

¿Qué entendemos por un enfoque basado en el placer? ¿En qué se traduce?

El placer como medida de agencia y empoderamiento

Por Arushi Singh y Anne Philpott

La definición de salud sexual de la OMS (2006) menciona que "...requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras..." Cuando las discusiones se limitan a los aspectos negativos de la sexualidad, se da a las personas una visión irreal del bienestar sexual como algo separado del placer sexual. También genera una desconexión en cómo las personas sienten y piensan sobre la sexualidad.

Fomentar discusiones sobre el deseo, el placer sexual y la confianza para negociar sexo consensuado y placentero, promueve el empoderamiento y también puede aumentar la confianza.

Foto por [Sharon McCutcheon](#) en [Unsplash](#)

Tú dices salud sexual, nosotros decimos placer: programas de sexualidad y salud positivos e inclusivos

El placer sexual sigue siendo un factor motivante sumamente significativo, si no el principal, para el comportamiento sexual ([Asociación Mundial para la Salud Sexual \(WAS\), 2008](#)). Existen tantas definiciones de placer sexual como existen personas en el mundo: es difícil de definir, se entiende de diversas maneras y, a menudo, tiene una base culturalmente distinta para cada persona. Sin embargo, todavía se asocia con la vergüenza, y la búsqueda del placer sexual suele posicionarse como una causa o contribuyente de enfermedades ([Anne Philpott, Arushi Singh, et al. 2017](#)). Normalmente, solo nos educan sobre lo que debemos evitar, como enfermedades o la muerte, en lugar de lo que podríamos aspirar a alcanzar.

Entender esta diversidad es fundamental para los programas enfocados en el placer. Los programas de salud sexual tienden a centrarse en transmitir mensajes sobre sexo más seguro con el objetivo de reducir la "toma de riesgos", asumiendo que los individuos toman decisiones sexuales "racionales" basadas únicamente en consideraciones de salud. Sin embargo, hay otros factores que afectan la toma de decisiones sexuales, incluyendo el género, la cultura, las nociones de intimidad y/o autenticidad, y el deseo ([Knerr, W y Philpott, A; 2012](#)). En general, el sector de la salud pública ha tratado el concepto de la sexualidad –o más específicamente, la actividad sexual– en gran medida en el contexto de la penetración pene-vagina con fines de procreación, o pene en ano o boca, mientras se ignora la amplia gama de otras actividades que las personas consideran sexuales o estimulantes.

Lo que está claro es que el placer sexual no siempre está directamente vinculado a la excitación o el orgasmo. Aunque las diversas formas en que las personas definen el placer sexual están poco investigadas y subreportadas, está claro que las nociones culturales de lo que constituye el sexo y lo que es placentero tienen implicaciones masivas para los programas efectivos de salud sexual, y el trabajo de prevención debe abrir un diálogo sobre cómo se entiende la regulación del placer sexual en diferentes culturas. Es importante considerar las concepciones del placer sexual si queremos tener programas de salud sexual centrados en el placer.

FOTO [mapeo global del placer

Directorio de organizaciones, programas, medios y personas que erotizan una sexualidad más segura
2da edición]

The Pleasure Project es una iniciativa de Taking Action for Sexual Health. Foto: © The Pleasure Project

Desde su fundación en 2004, [The Pleasure Project](#) ha estado tendiendo puentes entre el mundo de la salud pública y la industria del sexo, y ha estado devolviendo lo sexy al sexo más seguro. Es una organización internacional que imagina un mundo donde el sexo sea satisfactorio y seguro, con la misión de asegurar que 'el sexo seguro y placentero es una parte esencial de los programas de salud sexual'. The Pleasure Project ofrece formación, consultoría, investigación y publicaciones para consejeros de salud sexual, ONG y otros que quieran adoptar un enfoque más positivo hacia el sexo y basado en el placer en su trabajo. Nuestra caja de herramientas de formación sobre los [Secretos de Mezclar Placer con Prevención](#) está disponible para su uso en nuestro sitio web. También hemos creado un cuerpo de evidencia en torno al uso de mensajes basados en el placer para promover el sexo más seguro y prevenir el VIH, y tenemos [reconocimiento global](#) como 'la agencia' que defendió la inclusión del placer en los programas de salud sexual. The Pleasure Project está trabajando actualmente con la Asociación Mundial de Salud Sexual en una declaración de placer y salud que se lanzará en octubre de 2019 en su congreso mundial. Dada esta historia y el reconocimiento reciente entre varias organizaciones de salud sexual de la importancia y la necesidad de programas positivos hacia el sexo y basados en el placer, The Pleasure Project desarrolló una definición de trabajo de un enfoque basado en el placer.

