

# Arte, sexualidad y vida: aprendiendo a tocar mi cuerpo en mujeres embarazadas

Art, sexuality and life: pregnant women learning to touch my body

Wendy Yessenia Montiel Marengo  
Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua (UNAN-Managua).  
Área del Conocimiento Educación, Arte y Humanidades  
wymontiel@unan.edu.ni  
<https://orcid.org/0009-0002-7611-4218>

William José Herrera Funes  
Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua (UNAN-Managua).  
Área del Conocimiento Educación, Arte y Humanidades  
william.herrera@unan.edu.ni  
<https://orcid.org/0009-0006-5916-0721>

## Resumen

El artículo “Arte, sexualidad y vida: aprendiendo a tocar mí cuerpo” presenta un proyecto educativo sociocultural en la Casa Materna Maurita Ríos, Nueva Guinea, dirigido a mujeres embarazadas. El objetivo del estudio es explorar las experiencias y percepciones de las mujeres sobre las prácticas sexuales durante el embarazo, analizando cómo afectan su bienestar físico, emocional y social. El proyecto también busca que, a través del arte, las mujeres embarazadas experimenten autocuidado, relajación, seguridad y sensibilidad, mejorando su calidad de vida durante esta etapa. Utilizando una metodología cualitativa basada en observación etnográfica, el estudio diseñó una estrategia innovadora que integra el arte en la educación sexual. A través de actividades artísticas y educativas, se busca empoderar a las mujeres y fomentar prácticas saludables en sus relaciones sexuales. Los resultados muestran que estas actividades socioculturales sensibilizaron a las participantes, ayudando a romper el tabú sobre la sexualidad durante el embarazo. Se propuso una iniciativa creativa, con una duración de un mes y cinco días, dirigida a grupos de mujeres embarazadas y autoridades, logrando una participación e interés por aprender sobre sexualidad. Finalmente, se plantea la expansión de estas estrategias a otros grupos de embarazadas y la creación de indicadores para medir el impacto de futuras iniciativas en salud sexual.



© Copyright 2024.  
Universidad Nacional  
Autónoma de Nicaragua,  
Managua (UNAN-Managua)

DOI: <https://doi.org/10.5377/recoso.v7i12.19648>

## Palabras claves

*Proyecto educativo, arte, comunicación, embarazo, sexualidad.*

## Abstract

The article “art, sexuality and life: learning to touch my body” presents a sociocultural educational project at the Maurita Ríos Maternity Home, Nueva Guinea, aimed at pregnant women. The aim of the study is to explore women’s experiences and perceptions of sexual practices during pregnancy, analyzing how these affect their physical, emotional and relational well-being. The project also seeks to ensure that, through art, pregnant women experience self-care, relaxation, security and sensitivity, improving their quality of life during this stage. Using a qualitative methodology based on ethnographic observation, the study designed an innovative strategy that integrates art into sexual education. Through artistic and educational activities, the aim is to empower women and encourage healthy practices in their sexual relationships. The results show that these sociocultural activities sensitized the participants, helping to break the taboo on sexuality during pregnancy. A creative initiative was proposed, lasting one month and five days, aimed at groups of pregnant women and authorities, achieving active participation and interest in learning about sexuality. Finally, the expansion of these strategies to other groups of pregnant women and the creation of indicators to measure the impact of future initiatives on sexual health is proposed.

## Keywords

*Educational project, art, communication, pregnancy, sexuality.*

## Introducción

El presente artículo surge del proyecto final del módulo VII: Intervención Socioeducativa y Animación Sociocultural del Doctorado en Educación e Intervención Social en el CUR-Chontales. Como doctorandos, reconocemos la importancia de esta temática en el ámbito del arte, ya que favorece la comunicación y fomenta una valoración interna de la salud sexual de las mujeres en etapa de embarazo.

En Nicaragua se han estudiado pocos proyectos de intervención dirigidos a mujeres embarazadas para aprender a tocar su cuerpo con actividades artísticas y mejorar la comunicación. Entre estos se mencionan a los autores Fernando López-Noguero y José Alberto Gallardo López en el libro “Formación de agentes sociales y animadores socioculturales: una referencia para el desarrollo comunitario en Nicaragua”. Este trabajo destaca la importancia de la intervención socioeducativa y la animación sociocultural para fomentar el bienestar y la salud integral de las mujeres embarazadas, promoviendo una mayor conciencia corporal y una mejor comunicación a través del arte.

