



Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Clínica

Construcción y experiencia del bienestar sexual en jóvenes

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Licenciada en

Psicología Clínica

Autora:

Rebeca Alejandra Rodas González

Directora:

María Verónica Serrano Crespo

Cuenca - Ecuador

2026

Dedicatoria

A mis padres, por creer en mí con un amor tan profundo que sostuvo incluso mis propias dudas, por ser siempre mi lugar seguro. A mis hermanos, por levantarme con su alegría cuando me faltaban fuerzas y regalarme calma cuando más lo necesitaba.

A mis abuelos, por su amor infinito, su luz y el orgullo que ven en mí. Todo lo que soy y este logro nace también de ustedes; con el alma entera, es para ustedes.

Agradecimiento

A mis docentes, por su guía, dedicación y compromiso a lo largo de este proceso. Gracias por compartir sus conocimientos con generosidad y acompañarme con paciencia en cada etapa. Su enseñanza ha sido fundamental en mi formación y culminación de este logro.

Agradezco también a la investigadora Lore Remmerie por brindarme la oportunidad de participar en el proyecto internacional en el que se enmarca esta investigación. Asimismo, expreso mi agradecimiento a Elena Monserrath Jerves por su guía y acompañamiento durante el desarrollo del proceso a nivel local.

Resumen

El bienestar sexual juvenil es una dimensión clave del desarrollo humano. Sin embargo, ha sido abordado históricamente desde enfoques centrados en el riesgo, dejando de lado perspectivas integrales que incorporen el placer, la autonomía y los derechos sexuales, lo que resulta especialmente problemático en contextos socioculturales donde persisten tabúes, desinformación y discursos restrictivos sobre la sexualidad. En este sentido, el presente estudio tuvo como objetivo general explorar cómo los y las jóvenes construyen y experimentan el bienestar sexual en la ciudad de Cuenca. Para ello, se desarrolló una investigación de enfoque cualitativo, de tipo exploratorio, enmarcada en la Investigación Acción Participativa Juvenil, con la participación de ocho jóvenes entre 18 y 25 años, utilizando la técnica de body mapping como herramienta principal de recolección de datos, cuyo estudio se realizó mediante un análisis temático. Los resultados evidenciaron que el bienestar sexual es comprendido como un fenómeno multidimensional que integra factores individuales, relacionales y socioculturales, destacando categorías como el autoconcepto; la comunicación y el consentimiento; la influencia del contexto social; la percepción corporal; el rol de la familia y la centralidad de los procesos mentales. Se concluye que el bienestar sexual juvenil no puede ser entendido desde una visión reduccionista, sino como una construcción dinámica y contextual, lo que subraya la necesidad de promover enfoques integrales basados en derechos que favorezcan experiencias sexuales saludables, autónomas y positivas.

Palabras clave: bienestar sexual juvenil, construcciones sociales, educación sexual integral, consentimiento, experiencias juveniles.

Abstract

Youth sexual wellbeing is a key dimension of human development. However, it has historically been addressed from risk-centered perspectives, neglecting comprehensive frameworks that include pleasure, autonomy, and sexual rights, which becomes particularly problematic in sociocultural contexts where taboos, misinformation, and restrictive discourses about sexuality persist, in this regard, the present study aimed to explore how young people construct and experience sexual wellbeing in the city of Cuenca. To achieve this, an exploratory qualitative study was conducted within a Youth Participatory Action Research framework, involving eight participants aged 18 to 25, using body mapping as the primary data collection technique, with data analyzed through thematic analysis. The findings revealed that sexual wellbeing is understood as a multidimensional phenomenon integrating individual, relational, and sociocultural factors, highlighting categories such as self-concept; communication and consent; sociocultural influence; body perception; family role and the centrality of mental processes. It is concluded that youth sexual wellbeing cannot be understood from a reductionist perspective, but rather as a dynamic and context-dependent construction, emphasizing the need to promote comprehensive, rights-based approaches that foster healthy, autonomous, and positive sexual experiences.

Keywords: youth sexual wellbeing, sociocultural construction, holistic sexuality education, consent, youth experiences.

Contenido

Resumen.....	4
Abstract.....	5
Introducción	8
Capítulo 1: Bienestar sexual: definición y alcance conceptual	10
Dimensiones constructivas del bienestar sexual	11
Derechos sexuales y bienestar	11
Influencias de las normas de género	12
Juventud como categoría sociocultural	12
Factores determinantes del bienestar sexual juvenil.....	14
Evidencia empírica y estudios comparativos	16
Estado del Arte.....	16
Capítulo 2: Metodología.....	21
Tipo de investigación	21
Objetivos	21
Objetivo general.....	21
Objetivos específicos	21
Participantes	21
Instrumentos.....	22
Análisis de datos	22
Procedimiento	23
Capítulo 3: Resultados	25
Autoconcepto y seguridad personal	25
Consentimiento, respeto y comunicación	27

Influencia sociocultural en la sexualidad.....	28
Imagen corporal y percepción del cuerpo.....	29
Influencia de la familia y la crianza.....	30
Centralidad de la mente en la experiencia sexual.....	32
Discusión.....	35
Conclusiones.....	41
Limitaciones y recomendaciones.....	41
Referencias.....	43

Introducción

La sexualidad juvenil ha sido abordada tradicionalmente desde enfoques centrados en el riesgo, con énfasis en la prevención del embarazo adolescente, las infecciones de transmisión sexual y otras conductas consideradas problemáticas. Este enfoque ha dejado en segundo plano aspectos positivos de la sexualidad, como el placer, el consentimiento, la comunicación, la autonomía y el bienestar sexual (BS). A pesar de su relevancia, la investigación sobre este último sigue siendo limitada, y no existe una definición única o universal del concepto. Diversos estudios coinciden en que el bienestar sexual es una construcción social influida por factores culturales y de género (Hensel et al., 2017; Lister et al., 2020), lo que evidencia la necesidad de seguir investigándolo en distintos contextos.

En Ecuador, los estudios sobre sexualidad juvenil se han centrado principalmente en la prevención del embarazo adolescente y las conductas sexuales de riesgo (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2013). Por esta razón, las experiencias positivas y los significados asociados al bienestar sexual han sido poco explorados. Esto limita la comprensión de cómo los jóvenes de 18 a 25 años viven su sexualidad y qué factores sociales y culturales influyen en su experiencia cotidiana, incluyendo el cuerpo, las emociones, el autocuidado y las relaciones interpersonales. Esta falta de conocimiento dificulta el diseño de políticas públicas y programas de educación sexual integral basados en evidencia local. Frente a este escenario, el presente estudio propone explorar el bienestar sexual juvenil desde un enfoque cualitativo y participativo, utilizando el body mapping como técnica de recolección de datos, ya que permite acceder a significados corporales y emocionales que no siempre emergen con métodos tradicionales.

Basándose en lo anteriormente mencionado, esta investigación está dirigida a responder la siguiente pregunta: ¿cómo construyen y experimentan los jóvenes de Cuenca el bienestar sexual dentro de sus contextos sociales y culturales?

El trabajo se organiza en varios apartados. Primero, se presenta el marco teórico, donde se abordan los principales conceptos relacionados con el bienestar sexual y los factores socioculturales que lo influyen. Luego, se describe la metodología, incluyendo el enfoque de investigación, los objetivos, los participantes, los instrumentos y el proceso de análisis. Posteriormente, se exponen los resultados, organizados en categorías que recogen las experiencias de los participantes. Finalmente, se presenta la discusión, donde estos hallazgos se interpretan en relación con la literatura existente.

Capítulo 1

Bienestar sexual: definición y alcance conceptual

El bienestar subjetivo se refiere a la forma en que una persona percibe y evalúa su propia vida, incluyendo la satisfacción en distintas áreas y el equilibrio entre emociones positivas y negativas (Diener, 1984). En este marco, el bienestar sexual puede entenderse como una expresión específica de este bienestar, ya que integra aspectos como el placer, la intimidad, la autonomía, el consentimiento, la seguridad y los derechos sexuales (Byers y Rehman, 2014; Lorimer et al., 2019). Sin embargo, no existe una definición única del concepto (Esquivel, 2019). Aun así, una de las referencias más utilizadas es la propuesta por la Organización Mundial de la Salud (2006), que define la salud sexual como un estado de bienestar físico, emocional, mental y social en relación con la sexualidad, más allá de la ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad.

La sexualidad como construcción social

La sexualidad no puede entenderse únicamente desde lo biológico, sino como una construcción social influida por el contexto cultural. Desde esta perspectiva, Michel Foucault (1978) plantea que las sociedades regulan los cuerpos, los deseos y las prácticas sexuales a través de distintos discursos y mecanismos de poder, definiendo qué comportamientos son aceptados y cuáles son rechazados. En esta misma línea, Jeffrey Weeks (2017) señala que la sexualidad se configura a partir de normas, instituciones y creencias colectivas que influyen en la forma en que las personas interpretan y viven sus experiencias. De este modo, la sexualidad se construye en la interacción entre lo individual y lo social, donde intervienen valores, expectativas y relaciones de poder que influyen tanto en el deseo como en los vínculos afectivos.

Dimensiones constructivas del bienestar sexual

El bienestar sexual se comprende como un fenómeno multidimensional que integra aspectos físicos, emocionales, mentales y sociales en relación con la sexualidad, tal como lo plantea la Organización Mundial de la Salud (2017). Diversos autores coinciden en que este concepto no se limita únicamente a la ausencia de enfermedad, sino que incorpora componentes psicológicos, sociales y culturales que influyen en la experiencia sexual (Hensel et al., 2017; Lister et al., 2020). En esta línea, algunos planteamientos señalan que el bienestar sexual va más allá de la salud sexual, ya que incluye también el placer y la satisfacción, lo que amplía su comprensión hacia un enfoque más integral (Mitchell et al., 2021).

A partir de esto, se han propuesto diferentes dimensiones del bienestar sexual. Entre ellas se encuentran el respeto sexual, la autoestima sexual, la comodidad en la experiencia sexual, la autodeterminación, la seguridad, la capacidad de afrontar experiencias pasadas y la resiliencia sexual (Lewis et al., 2024). Estas dimensiones permiten entender el bienestar sexual como un proceso complejo, influido tanto por factores personales como por el contexto en el que se desarrolla.

Derechos sexuales y bienestar

El bienestar sexual está estrechamente relacionado con el ejercicio de los derechos sexuales, entendidos como condiciones que permiten a las personas vivir su sexualidad de manera libre, informada y segura. De acuerdo con la International Planned Parenthood Federation (2008), estos derechos incluyen la autonomía para tomar decisiones sobre la propia sexualidad, el acceso a información veraz, la protección de la integridad corporal, la privacidad y la posibilidad de otorgar o negar consentimiento.

En esta línea, la UNESCO (2024) señala que el respeto y la garantía de estos derechos favorecen el desarrollo de relaciones íntimas basadas en el respeto mutuo, la seguridad y la toma de decisiones informadas. Considerar esta perspectiva permite analizar cómo los contextos familiares, educativos y socioculturales pueden facilitar o limitar el bienestar sexual juvenil, al influir en la autonomía, el acceso a información y la vivencia del placer.

Influencias de las normas de género

Las desigualdades de género influyen de manera significativa en la capacidad de los jóvenes para ejercer su autonomía sexual y tomar decisiones informadas sobre sus cuerpos y deseos. En este sentido, Sánchez-Fuentes et al. (2025) señalan que las normas sociales y los estándares de agencia sexual influyen en la forma en que las jóvenes perciben su comportamiento sexual y sus actitudes frente al consentimiento, evidenciando que los marcos normativos de género continúan condicionando la autonomía y la autopercepción sexual en contextos contemporáneos.

Estas normas generan desigualdades en torno al placer, el consentimiento y la libertad para expresar el deseo. Como resultado, algunos jóvenes pueden sentirse más habilitados para explorar su sexualidad, mientras que otros enfrentan restricciones, juicios sociales o silencios impuestos. En particular, los dobles estándares sexuales influyen en la forma en que las mujeres jóvenes interpretan su deseo, muchas veces vinculándolo a discursos de riesgo o control, lo que puede afectar negativamente su agencia y su bienestar sexual (Sánchez-Fuentes et al., 2025).

Comprender estas dinámicas permite analizar cómo las creencias socioculturales presentes en el contexto influyen directamente en el bienestar sexual juvenil, ya que actúan como marcos de referencia a través de los cuales los jóvenes interpretan sus experiencias íntimas y definen lo que consideran permitido, prohibido o posible en su vida sexual.

En este contexto, el bienestar sexual (BS) puede entenderse como un fenómeno multidimensional que integra componentes afectivos, cognitivos, sociales y conductuales, tales como la satisfacción, la autoestima, las creencias, el apoyo social y la negociación del consentimiento. Desde el modelo ecológico de Urie Bronfenbrenner (1979), el bienestar sexual se construye a partir de la interacción entre niveles individuales, interpersonales y comunitarios, lo que permite comprender la influencia de los entornos familiares, educativos y socioculturales en las experiencias sexuales juveniles.

De manera complementaria, el enfoque de capacidades propuesto por Martha Nussbaum (2000) plantea que el bienestar depende de las oportunidades reales que tienen las personas para desarrollar aquello que valoran. Aplicado a la sexualidad, esto implica reconocer las condiciones necesarias para ejercerla de forma libre, informada y digna.

Finalmente, el bienestar sexual no debe entenderse únicamente como un estado individual, sino como el resultado de estructuras sociales y culturales que pueden ampliar o restringir la agencia sexual, es decir, la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia sexualidad (Starrs et al., 2018). En este sentido, el BS se configura como una construcción dinámica y situada, en la que interactúan factores personales, relacionales y estructurales que influyen en la forma en que los jóvenes experimentan y significan su sexualidad.

Juventud como categoría sociocultural

La juventud no puede entenderse únicamente como una etapa del desarrollo biológico, sino como una categoría social y cultural influida por factores económicos, políticos y contextuales. En este sentido, Cuervo et al. (2021) señalan que la juventud debe comprenderse como una construcción situada, determinada por estructuras sociales, normas y experiencias individuales, lo que da lugar a formas diversas de vivir esta etapa. De manera similar, Wyn y

Cahill (2020) destacan que las experiencias juveniles están moldeadas por marcos culturales y expectativas sociales que influyen en la construcción de la identidad, el cuerpo y las relaciones. Estas perspectivas permiten analizar el bienestar sexual juvenil desde un enfoque contextualizado, reconociendo la diversidad de experiencias y evitando visiones universales.

En el caso ecuatoriano, la evidencia muestra que la sexualidad juvenil se encuentra influida por desigualdades educativas, desinformación y normas culturales restrictivas. Según UNICEF (2020), una proporción importante de adolescentes presenta acceso limitado a la educación sexual integral, lo que afecta su autoestima y la toma de decisiones en el ámbito sexual. De manera complementaria, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (2022) reporta que más de la mitad de los jóvenes considera que la familia no aborda abiertamente temas de sexualidad, lo que favorece la reproducción de creencias restrictivas en este ámbito. Estos elementos evidencian que el contexto sociocultural influye directamente en la forma en que los jóvenes comprenden y viven su sexualidad.

Factores determinantes del bienestar sexual juvenil

Los factores que influyen en el bienestar sexual juvenil operan en distintos niveles. En el plano individual intervienen aspectos como la autoestima, la imagen corporal, el conocimiento sobre la sexualidad y la regulación emocional. A nivel interpersonal destacan la calidad de las relaciones, la comunicación con la pareja y la capacidad de negociar límites y consentimiento. Por otro lado, en el nivel comunitario y estructural influyen las normas culturales, la educación sexual y el acceso a servicios de salud (Remmerie et al., 2021). En conjunto, estos elementos muestran que el bienestar sexual es el resultado de la interacción entre factores personales y contextuales.

En los niveles estructurales, la educación sexual constituye uno de los factores más relevantes, ya que influye no solo en la salud sexual, sino también en la forma en que se construye el bienestar sexual. Esto se debe a que la educación sexual incide en cómo se comprende, se expresa y se vive la sexualidad. En este sentido, Astudillo (2017), a partir de una revisión de 40 estudios en Latinoamérica, señala que la educación sexual se desarrolla en la intersección de factores políticos, científicos, religiosos y sociales, lo que evidencia su carácter profundamente contextual.

Diversos estudios han identificado la educación sexual como un predictor importante del bienestar sexual juvenil. La UNESCO (2024) señala que la educación integral en sexualidad contribuye al desarrollo de habilidades socioemocionales como la comunicación, la autoestima y la regulación emocional. De manera complementaria, Haberland y Rogow (2015) sostienen que los programas que incorporan enfoques de género y derechos favorecen una mayor autonomía sexual y experiencias más positivas en el ámbito afectivo y corporal.

Sin embargo, la educación sexual también puede estar mediada por discursos sociales que limitan su alcance. En algunos contextos, estos discursos pueden promover visiones restrictivas de la sexualidad, lo que influye en la forma en que los jóvenes la comprenden. Esto se evidencia en el estudio de Larsson et al. (2022), quienes, a partir de entrevistas, encontraron que muchos adolescentes interpretan la sexualidad principalmente desde el miedo al embarazo o a las infecciones de transmisión sexual, lo que refleja la predominancia de enfoques centrados en el riesgo.

Del mismo modo, Shoveller et al. (2004) destacan que las normas sociales y los discursos morales influyen en la percepción y vivencia de la sexualidad. Sus resultados muestran que estas presiones pueden generar sentimientos de vergüenza, culpa o temor al juicio social,

especialmente cuando las experiencias se alejan de lo considerado normativo. Estas emociones pueden afectar negativamente el bienestar sexual, al limitar la posibilidad de vivir la sexualidad de forma libre y coherente con el propio deseo.