Un enfoque basado en el placer es aquel que celebra el sexo, la sexualidad y la alegría y el bienestar que se pueden derivar de estos, y crea una visión del buen sexo basada en los derechos sexuales. Se centra en el placer sensorial, mental, físico y sensual para permitir que las personas comprendan, consientan y tomen control sobre sus propios cuerpos y deseos polifacéticos. El bienestar, la seguridad, el placer, el deseo y la alegría son los objetivos de un programa con un enfoque basado en el placer. Este enfoque mide el empoderamiento, la agencia y la autoeficacia, de acuerdo con si una persona está en condiciones de saber lo que quiere en relación con su sexualidad, deseos y placer, y puede pedirlo y exigir lo mismo de los demás.

Esta definición va más allá de un enfoque positivo hacia la sexualidad, que se ha definido como 'una actitud que celebra la sexualidad como una parte de la vida que puede aumentar la felicidad, aportando energía y celebración'. Los enfoques positivos hacia la sexualidad se esfuerzan por lograr experiencias ideales, en lugar de enfocarse únicamente en prevenir experiencias negativas. Al mismo tiempo, los enfoques de sexualidad positiva reconocen y abordan los diversos riesgos

asociados con la sexualidad, sin reforzar el miedo, la vergüenza o el tabú en torno a las sexualidades de las personas jóvenes ([IPPF 2016](#)). Aunque este es un enfoque importante para los programas de salud sexual, The Pleasure Project aboga por que los objetivos y metas más amplios de estos programas se centren en el placer como una medida de agencia y empoderamiento sexual.

FOTO [háblame sucio
poniendo en práctica la teoría del sexo seguro]
Foto: © The Pleasure Project

¡Derechos, placer, acción!

Aunque este campo continúa siendo poco investigado, la evidencia existente indica que la inclusión del placer en los programas de salud sexual conduce a un sexo más seguro, autoeficacia y empoderamiento entre las mujeres ([Scott-Sheldon, Lori y Johnson, Blair T.; 2006](#)). Los programas que incluyen temas como las normas de género, los aspectos psicológicos y sociales de la sexualidad, la orientación sexual, la expresión sexual y el placer, la violencia y los derechos y responsabilidades individuales, contribuyen al logro de objetivos en salud social y desarrollo, medios de vida, equidad de género, emancipación, comunicación y bienestar comunitario ([Vanwesenbeeck, J, et al. 2016](#)).

Existen conexiones entre el placer y la equidad de género, los derechos de las mujeres, la salud mental y el bienestar en general. Las normas comunes de género y sexualidad que presentan a las mujeres como pasivas e ignorantes dificultan que estas estén informadas sobre sexo, sexualidad y sexo más seguro. En muchas culturas y contextos, las mujeres están en riesgo de sufrir violencia u otras consecuencias negativas si se considera que ‘disfrutan demasiado del sexo’, porque esto pone en duda su virginidad o fidelidad. El enfoque en la ignorancia y la virginidad como ‘femeninas’ aumenta los riesgos, ya que mantiene a las mujeres desinformadas sobre la salud sexual, y esto a menudo se ve agravado por creencias y mitos erróneos sobre el sexo, como que los hombres pueden curarse del VIH al tener relaciones sexuales con una virgen. Cuando las mujeres sí informan sobre su propio placer, a veces se ignora porque no encaja en el estereotipo del mundo del desarrollo de las mujeres como víctimas pasivas del sexo. Por otro lado, cuanto más positivas son las personas sobre el sexo y la sexualidad (y su derecho o capacidad para experimentar placer sexual), más confianza tienen para practicar sexo más seguro. Existe evidencia de que las actitudes sobre el sexo y la sexualidad influyen en prácticas sexuales más seguras.³

