

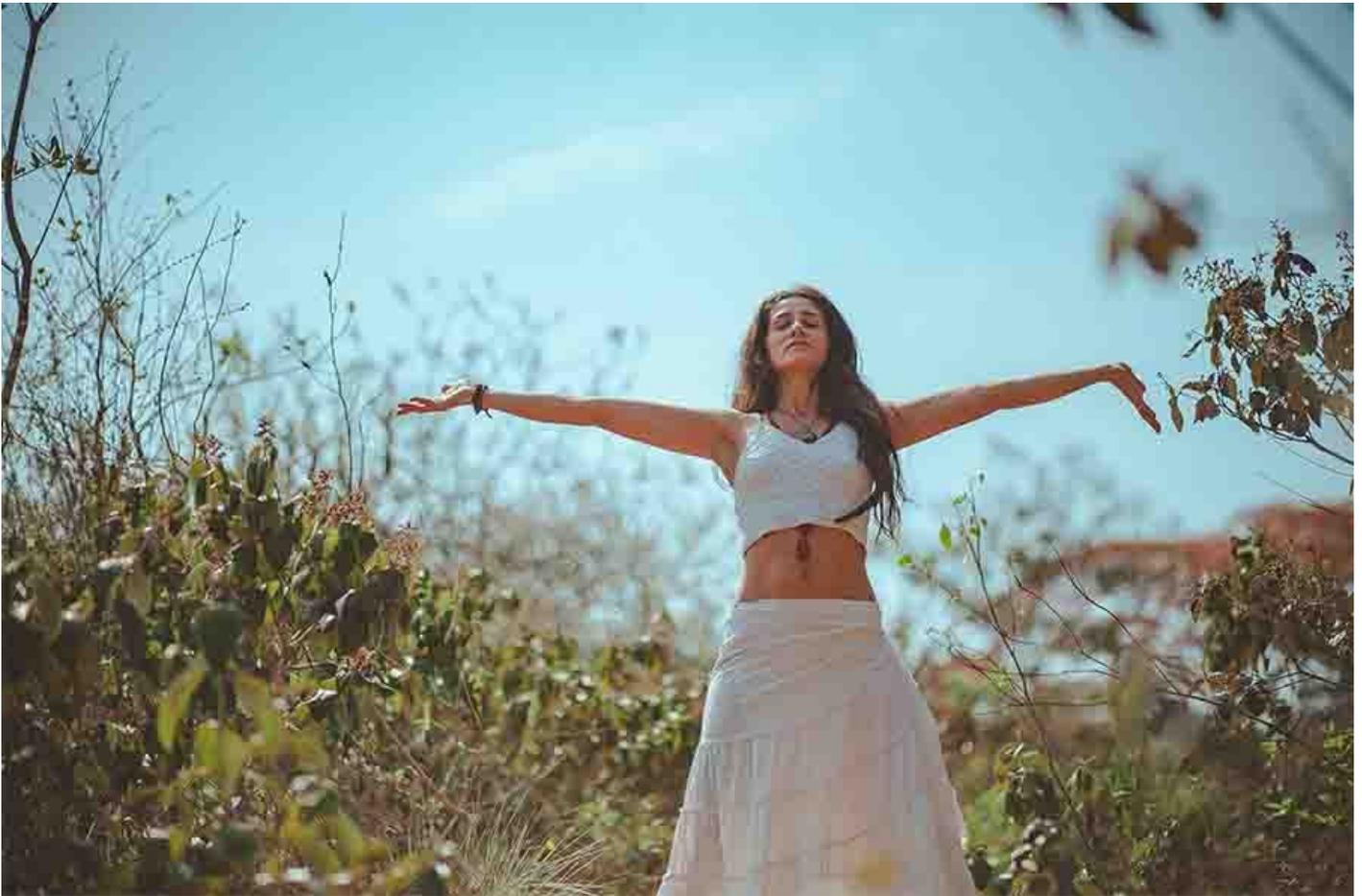
¿Que significa el término placer femenino? Experta Tec responde



Para responder a esta pregunta y profundizar en el tema, la **asociación Wo+Men** del Tec [campus Estado de México](#) organizó la plática “**Placer Femenino**” impartida por la doctora en Psicoanálisis y profesora de la institución, Clara Acevedo.

La conferencia tuvo lugar durante la **Semana TQueremos**, una iniciativa del **Tec de Monterrey** que tiene la finalidad de otorgar a los estudiantes y colaboradores un espacio en el semestre en el que se enfoquen a buscar un **equilibrio integral**.