En este contexto, la cultura cumple un papel central en la construcción de la sexualidad. Como señalan Jabareen y Zlotnick (2023), las creencias culturales influyen en la forma en que las personas desarrollan actitudes, prácticas y significados en torno a la sexualidad. No obstante, cuando estas creencias se basan en tabúes, estigmas o desinformación, pueden restringir el ejercicio de los derechos sexuales y dificultar el acceso a información adecuada (Titisari et al., 2025).

Finalmente, diversos estudios han asociado la ausencia de educación sexual integral y la presencia de estigmas con consecuencias negativas en la experiencia sexual. Entre ellas se encuentran conductas de riesgo, dificultades en la toma de decisiones y sentimientos de vergüenza o ansiedad frente a la sexualidad (Goldfarb y Lieberman, 2021; Dickson et al., 2023). Asimismo, estas condiciones pueden afectar la expresión de la identidad sexual y limitar el desarrollo de una vivencia positiva de la sexualidad (Azende, 2019; Park y Yang, 2024). En conjunto, estos hallazgos evidencian que los factores socioculturales son determinantes clave del bienestar sexual juvenil.

Evidencia empírica y estudios comparativos

En los últimos años, la investigación ha incrementado el interés por abordar el bienestar sexual desde perspectivas socioculturales, reconociendo que no puede entenderse únicamente desde enfoques individuales o biomédicos. En esta línea, De Meyer et al. (2021) realizaron un estudio comparativo entre jóvenes de Bélgica y Ecuador, evidenciando que factores estructurales como las políticas educativas, el acceso a servicios de salud y las instituciones sociales, junto con

factores culturales como normas y creencias, influyen en la forma en que los jóvenes perciben y viven su sexualidad. Estos resultados destacan la importancia de considerar la interacción entre lo individual y lo contextual.

Otros estudios han profundizado en dimensiones específicas del bienestar sexual juvenil. Por ejemplo, Higgins et al. (2023) analizaron la influencia de las normas de género en la experiencia sexual, mientras que MacGregor et al. (2021) y Burns et al. (2018) utilizaron metodologías como el body mapping para explorar la relación entre cuerpo, emociones y sexualidad. De manera complementaria, Vizheh et al. (2021) abordaron la medición del empoderamiento en salud reproductiva, y Koumba Maguena et al. (2025) examinaron los determinantes del comportamiento sexual en adolescentes, destacando la relevancia de factores culturales y sociales.

En cuanto a la medición del bienestar sexual, iniciativas como Natsal-SW (Mitchell et al., 2025) han desarrollado instrumentos que integran dimensiones como el respeto, la seguridad, la autoestima y la autonomía. Estos avances muestran que es posible evaluar el bienestar sexual desde un enfoque multidimensional. En América Latina, además, se ha señalado la necesidad de superar los enfoques centrados en el riesgo e incorporar perspectivas más integrales y basadas en derechos (UNESCO, 2024; De Meyer et al., 2022).

Por otro lado, las metodologías participativas han cobrado relevancia en el estudio del bienestar sexual juvenil. En particular, la Investigación Acción Participativa Juvenil (YPAR) ha demostrado ser una estrategia eficaz para incluir a los jóvenes como actores activos en la producción de conocimiento (Coakley et al., 2024). Este enfoque permite generar información más contextualizada y cercana a las experiencias reales de los participantes.

En esta misma línea, el body mapping se ha consolidado como una herramienta útil para explorar la relación entre el cuerpo, las emociones y la sexualidad. Estudios como los de Naidoo et al. (2021) y Brodyn et al. (2022) muestran que esta técnica facilita la expresión simbólica de experiencias que no siempre emergen en métodos tradicionales, favoreciendo procesos de reflexión y análisis desde la vivencia corporal.

En síntesis, la evidencia empírica muestra que el bienestar sexual juvenil es un fenómeno complejo que involucra dimensiones individuales, relacionales y socioculturales. Los estudios revisados coinciden en la importancia de integrar enfoques que consideren tanto los contextos culturales como las experiencias subjetivas de los jóvenes, así como el uso de metodologías que permitan comprender la sexualidad desde una perspectiva más amplia y situada.

Estado del Arte

El bienestar sexual es un concepto que ha adquirido mayor relevancia en la literatura en los últimos años, aunque no cuenta con una definición única. En general, se reconoce como un constructo que integra dimensiones como el placer, la autonomía, la satisfacción, la seguridad y la autoestima, las cuales se encuentran influenciadas por factores culturales y sociales (Hensel et al., 2017; Lister et al., 2020). En esta línea, algunos autores han cuestionado los enfoques tradicionales de la educación sexual centrados exclusivamente en el riesgo, señalando la necesidad de incorporar dimensiones relacionadas con la experiencia subjetiva y el placer (Hirst, 2013).

Desde esta perspectiva, la sexualidad puede entenderse como un fenómeno subjetivo influido por factores sociales, culturales y políticos. Esto implica reconocer que la forma en que las personas viven su sexualidad está mediada por su contexto. Por ejemplo, Aguilera et al. (2022), en un estudio con estudiantes universitarios, encontraron que, si bien los participantes

poseían conocimientos adecuados sobre sexualidad, persistían creencias morales y religiosas que influían en sus comportamientos, generando en algunos casos actitudes restrictivas.

De manera similar, Duarte et al. (2022), mediante grupos focales, identificaron que la educación sexual recibida por estudiantes presentaba limitaciones y sesgos de género, lo que afectaba la toma de decisiones. En la misma línea, Brito et al. (2023) evidenciaron que las mujeres jóvenes pueden experimentar situaciones de vulnerabilidad tanto en espacios públicos como privados, influenciadas por normas culturales que afectan negativamente su experiencia sexual.

En relación con la medición del bienestar sexual, Kågesten et al. (2021) analizaron distintas dimensiones como la libertad sexual, la violencia, la autoeficacia y la satisfacción corporal, encontrando diferencias en función del género. Estos resultados sugieren que los factores socioculturales y los estilos de crianza influyen en la forma en que se experimenta la sexualidad.

Asimismo, diversos estudios han analizado el impacto de factores sociales específicos en la experiencia sexual. Por ejemplo, Cedrún y Civila (2024) identificaron que las redes sociales pueden influir en la imagen corporal y en los roles de género, generando presiones que afectan la percepción de la sexualidad. De igual manera, Valdez et al. (2023) señalaron que el entorno familiar cumple un rol importante en la toma de decisiones sexuales, destacando la comunicación como un factor clave. Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Kaestle et al. (2021), quienes enfatizan la influencia de la comunicación familiar en el desarrollo sexual.

Finalmente, la literatura también ha mostrado que los factores socioculturales influyen en dimensiones específicas del bienestar sexual, como la satisfacción. En este sentido, Lentz y Zaikman (2021) encontraron que variables como los roles de género, la vergüenza sexual y la

asertividad influyen en la experiencia sexual femenina. De manera complementaria, Magallanes et al. (2021) evidenciaron que factores como el entorno social y las creencias religiosas pueden influir tanto en las conductas sexuales como en la resiliencia sexual. Asimismo, Kim y Shin (2022) señalaron que factores psicológicos y sociales, como la ideación suicida o el consumo de sustancias, pueden relacionarse negativamente con la experiencia sexual, lo que refuerza la necesidad de analizar la sexualidad desde un enfoque integral.

Capítulo 2

Metodología

Tipo de investigación

Fue un estudio exploratorio con enfoque cualitativo, enmarcado en la Investigación Acción Participativa Juvenil. Este tipo de investigación fue adecuado para explorar experiencias subjetivas y significados construidos socialmente, con la participación de los jóvenes como co-investigadores.

Objetivos

Objetivo general

Explorar cómo construyen y experimentan el bienestar sexual los jóvenes.

Objetivos específicos

- Identificar creencias, valores y prácticas socioculturales que inciden en la construcción del bienestar sexual entre los y las jóvenes de Cuenca.
- Examinar cómo dichas creencias, valores y prácticas socioculturales inciden en las experiencias, significados e interpretación que los y las jóvenes atribuyen a su bienestar sexual.

Participantes

Se utilizó un muestreo intencional mediante la técnica de bola de nieve. La muestra estuvo conformada por ocho participantes, distribuidos en cuatro hombres y cuatro mujeres, definida a partir del criterio de saturación de la información propio de los estudios cualitativos. La población estuvo compuesta por jóvenes de entre 18 y 25 años residentes en la ciudad de Cuenca.

Los criterios de inclusión fueron: tener entre 18 y 25 años, residir en Cuenca y manifestar disposición para reflexionar sobre su bienestar sexual. Como criterio de exclusión se consideró a aquellas personas que no otorgaron su consentimiento informado.

