

# DISPAREJOS

EDICIÓN 1 × DICIEMBRE 2022

  
POSITIVO  
PARA VIH

  
EN  
CINCO  
MINUTOS  
ESTOY  
CONTIGO 

  
LA  
CIENCIA  
DETRAS  
DE TU  
MATCH



Popper  
QUÍMICA  
DEL  
CLÍMAX



PORNO PARA  
MUJERES

Universidad  
**Externado**  
de Colombia

FACULTAD DE COMUNICACIÓN  
SOCIAL-PERIODISMO

VIGILADA MINEDUCACION

¡TU FUTURO  
ES **AHORA!**

Comunicación Social - Periodismo



¡Inscripciones abiertas!

¡Únete al Externado!

Acreditación Internacional de  
Alta Calidad

Renovación por 10 años

Acreditación Nacional de  
Alta Calidad

Renovación por 4 años

Dirección:  
Calle 12 No. 1-17 Este Bogotá, Colombia.  
Teléfonos:  
3537000, 3420288 y (57+1) 341 9900, ext. 1459  
Email:  
faccomunicacion@uexternado.edu.co

 @ComunicacionExternado

 @ComunicacionExternado

 @ComExternado



# ÍNDICE

EN CINCO  
MINUTOS ESTOY  
CONTIGO

LA CIENCIA  
DETRAS DE TU  
'MATCH'

XXX  
MUJERES

POSITIVO  
PARA VIH

**10** LA INCONCIENCIA  
DEL LENGUAJE

**12** SELLING WELFARE  
AND SELF-DEVELOPMENT

**16** LAS DOS CARAS  
DE UN HOMBRE

**28** MIL NOVECIENTOS  
NOVENTA Y OCHO

**34** EL VIVIR SIN PLACER

**38** POPPER : QUÍMICA  
DEL CLÍMAX

## DISPAREJOS

Diseño y Redacción:

Samuel Felipe Miranda Hernandez

Lorena Tatiana Cárdenas Orjuela

María Paula García Currea

Ernesto Venegas Conde

Nicolás Amador Castrillón

Asesor gráfico: Jairo Iván Orozco Arias

Asesor editorial: Nelson David Mayorga Perdomo

Asesora de contenido: Yuly Catalina González Hurtado

Bogotá D.C., Colombia

Universidad  
**Externado**  
de Colombia

VIGILADA MINEDUCACIÓN

Las opiniones expresadas por los autores no corresponden necesariamente con las de la universidad. Prohibida su reproducción total o parcial, así como tampoco su traducción a cualquier idioma sin la autorización escrita por parte de sus autores.

EDUCACIÓN  
PARA LA  
LIBERTAD  
DE CARA AL  
FUTURO



## INSCRIPCIONES ABIERTAS

Acreditación Institucional  
De Alta Calidad  
**8 años**

## OFERTA ACADÉMICA

ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS  
ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS  
TURISTICAS Y HOTELERAS  
CENTRO DE IDIOMAS Y CULTURA  
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS  
COMUNICACIÓN SOCIAL - PERIODISMO  
TRABAJO SOCIAL  
CONTADURÍA PÚBLICA

DERECHO  
ECONOMÍA  
ESTUDIOS DEL PATRIMONIO CULTURAL  
FINANZAS, GOBIERNO  
Y RELACIONES INTERNACIONALES  
INSTITUTO DE ESTUDIOS  
INTERDISCIPLINARIOS  
CIENCIA DE DATOS



**Teléfonos:**  
PBX: (601)341 9900, exts. 4301- 4302- 4303

**WhatsApp:**  
Pregrado: 3177557570  
Posgrados: 3177605592

**Dirección:**  
Carrera 5 Este n.º 12B-54, edificio H, piso 1  
Calle 12 # 1- 17 este, edificio A piso 1  
Bogotá D.C., Colombia.

Universidad  
**Externado**  
de Colombia  
VIGILADA MINEDUCACIÓN



# CARTA DEL EDITOR

Siendo honestos, ¿cuántos de nosotros estamos buscando desesperadamente cambiar nuestras vidas? Buscar ese libro, esa experiencia, ese clic que nos ayude a tener un verdadero cambio. Constantemente queremos mejorar nuestro físico, sacar adelante un proyecto personal o, incluso, fortalecer nuestras relaciones con los demás. Cuando fuimos encerrados por un virus, dejamos de vivir en la realidad y huimos al medio digital, dejando grandes problemas de salud en cada uno de nosotros; Entendimos que muchas personas después de la pandemia por Covid-19 perdieron sus habilidades sociales en el trabajo, en el amor y en su vida académica. Por ello surgió *Disparejos*, el medio de comunicación sobre seducción y desarrollo personal en Colombia.

Llegamos al punto en que la persona que se refleja en el espejo entiende algo más que quien estuvo ahí hace unas semanas queriendo un cambio en su vida. La comida, las redes sociales, las drogas y la pornografía son amenazas para el desarrollo personal, pues afectan nuestro comportamiento en la sociedad. Estamos totalmente hackeados. Pero... ¿cómo podemos darle vuelta a nuestro favor? Por medio de nuestros artículos queremos generar un cambio de mentalidad en los lectores, que puedan sentirse respaldados por un medio que entienda sus necesidades, uno que pueda dar visibilidad a hechos coyunturales no abordados en los medios tradicionales.

Agradezco profundamente a las personas que confiaron en la idea desde un principio. Siempre buscamos aportar valor y que fuese una propuesta que sirviera para generar un cambio

en las personas que la consuman. Nicolás Amador, Ernesto Venegas, María Paula García y Lorena Cárdenas fueron parte clave para la creación de este proyecto. Nos apasiona hablar de este tema, reconocemos las necesidades que tienen las personas en la sociedad y empatizamos profundamente con lo que las personas son y desean ser. No podemos dejar de lado la creatividad de Jairo Orozco en el diseño de la revista, la eficacia periodística de David Mayorga y los consejos certeros de Yulie González.

Nos complace decir que este proyecto quedará marcado para el resto de nuestra vida personal y profesional. A continuación, ustedes emprenderán un viaje por las diferentes temáticas de nuestra revista: salud sexual, desarrollo personal, psicología masculina, femenina y seducción. Esperamos que disfruten este proyecto al máximo e impacte de manera inmediata en su mentalidad y actitud.

**Samuel Miranda Hernández**  
Director



EN 5 MINUTOS

# ESTOY CONTIGO



Ilustración: Nicolás Amador





La inexplicable situación en la que muchos se enfrascan, quizás por una simple vagancia, por hacer algo que no tiene ninguna clase de relación con las verdaderas cosas importantes a las que estamos sujetos. A vista de un experto, esto tiene su explicación.

Por: Nicolás Amador



No existe un estudio enfático sobre la pérdida de tiempo y la famosa procrastinación, sin embargo, la claridad de este asunto la puede explicar de manera concisa un experto en la salud mental y el comportamiento. La creencia arraigada de mantener una productividad solo se remarca en los ámbitos económicos en los que nos encontramos a diario en la sociedad.

Para aclarar esta información, Pilar Camargo, psicóloga y terapeuta de salud mental de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, señala que sobre ese tema existe una postura distinta desde la psicología. No necesariamente lo que dicen en videos de autoayuda es a ciencia cierta la verdad justa de esta situación.

Camargo afirma que regalarse tiempo a uno mismo, fomentando claramente el autocuidado en espacios de tiempo determinado, es muy beneficioso, permite reconectar con sigo mismo, conexión que muchas veces perdemos por estar enrolados en el agite de la vida diaria. Sin embargo, hay que diferenciar este concepto de regalarse tiempo y espacio

para uno mismo del hábito de posponer la ejecución de tareas.