La capacidad reproductiva y el deseo sexual son aspectos fundamentales de la existencia humana y han sido objeto de estudio, regulación y debate a lo largo de la historia, con el avance de la ciencia y la medicina, se ha ampliado el conocimiento sobre el embarazo y la reproducción humana. En la actualidad, el embarazo y las relaciones sexuales son temas ampliamente discutidos y debatidos en diferentes contextos. Se promueve la educación sexual y reproductiva como una forma de proporcionar información y herramientas a las personas para tomar decisiones informadas sobre su salud sexual y reproductiva, es importante reconocer que las actitudes y prácticas en torno al embarazo y las relaciones sexuales varían en diferentes culturas y contextos sociales.

El problema de investigación que aborda este artículo es mejorar la capacitación del personal de salud en la sociedad actual. El proyecto se llevó a cabo en la Casa Materna Maurita Ríos, en Nueva Guinea, enfocándose en la atención integral a mujeres embarazadas y el manejo de la sexualidad. Además, los prejuicios y tabúes sobre la sexualidad durante el embarazo dificultan una comunicación adecuada, resultando en prácticas sexuales inapropiadas en este periodo crucial para las futuras madres.

”

*Las embarazadas constituyen un grupo de interés para la salud pública y en muchos casos dado que su comportamiento puede ser transformable mediante actividades educativas que les beneficiaría para su estado de salud durante el embarazo ...*

Según diferentes autores como Tucto López y Núñez Valdivia, (2020); Racauchi (2003), destacan la importancia de los encuentros no genitales para la satisfacción sexual de las gestantes. Los estudios muestran cómo el embarazo se desarrolla en la función sexual de las mujeres, resaltando la importancia de abordar este tema en la atención prenatal para mejorar la satisfacción y calidad de vida de las gestantes y aprender a tocar su cuerpo mediante la terapia de relajación, meditación y actividades variadas.

Es importante que durante todo el embarazo se pueden tener relaciones sexuales, pero se aconseja una cierta moderación en los primeros meses, en particular en los días que corresponderían a la menstruación, así como durante el último mes. Según el estudio realizado por Chamorro (2018), destaca que, el sexo durante el embarazo puede fortalecer la relación de pareja, reducir el estrés, mejorar el sueño y fortalecer el suelo pélvico. El autor indica los beneficios que las parejas pueden tener con la practica saludable del sexo en este periodo, pero debe ser cuidadoso e informado, no obstante, cuando existe amenaza de aborto el coito está totalmente contraindicado, aunque pueden practicarse relaciones sexuales que no implique penetración vaginal.

Las embarazadas constituyen un grupo de interés para la salud pública y en muchos casos dado que su comportamiento puede ser transformable mediante actividades educativas que les beneficiaría para su estado de salud durante el embarazo y las relaciones de pareja, el presente estudio buscó dar respuesta a interrogantes cruciales sobre las experiencias y percepciones de las mujeres durante el embarazo. Específicamente con el tema de las relaciones sexuales y sus consecuencias, por tal razón, explorar las prácticas de las mujeres embarazadas es crucial para su bienestar físico, emocional y social. De igual manera examinar las actitudes hacia el sexo durante el embarazo permitió identificar áreas de intervención necesarias para promover la salud sexual y relacional de la pareja.

Es importante reconocer que las artes han funcionado a lo largo de los años como medios de transmisión y comunicación social, se han desarrollado numerosos proyectos y actividades artísticas que se centran en transmitir buenos principios y valores que sensibilizan y fomentan la conciencia social abordando problemáticas comunes como la violencia, la discriminación, el machismo y muchos tabúes que en nuestro contexto continúan vigentes. La actividad se realizó con un enfoque interdisciplinario integrador de diferentes disciplinas, como la música, la danza, el teatro combinado con los métodos e instrumentos de investigación y la información obtenida para brindar a los espectadores una experiencia de aprendizaje enriquecedora y holística. Esto permite abordar diferentes aspectos del conocimiento y fomentar la creatividad desde diferentes perspectivas.

