

CENTRO COMUNITARIO DE SALUD MENTAL  
"MARIA ELISA RODRIGUEZ DEL REY BOCALANDRO"  
MUNICIPIO DE ARROYO NARANJO.

## LA DISFUNCIÓN SEXUAL DESDE LA CULTURA DE GÉNERO.

**AUTOR: MsC. Salvador Salazar Amador.**

Especialista en Psicología de la Salud, Terapeuta sexual.

Presentación: Tema Libre.

### **Resumen:**

Parece importante considerar la disfunción sexual masculina a través de la óptica femenina, al fin y al cabo es la mujer quien padece a la pareja culpable de los dos mayores delitos sexuales que un hombre puede cometer: ser un eyaculador precoz, o lo que es aún peor, un impotente. Las estadísticas nos ofrecen cifras inquietantes, dos de cada tres hombres son incapaces de controlar la eyaculación, después de los cuarenta uno de cada dos padece algún grado de dificultad en alcanzar o mantener la erección. La contrapartida es también inquietante, la mitad de las mujeres sexualmente activas no alcanza el orgasmo. Aunque pretendamos ignorarlo los roles de género repercuten de modo notable en nuestra conducta y actitudes sexuales. Cuando el hombre supone que siempre debe funcionar bien y acepta sin chistar los mitos de la sexualidad masculina, ante el menor contratiempo lo invade la angustia y lo que era una simple falla momentánea se convierte en un trastorno de magnitud. Cuando ocurre la disfunción sexual, la actitud de la mujer juega el rol fundamental. ¿Qué debe hacer la mujer ante esta situación? Del mismo modo debemos considerar la disfunción sexual femenina a través de la óptica masculina; los hombres se preguntan una y otra vez por qué tardan tanto las mujeres en alcanzar el orgasmo, cuando lo logra y esto atenta muchas veces contra la autoestima masculina. La estadística es inquietante, una de cada dos mujeres, sexualmente activas, no suele alcanzar el orgasmo usualmente y dos de cada tres no lo alcanzan en toda las ocasiones. En el presente trabajo pretendemos dar respuesta a estas preguntas y abordar los modos adecuados, según nuestro criterio, de actuación.

CCSM "MARIA ELISA RODRIGUEZ DEL REY BOCALANDRO"  
MUNICIPIO DE ARROYO NARANJO.

## LA DISFUNCIÓN SEXUAL DESDE LA CULTURA DE GÉNERO.

**AUTOR: Lic. Salvador Salazar Amador.**

Especialista en Psicología de la Salud, Terapeuta sexual.

En estos tiempos que corren parece cobrar cada vez más fuerza, como parte de la reivindicación femenina, su derecho a una sexualidad plena; cada vez son más las voces que reclaman se le conceda a la anorgasmia femenina la misma importancia que desde siempre se le ha brindado a la mal llamada "impotencia masculina", algo que nosotros preferimos denominar "dificultad en la erección", al mismo tiempo que muchas lo señalan como culpable, por causa de sus mediocres erecciones y sus apurados finales.

Por otra parte, mujeres y hombres, aún en éste nuestro pequeño y orgulloso país, no pueden del todo escapar de la influencia de los medios foráneos que, constantemente, nos "venden" una sexualidad con orgasmos llenos de estrellas, erecciones más allá de los 90º y eyaculaciones capaces de desbordar el más holgado de los condones, a lo Capitana Maravilla, Bat-Man.y Superman. Las revistas femeninas, las escenas eróticas que no pueden faltar en las películas de hoy, o el recuento detallado del intercambio sexual entre los dos flechados de las novelas rosas, ahora totalmente rojas, en lo que llaman la nueva Corín Tellado, acorde a la lectora de estos tiempos, a la que va dirigida, una y otra vez insisten en metas cada vez más elevadas; es el sueño americano llevado a la sexualidad.

El mensaje se complementa con la aparición de toda clase de remedios, fórmulas, esencias, extractos, remedios mágicos y tratamientos alternativos; en el centro de los mismos la Viagra, ahora también en su nueva versión para la mujer, a fin de que ella no escape a esta nueva sexualidad cinco estrellas. Quizás pronto veamos aparecer en el mercado la Viagra infantil para que los muchachos se nos vayan desarrollando.