Instrumentos

Se utilizó la técnica de *body mapping* como instrumento principal de recolección de datos. Esta herramienta, de carácter visual y narrativo, permite representar experiencias personales y colectivas a través del dibujo del propio cuerpo, facilitando la exploración de la identidad, el cuerpo y la sexualidad (MacGregor et al., 2021; Burns et al., 2018).

Durante su aplicación, los participantes elaboraron sus mapas corporales y respondieron a preguntas orientadas a comprender cómo viven y significan su bienestar sexual. Esta técnica permitió generar información tanto simbólica como discursiva, aportando a la comprensión de las experiencias subjetivas de los participantes.

Análisis de datos

El análisis de los datos se realizó mediante un enfoque inductivo, partiendo de las expresiones de los participantes para la construcción de categorías y temas que permitieran comprender el fenómeno estudiado. Se empleó el análisis temático propuesto por Virginia Braun y Victoria Clarke (2006), reconocido por su flexibilidad y utilidad en estudios cualitativos.

El procesamiento de la información se llevó a cabo con el software ATLAS.ti, que permite organizar y analizar tanto datos textuales como visuales. El proceso de análisis siguió seis fases:

1. Familiarización con los datos, mediante la lectura y revisión de las transcripciones.
2. Codificación inicial, a partir de una codificación abierta.

3. Identificación de patrones y generación de temas.
4. Revisión de la coherencia entre los temas y los datos.
5. Definición y denominación de los temas.
6. Elaboración del informe final.

Para fortalecer la validez del análisis, se realizó triangulación de investigadores mediante sesiones de discusión con miembros del grupo HUMSEX, quienes aportaron como revisores externos en la interpretación de los datos.

Procedimiento

La presente investigación se desarrolló en el marco del proyecto internacional *Developing a comprehensive and inclusive measure for young people's sexual wellbeing: International participatory research with young people*, coordinado desde la KU Leuven y vinculado al trabajo doctoral de la investigadora Lore Remmerie.

A nivel local, el proceso contó con el acompañamiento de la Dra. Elena Monserrath Jerves, en calidad de investigadora invitada, responsable del proyecto en su componente en Ecuador.

Los datos obtenidos mediante la técnica de *body mapping* forman parte de este proyecto de investigación, sin embargo, el análisis y la interpretación presentados en este estudio responden específicamente a los objetivos de la presente investigación.

La investigación contó con el aval del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH), lo que garantizó el cumplimiento de los principios éticos para estudios con personas. Una vez obtenida la autorización, se contactó a los participantes mediante invitaciones voluntarias e informadas.

Posteriormente, se llevó a cabo la recolección de datos siguiendo los lineamientos metodológicos establecidos, asegurando la confidencialidad y el consentimiento informado de los participantes. Las sesiones fueron grabadas y posteriormente transcritas de manera literal para su análisis.

Finalmente, los datos fueron organizados y analizados mediante el software ATLAS.ti, siguiendo el enfoque de análisis temático propuesto por Braun y Clarke (2006). Este proceso permitió identificar categorías y temas relacionados con las experiencias y significados del bienestar sexual juvenil.

Capítulo 3

Resultados

En este capítulo se presentan los principales resultados obtenidos a partir del análisis temático de las entrevistas y de los ejercicios de *body mapping*. A partir del proceso de codificación, se identificaron seis categorías que permiten comprender cómo los jóvenes construyen y experimentan su bienestar sexual: autoconcepto y seguridad personal, consentimiento y comunicación en las relaciones, influencia sociocultural, percepción del cuerpo, influencia familiar y centralidad de la mente en la experiencia sexual. Estas categorías reflejan la interacción entre factores individuales, relacionales y socioculturales en la construcción del bienestar sexual.

Autoconcepto y seguridad personal

Los relatos de los participantes evidencian que el bienestar sexual se encuentra estrechamente vinculado con el autoconcepto y la seguridad personal. En las entrevistas, los jóvenes señalaron que sentirse bien con su sexualidad no depende únicamente de la relación con otras personas, sino que comienza con la relación que mantienen consigo mismos. La confianza personal, el respeto hacia el propio cuerpo y el amor propio aparecen de manera recurrente como condiciones necesarias para experimentar la sexualidad de forma positiva.

Uno de los participantes explicó que el bienestar sexual comienza con la capacidad de valorarse personalmente antes de establecer vínculos íntimos con otras personas. En su relato, enfatiza la importancia de la confianza y del amor propio como base para el bienestar:

“Lo que una persona necesita para sentirse bien es creo que lo principal la confianza en sí mismo... porque si tú no confías en ti mismo no vas a poder compartir tu intimidad con alguien más. Yo creo que lo principal es eso, amarte a ti mismo, sentirte bien contigo mismo, porque si

no te sientes cómodo contigo mismo tampoco te vas a sentir cómodo con otra persona.”

(Participante 4)

En una línea similar, otro participante relacionó el bienestar sexual con el respeto hacia uno mismo y con la seguridad personal al momento de compartir la intimidad con otra persona:

“Respeto a sí mismo... porque cuando estás seguro de ti mismo puedes compartirlo con otra persona sin sentir vergüenza o inseguridad. Creo que eso es importante para poder tener una relación sana.” (Participante 7)

El participante 3 también resaltó la importancia del autoconocimiento en la construcción del bienestar sexual, señalando que comprender las propias emociones y necesidades permite tomar decisiones más conscientes respecto a la sexualidad:

“Creo que también es importante conocerse a uno mismo... saber qué te gusta, qué no te gusta, qué cosas te hacen sentir cómodo o incómodo. Porque muchas veces las personas hacen cosas solo por presión o por lo que dicen los demás, pero cuando uno se conoce mejor puede decidir mejor sobre su vida sexual.” (Participante 3)

Estos relatos muestran que los participantes comprenden el bienestar sexual como un proceso que comienza con la autoaceptación y la valoración personal, donde la seguridad en la propia identidad y en el propio cuerpo facilita la construcción de relaciones sexuales saludables.

Consentimiento, respeto y comunicación

Otra dimensión central del bienestar sexual identificada en el análisis es la importancia del consentimiento y la comunicación dentro de las relaciones. Los participantes coincidieron en que la sexualidad saludable se construye a partir del respeto mutuo, la capacidad de expresar deseos y límites, y la posibilidad de sentirse escuchados dentro de la relación.

Uno de los participantes resumió esta idea al mencionar que el consentimiento constituye un elemento indispensable en cualquier relación sexual:

“Yo creo que educación, amor y... consentimiento. Porque si no hay consentimiento ya no es algo sano. Las dos personas tienen que estar de acuerdo, tienen que sentirse cómodas con lo que está pasando.” (Participante 8)

Además del consentimiento, los participantes destacaron el papel fundamental de la comunicación en la construcción del bienestar sexual. En este sentido, la comunicación es entendida como un medio para expresar preferencias, establecer límites y negociar las dinámicas de la relación.

Por ejemplo, uno de los participantes explicó que la comunicación verbal cumple un rol central en la capacidad de decidir sobre la propia sexualidad:

“Mi boca... porque es con lo que me comunico, donde digo si quiero o no quiero, donde puedo expresar lo que siento o lo que pienso. Si no puedes hablar de esas cosas con la otra persona es muy difícil que haya bienestar en la relación.” (Participante 4)

El participante 3 también destacó que la comunicación permite evitar malentendidos dentro de las relaciones sexuales:

“La comunicación es importante porque muchas veces las personas no dicen lo que realmente quieren o lo que realmente sienten. Entonces hablar ayuda a que las dos personas sepan qué está pasando y puedan sentirse más tranquilos dentro de la relación.” (Participante 3)

En el caso de otra participante, el bienestar sexual está estrechamente relacionado con sentirse escuchada y considerada dentro de la relación:

“Yo creo que sobre todo el ser escuchada... porque quiero estar a gusto, así como ellos están a gusto. Si no hay esa escucha o esa comprensión entonces no hay bienestar en la relación.” (Participante 6)

Estos relatos evidencian que el bienestar sexual se construye dentro de dinámicas relacionales donde la comunicación, el respeto y el consentimiento adquieren un papel fundamental.

Influencia sociocultural en la sexualidad

El análisis también revela que los jóvenes reconocen la influencia de diversos factores sociales en la forma en que viven y comprenden su sexualidad. En particular, las redes sociales, el internet y los discursos culturales sobre el cuerpo y las relaciones aparecen como elementos que influyen en las expectativas y percepciones sobre la sexualidad.

Uno de los participantes señaló que internet puede funcionar simultáneamente como una fuente de información y de desinformación sobre temas relacionados con la sexualidad:

“En internet puedes encontrar muchas cosas... hay videos educativos donde explican temas de sexualidad, pero también hay contenido que solo busca generar morbo o que muestra cosas irreales. Entonces depende mucho de qué información consume cada persona.”