El objetivo de este estudio es conocer las experiencias y percepciones de las mujeres embarazadas en relación con las prácticas sexuales durante el embarazo y sus consecuencias, con el propósito de comprender más profundamente cómo estas vivencias impactan su bienestar físico, emocional y relacional. Además, se busca explorar cómo a través de las artes, las mujeres embarazadas puedan experimentar autocuidado, seguridad, relajación y sensibilidad, enriqueciendo así su experiencia durante esta etapa crucial de sus vidas.

## Materiales y métodos

El método que se realiza es la observación etnográfica el autor Rafael Bracamonte (2015) que plantea que la observación en su transcurso por la historia es un recurso que se adecua a diversas ciencias a lo largo de los años, por ende, constituye una práctica para detallar en tiempo real, como bien se ha señalado, los comportamientos y conductas, esto afirma que el contexto es la guía principal de estudio en el que se desenvuelven las personas. Haciendo referencia a otro campo de acción, en cuanto a las ciencias sociales, la observación participante tuvo sus inicios en la antropología donde los científicos se trasladaban al medio natural en el que acontecían las conductas humanas, reconociendo que este es un contexto social de la especie humana; sin embargo, esta técnica no fue exclusiva de las ciencias sociales, de hecho, conjuntamente la etnografía ha sido usada por muchas disciplinas, el estudio se enfoca en tres direcciones: a) la problemática, b) comunicación no asertiva del personal de salud, c) desconocimiento de las usuarias. Las necesidades fueron determinadas por las mismas usuarias donde se elabora los planes de cada actividad.

La técnica es un conjunto de prácticas específicas de arte y salud con la finalidad de estimular la participación de todos los protagonistas con la temática: personal de salud, mujeres embarazadas, entre otras tareas: preproducción (planificación), producción ejecución y presentación (posproducción - evaluación).

Etnografía feminista que indaga en los saberes ancestrales y las prácticas de cuidado transmitidas intergeneracionalmente por las mujeres. Los resultados del estudio evidencian que son conocimientos encarnados en los cuerpos, oralidades y experiencias de mujeres transmitidos matrilinealmente mediante una sólida red familiar y comunitaria, apegados a las costumbres y tradiciones culturales propias.

Para la recolección de datos se utilizó una estrategia de entrada a través de la visita de salud, este encuentro previo (preactividad del grupo focal) se llevó a cabo para comprender mejor a los sujetos participantes, la charla de prevención en salud, motivando la confianza, asegurando la empatía, la confidencialidad y sobre todo alimentando la comunicación horizontal, posteriormente, se describirá la técnica de la primera fase explicándole a los participantes de las actividades en donde ellos serán los actores principales, se les solicita el consentimiento de participación, dándole relevancia a sus aportaciones.

La autora Hernández (2022) invita a utilizar la etnografía feminista desde metodologías colaborativas, que reconocen los privilegios, pero también las

vulnerabilidades que tienen las antropólogas-activistas, en contextos sociales marcados por las violencias patriarcales. La etnografía feminista, desde una ética del cuidado y una perspectiva descolonial” es útil en el campo de la investigación de género.

## Etapas de la investigación

Las etapas de esta investigación se realizaron en tres fases: la primera es observar, aplicar grupo focal y entrevistas al personal de salud. La segunda de transcribir técnicas de procesamiento, categorización primaria y secundaria. Las respuestas se organizaron en las tres categorías, conocimiento, práctica y actitud, para explicar contextos, situaciones, hechos y fenómenos de las participantes.

Las entrevistas realizadas al personal de salud abordaron diversos temas, como planificación familiar, factores de riesgo en el embarazo, higiene personal y ambiental, uso de mascarillas, control prenatal, cuidado del recién nacido, lactancia materna y violencia intrafamiliar (VIF), entre otros. El tema del sexo durante el embarazo no es frecuente porque es un tabú para las mujeres campesinas, que suelen sentirse incómodas y evitan el tema.

La categorización se realizó teniendo como referentes los objetivos de investigación y los supuestos del estudio. Esta dinámica de la investigación se basa en la teoría fundamentada en la “Etnografía feminista”, se trata de una teoría derivada de datos recopilados de manera sistemática y su análisis a partir de la experiencia e historia de mujeres. Inicia con la descripción, sigue con la ordenación conceptual de los datos de acuerdo con propiedades y terminara con la teorización como acto creativo.