*“Hablar de este tema es poner la cereza en el pastel, terminar esta semana de tanta reflexión pensando en el **autocuidado, el amor propio y todas las herramientas** que pretenden trabajar por nuestro bienestar y **generar plenitud en nuestra vida**”, comentó Clara Acevedo.*



width="900" loading="lazy">

Sexualidad, un tabú

El objetivo principal del evento fue conversar sobre un **tema tabú** que ha sido censurado por mucho tiempo, sobre todo en la vivencia de las mujeres: **la sexualidad**.

La doctora Acevedo invitó a las y los asistentes a **repensar el placer** a través de un ejercicio en el que respondieran las siguientes preguntas: ¿Qué historias, creencias y discursos rodean tu sexualidad? ¿Cómo describirías, en tres palabras, tu vida sexual hasta ahora?

En las respuestas de la audiencia predominaron las **expectativas, estereotipos y roles de género**, además de las palabras incomodidad, frustración e insatisfacción.

“Qué doloroso que todo lo que pensamos acerca del sexo tenga que ver con miedos, estigmas y creencias que lastiman. ¿A poco no pensar en unión, en disfrutar, tendría que ser algo bonito o enriquecedor?”, añadió.



width="900" loading="lazy">

Reproductividad, género, erotismo y vínculos afectivos

Según la especialista, esta **percepción dañina de la sexualidad** se debe a sesgos internalizados desde la infancia, que vulneran y limitan a los individuos, razón por la que resulta tan importante cuestionar lo que se nos ha enseñado.

“Todo eso que podemos escribir no es nuestro. Fue aprendido, fue impuesto, socializado. Pero así como algo se construye se puede deconstruir”, destacó.

Para lograr esto, Clara Acevedo propone que entendamos la sexualidad humana como un todo compuesto por cuatro holones: **reproductividad, género, erotismo y vínculos afectivos.**

El primero de ellos, la **reproductividad, es comúnmente asociada con la maternidad**, pero en realidad implica el potencial creador que tenemos como seres humanos, y solo una de sus dimensiones es la biológica.



width="900" loading="lazy">

Por su parte, el género invita a reflexionar sobre la **distinción binaria** que se ha creado culturalmente a partir de los genitales y los roles que se atribuyen de acuerdo a esto.

*“A las mujeres nos han dicho que tenemos que enamorarnos y con esto nos quitaron la posibilidad de **experimentar el placer de otras formas**. A los hombres les negaron la oportunidad de establecer vínculos afectivos, privándolos del cariño”,* enfatizó la profesora.

El **erotismo se refiere a la parte pasional**, en la que predominan los elementos fantasiosos, sentimientos y emociones; mientras que **los vínculos son las relaciones que deseamos establecer con otros**, así como lo que buscamos en ellas: seguridad, ternura, pertenencia, compromiso.



width="900" loading="lazy">

Por muchos años **se pensó que estas cuatro categorías eran excluyentes entre sí**. Pero, de acuerdo a la psicoanalista, entender que la sexualidad es una unidad con diferentes dimensiones es lo que nos ayudará a redefinirla.

*“**Recuerda que tu placer es tu historia**, y solo tú decides hacia dónde, cómo, cuándo y con quien. Vamos a re apropiarnos de lo que es nuestro, el cuerpo y el placer”, subrayó.*

¿Y cómo vivir mi sexualidad?

Clara Acevedo compartió con las y los presentes **cuatro pasos** que pueden tomar para **experimentar el placer de manera consciente y plena**. Hizo hincapié en que se trata de un proceso de construcción introspectiva que no sucede de la noche a la mañana.

1. **Experimentar:** Romper los tabúes y encontrar las preferencias personales.
2. **Cuestionar creencias:** Siempre ser críticos.
3. **No juzgarse a uno mismo o a los demás:** Ser pacientes y tolerantes, todos atravesamos un camino distinto.
4. **Habitar el cuerpo desde otros lugares:** Analizar la relación con nuestro cuerpo: ¿es sana la forma en la que nos relacionamos con él?

Por último, la conferencista resaltó **la importancia de mantenerse informados e informadas**, por lo que recomendó a tres autoras: Katherine Rowland, Silvina Valente y Laura Morán.

“Una mujer informada sabe que tiene derecho a sentir”, concluyó.

Encuentra el evento completo en la página oficial de [Wo+Men CEM:](#)

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN: