

Taller
de salud sexual
y reproductiva
para madres
y embarazadas
adolescentes

Translation:
**Sexual reproductive
health for mothers and
pregnant adolescents**

PROGRAMA
PARA LA
PREVENCIÓN
Y ATENCIÓN
INTEGRAL DEL
EMBARAZO EN
ADOLESCENTES

Translation:
**Comprehensive Preven-
tion and Assistance
Program for Pregnant
Adolescents**

unicef 

unicef 

DIF



Note:

As far back as 1999 UNICEF was promoting radical sexuality to children of minor age

Coedición: DIF/UNICEF

Primera edición, 1999

D.R. © 1999, DIF Nacional
Av. Emiliano Zapata 340
Col. Santa Cruz Atoyac
México, D.F. CP 03310
Tel.: 5601-2222

D.R. © 1999, UNICEF-México
Reforma 645
Col. Lomas de Chapultepec
México, D.F. CP 11000
Tel.: 5202-3233

ISBN 968-826-002-9

Los puntos de vista expresados por los autores
no necesariamente reflejan aquellos
de los Programas de las Naciones Unidas.

Impreso en México/Printed in Mexico

Situaciones en las que se obtiene placer sexual

Sesión 6 Anexo 2

Situaciones en las que se obtiene placer sexual

Translation: Situations in which sexual pleasure is obtained:

La masturbación.

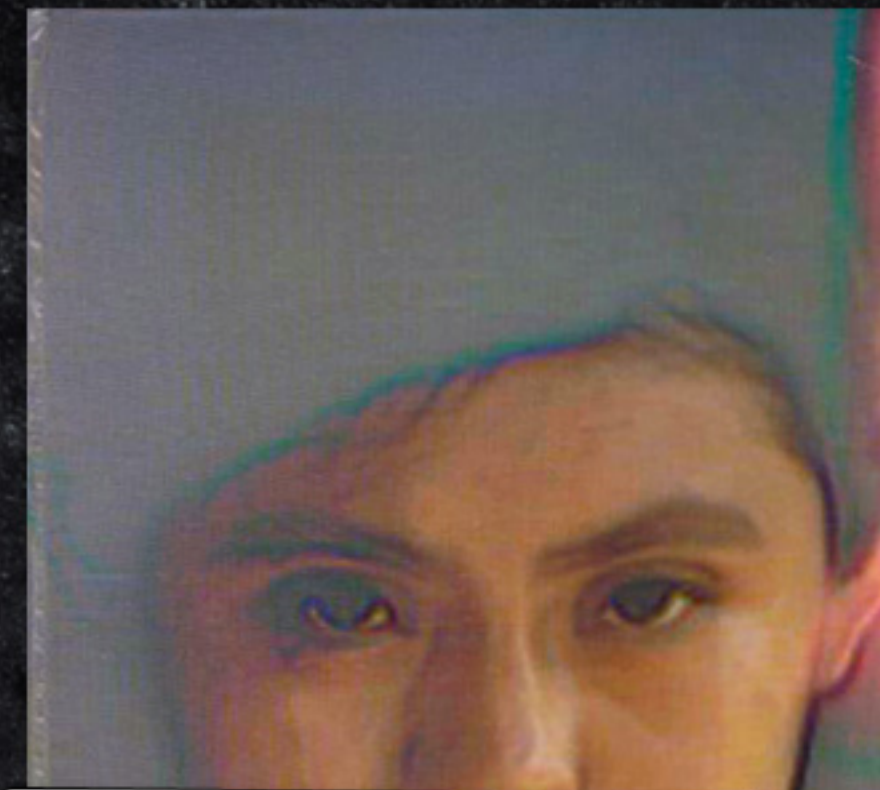
Translation: Masturbation

La relación sexual en pareja: **hétero, homo y bisexual**

Translation: Sexual relations with a partner – whether heterosexual, homosexual or bisexual.

La respuesta sexual dirigida hacia objetos no humanos, **animales**, personas menores o personas que no consienten: las parafilias.

*Translation: A sexual response that is directed toward inanimate objects, **animals**, minors, nonconsenting persons.*



Translation:

Sexual relations with a partner

Here we must insist there is no ideal or perfect relationship between two or several people except the one that gives us the most satisfaction and that which is adapted to our way of being and the lifestyle we choose. This is why we encounter many differences among women.

- Some women like to have relationships with men. And others with another woman.
- Some women like to have gentle relationships with much tenderness and affection while others like rougher, harder stimulation in order to enjoy sexual pleasure.

Por esto es importante que las mujeres, al aprender a tocarse sexualmente a solas, se vayan tranquilizando ante todas esas figuras, y logren hacerlas a un lado. Es importante que vayan sintiéndose cómodas con su cuerpo y quitándose sentimientos de vergüenza y culpa, sin tener que preocuparse en ese momento por la pareja, ante quien podrían sentir más tensión.