Nuestra terapia sexual tercer mundista no puede basarse en estos mismos planteamientos, ni hacer suya estas pseudo necesidades creadas por el consumismo neo-liberal; para nosotros mucho más importante que sentirnos frustrados por lo que no tenemos es disfrutar plenamente con aquello que contamos; ello sólo es posible, sin embargo, cuando la pareja también lo "ve" así.

Parece adecuado, por lo tanto, considerar la disfunción sexual masculina a través de la óptica femenina, al fin y al cabo es la mujer quien padece a la pareja culpable de los dos mayores delitos sexuales que un hombre puede cometer: ser un eyaculador precoz, yo lo que es aún peor, un impotente.

Las estadísticas nos ofrecen cifras inquietantes, dos de cada tres hombres menores de 50 años son incapaces de controlar el momento de la eyaculación, uno de cada dos mayor de cuarenta, padece algún grado de dificultad en alcanzar o mantener la erección. La contrapartida es también inquietante, la mitad de las mujeres sexualmente activas no alcanza el orgasmo.

“¿Inquietante?”, me interrumpe una paciente que escucha mis consideraciones. “Es horrible”, sentencia. “Un hombre de esos que acaba enseguida es lo peor que le puede pasar a una mujer”. “Lo tuve que asumir, la primera y la segunda vez me quedé callada, pero a la tercera ya no pude más, se lo dije y él muy... con cara de yo no fui me contesta: “Es que me gustas tanto que no me puedo controlar”. “A mi con ese cuento”. “Pues mira o te controlas o te vas a quedar tú con las ganas porque lo que soy no yo, no estoy dispuesta a seguir contigo”.

Bueno, me dice, ahora que le escucho a usted, pensándolo bien, si en aquella ocasión al menos él me hubiera dicho “Yo tengo un problema o soy un eyaculador precoz, es posible que lo hubiera apoyado, que hubiera asistido con él a la consulta. Lo que mas me molestó fue que no quiso asumir lo que le pasaba, no trató de solucionarlo.

Ahora bien, ¿sabía este hombre que realmente tenía un problema o quizás lo sabía pero al desconocer que tenía solución lo guardaba para sí.

Más terrible aun que la eyaculación precoz es para el hombre la experiencia de vivir una impotencia. Para el macho que establemente en el tiempo no logra tener o mantener erecciones con fuerza suficiente para penetrar, lo que constituye la definición clínica de esta disfunción, siente mucho mas que un simple trastorno, para él su vida sexual ha finalizado. Como reacción suele evitar todo contacto erótico que pueda poner en evidencia su incapacidad. La mujer, por su parte, temerosa de herir a su marido, cocina su desconcierto entre miedos, temores y nostalgias.

Una paciente nos confesó que cuando el problema comenzó lo primero que pensó es que él tenía otra, pero me juraba que no, después pensé que era la tensión, la fatiga, el se quejaba de que tenía mucho que hacer por aquellos días, pero cuando después de intentarlo una y otra vez, no conseguía hacer el amor, el dejo de intentarlo. Y no sólo eso, es tal su temor a no poder funcionar que ni siquiera me toca. Le he dicho inclusive que si no puede tener un sexo completo que al menos me toque, me mire, pero el me contesta que si hace eso se sentiría peor.

Aunque pretendamos ignorarlo los roles de género repercuten de modo notable en nuestra conducta y actitudes sexuales. Muchos siguen pensando que el organismo de los hombres posee una capacidad sexual mayor que el de las mujeres, lo que se manifiesta en una mayor frecuencia y en su adopción de un rol activo, a diferencia del

reaccionar femenino, y en que la excitación del varón se produce rápida y automáticamente, a diferencia de la mujer que necesita palabras dulces, tocamientos tiernos ya aún así, su grado de excitación, cuando lo alcanza, es bastante precario.

Otro mito discriminatorio es el que asegura al varón la maestría sexual: debe iniciar el juego amoroso, debe controlar el momento y el ritmo del movimiento, debe conocer, integrar y saber relacionar los métodos y procedimientos para excitar a su pareja y asumir la responsabilidad de hacerla llegar a un feliz orgasmo.

El tercer gran mito es que el rol que debe jugar el pene en todo esto, algo que traté en detalle en otra ocasión, del que se exige una gran dimensión, erección en ángulo recto y cierre adecuado.