(Participante 8)

Otro participante mencionó que las redes sociales generan expectativas poco realistas sobre el cuerpo y las relaciones:

“Las redes sociales... dan expectativas altas e imposibles. Muchas veces muestran cuerpos perfectos o relaciones perfectas que no existen en la vida real, y eso hace que algunas personas se sientan mal con su propio cuerpo o con su vida.” (Participante 4)

En una reflexión similar, el participante 3 señaló que las redes sociales pueden influir en la manera en que los jóvenes comparan su vida con la de otras personas:

“En redes sociales ves muchas cosas que parecen perfectas, como parejas felices o personas con cuerpos ideales. Entonces a veces uno empieza a compararse y piensa que su vida no es tan buena como la de los demás.” (Participante 3)

Estos testimonios reflejan que el entorno digital influye significativamente en la construcción de expectativas sobre el cuerpo, las relaciones y la sexualidad.

Imagen corporal y percepción del cuerpo

La relación entre imagen corporal y bienestar sexual aparece de manera recurrente en las narrativas de los participantes. El cuerpo es percibido como un elemento central en la experiencia de la sexualidad, ya que puede generar tanto seguridad como inseguridad dependiendo de las experiencias personales y de los comentarios del entorno social.

Algunos participantes señalaron que los cambios físicos asociados al ejercicio influyeron positivamente en su autoestima y en la forma en que perciben su propio cuerpo.

“Cuando hacía ejercicio... veía cómo se transformaba mi cuerpo. Eso me hacía sentir mejor conmigo mismo porque veía cambios y me sentía más seguro.” (Participante 4)

Otro participante expresó que el desarrollo físico le permitió sentirse más seguro de su identidad:

“Me dejé de ver como un guambra y ya me vi más como un hombre. Creo que eso influyó en cómo me sentía conmigo mismo.” (Participante 1)

Sin embargo, también emergieron experiencias relacionadas con críticas sociales hacia el cuerpo.

“Me dijeron que tenía ‘brazos de hombre’... y es muy feo eso porque te hacen sentir mal con tu cuerpo.” (Participante 6)

El participante 3 también reflexionó sobre cómo las comparaciones sociales pueden afectar la percepción corporal:

“A veces uno se compara con otras personas y siente que no tiene el mismo cuerpo o la misma apariencia. Eso puede afectar cómo te sientes contigo mismo.” (Participante 3)

Estos relatos evidencian que la percepción corporal se construye tanto desde la experiencia personal como desde las interacciones sociales.

Influencia de la familia y la crianza

La familia aparece como un actor relevante en la construcción de significados sobre la sexualidad. En las entrevistas, los participantes señalaron que las formas de crianza, la comunicación familiar y las actitudes de los padres influyen significativamente en la manera en que los jóvenes comprenden su sexualidad y desarrollan sus valores en torno a ella. En este sentido, los relatos muestran que la familia puede funcionar tanto como un espacio de aprendizaje y apoyo como un espacio donde se generan tensiones o conflictos en torno a estos temas.

Algunos participantes describieron experiencias familiares caracterizadas por apertura y confianza, lo cual facilitó el desarrollo de una relación más segura con la sexualidad. En estos

casos, la comunicación con los padres permitió abordar dudas y recibir orientación durante el proceso de crecimiento.

Uno de los participantes explicó que haber crecido en un entorno familiar con actitudes más abiertas le permitió desarrollar mayor autonomía en la toma de decisiones relacionadas con su vida personal:

“Mis padres eran bastante liberales... no eran de los que te prohíben todo o te juzgan por cualquier cosa. Más bien me dejaban tomar mis propias decisiones, pero siempre conversábamos sobre las consecuencias de lo que uno hacía. Creo que eso me ayudó a tener más confianza para hablar de estos temas y para tomar decisiones por mí mismo.” (Participante 4)

De manera similar, otro participante destacó que la educación familiar fue clave para comprender mejor la sexualidad y para poder abordar estos temas con mayor naturalidad.

“La crianza influye bastante... porque cuando tu papá o tu mamá te explican cómo son las cosas, uno puede entender mejor. No es lo mismo aprender por internet o por los amigos que aprender en tu casa, donde te explican con más confianza.” (Participante 1)

Sin embargo, también emergieron experiencias familiares en las que la sexualidad estuvo asociada a sentimientos de culpa o juicio moral. En estos casos, los participantes describieron situaciones en las que compartir experiencias personales generó conflictos o reacciones negativas por parte de los familiares.

Una de las participantes relató una experiencia en la que se sintió responsabilizada por una situación relacionada con su vida sexual:

“Cuando se lo conté, me culparon a mí... fue como si todo hubiera sido mi responsabilidad. En ese momento me sentí muy mal porque esperaba comprensión, pero más bien sentí que me juzgaban.” (Participante 6)

Centralidad de la mente en la experiencia sexual

Finalmente, otra dimensión que emergió de manera recurrente en las entrevistas es la idea de que la sexualidad no se experimenta únicamente desde el cuerpo, sino también desde los procesos mentales y emocionales. Los participantes señalaron que pensamientos, emociones, inseguridades y percepciones personales influyen significativamente en la forma en que viven su sexualidad y en la manera en que interpretan sus experiencias.

En este sentido, varios participantes mencionaron que el bienestar sexual está estrechamente vinculado con la forma en que cada persona piensa sobre sí misma, sobre su cuerpo y sobre sus relaciones. Las inseguridades, los temores o las preocupaciones pueden afectar directamente la forma en que se vive la intimidad.

Uno de los participantes expresó esta idea de forma clara al señalar que la experiencia sexual está profundamente vinculada con los pensamientos y la forma en que cada persona interpreta sus experiencias:

“Todo está en tus pensamientos y en tu mente... porque si tú estás pensando demasiado en lo que puede salir mal o en lo que la otra persona va a pensar, entonces no puedes disfrutar realmente el momento. Muchas veces uno mismo se pone esas barreras.” (Participante 4)

En una reflexión similar, otro participante señaló que muchas de las dificultades relacionadas con la sexualidad no provienen necesariamente del cuerpo, sino de los pensamientos o inseguridades personales.

“Creo que es más mental, físico no... porque muchas veces el problema no es el cuerpo, sino lo que uno piensa sobre sí mismo o sobre la situación. Si estás nervioso o inseguro, eso influye mucho.” (Participante 7)

Tabla 1*Principales categorías*

Categoría	Subcategorías	Evidencias
Autoconcepto	Amor propio, autoestima	Confianza en sí mismo, respeto personal
Relación	Consentimiento, comunicación, respeto	Escuchar a la pareja, expresar límites
Influencia social	Redes sociales, pornografía, normas culturales	Expectativas irreales sobre el cuerpo
Imagen corporal	Seguridad física, inseguridades corporales	Musculatura, abdomen, apariencia
Familia	Crianza, valores, educación sexual	Apertura familiar, culpa
Dimensión mental	Pensamientos, emociones	Sexualidad vivida desde la mente

Los resultados obtenidos permiten comprender el bienestar sexual juvenil como un fenómeno multidimensional que integra factores psicológicos, relacionales y socioculturales.

Por otro lado, los hallazgos también evidencian la influencia del contexto sociocultural en la construcción de la sexualidad. En este sentido, las redes sociales y los discursos sobre el cuerpo pueden generar presiones y expectativas que afectan la percepción corporal de los jóvenes, lo cual ha sido ampliamente documentado en la literatura sobre imagen corporal y sexualidad juvenil.

Finalmente, la presencia recurrente de referencias a la mente como espacio central de la experiencia sexual sugiere que los jóvenes interpretan su sexualidad no únicamente desde el cuerpo, sino desde procesos cognitivos y emocionales que influyen en la forma en que viven sus relaciones y su identidad sexual.

Discusión

Los hallazgos de este estudio sugieren que el bienestar sexual juvenil se construye de forma dinámica y está profundamente influido por el contexto sociocultural. Más que un estado individual, se configura como un fenómeno complejo que integra dimensiones biológicas, psicológicas, relacionales y sociales, lo que permite alejarse de una visión reduccionista o exclusivamente biomédica. En esta línea, la Organización Mundial de la Salud (2006) plantea que la salud sexual no se limita a la ausencia de enfermedad, sino que implica un estado de bienestar integral que incluye aspectos emocionales, cognitivos, corporales y sociales.

A partir de los resultados obtenidos, se observa además un matiz relevante: los jóvenes no comprenden el bienestar sexual principalmente desde el riesgo o la prevención, sino desde elementos como la autopercepción, la seguridad personal y la validación dentro de sus relaciones.

En primer lugar, la categoría de autoconcepto y seguridad personal muestra que el bienestar sexual se construye desde la relación que cada persona establece consigo misma. Esto sugiere que vivir una sexualidad plena no depende únicamente de factores externos, sino también de las condiciones personales que permiten desarrollar autoestima, autonomía y autoaceptación, en línea con el enfoque de capacidades propuesto por Martha Nussbaum (2000).

