NEUROPSICOLOGIA DE LA CONCIENCIA

NEUROPSICOLOGIA DEL ORGASMO

PSICOLOGÍA TEÓRICA

Tatiana Castellanos Pérez
Ana Jiménez Caballero
Susana Mª Martos Villén

Cada miembro del grupo ha asumido los distintos roles

INDICE:

PARTE TEÓRICA:

- Introducción
- Conceptualización
- Desarrollo histórico
- Variables que influyen en la intensidad de la experiencia del orgasmo.
- Diferencias de género

PARTE PRÁCTICA:

- Planteamiento de hipótesis
- Metodología
- Resultados
- Discusión
- Conclusiones
- Mejora de la investigación

BIBLIOGRAFIA

APÉNDICE

PARTE TEÓRICA

INTRODUCCION:

Millones de años de evolución…en los que el ser humano no solo ha sobrevivido y prevalecido sobre otras especies, sino que ha conservado y potenciado en muchas ocasiones, aquellas cualidades y experiencias relevantes para nuestra supervivencia y desarrollo como personas. El mundo de las emociones, los placeres que acompañan a lo cotidiano, las respuestas a la satisfacción de nuestras necesidades, consiguen el objetivo de autoinformarnos de la efectividad de nuestras conductas y pensamientos. Sin embargo, estas respuestas autoevaluativas no son solo moduladas por su propia condición, beneficiosas o perjudiciales para nosotros, sino que otras variables desarrolladas también por el ser humano se encargan de guiar nuestra forma de comportarnos y hasta de sentir diciéndonos lo que nos conviene y lo que no aún formado parte de nuestra condición de seres humanos .

Como claro ejemplo de esto, tenemos el caso de las relaciones sexuales y más concretamente, del placer obtenido a través de ellas. La cultura, la ideología y sobre todo la religión han dictado en cada momento histórico, lo oportuno de realizar ciertas prácticas sexuales (heterosexuales, homosexuales, masturbatorias…) y el fin de las mismas (solo con fines reproductivos, por placer).

Siempre existió un interés "oculto" por el sexo, pero la fuerte represión moral pospuso este interés afectando del mismo modo en el estudio del comportamiento humano. Incluso ya en pleno siglo XX, a pesar de la importancia de las relaciones sexuales, no solo como vía reproductiva sino también a nivel de comunicación, de experiencias, son contadas las investigaciones llevadas a cabo sobre sexualidad y acerca de la respuesta de placer sexual: *el orgasmo*.

A día de hoy, encontramos muchas más información que en épocas pasadas acerca de estos temas obtenida a través de investigaciones centradas en el funcionamiento sexual a nivel neurológico, o en el estudio de aquellas variables que determinan nuestra experiencia sexual como pueden ser el aprendizaje, la cultura, el sistema de creencias, etc.

En nuestro trabajo intentamos abordar algunos aspectos generales acerca del orgasmo y la sexualidad en general, intentando esclarecer un poco, o al menos adoptar una postura crítica, acerca de la concepción tradicional que entiende que existen diferencias en la experiencia orgásmica entre hombres y mujeres, atribuyendo las sensaciones de placer físico predominantes en el hombre y prevaleciendo en la mujer un placer emocional o mental.

CONCEPTUALIZACIÓN:

¿Qué entendemos por ORGASMO ?

- ✓ Definición de orgasmo
- A nivel fisiológico: se considera orgasmo a la fase más corta del ciclo de respuesta sexual. Dura solo unos segundos, en los que hay contracciones rítmicas musculares que producen una intensa sensación física seguidas de un rápido relajamiento.
- A nivel psicológico: se entiende como un instante de placer intenso y de suspensión mental. La mente se repliega en sí misma para disfrutar de tal íntima experiencia. Este punto de vista admite una mayor flexibilidad de significados, existiendo tanta variabilidad de orgasmos como distintas somos unas personas de otras. A este nivel, definiríamos el orgasmo como una vivencia totalmente subjetiva. A continuación exponemos algunos ejemplos de mujeres y hombres que han definido orgasmo desde su punto de vista:

- *El orgasmo es una vivencia intensamente placentera; un final en que la sensación es un estado de no conciencia.*

- *Es una sensación de plenitud, de confundirse con el otro y transformarse en uno solo, y no querer que ese momento termine sino que continúe para poder seguir gozando esas sensaciones, tan placenteras.*

- *Es una sensación de voluptuosidad, vivencia de felicidad máxima, de éxtasis.*

- *La culminación necesaria de un estado de excitación gozosa, por la*

cual se accede a un estado momentáneo de trance, de comunicación o entrega total.

- *Es un momento esperado a veces con gran ansiedad. Un momento encontrado a veces con facilidad... y no logrado en algunas ocasiones.*
- *Es la culminación del acto sexual y el momento de mayor sensación, con pérdida del dominio de sí mismo.*

- *Se podría equiparar al estado de éxtasis... pero, ¡cómo definir el éxtasis!*

- *Es una sensación que me permite sentirme bien después de una relación sexual, y que yo deseo tener ardientemente en el curso de ésta.*

- *Describir el orgasmo es como pretender explicar la caída libre de un paracaidista, el vuelo de una gaviota o el mar. Tiene que ver con sentir, pero también con amar, confiar, entregarse, ver, tocar, escuchar y, al mismo tiempo, olvidarlo todo: es dejar de ser por un instante.*

- *El orgasmo es como una sensación de plenitud, placer infinito, máxima excitación incontrolada y que despierta todas las fibras del cuerpo.*

- *Es una sensación extremadamente placentera que marca la culminación de la respuesta sexual. El placer experimentado difícilmente pueda ser equiparado a otro obtenido en otras circunstancias. Podría decirse que es como un abandonar nuestro*

propio cuerpo y sentir que no existe tiempo ni espacio. Durante el orgasmo se siente que todo se pierde y todo se gana. Es como sentirse inmerso en un mundo nuevo e impensable.

- *Es la sensación de placer máximo, al punto tal que, si se prolonga, se convierte en inaguantable. Todo el ser, físico y mental, está comprometido. Es como si todo uno quedara detenido en ese momento. Todo nuestro ser corre a alcanzarlo y nos elevamos a la cumbre.*
- *El orgasmo es una sensación sumamente placentera e implica la posibilidad de abandonarse a las sensaciones eróticas.*

- *El orgasmo es algo esperado, una necesaria quietud y soledad en el momento culminante. Dan ganas de repetirlo y me satisface y doy satisfacción al otro. Es un momento en el cual más siento al otro, pero a la vez más solo estoy.*

- *El orgasmo es una sensación absolutamente subjetiva: es como sentir que toda la existencia se condensa en un instante, se expande y explota en un grito de plenitud y triunfo. Es como perderse en el infinito y salir de él, es ganar energía, fuerza, vitalidad; es como sumergirse en un oleaje profundo y rítmico que nos arroja a la superficie clara y vital...*

✓ Definición de cualia del orgasmo:

Sensación subjetiva de placer, instante de gozo de suspensión mental, que varía de un individuo a otro e incluso en un mismo individuo puede variar en diferentes momentos a lo largo del tiempo. Al igual que

otros cualias, éste se experimenta de forma directa, no pudiendo ser transmitida la pureza de sensaciones a otras personas.

DESARROLLO HISTÓRICO

Época antigua: el rol que desempeña la mujer es el destinado a dar placer y la reproducción, como una pertenencia personal, mientras que los hombres tenían derecho a gozar de relaciones sexuales con mujeres.

Pensamiento oriental: en el hinduismo y el antiguo oriente había una actitud más positiva que en el occidente, como ejemplo más revelador de este hecho, denominado "el arte de hacer el amor, kamasutra", en China, el sexo no inspiraba temor sino era interpretado como un acto de culto y veneración incluso la senda que conducía a la inmortalidad.

Ideas medievales y renacentistas: siglos XII y XIII, es en esta etapa cuando la iglesia consolida su poder, la tradición cristiana sobre la sexualidad se arraiga con fuerza en Europa, el terreno sexual se repudia, salvo para los objetivos de reproducción, no obstante, en la práctica se constata una cierta hipocresía entre los postulados de la Iglesia y la realidad de los hechos, ya que muchas veces , las casas religiosas eran focos de sexualidad, es cuando surge en la nobleza, el amor cortés y caballeresco, romanticismo, los amores secretos y el valor hallan su reflejo en lasa canciones de los juglares, poesía, etc., es el amor puro incompatible con los aspectos carnales, los amantes yaciendo desnudos en la cama poniendo a prueba su amor, la calidad de sus sentimientos, resistiéndose, absteniéndose de toda relación sexual, pero este ideal no siempre se correspondió con el romanticismo y si se llegaba a un amor de consumación

física, tras esta época del amor sublime, aparecieron los cinturones de castidad, permitían a los maridos echar la llave a su esposa, surgieron en un principio para impedir las violaciones, pero también sirvieron para poner a buen recaudo las "posesiones" personales del varón.

Época victoriana: etapa de máxima castidad, puritanismo, indecoroso, represión sexual y un sentimiento arraigado del pudor, exigidos en las mujeres y los niños, llegando a tal extremo que se prohibían los actos más triviales, llegando a estar mal visto ofrecer un muslo de pollo a una mujer, influyó en la moda femenina, no permitiendo enseñar los tobillos o el cuello, incluso se cubrían las patas del piano con crinolina y no se ordenaban juntos los libros de autores de distinto sexo a menos que estuviesen unidos en matrimonio. La clase media a pesar de este ideal victoriano de mujer dócil y sin apetito sexual, no sólo tenía deseos e impulsos sexuales, sino que los entendió como la mujer actual, manteniendo relaciones maritales, gozando de ellas, viviendo de vez en cuando turbulentos amores románticos, como se deduce de la lectura de diarios escritos por jóvenes de aquellos días, detallando el número y la clase de orgasmo que alcanzaron.
La *ciencia y la medicina* reflejan de manera negativa la masturbación, era lesiva para el cerebro y sistema nervioso, causa de una amplia gama de enfermedades.

Siglo XX: muchas personas entre ella, médicos, consideraban que la mujer no era capaz de alcanzar un orgasmo, esto es un reflejo de un prejuicio cultural, el sexo era un acto en el que el hombre realizaba para su gratificación, la mujer era un sujeto pasivo que debían cumplir sus placeres conyugales, prestándose en todo momento a las peticiones sexuales de su marido se decía que las mujeres decentes no debían complacerse en el amor,

la mujer no podía tener un orgasmo, era impropio si lo alcanzaba, no debía permitírselo, por ello no podían lograr los orgasmos.

- *Freud,* los hallazgos originales y descubrimientos de sus teorías sobre la vital importancia que tiene la sexualidad en la existencia humana, Complejo de Edipo y de Electra.

- *Ellis,* defendió que la práctica de la masturbación provenía de ambos sexos y a todas edades, rebatió la idea victoriana de la mujer decente y explicó el origen psicológico de algunos trastornos sexuales.

- *Década de 1960*, se inició la revolución sexual, debido a la mayor aceptación del sexo como elemento de placer y sentimientos compartidos frente a los fines únicos de procreación, a su vez, gracias a la facilidad de disponibilidad de métodos anticonceptivos que evitan la posibilidad de embarazo, surgen movimiento juvenil de protesta, auge del feminismo, surge una terapia sexual vinculada a la emancipación de la mujer y una mayor tolerancia de la sociedad en cuanto a la sexualidad.

- *Master y Johnson,* realizan investigaciones sobre cómo, cuáles qué tipo de relaciones, la frecuencia de las relaciones a través de la observación directa, analizando, registrando todos los pormenores físicos de la excitación humana.

VARIABLES QUE INFLUYEN EN LA INTENSIDAD DE LA EXPERIENCIA DEL ORGASMO:

FANTASIAS SEXUALES:

Las fantasías sexuales son productos de la imaginación que todos somos capaces de crear. Desde la infancia en más, la mayoría de la gente tiene fantasías sexuales que sirven para una variedad de funciones y que pueden despertar una amplia gama de reacciones. Algunas son placenteras y excitantes mientras que otras pueden resultar desconcertantes y hasta incomodas. Una función esencial de la fantasía en la adolescencia es servir como ensayo, verse realizando acciones sexuales que aun no han transcurrido; por eso el adolescente pasa largo tiempo imaginando diferentes escenas eróticas con personajes de la ficción o con alguien conocido al que le resulta difícil acercarse.

El uso adulto de la imaginación sexual es muy variado. Muchas veces es usada para inducir o aumentar la excitación sexual, cosa que puede suceder en solitario cuando no hay un compañero disponible pero también es común que sea usada durante la actividad sexual con alguien. Otros la usan para incrementar la excitación y convertir la situación actual, en una más apasionada. Las fantasías pueden aumentar tanto los aspectos

fisiológicos como los psicológicos de la respuesta sexual, de muchas maneras: contrarrestando el aburrimiento, focalizando los pensamientos y sentimientos (borrando distracciones o presiones), mejorando nuestra propia imagen, etc. Las fantasías sexuales también promueven un ambiente seguro para dejar ir la imaginación y que surjan con fuerza los sentimientos sexuales. Son seguras porque son privadas y ficticias: la privacidad asegura que las fantasías no serán descubiertas mientras que el aspecto inventado de las fantasías nos libera de responsabilidad y nos permite jugar con ellas. Y como somos el director de la escena, podemos suspenderlas abruptamente si no nos gustan o cambiarles el rumbo. Las escenas fantaseadas, si bien solo son excursiones de la mente, ayudan a encontrar excitación, aventura, autoconfianza y placer.

De esa manera se recrean escenas que pasaron y armamos otras con cosas que deseamos pero no hacemos, por que no nos atrevemos; o porque nos asustan; o porque simplemente queremos que permanezcan como fantasías.

Parece que en general los hombres fantasean más que las mujeres, pero las mujeres también fantasean J. Money, un experto en sexualidad, dice que todos desarrollamos un "mapa de amor", un mapa mental que tiene las características del amado y también las actividades sexuales y afectivas que nos resultan más eróticas. Ese mapa es como las huellas digitales de la personalidad sexual de cada uno de nosotros, las cosas que nos excitan sexualmente son únicas si bien es cierto que compartimos gran parte de ellas con el resto de las mujeres y otro tanto les sucede a los hombres. Las fantasías sexuales completan el mapa de amor agregan las pistas que le faltan pero por sobre todo "entretienen la cabeza", permiten que nos concentremos en las sensaciones placenteras, sin censuras y aumentando la posibilidad de excitación erótica. La fantasía y el deseo sexual a veces pueden aparecer juntos y ser el motor que enciende la escena sexual. Pero también se ha comprobado que la gente con bajo deseo sexual, tiene pocas fantasías sexuales y muchas veces se benefician usando y construyendo fantasías de manera positiva.

LO PROHIBIDO: “Lo malo resulta atractivo”.

El ser humano está diseñado para recibir activación fisiológica. La ruptura de las normas socialmente establecidas provoca esta activación desencadenando una descarga de adrenalina que sumada a la experiencia de placer, hace que este te intensifique. Muchas de las fantasías sexuales parten de este supuesto.

DIFERENCIAS DE GÉNERO:

El estudio del orgasmo debemos abordarlo desde un punto de vista pluridimensional: aspectos biológico, psicosocial, conductual, morales, culturales.

ASPECTO BIOLÓGICO

- A nivel de circuitos cerebrales (estudio en monos) : Existen diferencias entre ambos sexos. Las respuestas sexuales se originan desde diferentes partes del hipotálamo.

En la parte izquierda, el área preóptica media orienta el impulso sexual hacia la hembra, desde aquí se mandan señales a la corteza produciendo excitación sexual consciente y desde allí se envía una señal hacia el pene que produce la erección.

Desde la parte derecha, el comportamiento sexual femenino típico es impulsado por el núcleo ventromedial. Cuando se estimula este núcleo en un contexto sexual, se favorece la posición de exhibición de los genitales.

- A nivel cerebral en general también podemos observar diferencias estructurales entre el cerebro de mujer y hombre:

- El núcleo hipotalámico INAH3 en el área preóptica media: se ha observado que es como media 2,5 veces más grande en el hombre que en la mujer. Este núcleo es el responsable del comportamiento sexual masculino típico: contiene más células sensibles a los andrógenos (hormonas masculinas) que cualquier otra parte del cerebro.
- El cuerpo calloso: la banda del tejido a través de la cual se comunican los dos hemisferios cerebrales es comparativamente más grande en la mujer que en el hombre. También es más grande la comisura anterior, que conecta las áreas inconscientes de los dos hemisferios. Esto podría explicar porque las mujeres parecen ser más conscientes de sus propias

emociones y las de los demás.

- Análisis del electroencefalograma muestran como hombres y mujeres utilizan el cerebro de forma distinta: las mujeres los dos lados del cerebro y los hombres solo una, la más adecuada o especializada para el momento. Esto indica que las mujeres pueden tener una mayor amplitud de visión de la vida mientras que los hombres se centran más en el asunto específico. De igual modo esto puede influir en el sexo, a la hora de encontrar las claves estimulares que faciliten el contexto sexual y la excitación.

DIMENSION PSICOSOCIAL:

Desde la infancia, la identidad sexual o género de un individuo viene configurada por fuerzas psicosociales. Nuestras primeras actitudes hacia el sexo que nos acompañan hasta que somos adultos, se basan en lo que los demás nos dicen o nos muestran los padres, maestros, acerca del sentido y objetivos del sexo. La vertiente social se manifiesta también en que la colectividad regula mediante normas, prototipos, presiones con el fin de encauzar nuestra conducta sexual por una senda determinada.

DIMENSION CULTURAL:

La vida del ser humano es un reflejote la influencia cultural que nos rodea, esta nos ayuda a entender que nos nuestros puntos vista no son compartidos por todos los pueblos y ámbitos geográficos.

DIMENSION CONDUCTUAL:

En el estudio de esta dimensión, se hace referencia a la frecuencia de práctica de relaciones sexuales, masturbación, toma de iniciativa en el momento de iniciar el cortejo y la práctica sexual, insinuaciones, coqueteos,

lenguaje corporal-sexual, en el estudio de esta dimensión existen bastantes prejuicios tanto culturales, religiosos como sociales los cuales se deberían evitar enjuiciamiento del comportamiento sexual de los demás a partir de nuestros principios morales, que en general lo normal coincide con nuestro comportamiento mientras que consideramos anormal aquellas conductas ajenas.

Diferencias en las prácticas sexuales: La ***Masturbación***

Mujeres:

Entre un 70 y un 82 por ciento de las mujeres se masturba hasta el orgasmo alguna vez en su vida. Muchas empiezan pasados los 20 años, o cuando ya han realizado el coito. Es posible que algunas mujeres no se masturben nunca. La frecuencia suele variar dependiendo de las circunstancias, pero la investigación demuestra que las mujeres que mantienen una relación sexual activa, se masturban tanto como las que no la mantienen. La masturbación es un excelente modo de descubrir tus respuestas sexuales, además de satisfacer tus deseos. La masturbación es una experiencia muy personal y privada. Muchas mujeres descubren masturbándose formas mejores de excitarse y de llegar al orgasmo durante el coito, incluso puede contribuir a que algunas experimenten orgasmos múltiples.

Hombres:

Cuando un varón llega a la adolescencia empieza a atravesar importantes cambios en sus emociones. La conciencia sexual se acentúa e intenta liberar la tensión erótica mediante la masturbación, esto se acentúa cuando no tiene pareja. Muchos hombres continúan masturbándose durante toda su

vida, incluso cuando mantienen relaciones con otra persona. Según diversos estudios, un 94% de hombres se han masturbado alguna vez hasta llegar al orgasmo. Mediante la experiencia personal se aprenden las técnicas y ritmos que dan mejor resultado. De esta forma el hombre conoce sus respuestas y se puede anticipar al orgasmo.

DIMENSIÓN MORAL:

También existen muchos *aspectos morales* sobre el sexo, este se vincula a determinadas tradiciones religiosas, no existe un sistema de valores sexuales que tenga validez universal, ni un código moral que sea indiscutible justo y aplicable a todos los hombres.

PARTE PRÁCTICA

PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS

- Hipótesis inicial:

Inferimos, a partir de la parte teórica que como existen diferencias de género a nivel biológico, social y cultural, puede existir de la misma manera diferencias subjetivas en la experiencia del orgasmo.

- Contrahipótesis:

No existen diferencias en la experiencia subjetiva del orgasmo, habiendo unicidad en las cualidades que los géneros le atribuyen.

METODOLOGÍA

Hemos construido un cuestionario en el que evaluamos las principales áreas que intervienen en la experiencia del orgasmo: placer físico y placer mental.

Ha sido realizado en escala Likert con ítems de puntuación directa.

En las áreas emocional y física (comparativas entre hombres y mujeres), la puntuación máxima es de 25.

Se ha distribuido entre población universitaria, en edades comprendidas entre 18 y 25 años

El cuestionario se ha pasado a 50 personas (25 hombres y 25 mujeres).

<u>A continuación presentamos el cuestionario clasificado según las áreas a evaluar.</u>

Preguntas de información:

1. He mantenido o mantengo relaciones sexuales (coitales, masturbación….)
2. He experimentado un orgasmo
3. Tengo pensamientos sobre el sexo.
4. Siento el deseo de mantener algún tipo de actividad sexual
5. Me masturbo con frecuencia
6. Necesito de algún tipo de sustancia (alcohol, drogas.)que me faciliten y/o estimulen mi práctica sexual.

Tipo de respuesta

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

Área física:

1. En mi experiencia del orgasmo predomina el placer físico
2. Me centro en mis sensaciones corporales para alcanzar el orgasmo.
3. Con la estimulación única de mis genitales y zonas erógenas alcanzo el orgasmo independientemente de la situación
4. Soy capaz de tener un orgasmo cuando me lo propongo
5. Cuando mi pareja quiere que alcance un orgasmo lo consigue.

Tipo de respuesta

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

Área emocional:

1. Necesito estímulos ambientales propicios (luz ambiental, música, buen aroma, una buena comunicación con la otra persona….) para alcanzar el orgasmo.
2. Es necesario tener un vínculo emocional positivo con mi pareja para experimentar el orgasmo con ella.
3. En ocasiones necesito tener fantasías sexuales para alcanzar satisfactoriamente el orgasmo.
4. En mis orgasmos experimento más placer emocional (euforia de sentimientos, intensidad y explosión de emociones).
5. Cuando mi estado de ánimo es ansioso o deprimido tengo dificultad en alcanzar el orgasmo.

Tipo de respuesta

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

Estos ítems son calculados en escala likert en puntuación directa.

RESULTADOS

Tras administrar los cuestionarios, hemos obtenido los siguientes resultados:

Hombres

Medias obtenidas:

- Información:
  - Mantienen relaciones sexuales(coitales, masturbatorias): 3
  - Han experimentado un orgasmo: 3
  - Tienen pensamientos sobre el sexo: 4
  - Sienten el deseo de mantener algún tipo de actividad sexual: 4
  - Se masturban con frecuencia: 4
  - Necesitan de algún tipo de sustancia (alcohol, drogas…), que les faciliten y/o estimulen sus practicas sexuales: 1.
- Área física: 3.32
- Área emocional: 3.44

Mujeres

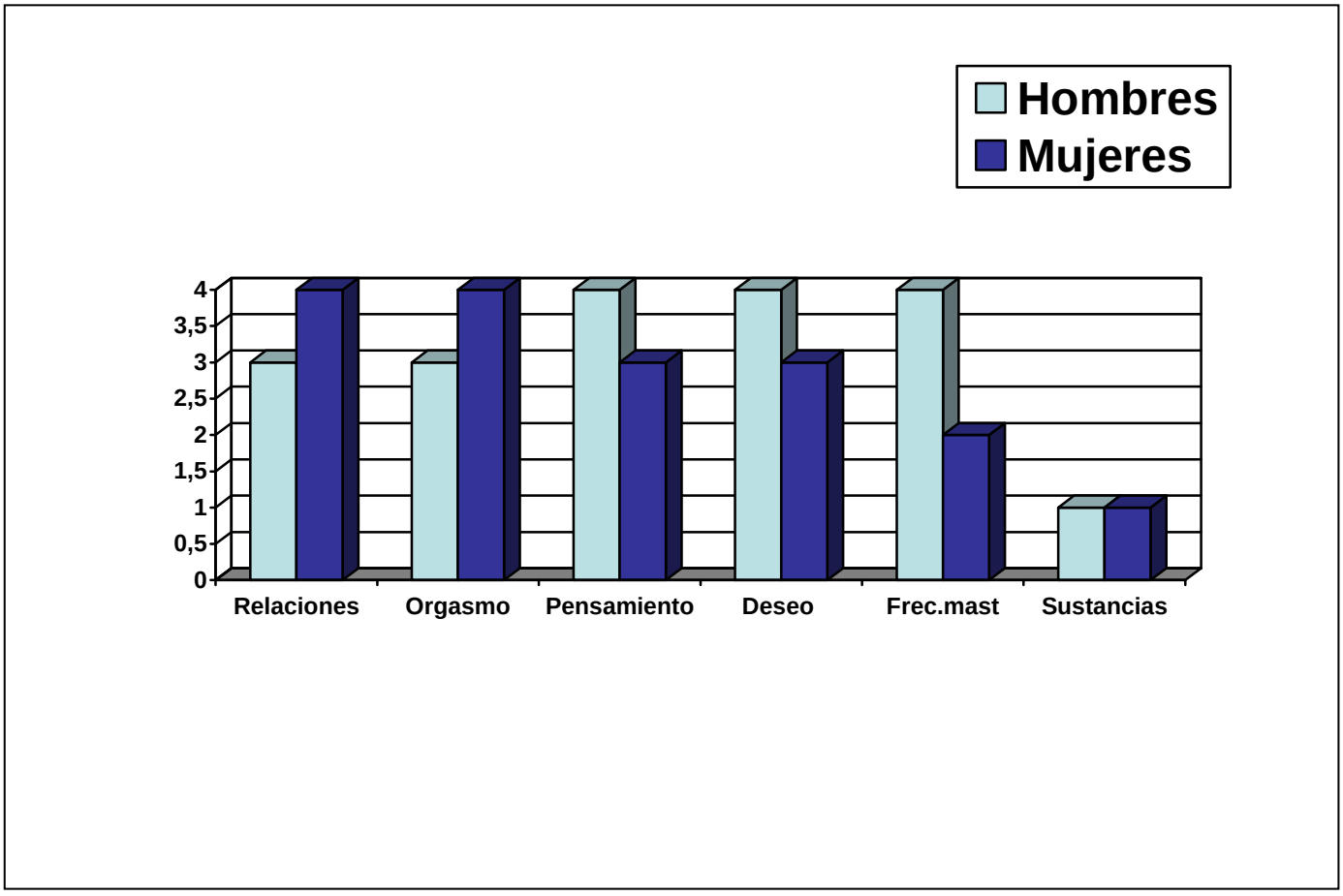
- Información:
  - Mantienen relaciones sexuales(coitales, masturbatorias): 4
  - Han experimentado un orgasmo: 4
  - Tienen pensamientos sobre el sexo: 3
  - Sienten el deseo de mantener algún tipo de actividad sexual: 3
  - Se masturban con frecuencia: 2
  - Necesitan de algún tipo de sustancia (alcohol, drogas…), que les faciliten y/o estimulen sus practicas sexuales: 1
- Área física: 3 - Área emocional: 3.6

- **GRAFICAS**

Información sexual general

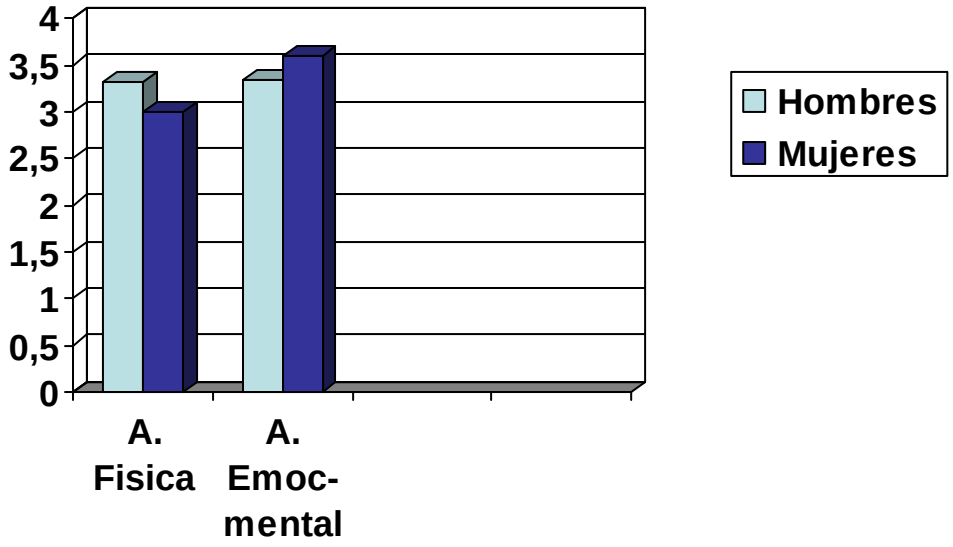
En esta grafica se muestran las diferencias entre hombres y mujeres de la muestra en las distintas variables en relación a la información:

- En la variable "He mantenido relaciones" la media de la población femenina supera a la de los hombres.
- En la variable "Orgasmo" al igual que en la anterior las mujeres superan a los hombres.
- En la variable "Pensamientos sexuales" la muestra masculina supera a la femenina.
- En la variable "Deseo sexual" al igual que en la anterior variable los hombres obtienen mayor puntuación.
- En la variable "Frecuencia masturbatoria" los hombres obtienen mayor puntuación.
- En la variable "Consumo de sustancias", no hay datos significativos.



Área física y Área emocional

- Se puede observar mediante el gráfico como no existen diferencias significativas en la forma de experimentar placer, ni tampoco entre distintos géneros.



DISCUSION:

A partir de los datos aportados por el cuestionario hemos determinado como significativo lo siguiente:

✓ En las preguntas de información, en lo referente a mantener relaciones sexuales, las mujeres puntúan más que los hombres (4 frente a 3), sin embargo en la pregunta sobre la **práctica masturbatoria**, la media se inclina a favor de los hombres (4 frente a 2). Este dato resulta significativo si tenemos en cuenta que las mujeres, aun experimentando un mayor número de relaciones sexuales, siguen dejando fuera de su repertorio la masturbación como práctica sexual.

- ✓ **Área física vs área emocional-mental**: no existen diferencias significativas entre estas dos áreas tanto para mujeres como para hombres. Por tanto, existe un equilibrio entre estos dos componentes en la participación subjetiva del orgasmo en ambos sexos.

- ✓ **Mujeres vs hombres:** en ningunas de las áreas se han obtenido diferencias significativas. En placer físico la diferencia es de 0,32 a favor de los hombres, habiendo puntuado 3,32 frente a las mujeres con una puntuación media de 3. Del mismo modo ocurre en el placer emocional, en este caso , siendo la mujer la que puntúa por encima del hombre en 0,16, siendo su puntuación media de 3,6 frente a la del hombre con 3,44.

Conclusiones

- ✓ No se ha confirmado nuestra hipótesis inicial: a partir de los resultados del estudio observamos que no existen diferencias de género significativas con respecto a la experiencia subjetiva del placer.

- ✓La dicotomía planteada tradicionalmente acerca de las experiencias sexuales dentro del placer físico y el placer mental , puede que no sea tal ya que observamos un gran equilibrio entre las dos áreas participantes en el placer subjetivo. Estamos ante la posibilidad de actúen de forma conjunta e interaccionada.

- ✓En conductas y pensamientos sexuales (frecuencia), siguen existiendo algunas diferencias entre hombres y mujeres, siendo las conductas las más condicionadas por el aprendizaje social y cultural. En el caso de la masturbación comprobamos que aún para la mujer queda fuera de su interés.

Limitaciones de la investigación y sugerencias para mejorar:

- Existen una serie de variables a mejorar con el fin de obtener una mayor validez y representatividad de los datos:

- ✓ Número de la muestra: la muestra para este trabajo ha sido de 50 personas. Debería ampliarse al menos a 100 personas como mínimo.

- ✓ Edad de la muestra: sería muy interesante observar los efectos generacionales sobre el orgasmo disponiendo de un mayor rango de edad. (Efectos de cohorte).

- ✓ Nivel cultural: la muestra utilizada pertenece en su mayoría estudios universitarios quedando limitada la representatividad y posibles efectos sociales. En el caso de utilizar muestras de diferentes niveles educacionales, deberíamos adaptar el test a un lenguaje personalizado al nivel.

- ✓ Transcultural: observaríamos la influencia de la cultura sobre la experiencia subjetiva del orgasmo.

- ✓ Limitación de tiempo: un estudio elaborado con lo componentes de las recomendaciones anteriormente expuestas requeriría de más tiempo.

BIBLIOGRAFIA

- Béjar, S., *Tu sexo es tuyo*, Barcelona, Nuevas ediciones de Bolsillo, 2003.
- Cárter, R.,y asesoria científica Christopher Frith,. *El nuevo mapa del cerebro*, Integral, 1998.
- Hite, S., *El orgasmo femenino: teorías sobre la sexualidad humana*, Barcelona, B, 2002.
- Master, W.; Johnson, V. y Kolodny, R., *La sexualidad humana*, Barcelona, Grijalbo, 1988.

RECURSOS WEB

-Web del grupo de investigación de Emilio Gómez Milán

www.ugr.es/local/setchift

- En esta dirección hemos obtenido información acerca de las fantasías sexuales y la masturbación de hombres y mujeres

http://www.tnrelaciones.com

- http://www.sexovida.com

- Sexualidad en general→ http://www.sexoafectivo.com

-**Revista de Sexología Identidades**. Sexología, Sociología, Antropología, Arte (en castellano)

http://www.identidades.org

APENDICE

- Película "Kinsey"
- Libro: "Conciencia emocional", Autor: Mariano González, Editorial: Edimatlibros. Año: 1998.

Cuestionario administrado

CUESTIONARIO

Estamos realizando una investigación acerca de hábitos sexuales, por eso necesitamos tu colaboración.
A continuación te presentamos una serie de preguntas, las respuestas son totalmente confidenciales, por favor te pedimos que contestes de la forma mas sincera posible, rodea con un circulo tu respuestas, en el caso de que te equivoques táchala con una cruz y vuelve a rodear tu respuesta.
¡Gracias por tu colaboración!

EDAD: MUJER ( ) HOMBRE ( )

1. He mantenido o mantengo relaciones sexuales (coitales, masturbación….).

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

2. He experimentado un orgasmo.

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

3. Tengo pensamientos sobre el sexo.

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

4. Siento el deseo de mantener algún tipo de actividad sexual

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

5. Me masturbo con frecuencia

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

6. Necesito de algún tipo de sustancia (alcohol, drogas...) que me faciliten y/o estimulen mi practica sexual.

1	2	3	4	5
Nada	Poco	Algo	Mucho	Todos los días

7. En mi experiencia del orgasmo predomina el placer físico

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo

8. Me centro en mis sensaciones corporales para alcanzar el orgasmo.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

9. Necesito estímulos ambientales propicios (luz ambiental, música, buen aroma, una buena comunicación con la otra persona….) para alcanzar el orgasmo.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

11. Con la estimulación única de mis genitales y zonas erógenas alcanzo el orgasmo independientemente de la situación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

12. Es necesario tener un vínculo emocional positivo con mi pareja para experimentar el orgasmo con ella.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

13. Soy capaz de tener un orgasmo cuando me lo propongo

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

14. En ocasiones necesito tener fantasías sexuales para alcanzar satisfactoriamente el orgasmo.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

15. Cuando mi pareja quiere que alcance un orgasmo lo consigue.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

16. Cuando mi estado de ánimo es ansioso o deprimido tengo dificultad en alcanzar el orgasmo.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

17. En mis orgasmos experimento más placer emocional.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy deacuerdo

El resto del contenido del apéndice se encuentra en el cd