En ese sentido, el descubrimiento y goce de su propio cuerpo, ayuda a las mujeres, cuando tengan una relación sexual con una pareja, a encontrar formas de relación que le den más placer y estimulación.

Para las mujeres, el aprender a tocar su cuerpo es también una forma de cariño hacia éste, y les costará más a las que por su educación o por sus experiencias, hayan crecido pensando que su cuerpo es feo, o que no merece la pena. Aprender a masturbarse es aprender a quererse a una misma, a darse y a recibir de una manera especial.

Este tipo de experiencia no sustituye la experiencia sexual con una pareja, con la cual se pueden sentir toda una serie de sentimientos distintos, ya sea cariño, deseo, o la emoción de ser deseada. Se puede dar y recibir de distinta manera. Por esto, no hay que temer que las personas que se masturban se vuelvan por ello retraídas y solitarias.

Otro hecho es que hay niñas y niños que son ansiosos, tensos, o que tienen problemas de diferentes tipos, y que a veces canalizan su tensión sólo a través de la masturbación. El problema aquí no es que se masturban, sino que ésta sea su única manera de relajarse o de canalizar sus tensiones y no resuelvan realmente sus problemas. Cuando una niña o un niño son muy tensos y se masturban todo el tiempo, podemos tratar de fijarnos cuáles pueden ser las raíces de su ansiedad, y ayudarlo a resolverlas. Prohibirles masturbarse no hará sino agravar su tensión.

La relación sexual en pareja

Aquí también, tendríamos que insistir en que no hay relación ideal o perfecta entre dos o varias personas, sino aquella que nos dé más satisfacción y se ajuste más a nuestra forma de ser y a la forma de vida que queremos llevar. Por eso encontramos muchas diferencias entre las mujeres:

- A algunas mujeres nos gusta tener relaciones con un hombre, a otras con una mujer.
- A algunas nos gustan las relaciones en las que hay mucha ternura y caricias muy suaves; a otras nos gusta sentir más fuerza o mucha dureza en la estimulación, para disfrutar del placer.

- A algunas nos gusta tener una rutina y disfrutar de la idea de tener encuentros planeados con nuestra pareja; y a otras nos gusta más la relación espontánea, como sorpresa.

En todos los casos, sin embargo, es importante tener en cuenta algunas cuestiones. Por ejemplo, las siguientes:

Es central la libertad que tengan las dos personas para decir lo que quieren, y el respeto que tengan para colaborar con la otra persona en lo que les gusta a cada una.

Cuando solamente una de las personas puede decir lo que quiere y la otra no se atreve a decirlo o de nada sirve que lo diga, no se puede hablar de placer entre dos personas: En realidad, sólo una obtiene placer y somete; y la otra, no tiene placer y es sometida.

En las relaciones entre mujer y hombre, este caso es el más frecuente. El hombre es el que dice cuándo y cómo, y la mujer, en el mejor de los casos, acepta o no. En México, la mayoría de las mujeres, hoy por hoy, no se atreve a "negarse" a su marido porque siente que ésta es una de sus obligaciones principales, y porque además el hombre podría imponerse por la fuerza.

Por eso es fundamental dejar claro que solamente avanzando en tener una comunicación clara y en sentirnos libres y fuertes en la relación en su conjunto, nos ayudaremos a tener una mejor relación sexual con la otra persona.

En las relaciones lésbicas u homosexuales es menos frecuente que uno o una sea el dominante en todo momento, pero también puede darse, y de igual manera esto es un problema a la hora de hablar del placer en ambos.

En el terreno del placer, todo el cuerpo tiene capacidad de sentir y de ayudar a excitarnos sexualmente. La excitación no está reservada para nuestros órganos genitales.

Con estas costumbres, muchas mujeres, y no pocos hombres, siguen teniendo relaciones sexuales sin tocar el cuerpo de la otra persona. Solamente permiten que sus órganos genitales se toquen. Para muchas mujeres, el cuerpo del hombre es misterioso y desconocido, porque nunca han intentado recorrerlo con la mano, con la lengua, o de ninguna otra manera.

Las caricias son una parte muy importante en la búsqueda de placer.

El clímax y el orgasmo

Para que haya excitación y satisfacción tiene que haber un estímulo efectivo, es decir algo o alguien que nos despierte el deseo. Este es diferente para cada persona y puede ser de cualquier tipo: una fantasía, una mirada, la presencia de una persona, un olor o perfume, una caricia, un recuerdo,

Note:

Is this appropriate for adolescents?

Translation:
Climax and Orgasm

In order for an arousal and satisfaction to happen, there must be an effective stimulus,

which means something or someone to awake the sexual desire.

This is different for every person and could be of any type: a fantasy, a glance, a person's presence,

an odor or perfume, a (sweet) caress, a memory.