La tercera en aplicar un plan de actividades que contiene lo siguiente: Dinámica de presentación, sketch teatral. Importancia: Hacer teatro no solo permite transportar al espectador a otro mundo, hacer que se olvide de los problemas durante la función, llevarle a estados emocionales que abarcan de la risa a la emotividad, sino que también brindar un mensaje y sensibilizar en la temática abordar.

Danza, Teatro y acompañamiento musical. Temática: Prácticas sexuales en el embarazo. Taller de meditación. Importancia: Saber respirar ayuda a liberar tensión y a crear un estado de relajación agradable. Una buena oxigenación mejora el estado de la madre y del feto durante el embarazo y en el parto. Los ejercicios respiratorios se pueden realizar tumbada boca arriba, sentada o tumbada de costado. Música instrumental. Técnicas de respiración y relajación (sensibilizar nuestro cuerpo y amarlo en esta etapa). Evaluación del taller: Reunimos en círculos, expresar cada persona cómo se sintió durante todo el taller, expresar algún tema de interés, seguimiento y acompañamiento del proceso, cierre del taller y refrigerio.

Respecto al tipo de muestreo se realizó una muestra de 6 mujeres embarazadas albergadas en la casa materna, sin embargo, eran 10 las usuarias que estaban en registros, pero, 4 de ellas ya estaban hospitalizadas por inicio de trabajo de parto, y dos del personal de salud la doctora y una enfermera.

Por último, se realizó un análisis exhaustivo de las actividades socioculturales, revisando cada actividad, observando las reacciones y cambios en la comunicación y conciencia corporal de las participantes. Este análisis identificó patrones significativos que ayudaron a comprender el impacto de las actividades artísticas en las mujeres embarazadas. Las conclusiones proporcionaron una visión clara de la efectividad del enfoque utilizado y fundamentaron recomendaciones para mejorar futuras intervenciones y potenciar las prácticas de animación sociocultural en la atención integral a mujeres embarazadas.

## Resultados y discusión

Aunque el personal de salud reconoce la importancia de la educación sexual, persisten tabúes culturales que limitan la efectividad de estas discusiones. Esta educación debe no solo informar sobre prácticas sexuales seguras durante el embarazo, sino también incluir la prevención de la violencia intrafamiliar y la consideración de las sensibilidades culturales de las pacientes.

El personal de salud menciona que, a pesar de las recomendaciones sobre relaciones sexuales seguras durante el embarazo, las mujeres campesinas frecuentemente evitan el tema, lo que complica el proceso educativo. Se discuten temas como las infecciones, la ruptura de membranas y la placenta previa, pero no se abordan aspectos como la masturbación o la frecuencia adecuada de las relaciones sexuales, lo que indica una formación incompleta. Además, la violencia intrafamiliar es una problemática identificada, donde algunas mujeres son forzadas a tener relaciones sexuales por sus parejas. Esto subraya la necesidad de incluir la prevención de la violencia en los programas de educación sexual durante el embarazo.

El estudio también incluye un grupo focal con seis mujeres embarazadas, quienes en su mayoría afirmaron no haber recibido información sobre sexo durante el embarazo. Expresaron la falta de comunicación del personal médico sobre posiciones sexuales adecuadas y destacaron la importancia de que sus parejas participen en las consultas prenatales para mejorar la comunicación y comprensión mutua. Las participantes coincidieron en la necesidad de recibir más información sobre relaciones sexuales durante el embarazo y de abordar la violencia intrafamiliar dentro de estas discusiones.

Por otro lado, el uso de actividades artísticas, como teatro, danza y música instrumental, generó un impacto positivo en las participantes. Como plantea la autora Ospina Benavides (2014) la eficacia de la educación artística es importante para el progreso educativo general, especialmente en la era de la información, que lanza nuevos desafíos a la creatividad individual. Célebres teorizadores de la educación artística han indicado que ésta desempeña un papel importantísimo en la formación de la personalidad del ser humano, ya que contribuye al desarrollo de las aptitudes intelectuales, favorece la creatividad y ayuda a formar valores y actitudes. Muchos educadores artísticos y teóricos del arte hacen hincapié en la importancia de la educación artística en la sociedad de la información contemporánea y en su potencial para promover cambios en la enseñanza general.