De manera complementaria, estudios como los de Mark et al. (2020) y Brotto et al. (2021) señalan que una percepción positiva del propio cuerpo y niveles adecuados de autoestima se asocian con mayor satisfacción sexual y bienestar en las relaciones. En coherencia con estos hallazgos, los participantes del presente estudio destacaron la importancia del amor propio y la confianza personal como base para su bienestar sexual, lo que sugiere que este se experimenta inicialmente como un proceso interno, previo a la interacción con otros. Este planteamiento

amplía las perspectivas tradicionales centradas exclusivamente en prácticas sexuales o conductas de riesgo.

En segundo lugar, la centralidad del consentimiento y la comunicación muestra que el bienestar sexual también se construye en el plano relacional. Desde el modelo ecológico de Urie Bronfenbrenner (1979), estos hallazgos pueden entenderse dentro del microsistema, es decir, en las relaciones cercanas en las que participa el individuo, donde la calidad de las interacciones influye directamente en su experiencia de bienestar.

En este contexto, la comunicación se configura como un elemento clave de la agencia sexual, ya que permite negociar límites, expresar deseos y construir vínculos basados en la reciprocidad. Este planteamiento se relaciona con enfoques contemporáneos de derechos sexuales, que destacan la autonomía, el consentimiento y el acceso a información como componentes fundamentales del bienestar sexual (Organización Mundial de la Salud, 2021; UNESCO, 2024). En coherencia con estos planteamientos, los resultados evidencian que los jóvenes no perciben el consentimiento únicamente como una norma legal, sino como una práctica cotidiana que fortalece la seguridad emocional y la confianza dentro de sus relaciones.

Asimismo, los resultados muestran que el contexto sociocultural influye de forma importante en la manera en que los jóvenes viven su sexualidad, especialmente a través de las redes sociales, los medios de comunicación y los discursos sobre el cuerpo. Desde la perspectiva de Michel Foucault (1978), la sexualidad está atravesada por normas y discursos que regulan los cuerpos, los deseos y las prácticas sexuales, lo que permite comprender cómo estos elementos moldean las experiencias individuales.

En este sentido, las expectativas irreales mencionadas por los participantes reflejan cómo los entornos digitales reproducen estándares estéticos y narrativas sobre la sexualidad que

influyen en la construcción de la autoimagen corporal. Este hallazgo coincide con investigaciones recientes que señalan que los discursos culturales y mediáticos pueden generar presiones sociales que afectan la percepción del cuerpo y, en consecuencia, el bienestar sexual, especialmente en población joven (Cedrún y Civila, 2024).

La dimensión de la imagen corporal refuerza la influencia del contexto sociocultural en la experiencia del bienestar sexual. Los relatos muestran que el cuerpo puede ser vivido tanto como una fuente de empoderamiento como de vulnerabilidad. Por un lado, algunos participantes señalaron que la práctica de ejercicio físico fortaleció su autoestima y su seguridad personal; por otro, también surgieron experiencias de crítica o vergüenza asociadas a estándares corporales socialmente impuestos.

Este hallazgo coincide con estudios que identifican la imagen corporal como un factor relevante en la satisfacción sexual y el bienestar psicológico (Mark et al., 2020). En este sentido, la percepción del propio cuerpo no depende únicamente de la experiencia individual, sino que está mediada por normas sociales que definen qué cuerpos son considerados deseables o aceptables.

Por otra parte, la familia aparece como un agente social ambivalente en la construcción del bienestar sexual juvenil. Mientras algunos participantes describen entornos familiares caracterizados por la apertura y la comunicación, otros relatan experiencias marcadas por el juicio moral o la culpa.

Desde el modelo ecológico de Urie Bronfenbrenner (1979), la familia puede entenderse como uno de los principales espacios de socialización, donde se articulan los valores culturales con las experiencias individuales. En este sentido, estudios previos han señalado que una comunicación familiar abierta sobre sexualidad favorece una toma de decisiones más informada

y un desarrollo sexual más saludable en los jóvenes (Kaestle et al., 2021; Valdez et al., 2023). Por el contrario, contextos familiares marcados por el silencio o discursos restrictivos pueden limitar la autonomía y afectar el bienestar sexual.

Finalmente, la categoría de la centralidad de la mente se presenta como uno de los aportes más relevantes del estudio. Los participantes describen la sexualidad como una experiencia estrechamente vinculada a pensamientos, emociones e interpretaciones personales, lo que sugiere que el bienestar sexual no se vive únicamente desde el cuerpo, sino también desde procesos cognitivos y afectivos.

Este hallazgo se relaciona con el modelo multidimensional del bienestar sexual propuesto por Lister et al. (2020) y Mitchell et al. (2021), quienes señalan que este integra componentes emocionales, psicológicos y relacionales. Desde esta perspectiva, la sexualidad puede entenderse como una experiencia subjetiva compleja, en la que las interpretaciones individuales y los significados personales cumplen un papel central.

En conjunto, los resultados sugieren que el bienestar sexual juvenil se construye a partir de la interacción entre factores individuales, relacionales y socioculturales. La relación entre elementos como la autoestima, el consentimiento, la influencia de los entornos digitales, la dimensión mental, la familia y la imagen corporal muestra que no puede abordarse únicamente desde enfoques centrados en la prevención del riesgo. En esta línea, Starrs et al. (2018) señalan que la promoción del bienestar sexual requiere enfoques integrales basados en derechos, que reconozcan la autonomía, la diversidad y la agencia sexual de las personas.

Los resultados obtenidos son consistentes con investigaciones internacionales que han abordado el bienestar sexual juvenil desde enfoques socioculturales y relacionales. En este sentido, el estudio comparativo de De Meyer et al. (2021), realizado con jóvenes de Bélgica y

Ecuador, muestra que el bienestar sexual no depende únicamente de factores individuales, sino que está fuertemente influido por el contexto social, incluyendo normas culturales, sistemas educativos y el acceso a información sobre sexualidad.

Estos autores plantean que los jóvenes interpretan su sexualidad a partir de marcos culturales que influyen en sus percepciones sobre el consentimiento, el cuerpo y las relaciones. En coherencia con esta perspectiva, los hallazgos del presente estudio evidencian que elementos como las redes sociales, la familia y las normas socioculturales desempeñan un papel importante en la forma en que los participantes construyen su bienestar sexual.

Asimismo, investigaciones recientes destacan la importancia de considerar dimensiones emocionales, relacionales y sociales para comprender el bienestar sexual juvenil. En esta línea, Higgins et al. (2023) proponen un enfoque ecológico que analiza la interacción entre el individuo, sus relaciones y el contexto cultural. Sus resultados indican que factores como la comunicación en la pareja, la autoestima corporal y la internalización de normas de género influyen en la satisfacción sexual y en la percepción de bienestar.

De manera complementaria, MacGregor et al. (2021) señalan que las experiencias sexuales de los jóvenes están estrechamente vinculadas con procesos de construcción identitaria y corporal. En conjunto, estos planteamientos refuerzan la idea de que el bienestar sexual se desarrolla a partir de la interacción entre factores psicológicos y socioculturales.

Por otra parte, las metodologías participativas han demostrado ser especialmente útiles para explorar las experiencias corporales y emocionales relacionadas con la sexualidad. Estudios como los de Naidoo et al. (2021) y Brodyn et al. (2022) han utilizado el *body mapping* como una estrategia para comprender cómo los jóvenes representan simbólicamente su relación con el cuerpo, el deseo y las experiencias afectivas.

Estos trabajos muestran que las representaciones corporales permiten acceder a dimensiones de la sexualidad que no siempre emergen en entrevistas tradicionales, favoreciendo la expresión de emociones, procesos identitarios y experiencias vividas. En esta línea, el uso del *body mapping* en el presente estudio permitió profundizar en la comprensión del bienestar sexual juvenil, al facilitar que los participantes expresaran, de forma visual y narrativa, los significados que atribuyen a su sexualidad.

Desde una perspectiva aplicada, estos hallazgos muestran la necesidad de fortalecer programas de educación sexual integral que incorporen dimensiones como la comunicación, el consentimiento, la autoestima corporal y el placer, superando enfoques centrados únicamente en la prevención del embarazo o de las infecciones de transmisión sexual. En esta línea, la UNESCO (2024) señala que la educación sexual basada en derechos favorece el desarrollo de competencias socioemocionales que contribuyen al bienestar sexual juvenil.

Asimismo, los resultados resaltan la utilidad de metodologías participativas como el *body mapping*, ya que permiten explorar las experiencias corporales y emocionales desde la perspectiva de los propios jóvenes y generar conocimiento situado sobre la sexualidad.

Conclusiones

Los resultados de este estudio permiten concluir que el bienestar sexual juvenil es una construcción compleja que se configura a partir de la interacción entre factores individuales, relacionales y socioculturales. Más allá de enfoques centrados en el riesgo, los hallazgos muestran que los jóvenes comprenden su bienestar sexual desde elementos como la autopercepción, la seguridad personal, la comunicación y la calidad de sus relaciones. Esto evidencia la necesidad de abordar la sexualidad desde una perspectiva integral que considere tanto la experiencia subjetiva como el contexto en el que se desarrolla.