Al suponer el hombre que siempre debe funcionar bien y al aceptar sin cuestionar estos mitos, ante el menor contratiempo, lo invade la angustia y lo que era una simple falla momentánea, se convierte en un trastorno de magnitud. Es precisamente en ese momento cuando ocurre la disfunción sexual en que la actitud de la mujer juega el rol fundamental. De sus gestos, dichos y actos dependerá que la disfunción se resuelva o se complique mucho más.

¿Qué debe hacer la mujer ante esta situación? ¿Cuál sería el modo adecuado de actuación femenina?

- No hacerse cómplice del silencio de la pareja, pero cuando hable con él evite hacerlo con frases como “Si esto sigue así, me voy con otro”.
- Enfoque el problema como un asunto de los dos, algo que “les” pasa y no que “le” pasa. “Tenemos un problema y vamos a resolverlo juntos”
- No presione, muchas veces detrás de una disfunción sexual masculina hay una pareja muy demandante.
- No centre su interés en la penetración, muéstrese siempre dispuesta a explorar otras formas y aliéntelo a que lo haga.
- Si sugiere acudir a la consulta de terapia sexual, hágalo en forma positiva; no enfatice “lo mal que están”, mejor sugiera “lo mucho que pudieran ganar”.
- Invítelo a explorar otras formas de hacer el sexo y aliéntelo a que lo haga.

Del mismo modo debemos considerar la disfunción sexual femenina a través de la óptica masculina; los hombres se preguntan una y otra vez por qué tardan tanto las mujeres en alcanzar el orgasmo, cuando lo logra y esto atenta muchas veces contra la autoestima masculina. La estadística es inquietante, una de cada dos mujeres, sexualmente activas, no suele alcanzar el orgasmo usualmente y dos de cada tres no lo alcanzan en toda las ocasiones.

Esta interrogante, típicamente masculina, es la mejor demostración de hasta que punto puede llegarse la confusión y la actitud defensiva de los hombres ante los misterios de la sexualidad femenina. Aunque el hombre esté más que consciente de la enorme diferencia que existe entre los sexos, tanto en lo biológico como en lo psicológico, muchas veces no puede superar ésta, aunque le encantaría poderlo hacer. Por lo general, los hombres se hallan completamente desinformados sobre la sexualidad femenina, y tanto en lo relativo a los placeres del cuerpo como en lo tocante a los del corazón y la mente.

Conocer con exactitud lo que los hombres ignoran, y la causa de su ignorancia es elemental para evitar un empeoramiento de esta situación. Pudiéramos plantearnos en esta introducción al problema, ¿por qué el hombre no sabe entender la sexualidad de la mujer, cuál es el problema? y considerar algunos puntos divergentes a examinar con especial atención:

En primer lugar hay una diferente visión; mientras el hombre tiende a considerar el sexo como una simple palabra de cuatro letras para la mujer, en cambio, el sexo es todo lo que abarca el término sexualidad. En segundo lugar está la comunicación: entre hombre-mujer es pésima, por lo general las parejas se entienden mal en la cama, luego tienen un trato agresivo y tienden a callar el problema. Aplican el siguiente criterio: es mejor no hablar nunca de la situación, porque si lo hacen y les sigue yendo mal en la cama, solo conseguirían agravarla. Mientras el hombre considere las sugerencias de la mujer como una crítica o cuestionamiento de su virilidad optará, en la mayoría de los casos por negar el problema y encerrarse en sí mismo.

No hay que olvidar que la versión oficial de la sexualidad femenina es una fantasía masculina. Desde la época victoriana, pasando por Freud y Kinsey hasta el momento actual, las preferencias de la mujer en materia sexual se han ignorado o desestimado en favor de lo que los hombres suponen que les gusta o de lo que ellas querían que les gustase. Esto ha dado paso a teorías como que "A todas las mujeres les gusta ser tratadas como flores delicadas y las que no o son promiscuas o son prostitutas".

¿Es incapaz el hombre de entender la sexualidad femenina? Desde luego que no, sin embargo son contados los que saben de verdad qué es el sexo y la intimidad, Los hombres suelen ignorar casi todas las dificultades que comportan el erotismo y la intimidad profunda.

En nuestra consulta de Terapia Sexual, analizamos, desde una perspectiva de género, los casos de anorgasmia vistos a fin de establecer la relación existente entre el éxito del tratamiento y el grado de colaboración de la pareja, así como exponer el modo adecuado de actuación masculina para estos casos.

