

## Mitos y realidades acerca de la masturbación o autoerotismo.

**Ricardo Carmen Manrique.**  
**Psicoterapeuta**

Desde el inicio de la civilización, la sexualidad ha sido tema de múltiples tratados, doctrinas, enciclopedias, y de escritos procedentes desde las más dispares disciplinas del conocimiento; ha sido considerada como base fundamental de algunas religiones orientales y como motivo de vergüenza y fuente de pecado en otras; ha sido descrita, representada, juzgada, pontificada, condenada, escondida, negada y más recientemente, estudiada. Estas actitudes dispares frente a la sexualidad no sólo han sido presentadas por el vulgo o por fanáticos religiosos, sino también por la gente de “ciencia”, que no se podía sustraer a las disposiciones adquiridas durante su educación temprana o por ser parte de un núcleo de conflicto. La sexualidad es pues, motivo de respuestas viscerales, a las que resulta difícil hacer frente con un espíritu de apertura o de auto descubrimiento, ambos, requisitos indispensables para el abordaje de investigación científica.

El presente trabajo no pretende ser un trabajo acabado y concluyente sobre la masturbación y sus efectos, sino que aspira a presentar una visión general de los conocimientos acumulados acerca del tema. Si bien no se trata de un trabajo de gran envergadura, alcanzaría a tener algún valor si logra contribuir en algo, a llenar el vacío de información que aún persiste acerca de ese aspecto de la sexualidad que ha sido relegado a los rincones más oscuros a través de la historia.

Para tener una adecuada visión del fenómeno nos remontaremos a la antigüedad, cuando la vida sexual estaba regida por las leyes de las tribus, que tenían como primera prioridad la supervivencia del clan, la misma que estaba basada en el incremento de la población de la tribu; por lo que toda conducta sexual que se apartara de estos fines, era considerada casi como una traición a la tribu y como una perversión. Esta percepción de la utilidad para la supervivencia de la actividad sexual fue acogida por las leyes mosaicas, las mismas que fueron de gran influencia en la fundación de la moralidad cristiana.

Más adelante Tissot denominó a la masturbación como “auto abuso” y le atribuyó la mayoría de los trastornos médicos conocidos, incluyendo las convulsiones epilépticas, la gonorrea y la locura. De él proviene la idea de que la pérdida de una gota de líquido seminal podía provocar más daño corporal y debilidad que la pérdida de 40 gotas de sangre (Dearborn, 1966 en Mc Cary, 1983).

La censura de la masturbación no sólo ha sido por parte de los sectores de la salud, sino, fundamentalmente, de la religión; tanto desde los tiempos más remotos como en los tiempos modernos. En enero de 1976, el Vaticano emitió una declaración llamando a la masturbación un acto gravemente desordenado, antinatural; posición que a pesar de las críticas de la comunidad científica, tiene una gran repercusión en los creyentes. Es debido a este tipo de afirmaciones que muchos individuos ven acompañadas sus prácticas masturbatorias de ansiedad y un fuerte sentimiento de culpa.

Las posiciones de censura o rechazo también se encuentran dentro de los “consejeros” más conservadores. Así, Andre, Berge (1965) en “Los defectos del niño”, al referirse a la masturbación lo hace dentro del capítulo “Los defectos repulsivos” y no la menciona directamente, sino que la llama “malas costumbres” o “defecto humillante”. Igualmente Schofield (1977) al referirse a la masturbación, lo hace dentro del capítulo de “Problemas sexuales”, denotando una posición de rechazo.

La idea de que la masturbación enferma, que daña la médula, etc. y de que en sí no es un fenómeno

sano es respaldada incluso por técnicos tales como médicos, profesores, maestros de párvulos y psicólogos “aficionados” (Heiliger 1985).

Estas informaciones que ciernen una amenaza sobre la práctica de la masturbación y en general sobre cualquier actividad que tienda hacia la búsqueda del placer sexual pueden generar distorsiones en la personalidad, como señala Freud. S (1973) “Hube de comprobar mayor evidencia que detrás de las manifestaciones de la neurosis no actuaban excitaciones afectivas... sino de naturaleza sexual”.