”

*Al integrar el arte en la educación sexual, se genera un espacio para la reflexión y el diálogo, lo que facilita la asimilación de conceptos complejos de manera más accesible y emocionalmente resonante...*

En un contexto como el de la Casa Materna, donde se implementan actividades artísticas dirigidas a mujeres embarazadas, la educación artística trasciende el entretenimiento. Estas actividades son instrumentos poderosos para la sensibilización y el empoderamiento de las mujeres, proporcionándoles conocimiento sobre prácticas sexuales seguras y técnicas de autocuidado. Al integrar el arte en la educación sexual, se genera un espacio para la reflexión y el diálogo, lo que facilita la asimilación de conceptos complejos de manera más accesible y emocionalmente resonante. En una sociedad de la información, donde la sobrecarga de datos puede abrumar, el arte ofrece una vía para conectar con las emociones y promover cambios en el enfoque de la enseñanza general. Así, la educación artística no solo impulsa el crecimiento individual, sino que también tiene el potencial de transformar el entorno educativo y social de las personas involucradas.

Los jóvenes del movimiento cultural Leonel Rugama mostraron interés en replicar estas actividades, lo que resalta el potencial del arte como herramienta de cambio social y educación en salud sexual y reproductiva.

Finalmente, los resultados indican que la intervención fue exitosa en reducir los niveles de estrés y ansiedad entre las participantes, promover la concentración y atención, y favorecer la conexión con sus cuerpos. Estos hallazgos subrayan la importancia de incorporar enfoques artísticos, respetar los conocimientos ancestrales y las prácticas de cuidado transmitidas entre generaciones. Además, se recomienda mantener una evaluación continua para medir el impacto y ajustar las intervenciones según las necesidades emergentes.

Este estudio destaca la necesidad de integrar enfoques colaborativos y metodologías horizontales en la atención de salud materna, permitiendo la participación de las mujeres embarazadas promoviendo su empoderamiento. Las recomendaciones derivadas de estos hallazgos pueden guiar futuras intervenciones para asegurar una atención integral, culturalmente sensible y efectiva en el ámbito de la salud materna.

## Conclusiones y recomendaciones

Los tabúes culturales y la falta de capacitación impiden que se aborden temas fundamentales sobre el sexo durante el embarazo de manera efectiva. Es necesario que estos temas sean tratados con mayor sensibilidad y profundidad, ya que la actual educación sexual se limita a evitar relaciones sexuales en situaciones de riesgo, sin abordar aspectos importantes como la frecuencia adecuada de las relaciones o técnicas de masturbación.

El tabú en torno al sexo durante el embarazo es especialmente notorio entre las mujeres campesinas, quienes suelen evitar la discusión, lo que crea una barrera significativa para que estas conversaciones se den de manera abierta y sin prejuicios. Además, el problema de la violencia intrafamiliar, incluida la coacción sexual, se presenta como un tema crucial que debe integrarse en los programas educativos para garantizar la protección y el bienestar de las mujeres embarazadas, promoviendo relaciones más saludables.

La participación de las parejas también fue un tema recurrente entre las entrevistadas, quienes expresaron que su presencia en las consultas prenatales podría mejorar la comunicación y la comprensión mutua sobre la sexualidad durante el embarazo. Por otro lado, las actividades artísticas, como el teatro y la danza, demostraron tener un impacto positivo en las mujeres embarazadas, ya que les permitió relajarse y conectarse emocionalmente con temas relacionados con su salud sexual.

”

Finalmente, se destacó la importancia de los conocimientos ancestrales y las prácticas de cuidado transmitidas de generación en generación. Estos saberes, aunque a menudo son subestimados en contextos médicos, son fundamentales para el bienestar de las mujeres embarazadas y deben ser integrados en los programas de salud materna. El uso de metodologías colaborativas y de una comunicación horizontal, facilitó una mayor participación y confianza por parte de las mujeres, subrayando la relevancia de estas estrategias para lograr intervenciones más efectivas.