Para ello tomamos el universo de parejas atendidas en un año en la consulta de Terapia Sexual, en las que la mujer presentaba anorgasmia, clasificando la muestra en dos grandes grupos: uno de ellos constituido por las pacientes que contaron con parejas que colaboraron con el tratamiento, tanto en la práctica como en la comprensión del mismo; el otro grupo por aquellas parejas que manifestaron actitudes

negativas, a fin de analizar la relación existente en cada caso con la solución exitosa de la disfunción. De las pacientes con parejas positivas, el 82.8% alcanzó el éxito en el tratamiento, al lograr restablecer una relación sexual mutuamente satisfactoria. En cambio sólo el 17.1% de las pacientes con parejas negativas solucionó el problema.

Se consideraron actitudes negativas, por parte de la pareja, las siguientes:

- “Considero que la penetración en el acto sexual es lo más importante”. Lo cierto es que la mayoría de las mujeres disfruta con casi todo lo que no sea la penetración propiamente dicha. Existen muchas zonas erógenas válidas, aparte de la zona genital y de las otras zonas que suele conocer el hombre. Muchas mujeres se excitan mucho más cuando son besadas en la nuca que cuando le acarician el pecho. Resulta evidente que casi todas las mujeres poseen un espectro erógeno bastante más amplio que el de la mayoría de los hombres y que su placer aumentaría considerablemente si el hombre conociese este amplio abanico de posibilidades. Muchas mujeres señalan que, por ejemplo, el orgasmo provocado por la estimulación directa del clítoris puede resultar más intenso que el conseguido por la estimulación indirecta del pene. Muchos hombres, sin embargo, consideran que un sexo sin penetración es como fútbol sin gol. Lo cierto es que incluso un hombre dispuesto a prodigarse en rituales previos, da por supuesto que el coito ha de llegara a renglón seguido. Para combatir esto es importante que el hombre conozca de cuantas formas diferentes puede hacer que su pareja alcance el clímax, sin que él tenga que llegar siquiera a quitarse los pantalones.
- “Las mujeres prefieren a los impetuosos”. Para algunos hombres la naturaleza ha dispuesto que la mujer se humedezca mucho para que así ellos puedan acelerar progresivamente el movimiento. No tiene nada de complicado, afirman, el mecanismo es muy sencillo. Consideran que a las mujeres les gusta la fuerza y la impetuosidad, piensan que si lo hace despacio ello sería sinónimo de poca fortaleza, consideran la delicadeza como debilidad. Para la mujer, en cambio, esto suele significar brutalidad. Lo cierto es que prolongar el coito puede resultar tan viril como la pura y dura penetración.
- “Las mujeres deberían alcanzar el clímax en la postura tradicional, del mismo modo que los hombres lo consiguen”. Para muchos hombres la llamada postura tradicional, el hombre sobre la mujer, representa la ventaja de tener que hacer un esfuerzo menor, lo consideran más sencillo y natural. Sin embargo, quienes piensan así desconocen que es muy poco frecuente que una mujer alcance el orgasmo con el coito en postura tradicional, donde la estimulación directa de pene-clítoris es infrecuente; en realidad haría falta un pene en forma de L, para que ese contacto se produjese. Lo cierto es que la mayor confusión del hombre en lo relativo a las técnicas sexuales gira alrededor del clítoris. Aquellos que se preocupan por el placer de la pareja se preguntan con que frecuencia conviene acariciarlo y tocarlo o que se debe hacer para excitarlo. ¿Ha de ser abordado directamente?, ¿Debe ser frotado con los dedos?, ¿Debe ser frotado fuerte o suavemente?, ¿Debe acariciarse?, ¿Puede morderse? Aunque la divulgación sexual reitera una y otra vez la importancia y significado del clítoris, muchos hombres mantienen su obsesión con la vagina, quizás porque son incapaces de comprender que algo tan pequeño y al parecer tan insignificante como el clítoris posee un potencial eréctil superior al del pene, mucho más grande en tamaño.
- “Es imposible saber si la mujer está experimentando placer”. No hay indicaciones claras, me confía un paciente. Jamás he sabido con certeza si una mujer

a la que quería besar me deseaba igual, nunca he encontrado que hubiera algún indicio claro. Durante años he ido por ahí tapándome la zona genital en el desesperado intento de salvar un poco las apariencias, pero las mujeres, ¿cómo evidencian su turbación, cómo puede el hombre saberse deseado? Ya esté vestida o desnuda, siempre me resulta difícil saber lo excitada que está a menos que me diga claramente “vamos a hacerlo hasta que no podamos más”.