A veces nos mostramos reacios a esto. El agite de la cotidianidad, como afirma ella, nos impide dimensionar que debemos parar cuando estamos enfrascados en algo. Así mismo la sociedad impide continuar con una productividad adecuada; ante esto Juan Felipe Cáceres, ingeniero de obras, confiesa:

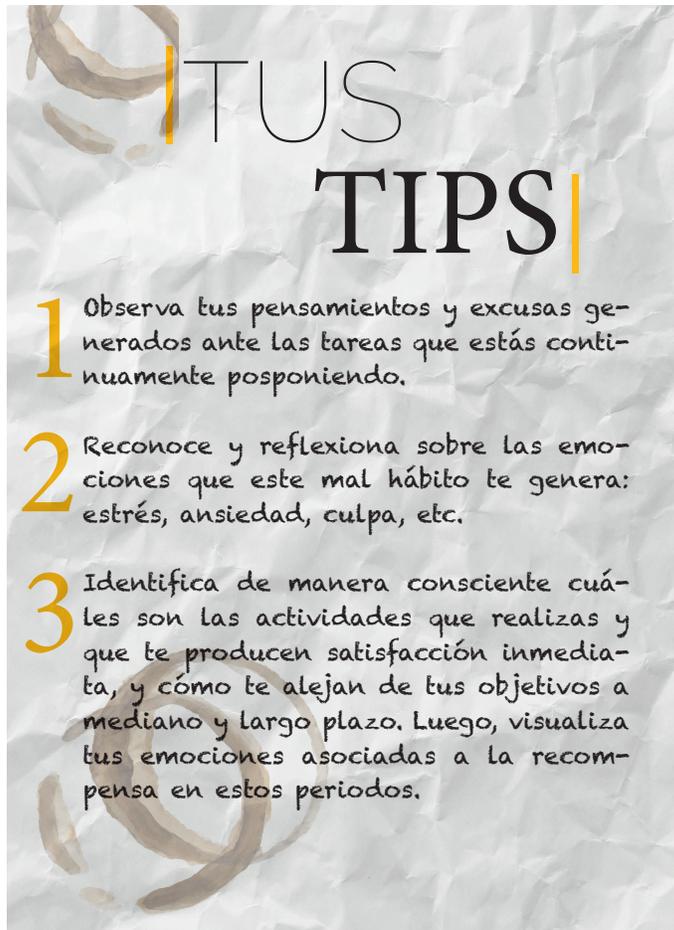
“Empezar a trabajar joven fue como un plus porque tenía toda la energía para hacerlo y me motivaba día a día. Pero con el paso de los años se fue convirtiendo en algo que no paraba y no podía salirme, porque tenía un buen salario y prestaciones; sin embargo, hoy, diez años después, me di cuenta de que perdí mucho tiempo en esto, perdí a mi pareja por estar tanto tiempo en el traba-

jo y, al final, me di cuenta de que no siempre se pierde el tiempo de una manera como por vagancia, sino que también el trabajo lo consume mucho a uno y no se sabe uno cuando parar en serio”.

Para hablar de la procrastinación no hace falta aclarar muchas cosas, es evidente que en pleno 2022 se presente como algo cotidiano y hasta normal sobre todo para los jóvenes. Camargo afirma que “Es la tendencia de aplazar o posponer tareas u obligaciones sin una justificación válida. Es una actitud que normalmente no tomamos de manera consciente, es decir, generalmente ‘decidimos procrastinar’ solo nos decimos ‘lo hago luego’, lo que nos produce una tranquilidad momentánea pero que, luego, se convierte en una fuente de estrés y de ansiedad”.

“No soy bueno para esto..., qué pasará si lo hago mal..., no me parece justo tener que hacer esto..., etc” .





Esto se produce cuando nuestro desagrado hacia la tarea es más fuerte que el sufrimiento de realizarla. “Tengamos en cuenta que por decirlo de alguna manera, tenemos un cerebro dividido. Una parte es nuestro cerebro primitivo, que nos lleva a buscar la supervivencia, y eso es buscar todo lo que nos dé alegría y sea ciertamente fácil, y luego está esa otra parte que es la racional la que nos permite tomar decisiones,

planificar, analizar, etc. Donde la recompensa se encuentra más a largo plazo”, recalca Camargo:

La indecisión sobre posponer o no estas actividades está presente en muchas personas que viven en un ajetreo diario, en el trabajo, el estudio, con la misma familia y se vuelve cada vez peor ya que no existe una regulación del tiempo estimado para cada actividad.

Camargo considera que ‘es un hábito afecta por igual a mujeres y hombres, pues tiene que ver más con factores psicosociales, el entorno en que nos desarrollamos, los autoesquemas (creencias sobre sí mismos) y los rasgos de personalidad que con el género’.

Sencillamente, la procrastinación se presenta como una forma de evaluar lo que podemos hacer o no, teniendo en cuenta el tiempo que les asignamos. De tal forma que procrastinar es el resultado de emociones como miedo al fracaso, lo cual es característico de personas con baja autoestima; la frustración que tiene que ver con tareas que les parecen poco atractivas o inservibles; o con la indecisión, que es una característica de los perfeccionistas que los lleva a un fenómeno conocido como “parálisis por análisis”, que no es otra cosa que permanecer en la inacción de tanto pensar en cómo hacerlo bien.

Claramente la procrastinación se volvió algo cotidiano, ahora mucho más presente en los jóvenes en los que se manifiesta una acción involuntaria que afecta considerablemente en la práctica académica. Camargo afirma que “el uso del internet se ha desvirtuado como herramienta facilitadora de estudio a un canal de obtención de recompensas inmediatas, donde los alumnos se dejan atrapar en un espiral de información, muchas veces irrelevante o poco beneficiosa, pero que genera ‘adormecimiento’ de sus emociones y lleva a la postergación de obligaciones”.

Cabe aclarar que esta famosa procrastinación no es un problema médico, además es tratable desde unas simples prácticas para evitarla. Camargo plantea estos tips para liberarse de su influjo. 



# ¡PREPARA TUS TRABAJOS!

INSCRÍBETE A LOS PREMIOS JOSÉ DE RECASENS 2023

Para más información haz click aquí



Universidad  
**Externado**  
de Colombia

FACULTAD DE COMUNICACIÓN  
SOCIAL-PERIODISMO

VIGILADA MINEDUCACION



CÁTEDRA JOSÉ DE  
*Recasens*

# LA INCONCIENCIA DEL LENGUAJE

Desconocido por muchos, pero presentes en la cotidianidad, la kinésica y proxémica son sencillamente los estudios del lenguaje corporal.

Por: Nicolás Amador

Foto: Sara Cortes



Sin duda nos hemos fijado en este tipo de lenguaje. La expresividad de las personas ante la realidad demuestra una vez más la potencia comunicativa del lenguaje corporal. En un principio se puede demostrar desde la educación escolar, donde la relación del estudiante con el docente se puede simplificar de cierta forma dentro de sus límites.

Alejandro Juárez Torres, especialista del lenguaje no verbal de la Universidad Veracruzana en México, afirma que: “en la relación maestro-alumno, la comunicación cara a cara se vuelve fundamental debido a que esa interacción, y el modo en como se relacionan los sujetos, es el medio de transmisión de contenidos culturales y de mensajes sociales no expresados”. En este caso, la intención no está solo en lo que se dice sino en todo el alrededor.

En la cotidianidad esto se ha convertido casi como un análisis profundo de las expresiones de cada persona, también del detalle a detalle del momento donde estas situaciones no verbales se efectúan. Las posturas, gestos, expresiones faciales y la apariencia son el indicativo perfecto y único de cada quien. La kinésica asume una importancia general, ya que los gestos nos definen y enfrentan a lo verbal para imponer un mensaje que debe ser interpretado correctamente; la mala interpretación de los gestos y el lenguaje corporal pueden afectar el mensaje en conjunto. Por ejemplo, cuando desciframos si una persona está mintiendo o diciendo la verdad.

No existe un curso de cómo debamos comprender el entorno social o las dinámicas que se presentan; sin embargo, los espacios comunes

dan para hablar de este tipo de lenguaje y cómo la kinésica y proxémica se ejecutan coordinadamente. Carla Fontela, de la Universidad de Oviedo, en España, afirma: “Si analizamos todas las interacciones que realizamos a lo largo de un día, nos daríamos cuenta de que es prácticamente imposible que el lenguaje verbal aparezca de forma aislada; cuando una persona expresa algo de forma oral, rara vez lo hace sin gesticular, moverse, emitir algún sonido o cambiar el tono de voz”.

Nuestras expresiones no verbales alcanzan una potencia en el mensaje. En la cotidianidad existen contextos donde un solo rasgo puede significar un montón de cosas. El claro ejemplo es una entrevista de trabajo, en la cual la vestimenta y la apariencia en un principio cumplen una función comunicativa radical. No depende en un cien por ciento de lo verbal, sino también de simplificar nuestras acciones y gestos para que el mensaje transmita la intencionalidad deseada.

Ante esto, Fontela agrega: “Saber comunicarse de forma eficaz en una lengua no solo consiste en dominar los códigos lingüísticos, también implica un proceso de socialización en el que constantemente estamos enviando y decodificando información sobre cómo somos y cómo actuamos; estos procesos

facilitan el éxito de las relaciones de este tipo”.

Finalmente, está más que claro que la intencionalidad de nuestro mensaje va más allá de lo verbal, el sigilo del lenguaje corporal es vital para la construcción de un mensaje. Debe haber una regulación e igualdad entre lo verbal y lo no verbal en lo que expresemos. Comunicar con lo verbal o no, se simplifica en la intención discursiva y social que se requiera, y poco a poco se van adquiriendo unas habilidades sociales para mejorar nuestra relación con las demás personas. 🧑🏻‍🤝‍🧑🏻



Foto: Sara Cortes

“Nuestras expresiones no verbales alcanzan una potencia en el mensaje”.





Ilustración: Ernesto Venegas



# Selling welfare and self-development

We are living in a unique era with many options for professionals who claim to have a 'inner knowledge', to help people and teach them the path to success. But are they really selling self-development? Or is it just a new way to defraud their money?

By: Ernesto Venegas Conde



What are some of the thoughts people have when self-development comes up? Many see it as a way to understand themselves and see which social areas we can improve. Others think that it is something that does not matter that much and see it as a way to make money. Self-development is an especially important part of life. It's not only about social abilities, but also about understanding who we are and what purpose people have. In many cases, it's hard to understand ourselves and get to know us. In those instances, there is a need for a guide. Someone who can help people. This opens an opportunity to not only provide society with a solution to this problem, but also to make a profit out of it. But how is society selling us these 'helping tools'?

To understand this situation we asked Sandra Rodríguez, who has been a life coach for almost 12 years. She explained that people have misunderstood the real meaning of being a life coach and assume it as a person who's going to solve all their problems. However, that's not true. As Sandra explains, a life coach is someone who helps you understand the areas of life in which you may be having difficulties, and then provides a series of tips so that you can improve. The most common cases that they work with are related to mental health: people having anxiety, stress, and depression problems that seek help to stop suffering.

It's possible to understand the real purpose that a life coach serves, but also, it helps us to see reality. Now there is a huge demand for this

type of help, so it means that this is a big opportunity to make money. Sandra told us that, in her years as a coach, she had to work for big companies that turned therapeutic help into a business.

There has been an industrialization of this job. It is possible that you have seen a lot of advertisements for people, where a person claims to know the answers to everything in your life, and that it is easy to have good mental health. If you buy a course or talk with them, your life would be perfect.

This is the common image society has of coaching and self-development. A stereotype where people take advantage of others who are seeking help only for their personal interest, creating a very profitable industry. But it's not just that. Self-development has not been seen in the way it should. Because of the bad image created by the industry. But this is not an impediment for the real coaches that really care about people

Sandra claimed that it is unfair to see this type of situation, but she and her colleagues must fight back. They will help people to understand themselves, to improve in life, to know who they really are, and what purpose they have without being a marketing victim facing the stigma people have of it. Self-development is something you must discover by yourself with your own standards. 🧑🏻‍🦯

Ilustración: Ernesto Venegas



Sandra Rodríguez-Life Coach



Una mente calmada  
trae fortaleza interna  
y autoestima, eso es  
muy importante  
para la salud mental.

*Dalai Lama*



Si te sientes mal, ven y acércate a  
**Bienestar Externado. ¡Estamos para ayudarte!**

Dirección: Calle 12 # 0 – 07 Este. Bogotá, Colombia  
Teléfono: 3419900 Ext. 3401  
Correo: bienestar@uexternado.edu.co

# Otro manual DE SEDUCCIÓN

Por: Samuel Miranda Hernández.

¿Cómo hace un gay para caerle a un hombre por Instagram?  
¿Cómo conquista una mujer a otra? La comunidad LGTBQ+ tiene diferentes maneras de hablar con una persona atractiva. Tres de sus miembros, con orientaciones sexuales distintas, comparten sus tácticas.

Ilustraciones: Studio Xiaviera Altana

## Nicol (Bisexual)

¿Cómo le caes a una persona atractiva?

Veo lo que le gusta a esa persona para que esas cosas las vea en mí. Soy muy detallista y atenta, pero luego le dejo de dar atención para generar más interés. En la comunidad LGTBQ+ nos arriesgamos más porque, de todas maneras, sea como sea, vamos a ser juzgados. Entonces por eso es que yo suelo ser muy directa con las personas que me parecen atractivas.

¿Cómo le caes a una mujer por Instagram?

No me gusta que tenga la cuenta privada; si la tiene, no le escribo a menos que me interese demasiado. Luego de eso estudio su perfil, miro si tiene pareja o no, sus fotos y sus historias destacadas. Le doy like a dos o tres publicaciones, luego reacciono a sus historias con cosas "random" que den la oportunidad de hablar de algo diferente..





## Camilo (Gay)

### ¿Cómo le caes a un man por Instagram?

Si no lo conozco en persona y me pareció atractivo su perfil, le doy dos likes a sus fotos; si él me los devuelve, le empiezo a dar like en las historias, pero no todas, solo en una. Luego de eso, si veo que sigue el juego, le respondo una historia. La clave es hacerle una pregunta como “¿dónde conseguiste esos tenis?”, o “me gusta tu estilo, ¿dónde compras tu ropa?”. A los gays nos encanta hablar de nuestros outfits, pues les dedicamos gran parte de nuestro tiempo. Si le respondes la historia como “estás muy lindo” o “hola”, es muy probable que no te responda o pierda el interés rápido.

### ¿Cómo atraes la atención de un hombre?

Depende de si es en una fiesta o en la universidad. En una de techno es mucho más fácil conocer a alguien; empiezo a hacer contacto visual con el chico, y si él me sigue el juego, voy y bailo con él. Ese es el primer acercamiento antes de besarme con un gay. Por lo general somos muy lanzados. En mi caso, yo tengo la iniciativa, pero luego él tiene que poner de su parte. Después de bailar le pido el Instagram, el WhatsApp no porque es mucho más personal.

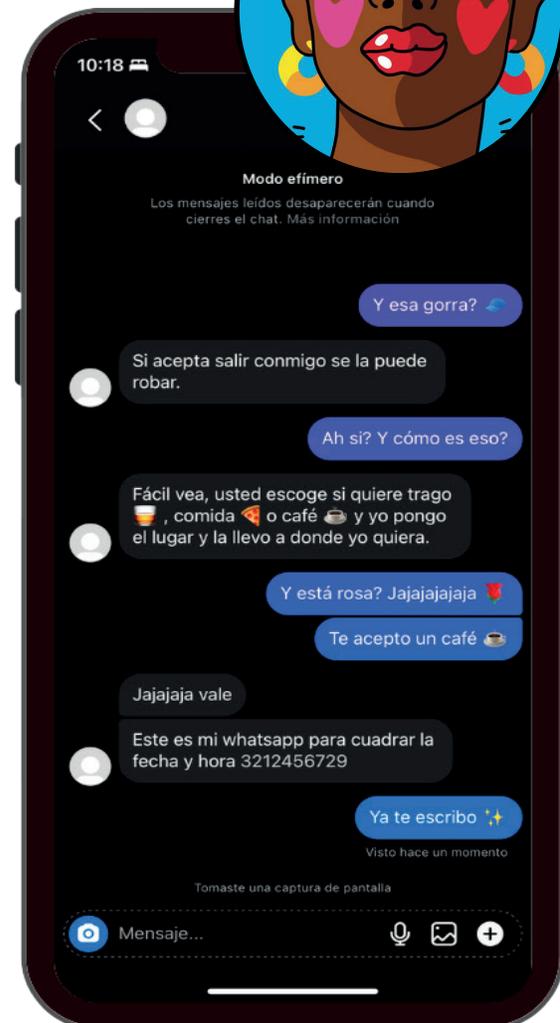
## Sandra (Lesbiana)

### ¿Cómo atraes la atención de una mujer?

A una mujer le gusta que le demuestres interés, pero también que seas exclusiva. La idea es que ella piense que tiene el control, pero tú eres la que controla las cosas. Entonces, cuando la vieja siente que ya te tiene, es cuando tú le empiezas a demostrar que no te tiene del todo. Por ejemplo, le dices “hoy voy a salir con una amiga”, “voy a salir a comer con alguien más” y que tú no le cuentes que con quién vas a estar; indirectamente, le estás diciendo que tienes más opciones y tu vida no gira en torno a ella. Entonces ahí es cuando ella empieza a demostrarte a ti que quiere ser exclusiva contigo.

### ¿Cómo le caes a una mujer por Instagram?

Yo calculo cuándo me puede devolver el follow más rápido. Si lo hace, no le escribo de una, porque me voy a ver muy necesitada. Por lo general espero tres días o una semana máximo para responder una historia de manera distinta, porque a una vieja bonita siempre la van a halagar por su físico, entonces te va a considerar como otra chica más; en cambio, si tú le preguntas por algo que le pueda llamar la atención, vas a resaltar sobre todos los “hola” que tiene en el DM de Instagram. 



# La ciencia detrás de tu 'match'

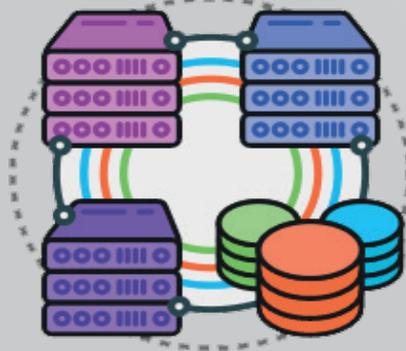
Todos han escuchado sobre las apps de amor, una herramienta con la que puedes conocer nuevas personas sin tener que recurrir directamente a socializarte de manera presencial. Mucho se ha hablado, más no todos han pensado sobre qué hay detrás.

Por: Ernesto Venegas Conde

**Badoo** tiene usuarios en más de 180 países, está disponible en 22 idiomas y registra cerca de 300.000 usuarios nuevos por día



Los desarrolladores de software crean a través de lenguajes informáticos, como Python, Java y R, algoritmos conocidos como matching learning. Están diseñados para recopilar información de los usuarios y, luego, emparejarla.



Los algoritmos se unen para generar un clúster, un conjunto producido por los datos de los usuarios. Estos pueden ser su género, edad, ubicación geográfica, gustos, estatus social, etc.



# MATCH!

Según Statista, en países como Estados Unidos el 14,72% de la población está suscrita a este tipo de aplicaciones móviles. En Colombia, el 5,18% de la población está registrada, demostrando la magnitud e impacto que tienen en la sociedad.

Segun datos de la BBC, la cantidad de usuarios activos en **Tinder** es de 57 millones por mes

La plataforma más popular entre el público gay **Grindr**, es utilizada por unas 11 millones de personas al mes

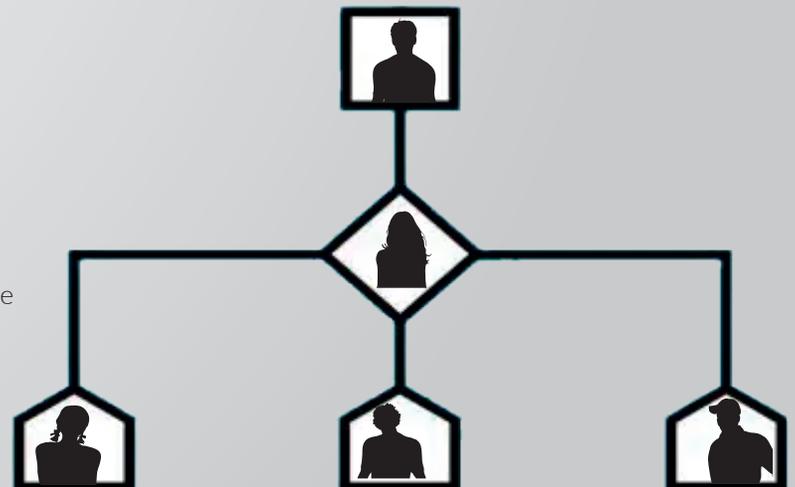


Esto se registra como un match y se envía una notificación a las dos personas sobre alguien que registró información similar. Y de esa forma conoces a una nueva persona gracias a la app.

Creada en París en 2014, **happn** cuenta a d'ía de hoy con más de 100 millones de usuarios en todo el mundo

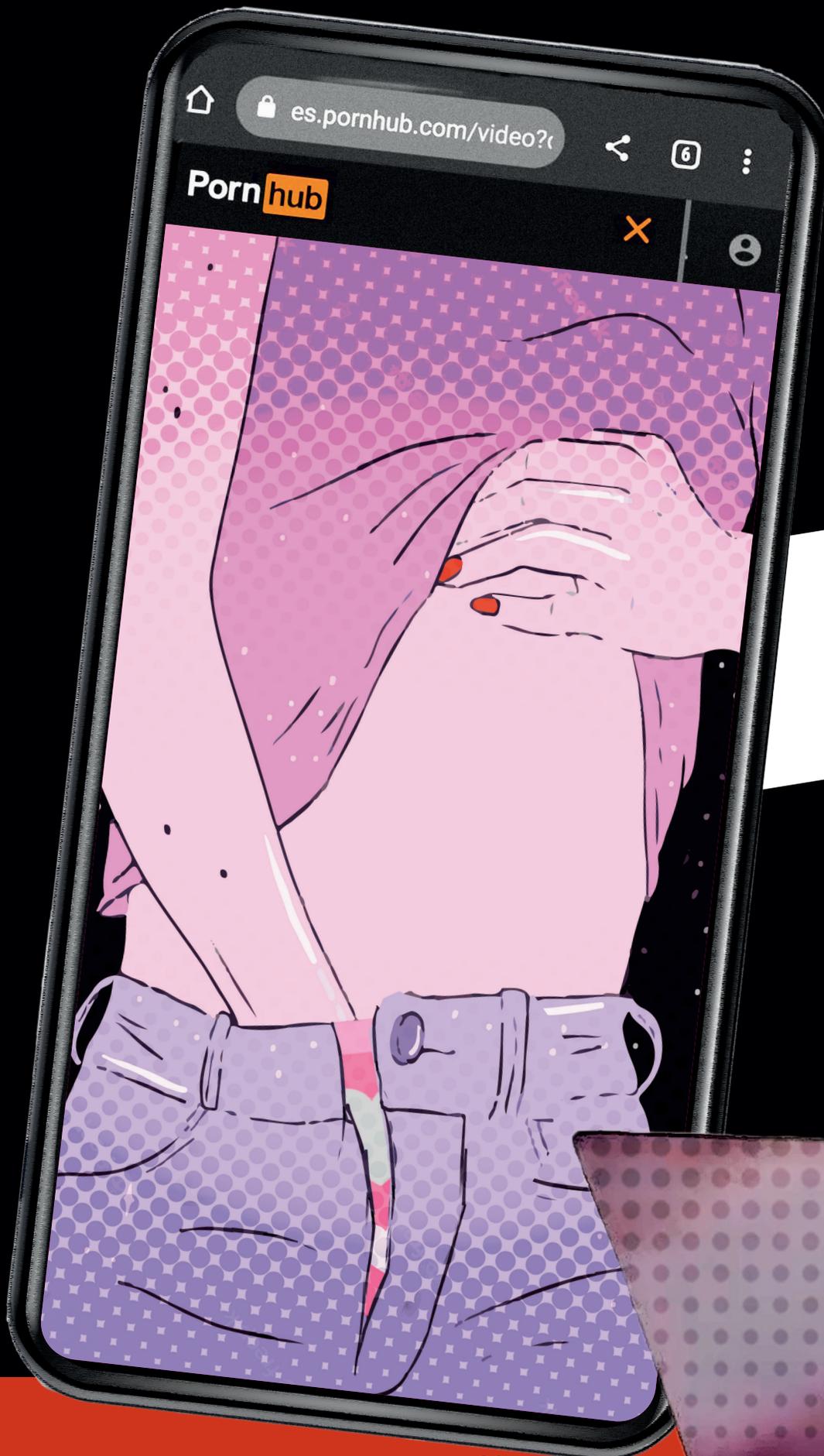
Los algoritmos de matching learning encuentran en el clúster una coincidencia entre los datos de dos personas que buscan lo mismo.

Los clústers son programados de tal forma que al momento de recibir los datos personales comienzan a guardar la información a la espera de que otro usuario registre algo similar. Pueden ser condicionados para identificar similitudes con ciertas condiciones. Un ejemplo sería que un hombre busque una similitud, pero que solo sea con mujeres.



Fuentes: Latino-bi Consulting y Statista





# Mujeres

# XXX

Por: Lorena Tatiana Cárdenas Orjuela

La mujer y la pornografía siempre han estado a dos orillas una de la otra, pero es momento de cambiar este pensamiento. Es hora de normalizar el placer femenino.

Ilustraciones: Lorena Cárdenas y María Paula García



La pornografía es un medio de recreación sexual que ha tenido diferentes formas de representación para un público tan diverso. Como lo define la Real Academia de la Lengua Española, es una “presentación abierta y cruda del sexo que busca producir excitación.”

En tiempos atrás, la pornografía se manifestaba por medio de esculturas, murales

y textos eróticos, como en Roma o Grecia, y fue evolucionando para presentarse como fotografías, ilustraciones y videos. Los programas de pornografía al inicio se conocieron como *stag films* y empezaron a tener un gran consumo; a partir de los años 60 se comenzó a tener una mayor libertad sexual en la creación de este tipo de contenidos, mezclándose con la llegada del internet, donde se produjo una masificación mundial.

Aunque la pornografía siempre se ha considerado un producto hecho por hombres y dirigido para hombres, las mujeres se han convertido en

un público en crecimiento. Por ejemplo, según el informe de 2021 de la página Pornhub, se registró un 35% de usuarias nuevas en la plataforma; Colombia está posicionada en el segundo lugar a nivel mundial en audiencia femenina, con un 49%. Así es, las mujeres disfrutan ver escenas sexuales que les produzcan placer, pero ¿por qué es un tabú imaginar que una mujer ve este tipo de contenido?

Según Gisela Arroyo, comunicadora social, periodista y magíster

La pornografía me hace sentir emoción, causa la sensación de la mujer de mojarse; y me gusta el lésbico, siento que toca los puntos que a las mujeres nos gusta.



en Estudios de Género, la sexualidad desde el contexto colombiano tiene una fuerte influencia por el imaginario sobre cómo debe ser la formación y crianza para la mujer, e incluso, la influencia en el comportamiento frente a la sexualidad. Se le conoce como “modelo virgen María o Mariano”, cuando la mujer debe “ser sumisa, ser devota, estar siempre a la disposición de los demás, a complacencia de los demás, impliéndose también en la sexualidad.”

Esto provoca en la mujer un desplazamiento de sus deseos, necesidades y placeres, dejando de lado su propia intimidad. Pero esto ha venido cambiando, como Gisela lo menciona, debido a los diferentes discursos que reivindican el placer femenino, provocando un cuestionamiento sobre la sexualidad femenina puesto que ya no es una obligación tener hijos o complacer a la pareja, sino más bien satisfacerse a ella misma.

Pero, ¿por qué a las mujeres se les ha restringido tanto expresar su sexualidad en comparación a los hombres? Es un tema de construcción social, en el cual se pueden visibilizar comportamientos que construyen desde la infancia. Como lo menciona Gisela, “con un simple comentario se le va generando a los niños esta idea de ‘tener muchas novias’, ‘no pasa nada si exploras tu cuerpo, pero hazlo solo’ frente a la forma en que se le presenta a las niñas, ‘que la sexualidad debe ser un tema solo para la reproducción y no para

goce (placer)’; un pensamiento que, si se analiza, resulta muy religioso y, aunque no lo creamos, ha formado a varias mujeres, limitándolas de sus propios deseos”. Así estos comentarios no sean expresados con una mala intención, se va generando esta desigualdad de cómo se enseña la sexualidad en la sociedad.

También desde la parte sexual, el tabú que una mujer acceda a contenidos sexuales en busca de placer tiene un significado muy marcado en la sociedad, como lo menciona Bella Jazmín, psicóloga especializa-

da en sexología educativa y que se encuentra estudiando una maestría en Sexología Clínica: “Históricamente la sexualidad ha sido menos permitida para nosotras, y el placer, ¡olvídate! O sea, el placer está relacionado con culpa, con vergüenza, con ser mala mujer, con ser puta y si a eso le sumas que voy a estar viendo contenido explícito gráfico, imágnate, es peor aún”. Aunque ahora se están abriendo esas brechas para desarrollar nuestra sexualidad libremente, todavía quedan pensamientos para eliminar.

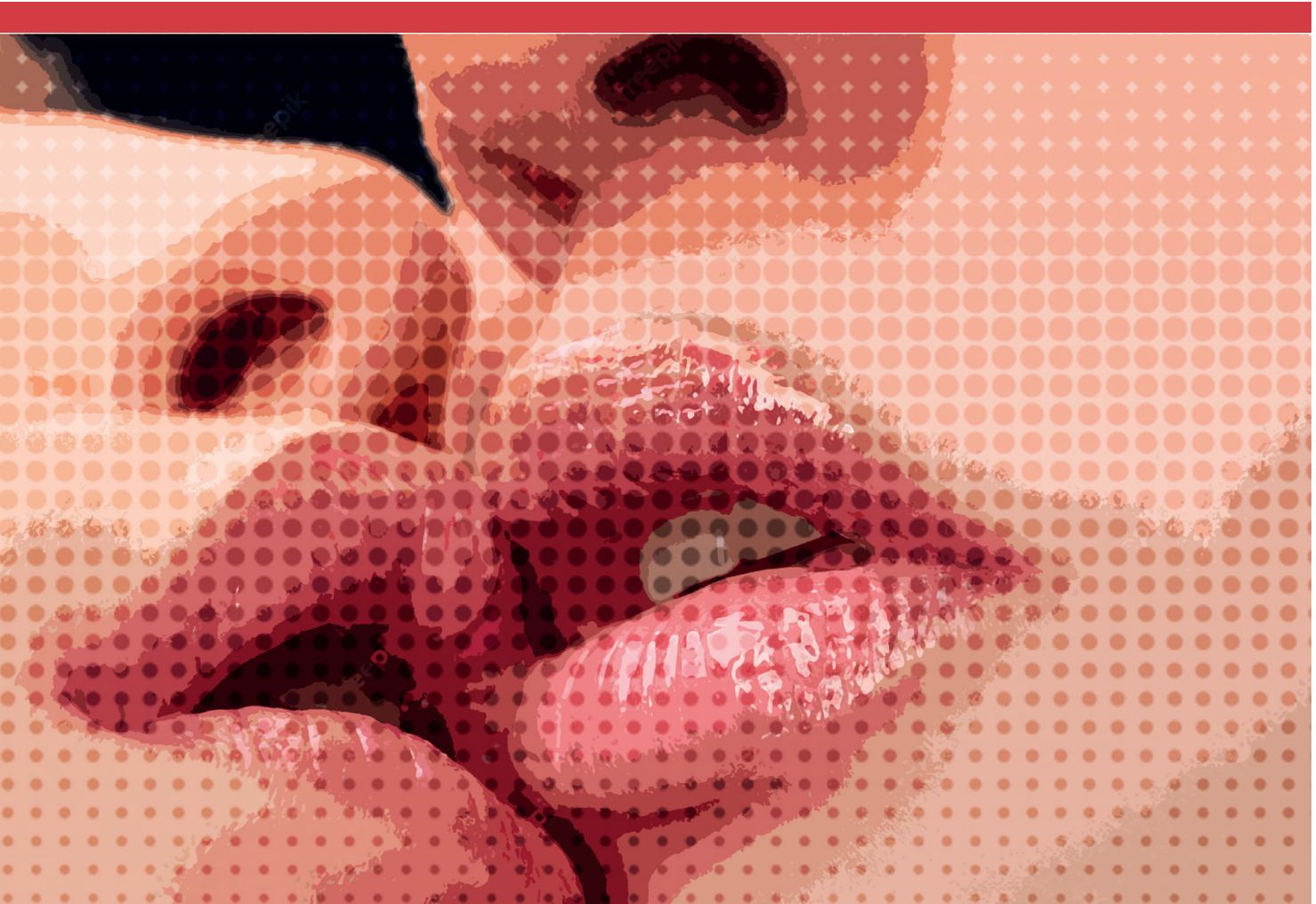


Hay un material que es diferente, que está hecho por mujeres para mujeres, que busca mostrar el sexo real y la manera de que sea placentero. Es el porno feminista.



Gisela Arroyo,  
Comunicadora social-  
periodista y magíster  
en Estudios de Género.





Son estos prejuicios los que día a día se van sumando en la vida de la mujer, y tienen tanto peso sobre la sexualidad y la forma de tener placer que se vuelve prohibido que una mujer hable y dé a conocer sus necesidades sexuales, ya sea en su entorno privado o social. Porque muchas veces al tocar el tema, así sea por encima, son juzgadas, condenadas y presentadas en la sociedad como inmorales, pero si el hombre lo manifiesta, está bien, llegando a ser un privilegio para ellos, como lo menciona Gisela.

Sin embargo, eso no ha impedido que las mujeres continúen abriendo los caminos para expresar su sexualidad, y en la pornografía

“Me hace sentir emoción, me causa la sensación de la mujer de mojarse, y me gusta el lésbico porque siento que toca los puntos que a las mujeres nos gusta; no está solo el hombre en su papel, sino que la mujer predomina, domina.”

han tenido esos espacios íntimos, donde se tiene una conexión consigo misma que les permite conocer cuáles son sus preferencias.

Katrina\* es una chica de Bogotá, usuaria de la página Pornhub. Considera que estos videos le han permitido explorar su cuerpo, conocer lo que le gusta y qué tipo de porno ver cuando está sola sin su pareja: “Yo veo sexo lésbico, es lo que más me lla-

ma la atención.” Según cifras de esta página, en nuestro país se consume más el porno lésbico; sus cifras también revelan que el principal grupo de usuarias (26%) suelen tener entre 18 y 24 años, seguido por las que tienen entre 25 y 34 (25%), una edad amplia para el consumo de pornografía.

Los motivos para acceder a contenidos explícitos en busca de placer sexual son muy diversos, no



La apreciación y el cariño  
empiezan por uno mismo.

¡QUIÉRETE TAL COMO ERES!

Si tienes problemas contáctate  
con la unidad de género.

 (601) 341 99 00 Ext.: 4037  
 [unidaddegenero@uexternado.edu.co](mailto:unidaddegenero@uexternado.edu.co)  
 Calle 12 No. 1-17 Este. Solar 1  
Bogotá, Colombia.

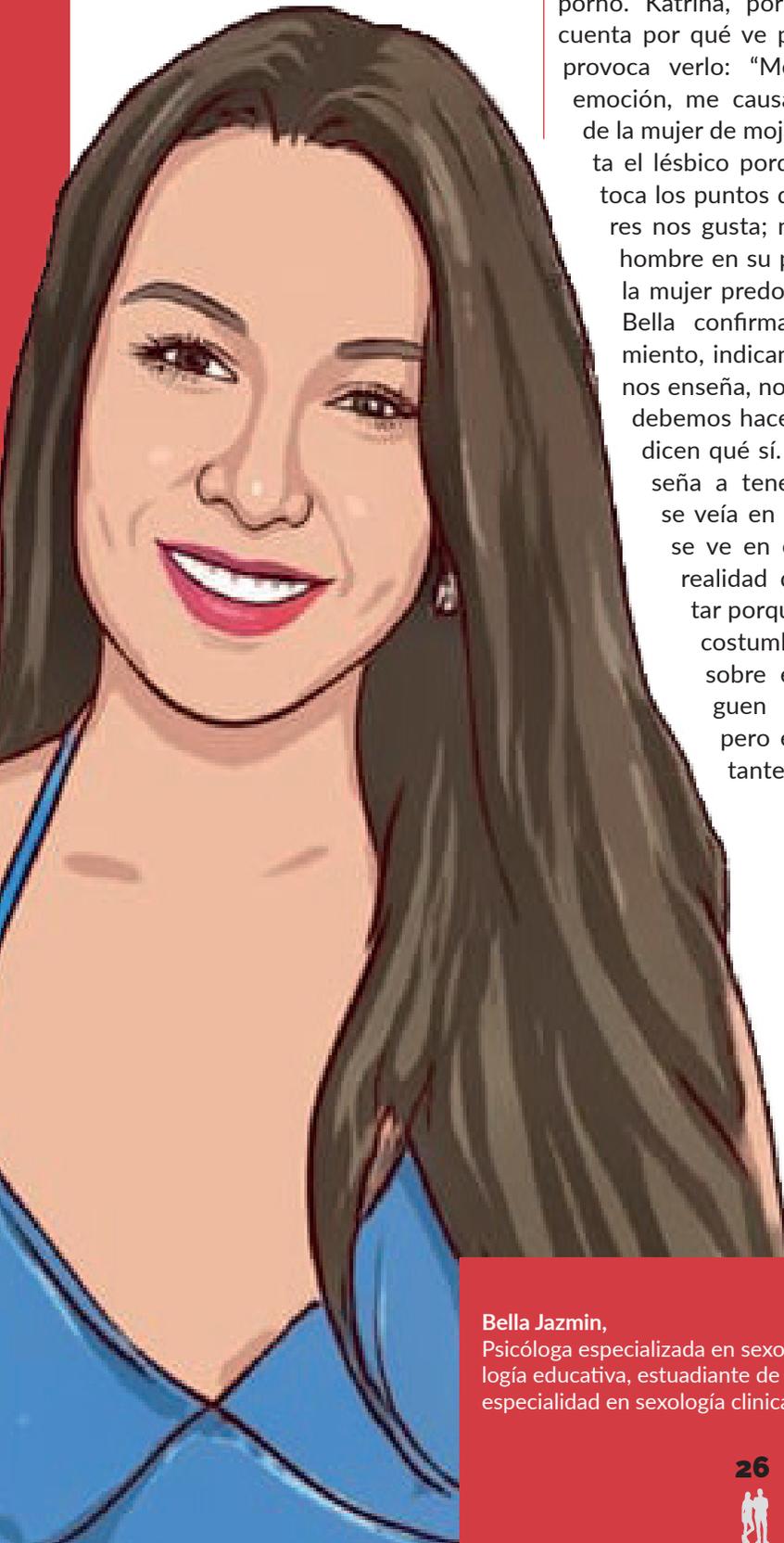
Universidad  
**Externado**  
de Colombia

FACULTAD DE COMUNICACIÓN  
SOCIAL-PERIODISMO

VIGILADA MINEDUCACIÓN



**DISPAREJOS**



se podría generalizar sobre ellos porque cada mujer es distinta, con diferentes matices y ojos para ver porno. Katrina, por ejemplo, nos cuenta por qué ve porno y qué le provoca verlo: “Me hace sentir emoción, me causa la sensación de la mujer de mojarse, y me gusta el lésbico porque siento que toca los puntos que a las mujeres nos gusta; no está solo el hombre en su papel, sino que la mujer predomina, domina”. Bella confirma este pensamiento, indicando que “nadie nos enseña, nos dicen qué no debemos hacer, pero no nos dicen qué sí. Nadie nos enseña a tener sexo. Antes se veía en revistas, ahora se ve en el porno”. Una realidad difícil de ocultar porque varias de las costumbres arraigadas sobre el tema se siguen manteniendo, pero están en constante cambio.

**Bella Jazmin,**  
Psicóloga especializada en sexología educativa, estudiante de la especialidad en sexología clínica

¿Las mujeres ven pornografía porque sus parejas no las satisfacen? “No siempre, aunque puedo decir que muchas veces mi pareja no me hace llegar a ese punto que, de pronto, yo llego”, confiesa Katrina. Esto sucede, como lo menciona la sexóloga Bella Jazmín, porque “el porno está hecho para hombres y busca su complacencia, mas no la de las mujeres. La sexualidad de la mujer es un tema capitalista que solo busca vender y generar ingresos”.

Esta situación es muy común en el porno: el hombre es el sujeto del poder, provocando un control dominante ante la mujer, porque en esta industria tan amplia, ella es mayormente presentada como un objeto destinado para dar placer al hombre.

En muchas de estas producciones tradicionales, la mujer es muy sexualizada. Por ejemplo, la apariencia física de las actrices se centra en sus atributos grandes, cabello largo, son delgadas, sin ninguna imperfección en su cuerpo, lo cual presenta un prospecto que solo una mínima población en el mundo cumple. Por otra parte, a las mujeres, se les vende la idea de que así es como se deben comportar en el momento de tener sexo, dejando de lado su misma necesidad de complacerse.

Pero si se compara con la pornografía lésbica, donde la mujer es el centro de atención y su placer es el principal objetivo, se evidencia una serie de comportamientos que activan ese deseo por medio de juegos o actos preliminares antes del coito, como, por ejemplo, el uso de caricias, besos, sonidos o palabras que van aumentando este apetito sexual y que llevan a disfrutar más ese momento de placer visualizado por una pantalla. Por eso hay que entender



El porno está hecho para hombres y busca su complacencia, mas no la de las mujeres. La sexualidad de la mujer es un tema capitalista que solo busca vender y generar ingresos.

que hay diferencias en el porno que observan el hombre y la mujer, ya que no son lo mismo, no se observan de la misma manera y no buscan satisfacer los placeres de cada individuo de la misma forma. Ahora la industria del porno está cambiando las formas de presentar la pornografía, de contar nuevas narrativas que asemejan mucho a las situaciones reales que se viven en un acto sexual y que dejan de lado las necesidades de vender momentos que no son reales.

Por otra parte, se está aumentando la creación de pornografía con diferentes matices y realizando el placer de la mujer. Hoy las mujeres se están abriendo camino en una industria manejada por hombres, como Gisela lo menciona: "hay un material que es diferente, que está hecho por mujeres para mujeres, que busca mostrar el sexo real y la manera de que sea placentero. Es el porno feminista". La directora Erika Lust es pionera en la pornografía feminista, en la que plantea historias y crea cine para el placer femenino y no solo un corto de 15 minutos de pornografía tradicional, mostrando solo el momento de la penetración. Sus producciones tienen nuevas narrativas que permiten una visión diferente sobre el placer femenino y el proceso previo al coito sexual.

Igualmente, dejar de lado tantos estigmas permite cambiar conceptos que se han llevado por mucho

tiempo en la sociedad, específicamente, "el significado del síndrome *Madonna Whore Complex*, clasificando la mujer en que debe ser ¡santa!, o ¡puta!, pero las dos no", menciona Bella. Este es un concepto equivocado hacia la mujer, porque se provoca una estigmatización, y lo peor, una clasificación dentro de la sociedad de cómo se debe comportar para estar dentro de los estándares sociales de santidad y que no exprese su sexualidad libremente. Estos cambios son relevantes para las mujeres. Según Gisela, "hay una trasgresión

del sistema, desde el momento en que mostremos que somos empoderadas de nuestra sexualidad, que podemos ejercerla y que esto no nos define para mal. Esto implica un cambio en la mentalidad." Es un cambio en los discursos y los temas tabú, no mencionados, haciéndose visible el deseo femenino, asignándole a ella una resignificación a la expresión de la sexualidad, al placer de la mujer, y que ver porno es parte de sumergirse en ese placer.

Las mujeres de antes y las de ahora tienen grandes diferencias frente a la sexualidad, porque ahora son mujeres libres sexualmente en busca de su propio placer y no en el de proporcionárselo a otra persona. Están abiertas a disfrutar y dispuestas a romper tabús. 

\*Nombre cambiado para proteger a la fuente.



# MIL NOVECIENTOS NOVENTA Y OCHO

La concepción de quién eres, lo que te gusta y disgusta es una decisión que solamente te pertenece a ti. Ese es el mantra de vida que ha implementado Brigitte Baptiste, bióloga, rectora de la EAN y, ante todo, una mujer transgénero orgullosa de su identidad.

Por: María Paula García Currea



El nombre Brigitte nació en 1998. Una mujer que por mucho tiempo tuvo que ocultar su verdadero yo. Escribe ella desde su oficina que “Brigitte existió siempre, sin nombre, sin conciencia de sí, más allá de la frustración de no poder crecer como niña: ni las niñas ni los niños me recibían, me costó tener amistades, generalmente con otras exclud@s”. La vida fue un poco más difícil para ella. Estudió en el colegio Refous de Cota, donde vinieron sus primeras confrontaciones consigo misma:

“Siempre tuve conflicto e incomodidad con la masculinidad que se me imponía. Decenas de instrucciones autoritarias desde el kínder, sin sentido. Nada violento, es cierto, pero todo inscrito en el colegio, la calle, la familia.”

Debido a que estamos en una sociedad tan conservadora como la colombiana, ser transgénero quizás es visto, más bien, como un pecado y se toma como una subrogación, en la que “tienes que ser como las personas quieren que seas.” ‘Salir del closet’ está más allá del simple hecho de aceptar que te gusta una persona, y eso ella lo tiene muy claro: “El proceso de descubrimiento fue doloroso y placentero a la vez, fui encontrando en libros, la historia del arte, la prensa los referentes de lo que yo sentía y quería para mí. Incluso al ver a las trabajadoras sexuales o en las calles. En mi infancia y adolescencia lo sufrí mucho, soledad, culpa, rechazo que solo soportaba con libros, mi huerta, dibujar...”

**Brigitte Baptista**  
Comuni, bióloga, rectora de  
la EAN.

Su rostro es fuerte, su mirada es fija y poderosa, demuestra que nació para ser ella, la mujer que hoy en día es bióloga colombiana, columnista *La República* y *El Espectador*. Actualmente es rectora de la universidad EAN. “Soy una mujer orgullosa y felizmente trans”. Resaltemos que para el ser humano el apoyo es indispensable, que pasar por críticas, comentarios fuera de lugar y no poder expresar su verdadero yo puede generar frustraciones. Brigitte lo sabe muy bien, pues admite que no recuerda cuándo se sintió verdaderamente feliz por primera vez: “Siempre me escondí para existir desde que tengo memoria.”

Ilustraciones: Lorena Cárdenas y María Paula García



“Nacemos libres y nos resistimos a la disciplina de género.”  
Brigitte Baptiste,  
rectora de la EAN. ”

¿Pero cómo olvidar a las personas que le ayudaron, la impulsaron en su autodescubrimiento? En este ámbito de su vida fueron clave sus amigas y colegas de la Universidad Javeriana, y entre ellos, su compañera Adriana. “Mi familia no se ‘enteró’, fue dándose cuenta después de mis 35 años, cuando fui cambiando. Siempre lo respetaron”, admite. Pero siempre hubo alguien, una persona muy especial para ella, su hermana, la cómplice de todos sus secretos, a quien no le molestaba jugar con ella, una persona importante que lamentablemente no la pudo acompañar por mucho tiempo en esta vida.

Brigitte se describe a sí misma como una mujer transgénero que tiene la capacidad de moverse a través de las identidades de género definidas por una cultura. Voluntaria y deliberadamente, con o sin base biológica, sin limitarse a nada; no asumir ninguna relación obligatoria entre género, preferencia sexual e, incluso, cuerpo. Su concepción es que “las personas trans nacemos porque el género es una condición cultural que desafiamos desde que sentimos que se nos impone una manera de ser, basada en una estética y una sexualidad autoritarias. Nacemos libres y nos resistimos a la disciplina de género”.

Hoy su cédula la identifica como Brigitte, colombiana. Hace años se puso los senos, porque son un símbolo indispensable de su feminidad. Brigitte adoraba, y adora, lo femenino, se considera lesbiana; lo que antes era salir del clóset, hoy es señal de normalidad.

El mensaje más importante que esta mujer carismática y decidida deja a quienes puedan estar viviendo lo que ella vivió es “sean quienes desean ser, siempre, por extrema que parezca su identidad o su búsqueda. Vivir es un experimento maravilloso, no se dejen robar un minuto de su existencia”. 



SI HAS VIVIDO ALGUNA FORMA DE  
**VIOLENCIA  
DE GÉNERO,**  
¡TE ACOMPAÑAMOS!

Acércate a la Unidad de Género  
para hacer tu denuncia.



Bienestar Universitario  
Calle 12 No. 1-17 Este, Bogotá, Colombia -Solar 1  
Teléfono: (601) 341 99 00 Ext.: 4037  
Correo: [unidaddegenero@uexternado.edu.co](mailto:unidaddegenero@uexternado.edu.co)

Universidad  
**Externado**  
de Colombia  
VIGILADA MINEDUCACION

# POSITIVO PARA VIH

Por: Lorena Cárdenas y María Paula García.



“No puedo decir realmente que ‘es el amor’, pero si me preguntaran más allá de lo que pienso, diría que es la emoción que nos vuelve ciegos, sordos y mudos”, dice Martina\*.

¿Qué nos dejó el Covid-19? Muchas autoridades científicas, médicas y políticas se lo preguntan diariamente desde que se levantaron todas las medidas de prevención para evitar el contagio de este virus. Pero más allá de hablar de las fatídicas muertes, daños psicológicos, limitaciones físicas y carencias eco-

La pandemia demostró que los seres humanos somos accesibles a todo tipo de situaciones nocivas, que pueden afectarnos física, psicológica y emocionalmente.

nómicas (en algunos aspectos) que nos dejó, hablaremos sobre el sexo pos-pandemia y cómo algo tan cotidiano puede cambiarlo todo por el resto de la vida. Martina lo sabe muy bien: ella fue una de sus víctimas.

Ella trabaja en una casa para mujeres maltratadas por la violencia. Comienza su turno a las 8:00 de la mañana y lo termina a las 5:00 p.m. realizando labores de limpieza. Vivió gran parte de su vida en Venezuela. Huérfana de madre, pues falleció de cáncer cuando tan solo era una bebé; su padre es una de las frustraciones más grandes para ella, pues la abandonó totalmente a su suerte. Por las situación económica pasó la frontera, pero no sabía que a su vez esa “oportunidad” se convertiría en algo más.

Uno de los momentos más difíciles fue darse cuenta que su compañero, la persona con la que ha compartido cinco años de su vida, no era lo que realmente ella consideraba. Este hecho ocurrió durante la pandemia. “Un día él me dice:

mi amor, en el trabajo me exigieron que teníamos que ir a una finca (él trabaja en el cultivo de las flores) durante un mes. Pues yo le creí y confié en él. Días después me dijo que había empezado a sentirse mal, y que en el trabajo le realizarían la prueba de Covid, que supuestamente salió positiva y se quedó más tiempo del que había dicho”.

Y la pandemia le trajo a Martina un diagnóstico que no esperaba: “preciso, como cosas de Dios, en mi trabajo fueron realizando unas pruebas para las mujeres que viven allí del VIH. La verdad, yo quise hacerme la prueba porque siempre he sido una mujer que le gusta estar pendiente de su salud”. Esta situación no es un suceso aislado. Según la ONG Cuenta de Alto Costo, entre las razones principales para realizarse la prueba en el periodo del año 2020 estuvieron la solicitud por parte del médico, con 50,80% de los casos, y por solicitud propia, el 46,45%.

Según la Cuenta de Alto Costo, el principal mecanismo de transmisión





*“Días después, la psicóloga de la casa donde trabajo me mandó a llamar, me pidió que me sentara y me dio la noticia de que la prueba de VIH había salido positiva. Se me cayó el mundo encima. No lo podía creer porque yo solamente había estado con mi pareja”, dice Martina. “Y vine a enterarme de la manera más cruel. Pues un día me escriben al WhatsApp y me dicen: ‘su marido no es lo que usted cree, ¿si le contó que estuvo viviendo conmigo? ¿qué hace buscándolo?’. Al ver ese mensaje, la verdad no lo creía, pero entonces ella me envió fotos y se imaginarán lo que sentí en ese momento. Inmediatamente me di cuenta de que él había sido la razón por la cual yo tenía esta enfermedad. Mi psicóloga me dijo que en estos casos, cuando uno se contagia, la otra persona debe ir al médico y realizarse la prueba también. Quería. Como resultado de todo esto, le salió la prueba ‘positiva’. Era portador”.*

identificado fue el sexual, en el 92,47% de los casos, y se diagnosticaron a 12 528 personas con VIH. Martina era uno de esos números. “Enterarme de eso fue muy difícil. Pasé un tiempo muy mal, no podía levantarme de la cama; los medicamentos que me mandaron para mi enfermedad no los toleró mi organismo, casi me da un paro cardiorrespiratorio. Yo no quería vivir más”.

Por un mes se refugió en su cama sin explicarle a sus hijas el porqué de sus malestares. Se hundió en el silencio, no podía comprender cómo el hombre con el que compartía su intimidad había sido capaz de cometer tan cruel traición que la dejaría con secuelas de por vida. De las 12 528 personas diagnosticadas con VIH, el 16,81% (2106) son mujeres. Una cifra muy alarmante, en comparación a las cifras del informe de 2019, que registró 10 930 casos nuevos, y de estos, el 18,48% (2020) fueron mujeres. A Martina los médicos les decían: “Vas a tomar los medicamentos, te vas a cuidar en tu alimentación, y vas a vivir, porque ahora nadie que se cuide, muere”.

Al principio no quería que su familia se enterara de lo que le había sucedido. ¿Qué dirían mis tías?, ¿cómo reaccionarían mis hijas?, eran las preguntas que comúnmente rondaban en su cabeza. Preocupaciones que muchas veces empeoran el proceso para sobrellevar el VIH, pero hay diversas instituciones que están trabajando para apoyar a quienes día a día luchan

contra esta enfermedad. Una de las instituciones a las que recurrió Martina es la UNFPA en Colombia, que bajo los objetivos 90-90-90 (meta de manejo de respuesta al VIH) busca generar que sea indetectable.

Martina ha transformado su dolor en una tremenda fuerza. Toma sus medicamentos y demuestra que la vida te puede golpear, pero tú decides si te caes, o te levantas.

“Necesité ayuda psicológica, y hoy en día, he vuelto a salir con mis amigas; mi familia me apoya, mis hijas lo aceptaron de la mejor manera. Trabajo y vivo mi vida como una persona normal”.

“Necesite ayuda psicológica y hoy en día, he vuelto a salir con mis amigas, mi familia me apoya, mis hijas lo aceptaron de la mejor manera, trabajo y vivo mi vida como una persona normal.”

\*Nombre cambiado para proteger a la fuente.





Ilustraciones: Ernesto Venegas





# EL VIVIR SIN PLACER

En años recientes le hemos dado un mayor valor al sexo,sa actividad que realizamos para darnos un placer único. Se ha convertido en algo tan esencial y cotidiano que nunca nos planteamos lo que causaría el el no tenerlo. Así es vivir una vida donde el sexo está ausente.

Por: Ernesto Venegas y Nicolás Amador



MONDAY

SEX

Existe bastante desinformación sobre este tema. Muchos no imaginan lo que es vivir sin sexo, creen que es resultado de no saber interactuar con las personas, de inseguridades personales o falta de interés en buscar ese placer. La sociedad piensa que todos tienen una vida sexual activa; sin embargo, ese pensamiento es bastante erróneo.

Nuestra entrevistada, Paola Beltrán, psicóloga de la Universidad Santo Tomás y máster en Ciencias de la Sexología de la Universidad de Almería, en España, afirma que la gente tiene una idea equivocada. No existe una obligación de tener relaciones sexuales, todos tienen el derecho de decidir cómo llevar su vida sexual y esta no debe ser impuesta por nadie. Pero, ¿qué sucede cuando no hay sexo?

Una de las primeras dudas sería cuál de los dos géneros se vería más afectado por la ausencia del sexo. Pero no existe hasta el día de hoy una investigación que muestre una diferencia significativa en los efectos por falta de momentos íntimos.

Cuando realizamos esta acción generamos ciertos efectos en nuestro cuerpo. Fortalecemos nuestro

suelo pélvico que es un grupo de músculos y otros tejidos que forman una hamaca a través de la pelvis. Disminuimos nuestra presión arterial y el estrés, nos permite dormir mejor, entre muchos otros beneficios. Así que, en un primer caso, la ausencia del sexo nos afectaría la salud, no solo física sino también emocional.

Ahora, si lo anteriormente mencionado se mantiene por un largo periodo de tiempo, los efectos serán aún más severos. Beltrán afirma que si la persona está en una relación sentimental y su pareja tiene el deseo sexual activo, el no copular puede llevar a discusiones que lleven a una separación; incluso pueden generar un complejo sobre el no sentirse deseado.

La sociedad impone una serie de condiciones respecto al tema, que para bien o para mal son asumidas de forma inadecuada. Para aliviarse un poco la gente suplente este factor realizando otro tipo de actividades para fortalecer emocionalmente su situación: hacer ejercicio, mantener una dieta, participar en actividades de integración y en los casos donde haya un deseo sexual se puede practicar la masturbación que si bien es normal y tiene sus beneficios, también puede ser perjudicial si se lleva al extremo. Todas son actividades que brindan bienestar y refuerzan el estado anímico ante la ausencia de una actividad sexual activa deseada.

Claramente, no existe una obligatoriedad de mantener relaciones

sexuales activas; sin embargo, los estudios biológicos y de desarrollo que se realizan demuestran que es una de las actividades más sanas que existen; fortalece literalmente a una persona de la cabeza a los pies. Anímicamente, es un refuerzo total para alguien que tenga un mal momento, gran estrés acumulado y una ausencia de compañía que satisfaga en este ámbito.

La realidad aquí es que la decisión de cada persona será la correcta respecto a su gusto en la práctica. La ausencia del sexo se puede suplir de diferentes maneras, esto no significa que siempre deba ser así. El bajo provecho de esta actividad no significa el fin de una relación social con la realidad, es de entender que la mentalidad frente a este tema varía en muchos factores, lo cual no es un fracaso ni un hundimiento en las expectativas de la sociedad.

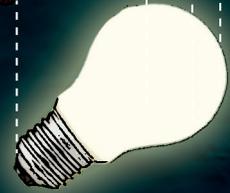
Todos están en su derecho de vivir su vida de la forma que quieran. Como lo explicó Beltrán, las personas pueden vivir con una abstinencia al sexo y continuar con una vida sana. Su vida sexual va más allá del sexo, sus emociones y pensamientos juegan un rol importante. Mientras logre mantenerlas, podrá vivir tranquilo sin la necesidad de relacionarse sexualmente con alguien. 

Paola Beltrán - Psicoterapeuta y sexóloga.



EL ROBO DE IDEAS TAMBIÉN ES

# PLAGIO



Universidad  
**Externado**  
de Colombia

FACULTAD DE COMUNICACIÓN  
SOCIAL-PERIODISMO

VIGILADA MINEDUCACION

¡CITA TODO LO  
QUE NO ES  
IDEA TUYA!

# Popper

QUÍMICA  
DEL CLÍMAX

A los pocos segundos de inhalar esta sustancia, se produce un efecto estimulante que, sumado a su papel de vasodilatador, permite una mejor experiencia sexual.

El popper hace parte de las drogas inhalantes, compuesto en su mayoría por sustancias químicas como butilo, isobutilo o nitrito de amilo, siendo esta una sustancia volátil e inflamatoria.

Según la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD), esta sustancia química de uso industrial y doméstico fue descubierta en 1852, y se empleó por primera vez en medicina para tratar las anginas. Poco tiempo después se descartó por su efecto transitorio y la difícil dosificación, pero su uso ha ido evolucionando y ha comprendido distintas industrias, como la conservación de alimentos e, incluso, la fabricación de perfumes. Su uso y su composición evolucionaron con el paso del tiempo, y fue acogida por diferentes grupos sociales, como la comunidad homosexual en Estados Unidos, donde empezó utilizarse como estimulante sexual. De allí cruzó fronteras para volverse un producto habitual de algunos sex shops en Perú, Argentina y Colombia.

Su alto consumo ha impulsado estudios para analizar qué tan alta dependencia genera, qué produce en el cuerpo y cuáles son sus efectos secundarios. Desde que se ha concebido como una droga, se ha determinado que produce un efecto de sensación de euforia, ligereza y aumento del deseo sexual, aunque estos



Ilustración: Samuel Miranda

Por: Samuel Felipe Miranda Hernández

desaparecen rápidamente y dan paso a una sensación de agotamiento.

Es importante conocer que debido a la corta duración de los efectos y su rápida eliminación del cuerpo, se suele creer que no genera dependencia, pero distintos estudios han demostrado que no sólo la crea a largo plazo sino que la naturaleza de su corta duración hace que se consuma en mayores cantidades; en consecuencia, eleva las posibilidades de intoxicación por sobredosis.

Una vez inhalado, hay un aumento del flujo sanguíneo en ciertos órganos: en el cerebro se refleja como un mareo muy agradable, y a nivel genital con un aumento de la sensibilidad y de la erección. El popper se metaboliza muy rápidamente, por lo que el consumidor trata de prolongar sus efectos aumentando el consumo y así poder tener relaciones sexuales bajo los efectos que produce en el cuerpo.



*“Lo que nos separa nos une”*



# CONEXIÓN Externado



# ¡TÚ PUEDES SER UNO DE ELLOS!