En la actualidad la sexualidad es motivo de ocupación de múltiples disciplinas, agrupaciones profesionales, sectas religiosas y en general por todo grupo que tiene interés en orientar la opinión pública a fin de incrementar el número de sus adherentes y su influencia social. Precisamente por el hecho de que existan múltiples voces opinando sobre el sexo es mayor la desinformación y los mitos que rodean la sexualidad, que la información científica que se divulga. Y es mucho menor el número de investigaciones válidas para nuestro medio. Debido a esta multiplicidad de opiniones tenemos que han prevalecido en la memoria de la gente aquellas que le atribuían un carácter perverso y ruin.

También encontramos que la delimitación de lo que es un acto masturbatorio, es en sí un problema que precisa definición. Si consideramos a la masturbación como todo acto auto estimulatorio que tiende a producir o incrementar la satisfacción sexual, tendríamos que considerar a las fantasías eróticas como un acto masturbatorio, pues se ha encontrado que del 1 al 2 % de las mujeres es capaz de alcanzar el clímax mediante las fantasías sexuales (Mc Cary 1983).

El hecho, es que la mayoría de los jóvenes se masturba y lo hace desde el inicio de la pubertad como parte del descubrimiento de su sexualidad; y continúa haciéndolo durante la adolescencia, pues es la práctica sexual más asequible y la utiliza para la liberación de sus impulsos de naturaleza sexual. En la juventud y adultez continúa practicándola cuando no cuenta con una pareja o como una forma de autoerotismo por sí misma.

En la ciudad de Lima (Perú) Dávila (1972) encontró que una importante muestra de varones y mujeres del quinto de secundaria pensaba que la masturbación causa daño físico, mental o ambos. De igual manera en 1984 Valero encontró que la mayoría de los adolescentes limeños piensa que la masturbación es dañina.

En el informe Hite (1976) podemos encontrar testimonios como el de la mujer que dice: “Para mi, la masturbación es solitaria, infantil, egoísta, todo aquello, en suma, que preferirla que no formara parte de mi experiencia sexual. A veces la practico, pero no me atrevería a declararlo públicamente”.

El problema reside en que la masturbación es para la mayoría de las personas un período importante en su maduración sexual, pero esta etapa transcurre para muchos entre sentimientos de culpa, vergüenza y temor; pues se encuentran entre la condena y pecado a los que lo condena ciertas religiones así como con la locura, la idiotez, o deformación de las partes comprometidas, etc. que lo amenazan, según algunas creencias populares.

Si bien algunos presentan una postura más tolerante frente a la masturbación, aun admiten veladamente la posibilidad de la presencia de un daño físico, lo podemos apreciar en la afirmación: “La aceptación de los cuentos de comadres relativos a la masturbación provoca preocupaciones y ansiedad que ejercen un efecto mucho más nocivo que las causas de origen físico (Hurlock 1970).

## **LA MASTURBACIÓN COMO FUENTE DE PROBLEMAS**

Son muchas las falsas creencias acerca de la sexualidad y de la masturbación en particular, que se generalizaron durante una época y que pasaron a formar parte de toda una ideología, así encontramos que en la época anterior a la ciencia se creía que las mujeres eran hombres imperfectos. El esperma era considerado como un conjunto de hombres en miniatura; las mujeres sólo proporcionaban el “terreno” en el cual los hombres microscópicos se desarrollarían hasta alcanzar la madurez. Los espermias debilitados se consideraban deformados, desarrollando luego en mujeres. Por lo que se desarrolló el concepto de que la mujer era inferior al hombre. Cualquier pérdida de semen, ya fuera mediante el coito durante la menstruación, el coito interrumpido o la masturbación, era considerada como una masacre de cientos de miles de hombres en potencia (Haring 1967, en Mc Cary 1983).

El estudio de la masturbación hasta ahora no se ha realizado de manera específica en nuestro medio, cuando se le ha abordado, ha sido de manera indirecta, dentro del comportamiento sexual, como un aspecto más, que era visto con algo de incomodidad o superficialidad por quienes no han profundizado el estudio de la sexualidad humana, y con malicia o ligereza por quienes han tratado periodísticamente el tema.

En la actualidad, a pesar de que casi hay consenso en la comunidad sexológica mundial acerca de la inocuidad de la masturbación, aun se escuchan voces opositoras y condenatorias, no sólo de sectores ortodoxos de la iglesia, sino de conocidos miembros del cuerpo médico, que pertenecen a entidades que brindan asistencia y consejería a la comunidad, generando opinión y difundiendo sus ideas. Por ello aun persiste la desinformación, la confusión y contradicción con relación al tema. De ahí la importancia de profundizar la investigación de la masturbación y otros aspectos de la sexualidad.