Por esto es importante que las mujeres, al aprender a tocarse sexualmente a solas, se vayan tranquilizando ante todas estas figuras, y logren hacerlas a un lado. Es importante que vayan sintiéndose cómodas con su cuerpo y quitándose sentimientos de vergüenza y culpa, sin tener que preocuparse en ese momento por la pareja, ante quien podrían sentir más tensión.

En ese sentido, el descubrimiento y goce de su propio cuerpo, ayuda a las mujeres, cuando tengan una relación sexual con una pareja, a encontrar formas de relación que le den más placer y estimulación.

Para las mujeres, el aprender a tocar su cuerpo es también una forma de cariño hacia éste, y les costará más a las que por su educación o por sus experiencias, hayan crecido pensando que su cuerpo es feo, o que no merece la pena. Aprender a masturbarse es aprender a quererse a una misma, a darse y a recibir de una manera especial.

Este tipo de experiencia no sustituye la experiencia sexual con una pareja, con la cual se pueden sentir toda una serie de sentimientos distintos, ya sea cariño, deseo, o la emoción de ser deseada. Se puede dar y recibir de distinta manera. Por esto, no hay que temer que las personas que se masturban se vuelvan por ello retraídas y solitarias.

Otro hecho es que hay niñas y niños que son ansiosos, tensos, o que tienen problemas de diferentes tipos, y que a veces canalizan su tensión sólo a través de la masturbación. El problema aquí no es que se masturban, sino que ésta sea su única manera de relajarse o de canalizar sus tensiones y no resuelvan realmente sus problemas. Cuando una niña o un niño son muy tensos y se masturban todo el tiempo, podemos tratar de fijarnos cuáles pueden ser las raíces de su ansiedad, y ayudarle a resolverlas. Prohibirles masturbarse no hará sino agravar su tensión.

Relación sexual en pareja

Aquí también, es importante insistir en que no hay relación ideal o perfecta entre una y varias personas, sino aquella que nos dé más satisfacción y se ajuste más a nuestra forma de ser y a la forma de vida que queremos llevar. Por eso encontramos muchas diferencias entre las mujeres.

- A algunas mujeres nos gusta tener relaciones con un hombre, a otras con una mujer.
- A algunas nos gustan las relaciones en las que hay mucha ternura y caricias muy suaves; a otras nos gusta sentir más fuerza o mucha dureza en la estimulación, para disfrutar del placer.

- A algunas nos gusta tener una rutina y disfrutar de la idea de tener encuentros planeados con nuestra pareja; y a otras nos gusta más la relación espontánea, como sorpresa.

En todos los casos, sin embargo, es importante tener en cuenta algunas cuestiones. Por ejemplo, las siguientes:

Es central la libertad que tengan las dos personas para decir lo que quieren, y el respeto que tengan para colaborar con la otra persona en lo que les gusta a cada una.

Cuando solamente una de las personas puede decir lo que quiere y la otra no se atreve a decirlo o de nada sirve que lo diga, no se puede hablar de placer entre dos personas: En realidad, sólo una obtiene placer y somete; y la otra, no tiene placer y es sometida.

En las relaciones entre mujer y hombre, este caso es el más frecuente. El hombre es el que dice cuándo y cómo, y la mujer, en el mejor de los casos, acepta o no. En México, la mayoría de las mujeres, hoy por hoy, no se atreve a "negarse" a su marido porque siente que ésta es una de sus obligaciones principales, y porque además el hombre podría imponerse por la fuerza.

Por eso es fundamental dejar claro que solamente avanzando en tener una comunicación clara y en sentirnos libres y fuertes en la relación en su conjunto, nos ayudaremos a tener una mejor relación sexual con la otra persona.

En las relaciones lésbicas u homosexuales es menos frecuente que uno o una sea el dominante en todo momento, pero también puede darse, y de igual manera esto es un problema a la hora de hablar del placer en ambos.

En el terreno del placer, todo el cuerpo tiene capacidad de sentir y de ayudar a excitarnos sexualmente. La excitación no está reservada para nuestros órganos genitales.

Con estas costumbres, muchas mujeres, y no pocos hombres, siguen teniendo relaciones sexuales sin tocar el cuerpo de la otra persona. Solamente permiten que sus órganos genitales se toquen. Para muchas mujeres, el cuerpo del hombre es misterioso y desconocido, porque nunca han intentado recorrerlo con la mano, con la lengua, o de ninguna otra manera.

Las caricias son una parte muy importante en la búsqueda de placer.

El climax y el orgasmo

Para que haya excitación y satisfacción tiene que haber un estímulo efectivo, es decir algo o alguien que nos despierte el deseo. Este es diferente para cada persona y puede ser de cualquier tipo: una fantasía, una mirada, la presencia de una persona, un olor o perfume, una caricia, un recuerdo,