado es esencial para el placer sexual. Las caricias o masajes, aplicados a casi cualquier área del cuerpo, pueden producir excitación. Las regiones que son excitantes varían enormemente de persona a persona, dependen de cómo se siente uno en ese momento.

Por otro lado, las mujeres le dieron importancia a la erección y eyaculación, además al tiempo que el hombre dedica o permanece en el coito, así como el lugar en dónde éste se presenta y si hay o no variación en las posiciones sexuales. Uno de los factores importantes es el tiempo que se destine al acto sexual. En esta investigación se encontró que este hecho fue importante para que la mujer pudiera determinar, una vez que terminó el acto sexual, si éste había sido satisfactorio para ellas.

En nuestros días agitados, llenos de prisa y en lo que falta tiempo para todo, es común que el acto sexual se convierta en una especie de ritual que se practique algunas veces por semana, por quincena o incluso por mes (Alvárez, 1996). Sin embargo vale la pena pensar en las horas semanales que se pasa frente al televisor, tomando la copa con los amigos, platicando con una taza de café en la oficina, en desayunos, comidas o cenas y un sinnúmero de actividades que al final de cuentas pudieran muy bien reducirse. Hubo participantes que no les agradaban algunos encuentros sexuales, ya que los tenían estando presente en la casa algunos amigos o incluso la familia.

También, para que una mujer tome como satisfactorio un acto sexual, éste debe ser en espacio que a ella le dé confianza y que sepa que va a haber tiempo para

hacerlo, en especial si se trata de su primera experiencia sexual. Para ellas la primera vez significa exploración del cuerpo de su pareja y de ellas mismas, por ello es importante que haya tiempo para hacerlo, esto es porque la mujer se siente presionada social y moralmente cuando alguien más se encuentra cerca de ella en el acto sexual, lo que provoca que no ponga una total atención y pierda el sentido de disfrutar el encuentro con su pareja. Incluso algunas mujeres reportaron que lo anterior también le afecta al hombre, pues dijeron darse cuenta que en esas ocasiones él eyaculaba más rápido que en otras ocasiones. Todas estas cuestiones que tienen que ver con el tiempo dedicado y espacio al acto sexual, influyen en la conductas, pensamientos y sentimientos que tiene una mujer después de un acto sexual, pues de estos van a depender de las expectativas que ellas tengan del acto y qué tanto de esas expectativas se cumplen en él.

Dentro de las experiencias vividas por mujeres al iniciar un acto sexual está el compartir besos y caricias, esto funge como la base de la relación y se le da una importancia. Para ellas es satisfactorio que la relación sexual se acompañe de estas actividades. Los besos y caricias son herramientas fundamentales para que una mujer llegue a la excitación, incluso a un acto sexual pleno, ellas ven la relación no sólo como un instrumento para satisfacerse físicamente, sino también para complementar el enamoramiento y tener una experiencia agradable con su pareja, lo que las lleva a pensar que en los demás aspectos la relación funcionaría mejor.

Una de las posiciones que más utilizan las parejas durante el acto sexual, es la llamada el misionero, es aquella que el hombre está sobre la mujer y ambos se encuentran acostados, además de que es una de las preferidas por las mujeres, debido a que ellas casi no trabajan y por ende no se cansan, además de que así tienen contacto visual con su pareja. A las mujeres les gusta que su pareja las mire, que con la mirada las halaguen, les gusta tener un dominio en lo que están haciendo y mantenerlo como un recuerdo agradable. Además les agrada que durante el acto sexual escuchen palabras de cariño, además de recibir caricias y juegos tiernos, ellas dicen sentirse satisfechas y felices después de un acto sexual con estas actitudes.

Otra de las cosas que para algunas participantes fue satisfactorio es el hecho de que los hombres utilizaban objetos para juegos sexuales como son: sogas para las manos, vendas para los ojos, aceites para masajes, vino y comida. En la sociedad ciertos alimentos tienen fama de ser sustancias que comúnmente estimulan el apetito sexual. El alcohol, por ejemplo, en dosis reducidas puede aumentar o disminuir las inhibiciones, aunque las expectativas pueden influir en el comportamiento, sin embargo, a grandes dosis puede disminuir el deseo e incluso el orgasmo (Mc Caray, 1996).

Cuando las relaciones sexuales no son rutinarias y cada vez se experimentan cosas nuevas dentro de ellas, las parejas y en este caso las participantes reflejaron sentirse plenas en su vida sexual.