Resulta curioso ver como al investigar acerca de la masturbación nos encontramos con reacciones viscerales frente al tema, con curiosidad y con sospechas acerca de la motivación por la investigación o una negación sistemática con relación a su práctica; pero al examinar más cuidadosamente la conducta de los sujetos nos encontramos que su práctica es en muchas ocasiones inconsciente, incluso se haya difundida dentro de una comunidad y se realiza sin tener conciencia de su naturaleza y sin recibir censura de ninguna clase.

Igualmente la imaginación o ensoñación constituye una actividad auto erótica, aunque no siempre van acompañadas de manipulaciones conocidas como masturbación, mientras que los sueños eróticos muchas veces si son acompañados por la masturbación en forma inconsciente, pues ocurre mientras se duerme.

También constituye la masturbación una fuente de preocupación para la familia, una de las preguntas que más frecuentemente hacen los padres es ¿Qué, debo hacer si estoy preocupado por si mi hijo/a se masturba demasiado? Y es que no se ha difundido suficientemente los conocimientos obtenidos de manera que se pueda llenar ese vacío que persiste, tanto a nivel del hombre común como del “ilustrado”.

## **MITOS ACERCA DE LA MASTURBACIÓN**

Uno de los motivos para trabajar en la investigación, validación para nuestro medio y difusión de nueva información acerca de la masturbación, es la mitología que se ha creado acerca de su práctica; estas falsas creencias tienen las más diversas procedencias y un común origen: La ignorancia. Es, pues, menester, trabajar en su esclarecimiento.

Uno de los mitos más extendidos es el que la masturbación es dañina. Se teme que una eyaculación muy frecuente (sea por masturbación o por coito) causa pérdida de fuerzas, desgaste excesivo del organismo o incluso problemas emocionales (Ochoa, 1991).

Estos mitos se extienden a sectores supuestamente ilustrados como el de los estudiantes de medicina que en un 15% cree que la masturbación causa trastornos mentales (Lief 1979; Maxmen 1986, en Ochoa 1991).

Otro mito más o menos difundido acerca de la masturbación femenina, es que produce un aumento del clítoris, la cual es totalmente falsa (Ochoa 1991).

Los efectos que tiene la masturbación es aun motivo de discusión o ignorancia, así tenemos que casi el 50% de los estudiantes de una escuela de medicina en Filadelfia, en 1961, pensaban que la masturbación podía provocar enfermedad mental y el 20% del personal de la facultad era de la misma opinión (Greenbank 1961, en Mc Cary 1983). En la actualidad el 15% de los estudiantes de ambos sexos piensan que ciertas enfermedades mentales son provocadas por la masturbación (Lief y Ebert 1974, en Mc Cary 1983).

## **LA MASTURBACIÓN EN NIÑOS**

La niñez fue vista durante mucho tiempo como una etapa inocente, en donde no había lugar para impulsos sexuales y menos para prácticas de este tipo. Se pensó que la presencia de la masturbación en niños era señal de precocidad sexual e indicio de conductas problemáticas, sin embargo, al profundizarse el estudio de la conducta sexual y al poner mayor atención a los niños se encontró que lejos de tener un efecto perturbador en las relaciones del infante, aquellos con mayor tendencia masturbatoria llevaban mejores relaciones con

su madre, en comparación de quienes mostraban una conducta más conflictiva y que se caracterizaban por una menor práctica de la masturbación (Spitz 1949 en Brecher 1973). Igualmente Kinsey manifestó encontrar la presencia de orgasmos mediante la masturbación en la infancia, informó que el 32% de los niños menores de 1 año eran capaces de tener orgasmos, igualmente ocurría en las niñas y era como resultado de la masturbación (Kinsey y col. 1948, 1953). Ribble observó que la manipulación de los genitales y la presencia de un juego sexual claramente definido en los infantes aunque habían dudas sobre si la actividad masturbatoria era de una manera consciente (Ribble 1955, en Brecher 1973).

Desde entonces ya era claro que la vida sexual se manifestaba desde la infancia, pasando por distintos ciclos, encontrándose que entre los 3 y 7 años de edad había un incremento en el interés sexual y la actividad sexual, que si bien no todos se masturban en esta etapa, el 5% de los niños de 6 años o menores se había masturbado y el 10% de los niños de 7 años (Ramsey 1943, en Brecher 1973).

En estudios posteriores sobre la conducta sexual en distintas culturas se halló que la mayoría de los niños y niñas realizan exploración de sus genitales como parte de su auto descubrimiento, y si se les permite, avanzarán progresivamente hasta la masturbación sistemática; esto ocurría la aproximadamente entre los 6 y 8 años de edad (Ford y Beach 1951, en Mc Cary 1983).

Igualmente se pensaba que era durante la adolescencia que la masturbación aparecía como respuesta a los incontenibles impulsos de naturaleza sexual, pero igualmente, al profundizar estudios, se encuentra que los niños empiezan a masturbarse desde muy pequeños y que a los 10 años ya la ha practicado el 13% en general, alrededor del 12% de las niñas la ha practicado alrededor de los 12 años, en el caso de los niños el porcentaje es del 21% a la misma edad, mostrando un inicio más temprano (Kinsey 1953).

En términos generales los niños adolescentes se masturban un promedio de 2.5 veces por semana, aunque el 17% lo hace de 4 a 7 veces por semana (Mc Cary 1983).

Al parecer los niños y las niñas aprenden a masturbarse de distinta manera, los primeros lo hacen recibiendo información de sus compañeros, a través de lecturas, por que la ven practicarla, etc. mientras que la mayoría de las niñas llega a ella a través del auto descubrimiento y de forma accidental.

## **LA MASTURBACIÓN EN ADOLESCENTES**

Aunque muchos niños se masturban, el punto máximo de esta práctica por lo general se produce en la adolescencia. Por lo común, la masturbación se inicia como una vía de escape de las tensiones sexuales durante los años inmediatamente precedentes o siguientes a la pubertad; esto corresponde alrededor de los trece o catorce años en los varones y uno o dos años antes en las adolescentes. En el final de la adolescencia, cuando el adolescente realiza una adaptación heterosexual buena o relativamente buena, hay disminución de la masturbación (Peck y Wells 1923; Davis 1923; Landis y col. 1940; Ramsey 1943; Kinsey y col. 1948, en Hurlock 1970).

Es durante la adolescencia cuando la mayoría de jóvenes descubre la masturbación y la practica con mucha frecuencia, esto lo confirma Kinsey (1948) que encuentra que el 96% de los preuniversitarios se había masturbado, y es para el adolescente, la práctica sexual más común, pues la practican con regularidad entre el 90% y el 95% de los adolescentes (Neyra 1981). Acerca del inicio de la masturbación en esta etapa, tenemos que de un 28% a 37% de mujeres empieza a masturbarse a los 14 años (Ochoa 1991).

## **LA MASTURBACIÓN FEMENINA**

Si bien en el caso de las mujeres las estadísticas muestran índices menores en su incidencia y frecuencia masturbatoria, tenemos que hacer algunas consideraciones al respecto, pues hay diversas conductas que no son consideradas como masturbatorias, pero al analizarlas mejor, descubrimos en ellas conductas auto estimulatorias de naturaleza sexual; Así tenemos que Ellis (en Brecher 1973) observó en una estación de ferrocarril en Suecia, a una joven campesina apoyada contra el respaldo de su asiento, con las piernas cruzadas, oscilando su pie con un movimiento rítmico y vigoroso, hasta que de pronto, su cuerpo se contrajo espasmódicamente. Su palidez y su transformación no dejaban lugar a dudas al observador bien informado

del significado de aquella maniobra aparentemente inocente. Así como ,esta, existen otras maniobras, igualmente “inocentes” más conocidas, como el montar bicicleta, particularmente con aquellas sillas antiguas de sillín muy curvado, el montar caballo, etc.

Si consideramos a la masturbación como todo acto auto estimulatorio que tiende a producir o incrementar la satisfacción sexual, tendríamos que considerar a las fantasías eróticas como un acto masturbatorio, pues se ha encontrado que del 1 al 2 % de las mujeres es capaz de alcanzar el clímax mediante las fantasías sexuales (Mc Cary 1983).

Se ha encontrado que de todos los tipos de actividad sexual, la masturbación es la más satisfactoria en las mujeres, pues, esta conduce al orgasmo en el 95% de las veces, además se llega al clímax en mucho menos tiempo que con cualquier otra técnica; menos de 4 minutos en el 75% de los casos (Hite 1976, Kinsey y col. 1953, en McCary 1983). Y es mucho más frecuente de lo que se cree en el grupo de mujeres “sexualmente maduras”, pues el 30% de las casadas complementa su vida sexual con la masturbación (Kinsey y col. 1953, en Mc Cary 1983).

Hite (1976) encontró que el 82% de su muestra se masturbaba con regularidad. Caballero (1990) encontró que el 35,9% de mujeres se había masturbado; y el 66.6% de mujeres se masturbaba al momento de hacerse la investigación. Igualmente existía un grupo que además de tener relaciones sexuales también se masturbaba. De las mujeres no casadas entre los 50 y 70 años, el 59% admitieron practicar el autoerotismo, en comparación del 30% de mujeres casadas del mismo grupo de edad. Schofield (1977) encontró que aproximadamente un 23% de mujeres casadas y un 2% de mujeres solas se masturban.

La frecuencia de la masturbación es muy variable en las mujeres, en la muestra de mujeres estudiada por Kinsey varía entre una o dos veces en la vida hasta 100 orgasmos en una hora (Mc Cary 1983).

Son muchas las posibles razones por las que muchas mujeres encuentran mayor satisfacción sexual en la masturbación, una de ellas es que debido a las numerosas terminaciones nerviosas en la región del clítoris y de la vulva muchas mujeres encuentran que la masturbación y otras formas de estimulación directa les proporciona más orgasmos, en sucesión más rápida y con una respuesta física más intensa que el coito (Mc Cary 1983).

En las investigaciones de Masters y Johnson (1966) se encontró que varias de las mujeres que participaron en experiencias sexuales en laboratorio, describieron que los orgasmos provenientes de estímulos directos como la masturbación eran fisiológicamente más satisfactorios que el coito, aunque, este último era más satisfactorio desde el punto de vista emocional. De acuerdo a esto, la afirmación de que la masturbación es frustrante sexualmente y que no es tan satisfactoria sexualmente como el coito, quedaría sin mayor asidero.

De las mujeres que nunca se habían masturbado hasta llegar al orgasmo antes de llegar al matrimonio, del 31 al 37 % no pudieron llegar al orgasmo durante el coito, practicado durante el primer año de matrimonio; mientras que, aquellas que se habían masturbado hasta llegar al clímax previamente al matrimonio, menos del 16% no pudo llegar al orgasmo durante el primer año de matrimonio (Mc Cary 1983).

También encontramos que durante la masturbación la mujer tiene pleno control sobre factores como intensidad y duración de la estimulación, así como sobre la libertad para fantasear, por lo que en algunos casos de anorgásmia secundaria la mujer no puede sentir el orgasmo durante el coito, pero si con la masturbación (Ochoa 1991).

En la muestra de Kinsey se encontró que la mayoría de mujeres recurría a la manipulación genital como técnica masturbatoria, mientras que otras pocas usaban la presión del muslo, la tensión muscular, o sólo la fantasía (Mc Cary 1983). Un 4% de mujeres se masturba haciendo presión contra los muslos (Ochoa 1991). El 86% de las mujeres recurren a fantasías eróticas con cierta regularidad para acrecentar la excitación sexual durante la masturbación. El informe Hite (1976) halló que el 73% de las mujeres se masturban estimulando el clítoris y la región vulvar usando la mano o un vibrador, mientras están echadas de espaldas; 5.5 % lo hacen de la misma forma sólo que echadas boca abajo; el 4% lo hace comprimiéndose o moviéndose sobre la zona vulvar contra un objeto blando; 3% mediante la compresión rítmica de los muslos uno contra el otro; 2% con el masaje de agua en la vulva y el clítoris; 1.5% por inserción vaginal de algún objeto, como dedos,

velas, vibradores o penes artificiales y el 11% empleaba más de una técnica.

Es notable el volumen de información disponible acerca de la masturbación femenina, en comparación de los otros grupos; esto se podría deber en parte al interés puesto por algunas investigadoras en descubrir la naturaleza de la sexualidad femenina, sin descuidar o ignorar esa veta tan amplia como es el autoerotismo.

## LA MASTURBACIÓN EN HOMBRES

Son los varones, más que las mujeres, los que consideran a la masturbación como un hábito aceptable en las muchachas y muchachos (Nava, 1988). Caballero (1990) encontró que el 95% de los varones se había masturbado; y que el 78.6% de varones se masturbaba al momento de hacerse la instigación. Igualmente existía un grupo que además de tener relaciones sexuales también se masturbaba.