Asimismo, se identifica que dimensiones como la autoestima, la imagen corporal, el consentimiento, la comunicación y la influencia del entorno familiar y sociocultural desempeñan un papel central en la forma en que los jóvenes viven su sexualidad. En particular, la centralidad de la mente emerge como un aporte relevante, al evidenciar que la sexualidad no se experimenta únicamente desde el cuerpo, sino también desde procesos cognitivos y emocionales que influyen en la construcción del bienestar sexual.

Finalmente, los hallazgos destacan la importancia de promover enfoques de educación sexual integral basados en derechos, que incorporen dimensiones afectivas, relacionales y socioculturales. Además, se evidencia el valor de metodologías participativas como el *body mapping* para comprender las experiencias juveniles desde su propia perspectiva. En conjunto, estos resultados aportan a la comprensión del bienestar sexual juvenil y abren líneas para futuras investigaciones que profundicen en su carácter contextual y multidimensional.

Limitaciones y recomendaciones

El presente estudio presenta algunas limitaciones que deben considerarse al interpretar sus resultados. En primer lugar, el tamaño de la muestra y el tipo de muestreo utilizado no permiten generalizar los hallazgos, sino que ofrecen una comprensión situada de un grupo específico de jóvenes de la ciudad de Cuenca. En segundo lugar, al tratarse de un estudio cualitativo, los datos se construyen a partir de relatos subjetivos, los cuales pueden estar influenciados por factores como la deseabilidad social o la disposición de los participantes a compartir experiencias personales. Asimismo, el uso de la técnica de *body mapping* depende de la capacidad expresiva de los participantes, lo que puede generar diferencias en la profundidad de la información obtenida. Finalmente, el contexto sociocultural en el que se desarrolló la investigación puede limitar la transferencia de los resultados a otros entornos con características distintas.

A partir de los hallazgos obtenidos, se recomienda fortalecer programas de educación sexual integral que incorporen no solo contenidos informativos, sino también dimensiones como la comunicación, el consentimiento, la autoestima corporal y el bienestar emocional. Estos programas deberían adaptarse a las realidades socioculturales de los jóvenes, promoviendo espacios de diálogo que favorezcan una vivencia más consciente y positiva de la sexualidad.

En el ámbito investigativo, se sugiere ampliar el estudio del bienestar sexual juvenil mediante el uso de muestras más diversas y metodologías mixtas que complementen la comprensión cualitativa con datos cuantitativos. Finalmente, se propone continuar utilizando metodologías participativas como el *body mapping*, que permiten explorar las experiencias desde la perspectiva de los propios jóvenes y generar conocimiento más contextualizado sobre la sexualidad.

Referencias

- Aguilera Vásconez, R. P., Sánchez Acosta, A. C., Andino Peñafiel, E. E., Llerena Cruz, Á. G., y Torres Vizueté, R. E. (2022). Percepción sobre la sexualidad en estudiantes universitarios. *Revista Eugenio Espejo*, 16(1), 59–70. <https://doi.org/10.37135/ee.04.13.07>
- Astudillo, M. N. M. (2017). La educación sexual en Latinoamérica: Un campo de fuerzas en tensión. *Cultura del Cuidado*, 14(1), 58–71.
- Azende, P. M. (2019). *Sexuality and sexual agency among female adolescents in North Central Nigeria: A grounded theory approach* (Doctoral dissertation, University of Huddersfield). <https://eprints.hud.ac.uk/id/eprint/34796/>
- Braun, V., y Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brito Rodríguez, S., Basualto Porra, L., y Posada Lecompte, M. (2023). Consentimiento sexual y afectivo desde las voces de estudiantes femeninas de educación superior en Chile. *Última Década*, 31(61), 177–213. <https://doi.org/10.5354/0718-2236.2023.72905>
- Brodyn, R., Naidoo, L., y Simpson, B. (2022). Participatory visual methodologies and youth sexual health research: Exploring experiences through body mapping. *Qualitative Research in Psychology*, 19(4), 1032–1051. <https://doi.org/10.1080/14780887.2021.1933576>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

- Brotto, L. A., Atallah, S., y Johnson-Agbakwu, C. (2021). Psychological and interpersonal dimensions of sexual wellbeing. *Nature Reviews Urology*, 18, 573–585.
<https://doi.org/10.1038/s41585-021-00494-0>
- Burns, J., et al. (2018). Using body mapping to understand gender and sexuality among youth of color. *Qualitative Health Research*, 28(10), 1605–1618.
<https://doi.org/10.1177/1049732317750862>
- Byers, E. S., y Rehman, U. S. (2014). Sexual well-being. In D. L. Tolman, L. M. Diamond, J. A. Bauermeister, W. H. George, J. G. Pfaus, y L. M. Ward (Eds.), *APA handbook of sexuality and psychology, Vol. 1. Person-based approaches* (pp. 317–337). American Psychological Association.
- Cedrún, M., y Civila, S. (2024). Social media, body image and sexual wellbeing among young people: Cultural narratives and digital influence. *Journal of Youth Studies*, 27(2), 234–249. <https://doi.org/10.1080/13676261.2023.2182154>
- Coakley C, Lee D, Pike C, Myers L, Hartmann M, Oduro A, Ntlapo N, Bekker L-G and Youth Investigators of the Goals for Girls study (2024) Realising agency: insights from participatory research with learners in a South African sexual and reproductive health programme. *Front. Public Health* 12:1329425. doi: 10.3389/fpubh.2024.1329425
- Cuervo, H., Valdés, M., y Torres, C. (2021). Youth as a socially and culturally constructed stage: Experiences and structural influences. *Journal of Youth Studies*, 24(7), 923–941.
<https://doi.org/10.1080/13676261.2021.1885672>
- De Meyer, S., Jerves, E., Cevallos-Neira, A., Arpi-Becerra, N., Van den Bossche, R., Lecompte, M., ... Michielsen, K. (2022). Which factors contribute to sexual well-being? A comparative study among 17 to 20 year old boys and girls in Belgium and

Ecuador. *Culture, Health y Sexuality*, 24(8), 1122–1138.

<https://doi.org/10.1080/13691058.2021.1928288>

De Meyer, S., Kågesten, A., Mmari, K., Michielsen, K., y Vandermeulen, E. (2021). Young people's sexual wellbeing in different cultural contexts: A comparative qualitative study. *Culture, Health y Sexuality*, 23(9), 1184–1199.

<https://doi.org/10.1080/13691058.2020.1782417>

Dickson, E., Rishel Brakey, H., Wilson, P., Hackett, J. M., y McWethy, M. (2023). *Classroom voices: Youth perspectives to direct school-based sexual health education*. *Sex Education*, 24(4), 479–496. <https://doi.org/10.1080/14681811.2023.2218267>

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Duarte-Anselmi, G., Leiva-Pinto, E., Vanegas-López, J., y Thomas-Lange, J. (2022). Experiencias y percepciones sobre sexualidad, riesgo y campañas de prevención de ITS/VIH por estudiantes universitarios: Diseñando una intervención digital. *Ciência y Saúde Coletiva*, 27, 909–920.

Esquivel, C. (2019). Significados en torno a la sexualidad y el bienestar sexual en adultos jóvenes. *Psiquiatría y Salud Mental*, 36(1/2), 7–15. <https://schilesaludmental.cl/web/wp-content/uploads/2022/06/02.-Significados-sexualidad-bienestar-sexual-adultos-jovenes-C.-Esquivel.pdf>

Foucault, M. (1978). *The history of sexuality: Volume 1. An introduction*. Pantheon Books.

- Goldfarb, E. S., y Lieberman, L. D. (2021). *Three decades of research: The case for comprehensive sex education*. *The Journal of Adolescent Health*, 68(1), 13–27.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.036>
- Haberland, N., y Rogow, D. (2015). Sexuality education: emerging trends in evidence and practice. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 56(1 Suppl), S15–S21.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.08.013>
- Hensel, D. J., et al. (2017). A multidimensional model of sexual health and sexual prevention behavior among adolescent women. *Journal of Adolescent Health*, 60(2), 141–147.
- Higgins, J. A., Smith, N. K., y Sanders, S. A. (2023). Sexual wellbeing among young adults: Integrating relational, emotional and social dimensions. *Journal of Sex Research*, 60(5), 601–615. <https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2082278>
- Hirst, J. (2013). ‘It’s got to be about enjoying yourself’: young people, sexual pleasure, and sex and relationships education. *Sex Education*, 13(4), 423–436.
<https://doi.org/10.1080/14681811.2012.747433>
- <https://doi.org/10.1037/14193-011>
- Hupalovska, V. (2021). *Bienestar sexual subjetivo: Conceptualización del concepto y modelo psicológico*. *Revista Psicológica*, 7(9), 36–47. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.9.3>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2022). Encuesta Nacional de Juventudes 2022. INEC.
- International Planned Parenthood Federation. (2008). *Sexual rights: An IPPF declaration*. IPPF.