Cuando se inicia un acto sexual, se puede llegar a hablar de la forma en cómo cuidarán su salud e incluso un embarazo no deseado, por ello algunas mujeres son las que hablan con su pareja y piden que utilicen condón, en especial cuando se trata de un primer encuentro sexual o uno ocasional, cuando no es así, algunas veces esto ya está previsto por las parejas, y no es necesario decirlo, el hombre se levanta y se dispone a ir por el condón, debido a que en ocasiones no precisamente sexuales, las parejas negocian acerca de qué método anticonceptivo utilizarán en cada acto sexual. Es interesante darse cuenta cómo las mujeres son las que se preocupan por cuidar este aspecto, pareciera que a los hombres no les afecta el hecho de tener un hijo con su pareja cuando no lo desean, sin embargo, he notado en varias ocasiones que si se llega a presentar esta situación, los hombres son los más afectados, pues significa perder su libertad, pero entonces, cuál sería el motivo por el que los hombres o la mayoría de ellos no se responsabilizan en ello, creo que valdría la pena realizar un estudio que resolviera dicha incógnita, aunque estoy segura que en los resultados estaría, el ambiente sociocultural en el cual crecieron y la forma en cómo les enseñaron a ser responsables de sus actos, cosa que en nuestra sociedad, no es muy visto, pues tenemos el ejemplo de las madres que responsabilizan a las mujeres (hijas) en las cosas personales de sus hermanos. Aun en la actualidad las mujeres fomentan de manera importante una sociedad machista.

Puede haber peticiones acerca de la posición o forma en la que se está llevando a cabo el acto sexual, por parte de ellas, sin embargo, algunas mujeres no dicen nada verbalmente y dejan que su pareja dirija todo, otras refuerzan a sus parejas diciéndoles lo bien que se están sintiendo en ese momento. En nuestra cultura desde que somos pequeñas, nos enseñan que el hombre es quien toma las decisiones o la iniciativa de las cosas y nosotras sólo debemos callar y hacer lo que ellos nos dicen, aunque en la actualidad se ha ido decrementando esta conducta aún existen muchas mujeres que siguen estos patrones, de acuerdo a lo que ven en casa con sus padres o incluso lo que ven en los medios de comunicación como es la televisión. En las telenovelas estos patrones se repiten constantemente y las mujeres lo adquieren como una forma de admiración hacia algún personaje o alguna historia que tiene un final feliz. La televisión puede ser uno de los enemigos más temibles de la buena relación íntima y de la comunicación con la pareja (Alvárez-Gayou, 1996).

En la primera vez que se tiene un acto sexual se presentan algunos sentimientos como la pena, las mujeres guardan emociones, gritos, palabras. Y estas limitaciones persisten después del acto sexual. En los primeros actos sexuales, las mujeres prefieren que sus parejas las recuerden bonitas, calladitas y para ellas el hecho de gritar o decir palabras eróticas es significado de una mujer fea y mala, como les enseñaron en casa. Conforme pasan los actos sexuales, estos sentimientos se van expresando una vez que terminan y se busca la forma de que sea diferente en la próxima vez.

Según las participantes existen diferentes de experiencias durante el acto sexual con parejas estables y los encuentros ocasionales. Algunas mujeres comentaron que cuando se tienen actos sexuales con una pareja estable, todo es diferente comparado con los actos sexuales que son casuales: con las personas que son sus novios, ellas piensan que hay oportunidad de hablar después de un acto sexual y, con esto, de ir mejorando los encuentros sexuales. En los primeros, es decir, con la pareja, se encuentran inmiscuidos sentimientos, hay enamoramiento y confianza entre los miembros de la pareja, aspectos que son fundamentales para que una mujer se sienta satisfecha física y emocionalmente después de un

acto sexual y esto influya en su vida cotidiana. Sin embargo, otras mujeres piensan que en los encuentros ocasionales o con personas con las que no mantienen una relación de noviazgo, sus actos sexuales son más tranquilos. Porque no importa como estén emocionalmente o si volverán a tener algún acto sexual con esa persona y las exigencias de mejorar no están presentes todo el tiempo. De igual manera las mujeres no dan importancia a si en un encuentro sexual casual no se habla de ello después de él o si no reciben halagos por parte de los hombres, en comparación a la importancia que se le da a un acto sexual con su pareja. En ambos casos las mujeres hablan de los lugares en los que se presentaba el acto sexual y cómo cambian de alguna manera las condiciones de escenario. En el caso de un acto sexual ocasional, hubo mujeres que comentaron incluso tenerlo en el baño de algún bar, y en el caso de sus parejas los encuentros se presentaban en casa de alguno de los dos, para las mujeres el segundo de estos era más satisfactorio, debido al tiempo dedicado y los sentimientos encontrados en este. El buen sexo significa algo más que el número de orgasmos y la calidad de los mismos, la frecuencia del coito, las posiciones ensayadas o las técnicas empleadas. El mejor sexo no constituye tan sólo una simple respuesta física, sino una afirmación madura de amor (Mc Caray, 1996). En mi opinión, esta idea se ha ido eliminando en nuevas generaciones femeninas, pues ahora para un gran número de mujeres no está inmiscuido el amor cuando se refieren a un buen sexo, aunque estas mujeres no descartan el sentirse bien cuando éste se llega a combinar. En el caso de los hallazgos de esta investigación, nos podemos dar cuenta cómo las mujeres que están viviendo con su pareja dijeron ser importante el amor en el sexo, mientras que las que no lo estaban, habían tenido ambas experiencias en las cuales diversos estímulos intervenían en el buen sexo, además del amor.

