

AUTOEROTISMO EN MUJERES UNIVERSITARIAS

**Ms.C Jeannette Vía Ampuero
Psicóloga Hospital C.Q. Hnos. Ameijeiras
Profesora UH (Universidad de La Habana
Especialista en Psicología de la Salud
CUBA**

INTRODUCCION

Podemos decir que el autoerotismo es la primera forma de expresión que tiene la sexualidad humana. Así, el individuo se identifica como ser sexual que es.

En los últimos años, el concepto autoerotismo ha reemplazado al de masturbación, y esto se explica por el carácter despectivo que este concepto puede evocar.

No obstante, utilizaremos indistintamente los conceptos autoerotismo o masturbación, ya que la población está más cercana al segundo, y no es relevante, en este trabajo, intentar alguna diferenciación entre ambos.

Hablar del autoerotismo se acompaña de un halo de misterio y complicidad. Aunque no siempre es así.

La masturbación en el hombre no tiene discusión, la población en general asume esta actividad sexual casi sin cuestionamiento. Se da por sentado. Pero no ocurre lo mismo cuando de la masturbación femenina se trata.

Y es precisamente ahí donde los más arcaicos y falaces argumentos tienen lugar para desacreditarla, y lo que es peor, para silenciarla. De eso no se habla.

El porcentaje de mujeres que admiten esta práctica es menor que el de los hombres. ¿La realizan menos, o les es más difícil decir que disfrutan de esta opción sexual?

La literatura refiere que aún en nuestros días, el autoerotismo femenino se asocia a mitos que develan las rígidas fronteras entre el placer y la negación del placer: no es saludable, es una enfermedad, crea adicción, no es asunto de mujeres, entre otros.

Un porcentaje nada despreciable de las disfunciones sexuales en las mujeres, están relacionadas con la falta de conocimiento de sus propios cuerpos, de sus zonas erógenas.

Diferentes investigaciones han dado cuenta de la importancia que reviste la masturbación en el ser humano, y no sólo en el hombre como pretendieron hacer creer. Esta actividad sexual permite a la persona, crecer en lo que hace a su intimidad, madurar en cuanto a conocimiento individual, identificar zonas erógenas, ganar confianza en si misma, conocerse y amarse, entre otras cosas, todo lo cual redundará en una mejor relación interpersonal, de pareja, y consigo misma, haciendo su vida sexual más plena y placentera.

Estamos en el siglo XXI, en el 3er milenio y ya desde el pasado siglo XX nuestro sistema social ha brindado las herramientas y condiciones para subvertir los mitos y los prejuicios que históricamente han acompañado a la mujer y su sexualidad. Pero la subjetividad en el ser humano, es un aspecto que la legislación y las mejores intenciones no pueden revertir con acciones prácticas, se necesita asimilar, incorporar, reconocer, reflexionar. Es una tarea ardua que requiere tiempo y compromiso personal.

La legislación es una condición necesaria pero no suficiente.

Por lo expuesto, consideramos oportuno revisar que sucede en mujeres universitarias del municipio Centro Habana, en lo que a autoerotismo o masturbación se refiere.

A tal efecto, se decidió realizar una investigación para la exploración de este controvertido tópico, y se plantearon los siguientes objetivos:

OBJETIVO GENERAL

- Explorar las características de la percepción que tienen sobre el autoerotismo femenino algunas mujeres universitarias de Centro Habana.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Explorar si persiste la tendencia a negar el autoerotismo en las mujeres.
- Indagar si se percibe como excluyente el autoerotismo y las relaciones sexuales con pareja.
- Valorar si el concepto autoerotismo se identifica como un reduccionismo genital.

MARCO TEORICO

Los valores que sustentan el patriarcado y que han devenido impronta en la subjetividad tanto de hombres como de mujeres, entiéndase “lo masculino”, “lo femenino”, la sexualidad “normal”, han dado lugar en las mujeres, al desconocimiento de sus cuerpos, del placer que proviene de ellos, reduciéndolos a una construcción biológica en función de la procreación.

En tal sentido, Fernández Rius 2006, citada por Ramirez, (2006), refiere “Una de las violencias más fuertes que el patriarcado ha ejercido sobre nosotras, las mujeres, y sobre nuestra subjetividad, ha sido privarnos del conocimiento, del disfrute y la autonomía de nuestro propio cuerpo, como consecuencia de la ignorancia sobre la sexualidad” (para 12)

Adentrarnos en esta esfera de la sexualidad femenina, tan enigmática y oscura para algunas personas y tan sensible y merecedora de atención y respeto para otras, nos conduce en primer término a definir el concepto de masturbación o autoerotismo.

En las definiciones encontradas existe un consenso en la gran mayoría en cuanto a incluir en las mismas a hombres y mujeres, aunque hay que reconocer que también hay definiciones en las que todavía se sostiene un reduccionismo genital, puesto que se centran sólo en la estimulación genital. Así tenemos que Ramos, 2002 citado por por Rivero y Borrás Valls, (2005) dice que “la masturbación, tanto masculina como femenina, es la estimulación de los [órganos genitales](#) con el objeto de obtención de placer sexual, pudiendo llegar o no al [orgasmo](#)”. (para 1)

También Torres Rodriguez (2006) refiere que la masturbación “es un proceso normal que consiste en una excitación habitualmente rítmica, efectuada con la mano, en la zona genital propia o de la pareja, se obtenga o no el orgasmo” (p. 42)

No podemos pasar por alto la definición ofrecida por Masters, Johnson y Kolodny (1987): “el término masturbación se refiere al acto de excitarse o estimularse uno mismo independientemente del resultado, o sea que la autoestimulación no precisa llegar al orgasmo para conceptuarse como masturbación” (p.400)

Decíamos antes que en algunas de las definiciones aparece reforzado el aspecto genital cuando en realidad hablar de autoerotismo o masturbación hace alusión a **todo el cuerpo**, no sólo a la esfera genital.

Reinvindicar la plenitud del cuerpo todo es tarea de diferentes especialistas en el tema, como Flores Colombino (s/f) cuando aclara que:

No hay fórmulas para la autoexploración pero un buen comienzo puede ser reconocer las reacciones a distintos tipos de estímulos en **todo el cuerpo**, sin dejar de lado el mundo de las fantasías y la imaginación. Es importante tener en cuenta que todo el cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas capaces de generar estimulación y que muchas zonas que no

son las tradicionalmente asociadas con la excitación sexual, como los genitales, pueden ser grandes generadoras de placer. (para 47)

Y para seguir desterrando la primacía que pretende ostentar la zona genital como exclusiva de la erótica femenina encontramos opiniones como las de Rivero y Borrás Valls (2005) quienes puntualizan:

Muchas son las mujeres que se masturban estimulando directamente los genitales estas prácticas suelen ir acompañadas de caricias y frotamientos por los pechos, nuca, muslos y diferentes partes del cuerpo. La estimulación indirecta de los genitales también es una forma de obtener placer, y en la que se encuentran gran parte de las mujeres que no reconocen que se masturban o que ni siquiera lo consideran conductas masturbatorias. La estimulación suele darse apretando los muslos y contrayendo la pelvis, también realizando presión sobre la vulva con la palma de la mano, como si de continencia urinaria se tratara. (para 17)

Se atribuye a [Sigmund Freud](#) el descubrimiento de que la masturbación es algo común en la infancia. Pero empaña esta convicción científica el haber sustentado durante mucho tiempo que la masturbación adulta era la causa de una de las formas de neurosis: [neurastenia](#), actualmente conocida como [fibromialgia](#) o [fatiga crónica](#). [En relación con esto](#), Ramos (2002) citado por Rivero y Borrás Valls (2005) afirma: “Prácticamente toda la población sana se masturba desde edades tempranas hasta el final de su vida, si su salud se lo permite. Se han visto con ecografías a fetos de ambos sexos masturbándose en el seno materno”. (para 89)

El autor [Havelock Ellis](#) señaló que la masturbación era común en los hombres, y también una práctica habitual en las mujeres de todas las edades.

En 1972 la American Medical Association declaró a la masturbación como una conducta “normal” pero desde antes en 1953, Alfred Kinsey con su investigación Comportamiento sexual en la mujer convulsionó al mundo al revelar que un 60% de las mujeres con instrucción secundaria o superior se había masturbado.

Siguiendo con el tema vinculado a la sexualidad femenina, Resnicoff (2da. Parte) (2007) afirma:

Sin embargo, el erotismo sexual femenino queda reducido al heteroerotismo obligatorio, al matrimonio, la procreación, la familia y la pasividad en el coito, con renuncia al placer y al goce propio. Esto le permite a Fernández Rius, 2006 citada por Ramirez (2006) afirmar “Esta represión se aprecia también en la resistencia de la mujer a autosensibilizarse, a entrar en contacto con su cuerpo, a darse tiempo para el autoconocimiento y autorresponsabilizarse con su placer” (para 24) .

Es común que las mujeres piensen que este asunto debe permanecer en secreto y si se les pregunta prefieren negarlo. Por siglos, fue confinado al mundo de lo prohibido. Y así lo hacen ver Rivero y Borrás Valls (2005):

La culpabilidad y vergüenza paralizan en bastantes mujeres, las conductas autoerógenas. Algunas aprenden a disfrutar de sus genitales tras las primeras relaciones sexuales, pero también están aquellas que **se permiten disfrutar de las relaciones sexuales en pareja e inhiben el placer sexual con una misma**. En estos casos, en la mujer persiste un fuerte peso social y educacional que reprime el goce, disfrute y deleite del propio cuerpo. (para 51).

En relación con esto Coria, (2007) dice “los condicionamientos socioculturales han ejercido una influencia decisiva en la formación de la subjetividad femenina favoreciendo confusiones, manteniendo equívocos y alimentando mitos que perpetúan marginaciones y subordinaciones en las mujeres”. (para 41)

Esto último tiene significativa relevancia ya que tal como se afirma Ramos, 2002 citado por Rivero y Borrás Valls (2005):

La masturbación y las relaciones sexuales **no son excluyentes** entre sí, como se creía antes, sino complementarias. Satisfacen necesidades diferentes. Las relaciones sexuales satisfacen esa parte de la sexualidad individual que se desea compartir con los demás y la masturbación constituye el refugio que permite satisfacer otras necesidades de intimidad que cada cual se reserva para sí. Nada de eso es patológico. (para 163)

Explorar el cuerpo es un espacio que pocas personas se atreven a recorrer .

Desconocer las respuestas que éste tiene ante determinados estímulos es un factor que nos impide disfrutar plenamente del sexo. Las zonas erógenas son las áreas más sensibles que tienen los seres humanos, éstas reaccionan erótica y sensualmente al contacto de una caricia. Es preciso descubrirlas y explorarlas con lentitud y en un acto amoroso para estrechar los vínculos con nuestra pareja.

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE INDICADORES

Autoerotismo o Masturbación: estimulación de todas las zonas erógenas del cuerpo, tanto en la mujer como en el hombre, hacia la búsqueda de placer y no necesariamente con el objetivo de alcanzar el orgasmo.

Percepción del autoerotismo: vivencia y/o apreciación del sujeto en cuanto a prácticas sexuales en solitario (masturbación).

Reduccionismo genital: hecho de reducir cualquier actividad humana sólo a los aspectos genitales, sin considerar el resto del cuerpo u otros factores psicológicos y sociales.

Excluyente: acción imperativa de elegir entre uno u otro aspecto físico, psicológico, social o de otra índole sin posibilidad de matices o integración, es uno u otro.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Afirmación y Negación del Autoerotismo

En la muestra seleccionada encontramos que 9 mujeres, para el 41%, refirieron que Sí practican el autoerotismo. Mientras que las restantes 13, para el 59%, respondieron que NO se autoerotizan.

Estas respuestas se corresponden con lo esperado socialmente y con lo referido por la literatura. La actitud de negación no necesariamente implica que no lo hagan, sino más bien el hecho que subyace y que es motivo de análisis es precisamente que aún cuando lo practican, ellas refieren que no lo hacen. Es probable, y válido también, que en realidad no realicen esta actividad autoerótica, pero lo que llama la atención es el discurso con el que expresan esa negación, algunos son:

“no tengo tiempo para pensar en **eso**”

“no me hace falta **eso**”

Se observa la forma despectiva con que aluden al tema, ni siquiera lo nombran, se refieren a “**eso**” como si se tratara de algo obsceno, inmoral o algo prohibido, al menos para ellas, las mujeres. Lo cual se corresponde con la educación recibida en cuanto a la negación del placer sexual femenino y los patrones socioculturales impuestos por la cultura patriarcal donde la sexualidad femenina no tiene cabida y perpetuar así, la idea del sexo como reproducción y no como placer.

Aún cuando las cosas se presentan de esta manera, es importante resaltar que se observa una tendencia en las mujeres a responder afirmativamente sobre su autoerotismo, el 41% de la muestra es un dato importante, nada despreciable, es una señal que podemos interpretar como una búsqueda de la autonomía sexual femenina y del paulatino destierro de mitos y prejuicios.

Autoerotismo y Relaciones sexuales como excluyentes entre sí

De las 9 entrevistadas quienes respondieron afirmativamente a la práctica del autoerotismo, 8 de ellas para el 89%, expresaron que dejan de practicarlo o que disminuyen la frecuencia una vez que tienen pareja porque prefieren hacerlo con esta última. Algunos ejemplos son las siguientes expresiones:

“Si tuviera pareja lo haría menos, o no lo haría porque me gusta más lo que hace la pareja”

“cuando no tengo pareja, con pareja dejo de hacerlo”

Y entre las que respondieron que no se autoerotizan, también la mayoría dejó traslucir en su discurso a manera de enfrentamiento: autoerotismo vs pareja. Las siguientes expresiones ejemplifican lo anterior:

“la masturbación con la pareja, lo prefiero a hacerlo sola”

“si hay pareja no hay por qué hacerlo”

Los estereotipos sexuales delineados para la sexualidad femenina, tales como la sumisión y la dependencia, se hacen evidentes en las expresiones, aún en quienes respondieron afirmativamente al autoerotismo como en las que lo negaron. El denominador común en ambas es precisamente que la presencia de la pareja (el hombre) inhibe toda conducta erótica relacionada consigo misma, con su placer y su disfrute y esto es así porque la educación recibida en estrecha correspondencia con la cultura patriarcal y la masculinidad hegemónica responde a los conocidos estereotipos vinculados a la pasividad sexual de la mujer, la iniciativa depositada en el hombre, la sexualidad en la mujer vista como función reproductiva, en resumen, la heterosexualidad obligatoria.

En este sentido Coria (2007) nos recuerda que durante siglos las mujeres fueron criadas en la dependencia y para la dependencia y no son pocas las que tropiezan con serias dificultades a la hora de conectarse con sus deseos, de legitimarlos cuando lograron conectarse con ellos y llegar a sentirse con derechos a defenderlos.

Y esto se hace evidente cuando las mujeres de la muestra refieren dejar o disminuir la práctica autoerótica ante la presencia masculina, o peor aun, se trata de contar siempre con ese “sostén masculino”, en respuesta a la ancestral educación marcada por la sumisión y dependencia.

Debemos resaltar entonces que las relaciones sexuales coitales nos llevan a satisfacer esa parte de la sexualidad individual que se desea compartir con los demás y el autoerotismo se reserva para satisfacer otras necesidades de intimidad personal, individual, que cada quien se reserva para sí. Ambos satisfacen necesidades diferentes. Por lo tanto, relaciones sexuales y autoerotismo **no son excluyentes entre sí**, sino complementarias. Pero la cultura, la tradición y la secular historia de mitos y prejuicios llevan a la mujer a sostener y perpetuar los consabidos estereotipos sexuales de género.

Reduccionismo Genital

La mayoría de las mujeres de la muestra, 19 personas para un 86%, respondieron que el autoerotismo se refiere a la estimulación genital, a la pregunta si querían agregar o cambiar algo en esa apreciación sólo 3 respondieron que se podía extender a los senos. Incluso hubo quien afirmó que nunca se le había ocurrido pensar en otra forma de masturbación que no

sea la genital. Lo cual nos da una idea de lo fuertemente arraigada que está la idea de la sexualidad femenina vinculada a lo genital, a lo biológico.

No podemos pasar por alto que existen definiciones de especialistas que describen el autoerotismo como la estimulación genital, tal como lo vimos en el apartado del Marco Teórico, por lo que es factible suponer que las respuestas obtenidas no se trate sólo de prejuicios arraigados sino también, y es lo más lamentable, de un aprendizaje académico desactualizado u orientado hacia lo que conocemos como reduccionismo genital, lo que contribuye a perpetuar los mitos y prejuicios de la sexualidad, y en especial de la sexualidad femenina.

Es notable la escasa consideración del autoerotismo femenino en las diferentes esferas socioculturales. Queda silenciado y tal parece que no existiera. Baste recordar que la literatura declara como la ciencia se orienta hacia concepciones machistas y manifiesta el poco interés en investigar los aspectos relacionados con el placer sexual femenino.

Y así las cosas, lo anterior se hace evidente en la apreciación de 3 de las entrevistadas quienes afirmaron que hacía sólo un par de años habían conocido que la masturbación también podía ser realizada por la mujer, pues hasta ese momento pensaban que era sólo una práctica masculina.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos nos permiten concluir que:

- Se percibe una tendencia a reconocer la práctica del autoerotismo femenino. La negación del mismo sigue siendo mayoría pero por un estrecho margen.
- La práctica del autoerotismo y las relaciones sexuales con pareja se perciben como excluyentes entre si, reforzando la educación patriarcal y la heterosexualidad obligatoria.
- El concepto autoerotismo o masturbación se entiende como un reduccionismo genital lo que sustenta la orientación biologicista imperante en la ciencia y la idea de la sexualidad femenina vinculada a lo biológico.

Algunas consideraciones de interés

Creemos oportuno reflexionar acerca de la coincidencia en todas las participantes en cuanto a que esta ocasión era la primera vez que hablaban sobre su propio autoerotismo, ya sea para afirmarlo o para negarlo. Algunas expresaron que habían hablado sobre el tema con la pareja, pero de manera general, sin aludir a su propia intimidad en la búsqueda de placer.

Debemos comentar que la pregunta de la entrevista que interroga ¿Ud. se masturba o autoerotiza? dejó perpleja a una cantidad no despreciable de mujeres. Hubo quien comenzó

a reirse de manera “nerviosa”, otras encendían un cigarrillo, otras decían: ay, esas preguntas... ¿tengo que contestar?

Algunas transformaban el rostro denotando desagrado ante la interrogante.

Otras se quedaban en silencio, como pensando la respuesta. Podemos inferir que se estaban debatiendo entre mantener el “secreto” o ser osadas y decirlo, afortunadamente optaron por la segunda opción.

Cincuenta años de Revolución no son suficientes para erradicar siglos de opresión y sumisión. Sin embargo, mucho es lo que se ha logrado, y no cabe duda de que se continuará en la misma línea de acción hasta alcanzar las metas que harán de mujeres y hombres mejores seres humanos en una sociedad digna y justa.

BIBLIOGRAFIA

- Caldiz, L. y Resnicoff ,D. (1997) Sexo, Mujer y Fin de Siglo. La intimidad redescubierta. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Capelli G. (s/f). Autoerotismo Teología Moral. Disponible en www.mercaba.org/Dic.TM/TM autoerotismo
- Colomer Revuelta, C. (2004) Disfunciones sexuales femeninas ¿enfermedad o negocio? Disponible en: www.mujerjoven.net/view.php
- Coria, C. (7-9-2007). Incidencia del género en las negociaciones cotidianas ¿el género mujer condiciona una ciudadanía fantasma? Disponible en: www.depsicoterapias.com/site/articulo.asp
- Cabello, F. (7-2-2003) ¿Existe la disfunción sexual femenina? elmundosalud.com salud personal. Disponible en: www.elmundosalud.elmundo.es/elmundosalud/2003
- Corona Vargas, E. (31-5- 2004) ¿Qué es la sexualidad femenina? Disponible en: www.news.bbc.co.uk
- Escobar M., González E., Zayas L. y Zitarosa Lorna. Disfunciones sexuales femeninas. Trabajo presentado en 2003 en el Seminario de Educación Sexual y Sexología de la Facultad de Psicología (UNR) (inédito)
- Flores Colombino, A.(s/f) El auge de la masturbación.Erotismo y placer BBCMundo.comDisponibleen:www.bbc.co.uk/spanish/specials/1448_erotismoyplacer
- García Franco, R. (2007). La sexualidad en el misterio del ser humano. , Matanzas: Ediciones Centro Cristiano de Reflexión y Diálogo.
- Hernández, L. (7-4-2005). El encanto de tus manos. Disponible en: www.jornada.unam.mx/2005/04/07/ls-jovenes
- Mc Cormick M. I. (22-10-2007) Autoerotismo solo para mujeres. Disponible en: www.siuxi.mujeres.com/siuximujeres/articulo
- Martínez, M. E. (2008) ¿Es inmadura la mujer que se masturba? (datos tomados de Ramos, Jesús, Un encuentro con el Placer. La Masturbación Femenina., 2002) Disponible en: www.mujer.terra.es/mujer/articulo

- Masters, W.H, Johnson V.E, Kolodny, R.C. (1987).La sexualidad humana. La Habana (Edición Revolucionaria): Editorial Científico Técnica.
- Morales León, E. (s/f) Autoerotismo y Masturbación, disponible en:
- www.sexologia.relacionarse.com
- Orlandini, A. (2001). El amor, el sexo y los celos. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.
- Pino Aravena, E. (s/f). Su sexualidad es para Ud un problema? (inédito)
- Ramírez, L. (1-7-2005) La Nación. Donde acudir, que leer y que usar para obtener placer sin necesitar a otro. Guía Práctica para la masturbación femenina. Disponible en: www.lanacion.cl/prontus_noticias
- **Ramírez, M. V.** (s/f). Siglo XXI y Masturbación. Disponible en: www.lasexologia.com
- Ramírez M. M. (2006) Autoerotismo: ¿Culpables por placer? SEMlac (inédito)
- Ramos, J. (11-12-2002) Un encuentro con el placer. La masturbación femenina. Texto de la presentación en el Salón de Actos del Hospital "Ramón y Cajal" de Madrid. Disponible en: www.webmujeractual.com
- Ravelo, A. (2007) Enigmas de la sexualidad femenina. La Habana: Federación de Mujeres Cubanas. Editorial de la mujer.
- Resnicoff, D. (30-3-2007) Sexualidad femenina: nuevas tecnologías y antiguos sentimientos. (1ra. parte) Disponible en: www.depsicoterapias.com/site/articulo.sp
- Resnicoff, D. (30-3-2007) Sexualidad femenina: nuevas tecnologías y antiguos sentimientos. (2da. parte) Disponible en: www.depsicoterapias.com/site/articulo.sp
- Rivero, S. y Borrás Valls, J.J. (1-4-2005) Masturbación Femenina. Instituto de Psicología, Sexología y Medicina Espill Disponible en: www.espill.org
- Rivero, S. y Borrás Valls, J.J. (2005) La Masturbación. (datos tomados de Ramos, J. (2002) Un encuentro con el Placer. La Masturbación Femenina, Madrid: Editorial Espasa Calpe) Instituto de Psicología, Sexología y Medicina Espill Disponible en: www.espill.org
- Sarduy Sanchez, C. (s/f). El autoerotismo o masturbación. Zonas erógenas. Erotismo y placer BBCMundo.com Disponible en:
- www.bbc.co.uk/spanish/specials/1448_erotismoyplacer
- Sepúlveda, E. (s/f) Sexualidad Femenina. Reflexiones acerca de las disfunciones sexuales. “El dolor de amarte es casi mas de lo que puedo soportar” (inédito)
- Torres Rodríguez, B. (2006) Hablemos de sexualidad. La Habana: Editorial Científico Técnica.
- Vía Ampuero, Jeannette: Un recorrido teórico acerca del Género, 2007, disponible en: http://www.psicologia-online.com/articulos/2006/recorrido_genero.shtml