- Jabareen, R., y Zlotnick, C. (2023). Personal, local, and global influences on youth sexual behavior in a traditional society. *Children and Youth Services Review*, 149, 106947.
- Kaestle, C. E., Halpern, C. T., Miller, W. C., y Ford, C. A. (2021). Young age at first sexual intercourse and sexually transmitted infections in adolescents and young adults. *American Journal of Epidemiology*, 191(4), 632–641. <https://doi.org/10.1093/aje/kwab276>
- Kågesten, A. E., Pinandari, A. W., Page, A., Wilopo, S. A., y van Reeuwijk, M. (2021). Sexual wellbeing in early adolescence: A cross-sectional assessment among girls and boys in urban Indonesia. *Reproductive Health*, 18, 153. <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01199-4>
- Kim, K. Y., y Shin, H. Y. (2022). Factors associated with adolescents' sexual experience based on the biopsychosocial model: Across-sectional study using the Korea Youth Risk Behavior Web-based Survey (KYRBS). *BMJ Open*, 12(11), e066307.
- Koumba Maguena, R. J., Alves Jorge, S., Ngoungou, E. B., y Van den Broucke, S. (2025). Determinants of Adolescent Sexual Behavior in Sub-Saharan Africa: A Systematic Review of In-School and Out-of-School Adolescents. *Public health reviews*, 46, 1608357. <https://doi.org/10.3389/phrs.2025.1608357>
- Larsson, F. M., Bowers-Sword, R., Narvaez, G., y Ugarte, W. J. (2022). Exploring sexual awareness and Decision-making among adolescent girls and boys in rural Nicaragua: A socio-ecological approach. *Sexual y reproductive healthcare: official journal of the Swedish Association of Midwives*, 31, 100676. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2021.100676>

- Lentz, A. M., y Zaikman, Y. (2021). The Big “O”: Sociocultural influences on orgasm frequency and sexual satisfaction in women. *Sexuality y Culture*, 25, 1096–1123.
<https://doi.org/10.1007/s12119-020-09811-8>
- Lewis, R., Bosó Pérez, R., Maxwell, K. J., Reid, D., Macdowall, W., Bonell, C., Fortenberry, J. D., Mercer, C. H., Sonnenberg, P., y Mitchell, K. R. (2024). Conceptualizing sexual wellbeing: A qualitative investigation to inform development of a measure (Natsal-SW). *The Journal of Sex Research*. <https://doi.org/10.1080/00224499.2024.2326933>
- Lister, K., Bates, S., y Kearney, E. (2020). Conceptualising sexual wellbeing: A multidimensional framework for research and practice. *Sexuality Research and Social Policy*, 17(3), 457–470. <https://doi.org/10.1007/s13178-019-00392-5>
- Lorimer K, DeAmicis L, Dalrymple J, Frankis J, Jackson L, Lorgelly P, McMillan L, Ross J. A Rapid Review of Sexual Wellbeing Definitions and Measures: Should We Now Include Sexual Wellbeing Freedom? *J Sex Res*. 2019 Sep;56(7):843-853. doi: 10.1080/00224499.2019.1635565. Epub 2019 Jul 23. PMID: 31335208.
- Ludwig, V., Coston, E., Lewis, A., Crone, D., Herbenick, D., Kaufman, S., Mitchell, K., y Clifton, J. (2025). *Understanding Sexual Well-Being: Towards a Positive and Growth-Oriented Model*. *The Journal of Sexual Medicine*.
- MacGregor, J., Rasmussen, M. L., y Nygaard, K. (2021). Youth sexuality and identity formation: A sociocultural perspective on sexual wellbeing. *Sex Education*, 21(6), 643–657.
<https://doi.org/10.1080/14681811.2020.1840345>
- Magallanes-Lozano, H.F., Gómez-Díaz, M., Barbosa-Carrillo, L. G., Hernández-Llamas, P., Lozano-Chávez, E. S., y Quiroga-Garza, A. (2021). Influencia de factores socioculturales

- en la percepción de adolescentes mexicanos sobre conductas sexuales de riesgo. *Psicodebate*, 21(2), 7–19. <https://doi.org/10.18682/pd.v21i2.3654>
- Mark, K. P., Vowels, L. M., y Murray, S. H. (2020). The impact of body image on sexual satisfaction: A systematic review. *Body Image*, 34, 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.002>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2013). Plan Nacional ENIPLA: *Estrategia Nacional Intersectorial de Planificación Familiar y Prevención del Embarazo en Adolescentes*. Ministerio de Salud Pública del Ecuador.
- Mitchell, K. R., Palmer, M. J., Lewis, R., Bosó Pérez, R., Maxwell, K. J., ... Macdowall, W. (2025). Development and Validation of a Brief Measure of Sexual Wellbeing for Population Surveys: The Natsal Sexual Wellbeing Measure (Natsal-SW). *The Journal of Sex Research*, 62(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/00224499.2023.2278530>
- Mitchell, K. R., Wellings, K., y Graham, C. (2021). Defining sexual wellbeing: A systematic review of the literature. *Sexual Medicine Reviews*, 9(4), 637–649. <https://doi.org/10.1016/j.sxmr.2021.03.003>
- Naidoo, L., Pillay, J., y Moolla, N. (2021). Body mapping as a participatory method for exploring youth sexuality and embodiment. *Qualitative Health Research*, 31(9), 1681–1693. <https://doi.org/10.1177/10497323211010764>
- Nussbaum, M. (2000). *Women and human development: The capabilities approach*. Cambridge University Press.
- Organización Mundial de la Salud. (2006). Definición de la salud sexual. OMS. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/70434/who_rhr_10.12_eng.pdf

- Organización Mundial de la Salud. (2010). Measuring sexual health: Conceptual and practical considerations. WHO RHR. <https://apps.who.int/iris>
- Park, G., y Yang, Y. (2024). Sexual decision-making: An exploratory interview study of Cambodian adolescents. *Frontiers in Reproductive Health*, 6, 1409351.
- Sánchez-Fuentes, M. d. M., Hidalgo-Muñoz, A. R., Moyano, N., y Gómez-Berrocal, C. (2025). Sexual and Agency Norms: Effect on Young Women's Self-Perception and Attitude Toward Sexual Consent. *Behavioral Sciences*, 15(3), 250.
<https://doi.org/10.3390/bs15030250>
- Shoveller, J. A., Johnson, J. L., Langille, D. B., y Mitchell, T. (2004). Sociocultural influences on young people's sexual development. *Social Science y Medicine*, 59(3), 473–487.
- Singh, S. (2025). Exploring sexuality: Psychological, social, and biological dimensions of human sexual behaviour. *International Multidisciplinary Research Journal Reviews (IMRJR)*, 2(1), 30–?. <https://doi.org/10.17148/IMRJR.2025.020104>
- Starrs, A. M., Ezeh, A. C., Barker, G., Basu, A., Bertrand, J., Blum, R., Coll-Seck, A. M., Grover, A., Laski, L., Roa, M., Sathar, Z. A., Say, L., Serour, G. I., Singh, S., Stenberg, K., Temmerman, M., Biddlecom, A., Popinchalk, A., Summers, C., y Ashford, L. S. (2018). Accelerate progress—Sexual and reproductive health and rights for all: Report of the Guttmacher–Lancet Commission. *The Lancet*, 391(10140), 2642–2692.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)30293-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)30293-9)

- Titisari, A. S., Mesman, J., y Dewi, K. H. (2025). Cultural norms and adolescent sexual and reproductive health in Bali, Indonesia: A narrative review. *JAYS*, 8, 37–62.
<https://doi.org/10.1007/s43151-024-00145-y>
- UNESCO. (2024). *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach*. UNESCO.
- UNICEF. (2020). Estado de la niñez y adolescencia en Ecuador. UNICEF Ecuador.
- Valdez, E. S., Deardorff, J., y Lahiff, M. (2023). Parent–adolescent communication and sexual health outcomes among youth. *Journal of Adolescent Health*, 72(3), 368–375.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.09.019>
- Vizheh, M., Muhidin, S., Behboodi Moghadam, Z., y Zareiyan, A. (2021). Women empowerment in reproductive health: a systematic review of measurement properties. *BMC women's health*, 21(1), 424. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01566-0>
- Weeks, J. (2017). *Sex, politics and society: The regulation of sexuality since 1800*. Routledge.
- World Health Organization. (2006). *Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health*. WHO.
- World Health Organization. (2017). *Sexual health and its linkages to reproductive health: An operational approach*. WHO.
- Wyn, J., y Cahill, H. (2020). *Handbook of children and youth studies* (2nd ed.). Springer.
<https://doi.org/10.1007/978-981-4451-15-4>