Ahora veamos cómo es el acto sexual para las mujeres cuando hay problemas de salud o conflictos emocionales con sus parejas: Cuando se tienen actos sexuales estando enferma alguna de las dos partes, algunas veces cambian los planes entre ellos. Si iba a haber una separación después de terminar el acto sexual, no la hay, hay cuidados hacia la persona enferma por parte de la otra persona y en

algunas ocasiones se omite el decirse algo referente a lo sexual. Por ejemplo, en lugar de hablar cómo estuvo el acto sexual, se habla de cómo se siente la persona, en lo que refiere a su enfermedad o incluso se habla de otros temas como la escuela, la casa o el trabajo. O simplemente se quedan viendo una película abrazados una vez que se ha concluido el acto sexual.

Algunas mujeres consideran la menstruación como una enfermedad y mencionan que el hombre no las busca, espera a que ella se sienta preparada. Para el hombre el tema de la menstruación siempre ha sido algo prohibido para ellos, vergonzoso y en ocasiones prefieren no hablar del tema, de la misma forma para las mujeres este tema lo consideran como algo entre ellas y la mayoría prefiere evitar actos sexuales si están menstruando, por motivos de salud o higiene. Para la mayoría de las personas está previsto que durante la menstruación no se tienen actos sexuales, lo toman como una regla social.

Cuando las mujeres se enteran que en ocasiones anteriores su pareja le fue infiel o presienten incluso que estando con él, le está siendo infiel, no quieren ser tocadas, sienten que no están con ellas mentalmente durante la relación sexual, se comparan en algunas características de la otra mujer y se atormentan todo el tiempo con lo mismo, se sienten utilizadas. Algunas de ellas manifestaron callarse estos sentimientos y pensamientos, en el momento posterior al acto sexual, pues en este momento estos pensamientos y sentimientos se presentaron. Lo anterior es por miedo a que haya una separación de la pareja, en muchas ocasiones cuando el hombre se siente vigilado o acosado por reclamos de la mujer, tiende a abandonarla y a pesar de que no nos sentimos a gusto con lo que estamos sintiendo las mujeres lo callamos y hacemos de cuenta que no está pasando, sin embargo, aunque no lo decimos verbalmente, esos malestares se reflejan con las actitudes y es de ahí de donde vienen algunos conflictos y discusiones entre las parejas, en donde muchas veces el hombre ni siquiera está enterado de nuestros malestares y esto hace más difícil la solución del problema, debido a una falta de comunicación entre ambos.

Otra dificultad para disfrutar el acto sexual, es el hecho de que las parejas no duermen solas, es decir, comparten la habitación en la mayoría de los casos con

los hijos, cuando estas son casadas. Esto hace que se limiten por pena a que alguno de los pequeños pudiera darse cuenta u observara el acto sexual. Con esto la mujer se siente limitada y en ocasiones presiona al marido a solucionarlo de manera que tengan una habitación para los dos únicamente y puedan disfrutar de su intimidad. En este caso, de igual manera se limitan a hablar o hacer alguna otra actividad después del acto sexual, prefieren dormir una vez que ya acabaron, para no hacer ruido y evitar que despierten los demás ocupantes de la habitación.

En comparación del pensar y sentir de las mujeres cuando hay una infidelidad a una situación de pelea o discusión en la pareja, algunas mujeres mencionaron que el tener actos sexuales después de dicha discusión les sirve como reconciliación.

Pero en el transcurso de este análisis se han revisado cuestiones como la educación de la mujer, sus experiencias antes y durante el acto sexual sólo con una finalidad: identificar si estos aspectos influyen de alguna manera en las conductas, las experiencias y los significados que le dan al momento posterior de cada acto sexual.

Una vez que concluían un acto sexual, para las mujeres fue importante lo que su pareja les dijo. Pueden escuchar disculpas acerca del comportamiento que tuvieron mientras tenían el acto sexual, ellos preguntan a su pareja si les gustó y dicen palabras de cariño. Desde mi percepción para las parejas es importante saber que hicieron un buen trabajo en lo sexual y si no es así se busca la manera de mejorar en siguientes encuentros, con el fin de que la relación de pareja perdure producto de un interés y cariño hacia la persona. Esto para las mujeres es agradable, ya que como se mencionó, ellas buscan una continuidad en el aspecto sexual, y esto se refleja claramente al desear que su pareja las halague sobre lo que acaban de hacer o se interesen por saber cómo se sintieron mientras estaba pasando el acto sexual, además de seguir recibiendo caricias por parte de ellos. Sin embargo, de las participantes que no vivían con su pareja mencionaron que en ocasiones lo anterior no pasaba, ya que no había el tiempo suficiente para quedarse a platicar o realizar alguna actividad una vez que terminaba el acto sexual, pues alguno de los dos tenía que marcharse. El no comunicarse con la pareja acerca de lo que agradó o no en el último acto sexual, presenta

repercusiones en la forma de relacionarse entre sí, pues evidentemente si no hay comunicación para eso, no la hay en otros aspectos de su vida de pareja. Esta “vocación de servicio” a los demás, este centramiento en el dar afecto, lleva implícita la expectativa de igual retribución. Lo anterior, las mujeres en ocasiones no lo percibían por lo que no era grato, pues mencionaron no tener la oportunidad de decir algo, además de que en otras ocasiones ya no lo comentaban, algunas mujeres dicen que se sintieron bien, sin embargo no siempre es verdad y ocultan lo que realmente sienten o piensan. Como ya se mencionó en este caso la mujer busca hacer sentir bien a su pareja, por medio de halagos aunque ella no comparta esa sensación.

También los hombres hablan con su pareja de lo que les gustó, en cuanto al comportamiento de ellas, de cómo observaban su cuerpo, hablan de cómo se sienten físicamente e incluso comentan darse cuenta de que la mujer tuvo un orgasmo. A las mujeres les gusta escuchar qué le gusto a su hombre, en cuanto a su trabajo en el acto sexual, así pueden mejorar en los siguientes encuentros o simplemente se sienten halagadas por la forma en que el hombre se expresa de su cuerpo y de sus movimientos, sienten que están haciendo bien su trabajo en lo sexual. Como ya hemos visto la mujer busca todo el tiempo complacer al otro, aunque algunas veces esto no signifique complacerse a ellas mismas, “así nos enseñaron desde que éramos pequeñas, así nos hemos formado en nuestra cultura”. Pero, el hecho de que sea así no significa que se requiera un cambio en la forma de pensar que nos pudiera dar libertad de sentir y no querer sentir, dejando a un lado el placer del otro y dar importancia a nuestro placer.

Cuando las mujeres están cometiendo una infidelidad se quedan pensando en cómo lo hicieron, qué fue lo que las llevó a atreverse, en ocasiones es con sentimiento de culpa. En la mujer, la infidelidad, más que en el hombre, existe la necesidad de atención emotiva y de romper la soledad ante la reiterada ausencia física del hombre. Si hacemos un poco de memoria en las cosas mencionadas anteriormente, especialmente en el hecho de que la mujer no comunica sus malestares a su pareja, me parece que de ahí viene el hecho de sentirse solas y querer buscar a alguien, por no obtener lo que queremos, pero que tampoco

hablamos. En este aspecto, un dato interesante que se detectó, fue que las mujeres que cometieron infidelidades fueron las que tenían a su pareja, pero no estaban casadas, no vivían con ellos. Al contrario una de las mujeres que estaba casada comentó experimentar una infidelidad de su marido y otra que solía tener pensamientos y temores de una infidelidad por parte de la pareja. La manera en como aprendieron a comportarse, los roles que debían cumplir estas mujeres fue diferente en cada una. Me parece que dentro de ese aprendizaje está implícito la manera en como se debe comportar una mujer, una vez que adquiere un compromiso tan importante socialmente, como lo es el matrimonio. Así nos lo han culturalmente transmitido. El ser cariñosas, obedientes, solidarias y atentas a las necesidades de afecto de los otros, románticas y amables son entendidos como atributos del ser mujer, y por lo tanto nos definen como personas. Szasz, (1998)

Todo esto sin duda, tiene un impacto en las mujeres, en la manera de sentirse, pensar, actuar y significar sus actos sexuales una vez que terminan, y a su vez en la manera de desenvolverse en las demás actividades del de su vida.

Otras mujeres se quedan pensando en lo que acaba de pasar: que si les hicieron algo nuevo, que si fue mejor, incluso se quedan pensando en el tiempo que duró su pareja en el coito y lo comparan con otras ocasiones.

Existe diferencia en lo que se quedan pensando las mujeres después de un acto sexual, cuando éste es ocasional o cuando fue con una pareja con la que mantienen una relación estable, pues en el primer caso (acto sexual ocasional) sus pensamientos están inclinados a preocupaciones acerca de que si se cuidaron o incluso hay sentimientos de culpa, pues en algunos casos hay una infidelidad. En el segundo caso las mujeres piensan en lo que acaba de pasar, son muy analíticas en las cosas nuevas vividas con su pareja, o lo que escucharon, además de pensar en cómo mejorar para un siguiente encuentro sexual, cosa que en general no pasa en un acto sexual ocasional, pues casi siempre no hay sentimientos de por medio y por tanto no hay un interés por platicar, negociar acerca de las cosas agradables y desagradables. Algunas veces se sienten confundidas, arrepentidas, ya que tuvieron relaciones en un estado inconsciente, regularmente inmiscuido con el alcohol, comienzan a investigar con las personas

que estuvieron enteradas acerca de lo que pasó. Se sienten avergonzadas. Y cuando hay una infidelidad se sienten culpables. A las mujeres nos enseñan que el acto de tener más de una pareja sexual es inaceptable para la sociedad a diferencia de los hombres, que entre más parejas sexuales tengan es mejor visto por sus iguales e incluso por las mujeres mismas.

En otros casos, regularmente cuando hay problemas en la relación de pareja y acuerdo con la actitud que el hombre tiene durante el acto sexual, ellas se quedan sintiendo que no las quieren, sienten que ya no les hacen caso, se sienten solas, tristes y al mismo tiempo en este espacio se refleja que el acto sexual precedente no fue satisfactorio para ellas.

Al contrario de lo anterior, cuando la relación de pareja marcha de una manera agradable para ellas después de un acto sexual las mujeres sienten que su pareja forma parte más de ellas, sienten conocerlo más. También sienten que sus relaciones van evolucionando una con otra y de igual manera se refleja que en esos casos los actos sexuales son satisfactorios.

Es por eso que recalco la idea de que la percepción de la mujer de un acto sexual, depende en gran parte del estado emocional en el que se encuentre la pareja.

Otra de las cosas curiosas encontradas en esta investigación fue que algunas participantes dijeron que el sexo les sirve como relajación, pues terminaban olvidándose de todo estrés provocado en el día y sentirse descansadas. Entonces el tener una vida sexual saludable en todos los sentidos nos ayuda a desempeñar de una manera satisfactoria las demás actividades de la vida cotidiana, es parte de nuestra salud física integral. Y el poder analizar el espacio posterior al acto sexual nos ayuda a conocer el aprendizaje, la experiencia, las conductas sexuales, dando herramientas para trabajar mejor en actos sexuales posteriores en esas mujeres y en mujeres que están por comenzar una vida sexual activa.

Cuando las mujeres son capaces de enfrentar sus miedos, sus prejuicios e inseguridades, y se permiten re-pensar sus sentimientos y necesidades, se producen nuevas formas de relaciones humanas basadas en la comprensión y complementariedad.

CONCLUSIONES

El objetivo de esta investigación fue conocer las conductas, significados y experiencias en mujeres después del acto sexual, en dónde para mí fue importante indagar sobre los diferentes sucesos que se presentan después de un acto sexual. Debido a que la mayoría de los estudios sobre sexualidad ignoran este espacio, en donde a mi parecer se pueden encontrar herramientas para trabajar y obtener una vida sexual integral. Me parece que en el momento posterior al acto sexual está el resultado de una educación sexual influida por una cultura, de experiencias sexuales satisfactorias y no satisfactorias y de la forma en como se relacionan con la pareja en aspectos no sexuales. En este resultado también se encuentran deseos, miedos, culpas, satisfacciones personales, algunas veces expresadas y otras calladas por las mujeres.

En general en los resultados de esta investigación pude identificar que hay variedad, en la forma de vivir un momento posterior al acto sexual, pues dependiendo de las diferencias de género, de los roles que cumple una mujer y un hombre dentro de un acto sexual, cómo aprendieron a ser sexuales, qué creencias tienen acerca de la sexualidad, sus miedos y sentimientos. Ya que cada mujer vivirá este momento de acuerdo a su experiencia y al significado que le de.

Encontré que después de un acto sexual, por parte de las mujeres, puede haber reclamos, halagos, acuerdos, indiferencias, sentimientos negativos y positivos hacia la pareja, los cuales son resultado de las expectativas que las mujeres tienen antes de comenzar un acto sexual.

En los resultados presentados también se refleja en las mujeres ciertos cambios en cuanto a la forma de vivir su sexualidad, conforme aumenta el número de experiencias sexuales, sin embargo, se siguen reflejando patrones de generaciones pasadas en algunas de ellas. Se demuestra en el caso de las participantes que tuvieron más de una pareja, pues en esta investigación sólo fueron las mujeres que estaban solteras, en el caso de las mujeres casadas dijeron tener solo una pareja sexual. Curiosamente las mujeres que tenían

diversidad y más goce en su vida sexual fueron las mujeres solteras, quienes poseían un nivel más alto en cuanto a la educación sexual se refiere.

En las características de las participantes de esta investigación se buscaron mujeres heterosexuales que tuvieran una vida sexual activa, pues una de las cosas que se pretendió conocer en esta investigación eran las características del género femenino desarrolladas en su vida sexual y de pareja.

Se trabajó con un enfoque cualitativo, con el fin de comprender a las participantes dentro de un marco de referencia de ellas mismas, como lo menciona Taylor y Bogdan (1987). Además de que se facilitó reconocer las experiencias de una manera subjetiva, comprender y escucharlas desde una historia personal.

Usando el enfoque cualitativo obtuve ciertas ventajas, pues pude apartar mis propias creencias, perspectivas y predisposiciones. A partir de las diferentes experiencias que cada mujer, comprobando que de acuerdo a la situación, al ambiente, y a las experiencias de las mujeres a lo largo de su vida, darán resultados completamente subjetivos, pero de los cuales pueden dar ideas a nuevas investigaciones de perspectiva de género con la finalidad de trabajar profesionistas ocupados de la conducta humana, para mejorar la calidad de vida de los individuos.

Como instrumento utilicé la entrevista a profundidad, en la cual tenía encuentros cara a cara con mis participantes, proporcionándome datos diversos en contenido. Pues me parece, que una comunicación integral entre dos o más individuos, no solamente se basa en escuchar y hablar palabras, sino, también, en las expresiones faciales y corporales. Con estas entrevistas me podía dar cuenta del impacto que cada experiencia compartida había tenido para las mujeres, por medio de sus sonrisas, de sus miradas y del movimiento de su cuerpo.

Como se pudo ver con algunas de las participantes en las experiencias sexuales, esta indiscutiblemente la salud, ya que ésta dependió para tener una vida sexual plena. Pues lo anuncian Álvarez y Gayou en 1996: "la salud sexual es la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser humano sexual, en formas que sean enriquecedoras y realcen la personalidad, la comunicación y el amor.

También me pude dar cuenta en las entrevistas que cada mujer va desempeñando roles y que estos van cambiando en su trayectoria de vida y en los límites que se marca de acuerdo a su aprendizaje, a lo largo de la vida y el cual es cierto que mucho de eso lo impone una sociedad, pero me parece también que la mujer misma al aceptarlo como algo irremediable.

Es importante mencionar que de acuerdo a los resultados, no puedo generalizar la idea de que el equilibrio sexual es el final de una buena convivencia en todas las áreas, pues hubo participantes que aportaron lo contrario, aunque sí la mayoría de ellas aprobaron éste hecho, lo que me lleva a pensar que para una parte importante de mujeres influye la convivencia diaria con sus parejas en sus prácticas sexuales y al contrario, la forma de llevar a cabo los actos sexuales se refleja en la convivencia diaria con las parejas. Por tanto, el convivir y el compartir van a depender de un equilibrio sexual florido y placentero, para la mayoría de las mujeres, en especial, las mexicanas, debido a la cultura en la que estamos inmersos, en donde hemos aprendido que unos buenos sentimientos hacia la otra persona nos llevan a un mayor goce sexual, por lo que ya se había hablado, la influencia social, como por ejemplo, la televisión, en especial las telenovelas que son vistas más por mujeres que por los hombres. Lo cual me parece que debería romperse, en el sentido de que las mujeres dejáramos sentir y disfrutar por nosotras mismas y no por influencia de una sociedad, que muchas veces nos limita.

Después de un acto sexual, estuvo inmiscuida la comunicación tanto verbal como no verbal, se platica, se interpreta acerca de lo que acaba de pasar y en algunas ocasiones las participantes dijeron no hablar de esto con sus parejas, lo que impide el desarrollo de una sexualidad plena. A partir de esto, los desacuerdos sobre acceso o la disponibilidad sexual son la fuente común en conflictos de la pareja. También estuvo presente el sentimiento de culpa, en especial cuando las mujeres tenían relaciones sexuales con alguien más que sus parejas estables, esto para ellas hacía que el encuentro sexual no fuera del todo satisfactorio, incluso algunas mencionaron no recordarlo como algo significativo, pero es importante resaltar que este sentimiento no había nacido por la presencia o no de

una satisfacción sexual, sino, por la idea de haber hecho algo que esta mal visto por las demás personas.

Dentro de toda esta diversidad, se encontró que algunas parejas, después de que tenían un acto sexual se separaban y esto para una mujeres era algo normal, en especial se referían al comportamiento de hombre, argumentado que éste es frío y distante una vez que eyacula. Pareciera que para estas mujeres, lo mencionado anteriormente, es un patrón de conducta de los hombres, como una característica que los define y que los hace diferentes ante las mujeres. Es la necesidad de algunas mujeres de justificar cada comportamiento que los seres que aman, tienen hacia ellas y hacia las demás personas, no importando cuál sea este.

