



¿Quieres saber más?



# ÉTICA RELACIONAL

---



**Hacé Click!**  
Para conocer sobre sexualidad

**mYSU** MUJER Y SALUD  
EN URUGUAY

Ética relacional

## ¿QUÉ ES LA ÉTICA RELACIONAL?

Relacionarnos implica encontrarnos: compartir nuestros deseos, ilusiones, nuestra intimidad, nuestro cuerpo, abrirnos a las demás personas. También implica tener diferencias y buscar espacios para llegar a acuerdos, resolver conflictos y acordar qué queremos compartir y qué no. No es una tarea fácil y para ello necesitamos que se den una serie de condiciones, unas reglas de juego mínimas que nos faciliten y nos protejan.

La ÉTICA RELACIONAL se traduce en una **serie de criterios éticos que han de velar por los derechos de las personas** y nos han de posibilitar mejorar las relaciones interpersonales. Vendrían a ser algo así como las reglas de juego que acordamos las personas en nuestras relaciones.

A pesar de que la sexualidad y los vínculos amorosos pertenecen al reino de la libertad, no puede valer todo. Hay unos criterios básicos, una ética de mínimos, que facilita que las personas podamos vivir nuestras relaciones de manera positiva, saludable y satisfactoria, resguardadas del engaño, la manipulación o instrumentalización. **Estos criterios están basados en los Derechos Humanos y deben afectar a todas las personas**, independientemente de diferencias ideológicas, religiosas, raciales, culturales, de sexo, género, orientación sexual, identidad o cualquier otra.

### 1 RELACIONES ENTRE IGUALES

**La igualdad es el principio básico en las relaciones personales.** Igualdad para encontrarnos, disfrutarnos y querernos sin discriminación ni privilegios, independientemente de nuestro sexo, edad, capacidades y creencias. No se trata de ser clones, pero sí de tener los mismos derechos. Que nadie se sienta más ni menos, para que pueda ser él o ella misma y aportar, considerar y sentirse considerado o considerada en sus relaciones. Los deberes, las libertades y las conductas han de ser medidas con la misma vara. **Mis libertades son tus libertades. Mis derechos son tus derechos.**

### 2 RELACIONES CONSENTIDAS

Las relaciones amorosas y/o sexuales han de darse entre personas que las consientan claramente. Se ha de fomentar la libertad de decisión en lugar de la presión, el engaño, la coerción, el chantaje o la violencia. **Ambas personas han de sentirse dueñas del SÍ y del NO, tanto al proponer como al rechazar mantener relaciones afectivo-sexuales, teniendo derecho, en el caso del no, a que su decisión sea respetada.**

### 3 LA SINCERIDAD INTERPERSONAL

Decir lo que deseamos, sentimos y pensamos con claridad genera confianza y seguridad para expresar y escuchar, evitando que la manipulación y el engaño formen parte de nuestras relaciones. Los miembros de la pareja han de brindarse una sinceridad básica. Ambos deben saber cuáles son los verdaderos sentimientos de uno hacia el otro y conocer cuál es el grado de compromiso y de expectativa con respecto a la pareja. Cada uno tiene el derecho y el deber de saber y hacer saber qué siente y cuál es su decisión sobre la pareja. Se trata de usar códigos que generen confianza y seguridad. Se trata de evitar el engaño, la manipulación, la instrumentalización o la explotación en las relaciones afectivo-sexuales. No es admisible situar deliberadamente a nuestra pareja en la incertidumbre, en la ambigüedad o el despiste.

#### 4 EL PLACER, COMPARTIDO

En una relación, el placer, la ternura, la comunicación y los afectos se comparten. Cuando tenemos relaciones afectivas y sexuales nos encontramos con otras personas, por lo que los sentimientos, deseos y necesidades de cada una deben ser atendidos. Es importante que las personas implicadas estemos a gusto y satisfechas con la relación. En la relación no estamos solos o solas, estamos con otra persona y nos tenemos que ocupar de ella. Cada persona ha de buscar su placer y su bienestar, así como el placer y el bienestar de su pareja. "El placer del otro me concierne, es mi grata responsabilidad", y esa atención mutua es una ganancia para ambas personas.

#### 5 LA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA

Al ser las relaciones cosa de dos (o más) personas, la responsabilidad es compartida. Todas las personas implicadas en una relación somos responsables de disfrutar, hacernos bien, querernos y cuidarnos. Las consecuencias que se deriven de una relación sexual (embarazo, ITS, etc.) deben ser asumidas por las personas que se han relacionado. No se puede legitimar el individualismo que con frecuencia nos lleva a concebir la responsabilidad como un problema de quien no puede evitar las consecuencias, en lugar de como un deber de quienes la producen. A placer compartido, responsabilidad compartida.

#### 6 COMPROMISO CON EL SEXO SEGURO

La sexualidad humana debe ser, inequívocamente, una fuente de placer, de salud y de armonía personal. No debemos legitimar un ejercicio negligente de la sexualidad que convierta éste en motivo de problemas de salud, de sufrimiento y de desequilibrio personal y social. Es responsabilidad de ambas personas protegernos mutuamente; "me cuido, te cuido".

#### 7 DERECHO A LA DESVINCULACIÓN

Debemos mantener un discurso positivo ante la vinculación afectiva entre las personas y considerarlos como un bien social e individual. Pero igual que defendemos el derecho a la vinculación, debemos reconocer y respetar, sin vacilación, el derecho a la desvinculación. Entendiendo ambas circunstancias como un derecho positivo que no tiene por qué estar sujeto a análisis de culpa o frustración. La relación puede tener sentido sea cual sea su duración. Cualquiera de los miembros puede tomar la decisión de desvincularse de la otra persona. Nadie debería avergonzarse ante la sociedad, la pareja, los hijos e hijas o sí mismo de una decisión que está en su derecho de tomar. Mantener un discurso positivo sobre la vinculación y aceptar el derecho a la desvinculación no sólo es posible, sino que es la única forma de ser coherentes y aceptar que el ser humano es libre y responsable.

#### 8 RESPONSABILIDAD EN LA DESVINCULACIÓN

La ética del cuidado nos obliga, en los procesos de desvinculación, a ser consecuentes y responsables para con la pareja y con los hijos e hijas desde el punto de vista emocional, económico, educativo, etc. Esta responsabilidad debería evitar a la pareja y a los hijos/as todo sufrimiento añadido y hacerse no sólo por mutuo consenso, sino teniendo la sensibilidad de hacer lo posible para que todas las personas afectadas resuelvan el posible conflicto de la forma menos costosa. Razonar la decisión, ponerse en el lugar del otro, tener una actitud empática con su dolor y, sobre todo, ser responsable para hacerlo de una manera civilizada y lo menos dolorosa posible pueden estar entre los valores éticos a cultivar en estas situaciones.