*se destacó la importancia de los conocimientos ancestrales y las prácticas de cuidado transmitidas de generación en generación...*

## Recomendaciones

- **Capacitación integral del personal de salud:** es crucial implementar programas de formación continua que aborden temas sensibles como el sexo durante el embarazo, las prácticas sexuales seguras y la prevención de la violencia intrafamiliar. Estos programas deben tener en cuenta las sensibilidades culturales de las pacientes para garantizar una atención respetuosa y efectiva.
- **Integración de una educación sexual integral:** es necesario que las capacitaciones en la Casa Materna incluyan una educación sexual más completa. Esta debe abarcar temas como la frecuencia adecuada de las relaciones sexuales, técnicas de masturbación y la prevención de la violencia intrafamiliar, todo dentro del contexto cultural de las pacientes.
- **Promoción de la participación de las parejas:** se debe fomentar activamente la participación de las parejas en las consultas prenatales, con el objetivo de mejorar la comunicación y promover relaciones consensuadas y saludables durante el embarazo.
- **Uso de actividades artísticas en las intervenciones:** dado el éxito de las actividades artísticas en esta intervención, se recomienda integrarlas como herramientas educativas en los programas de salud materna. El arte puede sensibilizar a las mujeres sobre temas importantes de salud sexual y reproductiva, además de ofrecerles un espacio de expresión y relajación.
- **Reconocimiento de los conocimientos ancestrales:** los programas de salud materna deben valorar e integrar los conocimientos ancestrales y las prácticas de cuidado tradicionales, asegurando que sean respetados y promovidos como parte de una atención integral.



- **Evaluación continua de las intervenciones:** es recomendable implementar un sistema de evaluación continua y seguimiento de las actividades para medir su impacto y realizar los ajustes necesarios. Utilizar círculos de discusión y retroalimentación constante garantizará la mejora de las futuras intervenciones.
- **Fomento de metodologías colaborativas:** se deben promover metodologías colaborativas y una comunicación horizontal que asegure la participación y el empoderamiento de las mujeres embarazadas, garantizando una atención culturalmente sensible y ajustada a sus necesidades y experiencias.

## Referencias bibliográficas

- Bracamonte, R. (2015). La observación participante como técnica de recolección de información de la investigación etnográfica. *Revista Arjé*, 9(17), 132-139.
- Chamorro Jiménez, Y. A. (2018). *Intervención de Enfermería en el Autocuidado con apoyo Ecuativo en Familiares y personas con diabetes del Centro de Salud N° 1-Tulcán* (Bachelor's thesis).
- Hernández Hernández, E. P. (2022). *Género: una categoría relacional, indispensable para el análisis social*. Instituto de Ciencias Sociales y Administración
- López-Noguero, F., y Gallardo-López, J. A. (2020). *Formación de agentes sociales y animadores socioculturales: una referencia para el desarrollo comunitario en Nicaragua*. In Educación para la salud y desarrollo comunitario: investigaciones para la mejora social en Nicaragua (pp. 44-60). Octaedro.
- Ospina Benavides, Y. C. (2014). *La importancia de la Educación Artística, en el Colegio Nueva Constitución* (Bachelor's thesis, Universidad de La Sabana).
- Racauchi, L. (2003). *Aprendiendo a Cuidar el cuerpo/mente*. Editorial Kier.
- Tucto López, Y. L., y Núñez Valdivia, T. M. (2019). *Efecto del programa "Educación Sexual Saludable" en el cambio de actitudes hacia las relaciones sexuales en adolescentes de una Institución Educativa Estatal*. Amarilis-Huánuco-2017.

**Figura 1**

*Para Ti Mamá*



**Nota:** tomado de <https://www.infobae.com/parati/mama/2018/09/08/sexo-durante-el-embarazo-6-claves-para-reducir-las-molestias-y-alcanzar-la-plenitud/>(Foto: Archivo Atlántida).

**Figura 2**

*Presentación, Sketch Teatral (Danza, Teatro y música) 02/05/23*



**Nota.** Fotografía tomada por los autores del artículo.

**Figura 3 y 4**

*Taller de meditación con mujeres embarazadas 02/05/23*



**Nota.** Fotografía tomada por los autores del artículo.