Contamos con ejemplos documentados de organizaciones e individuos que han incorporado enfoques positivos hacia la sexualidad y basados en el placer en su trabajo ([The Pleasure Project; 2008](#)). Como se mencionó anteriormente, en los últimos años encontramos incluso más organizaciones, programas e individuos que están adoptando estos enfoques. The Pleasure Project ha reunido estos ejemplos en su ‘[mapa del placer](#)’ en línea, como recurso para la comunidad de práctica sobre el placer. Este mapa tiene ejemplos de todo el mundo, incluyendo el sur global.

Además de compilar recursos sobre enfoques basados en el placer, The Pleasure Project también está desarrollando una herramienta para medir qué tan bien se han implementado estos enfoques, su impacto y recomendaciones para mejorarlos. Esta herramienta está destinada a comprender y desglosar lo que se entiende por un entorno que es ‘positivo hacia la sexualidad’; qué papel juega ‘el placer’ en esto; qué se discute y cómo; cuáles son los factores de contexto que afectan esta discusión; y cómo se puede fortalecer el enfoque basado en el placer y positivo hacia la sexualidad. Los esfuerzos por utilizar el placer y el deseo como motivadores para un comportamiento sexual más seguro y la autoeficacia requieren una comprensión del placer sexual y el bienestar general construida de manera que sea útil para la investigación y los programas en una variedad de contextos. Conoceremos más cuando las organizaciones comiencen a implementar enfoques basados en el placer de calidad y a medir su impacto.

Nuestra visión es un mundo donde la norma para educación sexual, y los programas de salud sexual sea incluir al placer, y se reconozcan como la mejor práctica y efectivos.

Referencias

- WAS (2008) [Sexual Health for the Millennium: A Declaration and Technical Document](#), Minneapolis MN: World Association for Sexual Health

- [Philpott, A, Singh, A and Gamlin, J \(2017\) Blurring the Boundaries of Public Health: It 's Time to Make Safer Sex Porn and Erotic Sex Education, 'Sex Education in the Digital Era', IDS Bulletin Vol. 48 No. 1](#)
- [Knerr, W and Philpott, A \(2012\) Everything you wanted to know about pleasurable safer sex but were afraid to ask, Pathways of Women's Empowerment Research Programme Consortium | IDS Sexuality and Development Programme, UK](#)
- [IPPF \(2016\) Putting sexuality back into Comprehensive Sexuality Education: making the case for a rights-based, sex-positive approach, London: IPPF](#)
- [Scott-Sheldon, Lori and Johnson, Blair T. \(2006\) 'Eroticizing Creates Safer Sex: A Research Synthesis', Journal of Primary Prevention 27.6: 619-40](#)
- [Vanwesenbeeck, I, J Westeneng, T de Boer, J Reinders & R van Zorge \(2016\) Lessons learned from a decade implementing Comprehensive Sexuality Education in resource poor settings: The World Starts With Me, Sex Education, 16:5, 471-486, DOI: 10.1080/14681811.2015.1111203](#)
- [The Pleasure Project \(2008\) The Global Mapping of Pleasure: A directory of organisations, programmes, media and people who eroticize safer sex](#)

Arushi Singh es una defensora de los derechos sexuales y ha sido una Promotora del Placer para The Pleasure Project durante más de diez años. Ofrece consultoría técnica sobre sexualidad adolescente y juvenil, género y derechos, y enfoques positivos hacia la sexualidad y basados en el placer en la salud sexual en la región de Asia-Pacífico y el este y sur de África. [Correo electrónico](#)

Anne Philpott es una profesional de la salud pública, promotora del placer y 'guerrillera' para la prevención del VIH. Fundó 'The Pleasure Project' en 2004, frustrada por interminables reuniones sobre el VIH donde nadie hablaba sobre las motivaciones de las personas para tener sexo. [Correo electrónico](#)