Uno de los factores que fue de mayor importancia en los pensamientos de las mujeres después de una acto sexual, es el tiempo que duraban éstas, pues algunas participantes mencionaron tener actos sexuales de corto tiempo, para algunas la prisa era un momento excitante, sin embargo, no dejaron a un lado la importancia de tener comunicación con sus parejas una vez que terminaran un acto sexual, pues mencionaron sentirse satisfechas cuando su pareja decía alguna palabra halagante hacia ellas. Además de las posiciones sexuales, pues ellas le dieron importancia a aquella en la que el hombre esta acostado sobre la mujer, pues les gusta tener contacto visual con su pareja, debido a que intervienen los sentimientos y de esa manera recuerdan a su amado, aunque ya no se encuentren en el acto. Se busca una satisfacción duradera, es decir al recordar los momentos gratos, las mujeres continúan sintiéndose amadas por sus parejas.

También hubo quienes estuvieron conscientes de tener ideas de la sexualidad limitadas, de acuerdo a su educación y mencionaron que esto era difícil de cambiar. El hecho de que las mujeres den se cuenta de sus pensamientos limitados hacia la sexualidad es una herramienta para llevarla a cabo de una manera diferente, de acuerdo a sus necesidades. Estas ideas dependían del grado académico en el que se encontraban. Sin embargo, el hecho de que las mujeres se den cuenta de sus pensamientos limitados hacia la sexualidad es una herramienta para llevarla a cabo de una manera diferente, de acuerdo a sus necesidades.

Un dato curioso de la investigación fue que para unas mujeres es importante que en casa se platique de sexualidad, en caso de no ser así, mencionaban haber aprendido solas y dejaban a un lado que seguramente formaron su aprendizaje por medio de otros medios como la escuela, amigos o sus mismas experiencias.

Por otro lado, para algunas mujeres el hecho de estar bien con su pareja no siempre se relacionó con lo sexual y para algunas otras, ambos influían en su relación de pareja.

Para ellas los besos, por ejemplo, fueron parte fundamental para iniciar un acto sexual, acompañados de caricias, además hay invitaciones verbales y no verbales por parte de ellas, insinuaciones, propuestas, deseos y sentimientos.

Se encontró que en la primera vez que una mujer tiene actos sexuales, se presentaban algunos sentimientos como la pena, ellas guardaban emociones, gritos y mencionaron que mientras más encuentros estos sentimientos se iban eliminando, debido a la confianza que se creaba con la pareja.

Pero existen diferencias cuando las mujeres mantienen un acto sexual con la pareja estable a un encuentro casual. En el primer caso ellas tienen la oportunidad de hablar e ir mejorando sexualmente y en el segundo caso es difícil que esto sea posible, ya que de acuerdo a la relación que se tenga con la pareja sexual y a la frecuencia de los actos sexuales con estas parejas, es como se va a dar importancia a mejorar un siguiente acto, si es que lo hubiera con la misma persona, de otra manera la experiencia de esa mujer serviría como aprendizaje para encuentros sexuales posteriores con diferentes parejas.

También estuvo presente el tema de la infidelidad, pues cuando las mujeres se enteran que su pareja les infiel, su sexualidad torna un giro en cuanto al significado que ellas le dan, generalmente evitan ser tocadas, se comparan pensando en la otra mujer y generalmente lo callan, haciendo de cuenta que no pasa nada. Lo anterior a diferencia de cuando sólo hay una discusión de pareja en las mujeres el sexo es mucho más placentero y funge como reconciliación.

Durante esta investigación aprendí como la educación sexual, las experiencias sexuales y el ambiente de pareja, es decir, como se relacionan día a día en sus

demás actividades, de alguna manera influye en los pensamientos, significados y actitudes que las mujeres presentan en el momento posterior al acto sexual.

Y desde mi perspectiva el conjunto de todos estos aspectos reflejados en el momento posterior al acto sexual de alguna manera describen a la mujer como persona sexual, esposa, pareja, novia, madre e individuo de una sociedad manipulante con su cultura y sus reglas. Esta investigación pudiera complementar a la mayoría de investigaciones sobre sexualidad enfocadas en los aspectos psicológicos en torno a un acto sexual y a las diferencias de género. Así mismo dar pauta a investigar todos estos aspectos en el hombre para complementar la vida sexual en pareja y llegar a una mejor calidad de vida.

Como ya lo había mencionado antes, es importante dejar en claro, a manera de proposición a nuevas investigaciones y técnicas educativas, que el aumentar difusión en información acerca de sexualidad llevaría como sociedad a vivir de alguna manera con una salud integral y con ello una mejor calidad de vida como familias y al mismo tiempo como individuos.

Y las mujeres darse cuenta de que a veces hay quejas de las diferencias de género y no se dan cuenta que muchas veces son ellas quienes marcan esas diferencias por medio de las siguientes generaciones.

Y por todo lo anterior, puedo decir, para terminar la investigación que existen diferencias en las experiencias, los significados y los comportamientos en mujeres, después de un acto sexual y que por tanto cada mujer vivirá su vida sexual y amorosa dependiendo de su historia, su cultura, educación y percepción que tenga de estas. Pero todos estos aspectos son herramientas trabajar en una vida sexual integra y satisfactoria.

