



CONCLUSIONS SUBSEU

Ajuntament de Sant Joan Despí

Plaer sense límit d'edat: sexualitat i sensorialitat femenina

21/05/2026

CENTRE DONES DESPÍ, SANT JOAN DESPÍ

COMISSIÓ DE TREBALL DEL CONGRÉS ON S'EMMARCA L'ACTIVITAT

Comissió Dones +65 i Salut

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT (objectiu, què s'ha fet, participació, etc.)

Xerrada divulgativa, amb col·loqui posterior, per a commemorar el 28M, Dia Internacional d'Acció per a la Salut de les Dones, a la ciutat de Sant Joan Despí.

L'activitat, adreçada a tota la ciutadania excepte infància, va comptar amb la participació de les entitats que conformen el Consell Municipal de Dones, fent especial atenció a les entitats de dones de la ciutat, al col·lectiu de gent gran i a les entitats culturals i de salut del municipi. Van assistir 25 persones: 24 dones i 1 home.

L'objectiu general fou oferir un espai de reflexió al voltant de la sexualitat femenina, especialment en relació a les expectatives, els prejudicis i els tabús, és a dir, què s'espera del desig i del comportament femení en relació a la sexualitat.

L'activitat va ser a càrrec de Núria Beitia Hernández, Psicòloga i tècnica d'equitat en els treballs, corresponsabilitat i cures del propi ajuntament.

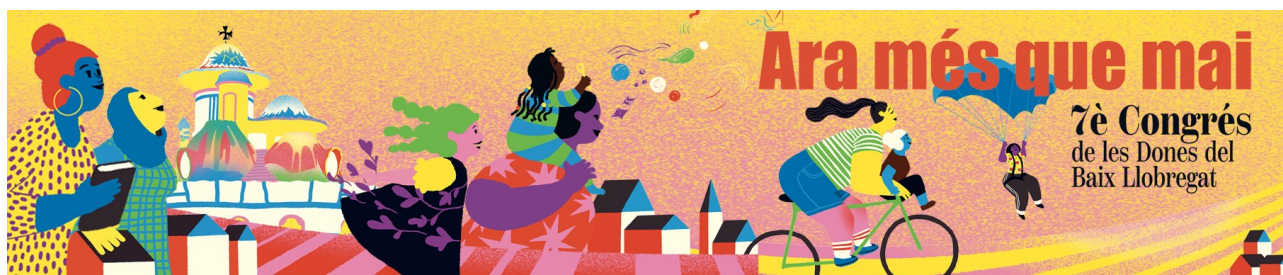
OBJECTIUS DE L'ACTIVITAT

- Sensibilitzar sobre la importància del plaer com a determinant i condicionant de salut i de benestar en totes les etapes vitals.
- Visibilitzar els mites en relació a la sexualitat femenina i al plaer, especialment pel que fa a les pràctiques coitocentristes i edatistes i al simbòlic que les envolta.
- Visibilitzar la perspectiva de gènere en relació a l'expectativa del plaer (objecte/subjecte, desitjar/ser desitjada, pressió estètica, etc.).
- Plantejar noves formes d'entendre i de gaudir el plaer, la sensorialitat, l'erotisme i la sexualitat.
- Recuperar el poder, personal i col·lectiu, de reconnectar amb l'energia vital a través del plaer.

CONCLUSIONS (principals idees i propostes)

Encara que la sexualitat és una capacitat humana disponible al llarg de totes les etapes de la vida, la relació amb el plaer no és neutra sinó que té un biaix de gènere.

La libido és l'energia vital que ens permet interessar-nos i anar a cercar allò que volem, la sensorialitat ens indica com descobrir-ho. Entendre que la sexualitat és quelcom més enllà de les pràctiques genitals i, especialment, del coitocentrisme, permet



revisar molts altres aspectes vinculats al plaer.

El desig i el plaer no es donen en una polaritat (hi ha/no hi ha) sinó en un gradient (sensacions agradables, benestar, gustet, plaer, goig, èxtasi...).

La sexualitat i el plaer femenins no responen a un model únic però sovint han estat condicionades per qüestions internes (creences, introjeccions, pors, etc.) i externes (educació rebuda, publicitat, mitjans de comunicació, etc.).

La nostra relació amb el plaer varia segons les situacions concretes, el moment vital, la càrrega mental, etc. I també es veu afectada pel simbòlic (com ens mirem? com som mirades?), la pressió estètica (desitjar/ser desitjada) i el llenguatge.

Revisar el llenguatge que fem servir per a expressar el desig i la seva manca, desfà algunes de les invisibilitzacions i biaixos de gènere. Parar atenció a la nomenclatura diferencial de terminologia mèdica i/o popular ens permet veure que hi ha hagut confusió entre diferència i patologia. Per exemple, per què parlem de vaginisme/dysfunció erèctil i no de vaginisme/penisme? Per què l'expectativa que reben les dones de més de 50 anys és la "incontinència urinària" mentre que, pel que fa als homes, es parla de "problemes de pròstata"? Cal revisar també la relació entre alguns dels medicaments que prenen dones i homes en relació a l'anticoncepció i la sexualitat (anticonceptius hormonal, "Viagra").

El plaer està directament relacionat amb la qualitat de vida, el benestar i la salut i la seva percepció. La sexualitat ens permet trobar i/o retrobar allò que desitgem, allò que agrada, allò que provoca plaer.

Revisar els elements que han dificultat la relació de les dones amb el plaer, la sensorialitat i la sexualitat i oferir espais per a reflexionar sobre quines coses l'afavoreixen, és un acte polític. En aquest sentit, transformem els imaginaris en relació a la sexualitat femenina quan:

- Creem espais de confiança per a compartir experiències diverses.
- Despertem la curiositat, la creativitat i la llibertat de moviment a través de la corporalitat, la sensorialitat, el riure... i quan disposem de temps per a gaudir i trobar-nos.
- Gaudim de la pròpia corporalitat, de la relació de mi amb mi i de la relació amb d'altres, en ser lliures de pressió estètica i quan no ens cal ni l'ocultació ni l'exhibició.