- “Yo sé que se humedecen, pero en el momento en que obtengo esa información ya no hace falta ningún tipo de ayuda”. Es más, el hecho de que una mujer bese con pasión a un hombre y que además muestre signos claros de disfrutar de ello, no implica necesariamente que unos minutos después vaya a querer pasar al coito, algo que para mí resulta incomprensible.
- “No entiendo su mensaje”. Los hombres comprenden a una mujer si le dice que no quiere hacer el amor, pero no entienden por que tarda tanto en dejarlo claro, no hay nada que indique que tienen un deseo real o incluso desesperado de hacer el amor. Sin embargo, son muchas las mujeres que mientras coquetean, los preliminares o incluso durante el acto amoroso están siempre con el que sí y el que no.
- “Su cuerpo es como el mío”. La introspección de todos los hombres es lo que les incita a utilizar su propio cuerpo y deseo como banco de pruebas de lo que suponen le gustaría a su pareja.
- “A la mujer le gusta la intimidad”. Las mujeres buscan amor en el sexo, los hombres no. Una de los errores más frecuentes es que las mujeres buscan el amor en el sexo y que los hombres buscan sexo en el amor. Lo cierto es que a las mujeres les gusta el sexo. Cuando los hombres descubren esto, suelen experimentar una sensación de pánico, pero luego empiezan a actuar de una manera mas considerada en la cama. Uno de los mayores errores del hombre consiste en creer que cuando una mujer hace el amor acaba necesariamente enamorándose. Casi todos los hombres piensan así y además les resulta muy difícil creer que una mujer puede buscar en él tan solo un desahogo, como acostumbraban decir las abuelas de sus hombres. Más difícil les resulta creer que una mujer que alguna vez lo haya deseado puede decidir no acostarse con él nunca más.
- “Un hombre experto sabe lo que quieren las mujeres”. Este es el mayor error. No existe un modelo único de mujer. Cuando el hombre cree que ha comprendido a la mujer, de pronto conoce otra que no encaja en absoluto dentro de la teoría formada, la mayoría de los hombres no cree que entre las mujeres pueda haber un conjunto de apetitos sexuales tan amplio como el que pensamos existe entre los hombres.

No existe nada que el hombre desee entender y conocer tanto como el enigma del sexo. Algo que por lo general los hombres sí suelen entender de las mujeres es que, por egoísta que parezca, cuanto más felices son capaces de hacerlas, más felices ellas son capaces de hacerlos. De ahí que realmente éste, es un tema que interesa a ambos. Precisamente la capacidad de la pareja para comprender y realizar en la práctica el tratamiento sugerido es decisiva para el buen éxito del mismo. Solo el conocimiento del accionar sexual femenino, por parte del hombre, puede restablecer en la mujer su confianza y seguridad en el éxito de la relación, al lograr su culminación con un orgasmo pleno.

Resulta evidente, a nuestro juicio, que las opiniones y el manejo de la pareja son decisivos para el éxito del tratamiento, el que se basa fundamentalmente en lograr de

la paciente la recuperación de la confianza en sí misma, en su capacidad para experimentar el placer que su pareja es capaz de ofrecerle y autosatisfacerse al centrar su mente en el placer erótico y no en una preocupación (“no voy a ser capaz”) alcance el orgasmo.

Del mismo modo al eliminar o disminuir su ansiedad de desempeño, al no querer inconscientemente que la relación concluya, ya que esta solo le genera estrés, preocupación y malestar, es capaz de controlar mejor su eyaculación.

Sólo cuando la pareja llega a comprender y este sería el objetivo final de nuestra terapia en consulta, que el placer sexual pleno se logra cuando el sexo no es algo que el hombre hace para una mujer o que la mujer se deja hacer para complacerlo o complacerse, sino que es un acto en que ambos participan de una experiencia compartida en condiciones de igualdad y donde la calidad de respuesta estará dada por la mutua aceptación de ser dos seres vulnerables con necesidades, expectativas y capacidades propias.