REFERENCIAS

Abbate, F. (1993). *Sexualidad Conyugal*. Argentina: El Ateneo.

Alberoni, F. (1998). *El erotismo*. España: Godisa.

Alvarez - Gayou, J. (1990). *Elementos de sexología*. México: Mc Graw-Hill.

Alvarez - Gayou, J. (1996). *Sexualidad en la pareja*. México: Manual Moderno.

Barrerá, E. (2004). *Psicología y Género*. España, Madrid: Pearson. Prentince.

Bordieu, P. (2000). Una Imagen Aumentada. En: *La dominación Masculina*. España, Barcelona: Anagrama.

Bosh, F y Ferrer, P. (1999). El análisis de género: una revisión necesaria en psicología social de la salud. Revista de Psicología en línea (En red). Disponible en: Geogle pdf

Buss, M. (1996). La evolución del deseo. Revista de Psicología en Línea. (En red). Disponible en: Geogle, pdf.

Córdoba, D. (2005). *“Ellos y la vasectomía. Temores, precauciones, deseos y mitos de la sexualidad masculina”*. Tesis de Doctorado en Antropología e Historia. México. Escuela Nacional de Antropología e Historia.

Crussí, F. (2003). Una historia del cuerpo humano. *Letras Libres*, 4 (49)

Cruz, S. (2003). Los peligros del cuerpo. Revista de Psicología en Línea (En red). Disponible: Geogle, PDF.

- Dolto, F. (1982). El erotismo femenino. Su estructuración en la infancia. Sus manifestaciones en la mujer adulta. *Sexualidad Femenina*. Paris: Paidós.
- Eister, R. (1998). Placer Sagrado. *Nuevos caminos hacia el empoderamiento y el amor*. Viena: Cuatro vientos.
- Fromm, E. (1987). *Tener o ser*. (6ª ed.). México: Fondo de Cultura Económica.
- Hiriart, S. (2004). *Yo sexo, Tu sexo, Nosotros...* México: Grijalbo.
- Ilkharacan, P. (2007). Género y Sexualidad. Revista de Psicología. Revista de Psicología en Línea. (En red). Disponible en: Google, pdf.
- Lagarde, M. (1997). *Los Cautiverios de las Mujeres: Madresposas, Monjas, Putas, Presas y Locas*. México: UNAM.
- Lamas, M (2003). La antropología Feminista y La Categoría De Genero. *Libro de la Salud Sexual*. México: Universo.
- Leal, F. (2002). *El sexo nuestro de cada día*. Colombia: Grijalbo.
- López, I. (1983). Las primeras Actividades Sexuales: Lo que nos Dicen las Encuestas. *Armonía Sexual en la Pareja*. México: Universo.
- Mc Caray, (1996). *Sexualidad Humana. México D.F. El Manual Moderno*.
- Maccoby, Eleanor E. (2002). Identidad genérica y adaptación del rol sexual. En: Herrant A. Katchadourian. *La sexualidad humana: un estudio comparativo de su evolución*. México: Fondo de Cultura Económica, 229-240.

- Maltz, W. & Boss, S. (1997). *In the garden of desire: The intimate world of women's fantasies*. New York: Brodway Books.
- Montes, E. (2006). *Significados y experiencias de Hombres y Mujeres sobre Partes Corporales Placenteras en el Acto Sexual*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Tlalnepantla, Edo. De México.
- Szasz, I. (1998). Sexualidad y género: algunas experiencias de investigación en México. Revista de Psicología en línea. (En red). Disponible en: Geogle, pdf.
- Shibley, J. (1995). *Psicología de la mujer "La otra mitad de la experiencia humana"*. Madrid: Ediciones Motora.
- Shibley, J. & De Lamater, J. D. (2006). *Sexualidad Humana*. México: Mc Graw-Hill.
- Souza, M. (1996). *Dinámica y evolución de la pareja*. México: Manual Moderno.
- Tannen, D. (1991). *¡Yo no quise decir eso! Cómo la manera de hablar facilita o dificulta nuestra relación con los demás*. México: Paidós.
- Taylor, S. J. & Bogdan, R. (1987). Descubriendo Métodos. *Introducción a los Métodos Cualitativos*. España: Paidós.(133-151).
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1987). Presentación de los Hallazgos. *Introducción a los Métodos Cualitativos*. España: Paidós.. (179-187).
- Taylor, S y Bogdan, R. (1996) *Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación*. México: Paidós.
- Real, T. (2003). *¿Cómo puedo entender?* España, Barcelona: Editrends.

Valdéz, M. Sapién, S & Córdoba, D. (2003) *Significados de Satisfacción Sexual en Hombres y Mujeres de la Zona Metropolitana*. México, Revista de Psicología Social

Wainerman, C., Jelin, E. & Feijoo, M. (1983). *El deber y el hacer de las mujeres*. México: El colegio de México-Pispal.