En los hombres, la variable crucial para determinar la preferencia sexual parece ser la naturaleza de las primeras experiencias sexuales. Mediante un condicionamiento clásico, un individuo aprende una serie de fantasías o se excita ante determinados estímulos, generalmente seguidos de la masturbación. Mc Guire y colaboradores postularon que cualquier estímulo que preceda de forma regular a la masturbación, en un intervalo de tiempo apropiado, llega a adquirir la propiedad de convertirse en excitante (Ochoa 1991).

Kinsey en 1948 encontró que el hombre adulto promedio menor de 35 años se masturba aproximadamente 70 veces al año, mientras que los mayores de 35 lo hacen alrededor de 33 veces y que la manipulación genital es la forma de masturbación más difundida (95%) en los hombres.

## LA MASTURBACIÓN EN ANCIANOS

Durante mucho tiempo se ha considerado a la ancianidad como una etapa en la que la vida se torna pasiva y de “descanso”, privada de intereses y por supuesto, de vida sexual; pero esto no es cierto, es un hecho que alrededor del 25% de los hombres mayores de 60 años se masturba, incluso, aquellos que tienen coitos (Kinsey y col. 1948, en Mc Cary 1983).

Star y Weiner (Ochoa 1991) señalan los siguientes porcentajes de masturbación en ancianos:

Edad	Varones %	Mujeres %
60-69	92.6	47.1
70-79	29.5	49.1
80-89	45.8	34.5

Tenemos que considerar cual esa la imagen y la valoración que tiene nuestra sociedad frente a sus prácticas sexuales. Así mismo es importante considerar los sentimientos y la satisfacción de las necesidades sexuales de los ancianos cuya pareja ha fallecido o ya no tiene interés o capacidad para las funciones sexuales (Mc Cary, 1983).

Hombres y mujeres de edad madura y en la ancianidad se masturban. Un estudio mostró que el 59% de las mujeres solteras y 30% de las casadas entre 50 y 79 años se masturban (“Sex behavior” 1966, en Mc Cary 1983), por lo que resulta difícil aceptar que la masturbación es un acto propio de individuos inmaduros. Las mujeres seniles continúan siendo capaces de sentir orgasmos múltiples y muchas recurren a la masturbación para satisfacer esta necesidad, así tenemos que alrededor del 59% de las mujeres solteras de edades entre 50 y 70 años admite masturbarse y el 30% de las casadas complementa su vida sexual con la masturbación (Kinsey y col. 1953, en Mc Cary 1983). Si bien podemos hallar diferencias entre los porcentajes entre las muestras de Kinsey (americanos) y la de Ochoa (europeos), esto sólo demuestra que es un fenómeno casi universal que se presenta con variaciones socioculturales.

## **LA MASTURBACIÓN COMO TÉCNICA TERAPÉUTICA**

En donde se puede apreciar mejor el cambio de actitud frente a la masturbación, es en su actual uso como parte de la terapéutica de disfunciones situacionales del orgasmo, del vaginismo y de la excitación sexual.

Se le utiliza en el ejercicio conocido como “transferencia clitorídea vaginal” como parte de la secuencia terapéutica ante la ausencia del orgasmo coital. Este ejercicio consiste en la estimulación clitorídea hasta el momento del orgasmo inminente, para después dejar que la estimulación vaginal desencadene el orgasmo.

En algunos casos de anorgásmia secundaria, la mujer no puede sentir el orgasmo durante el coito, pero sí con la masturbación, pudiendo aprovecharse esta condición para el tratamiento terapéutico.

Se utiliza como técnica cognitiva conductual la masturbación en el tratamiento de las parafilias, obteniendo una remisión del 50 al 60 % de los casos. También se le puede utilizar en el tratamiento de recuperación de la capacidad orgásmica cuando esta se ve afectada tras una violación; en este procedimiento, primero la realiza la persona sola, luego con la ayuda de su pareja habitual, quien va incrementando su participación gradualmente (Ochoa 1991).

## **ALGUNAS CONSIDERACIONES**

Entonces tenemos que, en la actualidad, para gran parte de la comunidad sexológica, la masturbación ya no sólo no es considerada como perjudicial, sino, que muchos como Mc Cary (1983) sostienen que es la forma más fructífera de responder a la máxima capacidad sexual del individuo, y que la masturbación, constituye un acto perfectamente sano y normal en muchachos, muchachas, hombres y mujeres tanto jóvenes como ancianos.

Y es así, que sólo puede considerarse la masturbación como un problema sexual cuando se vuelve parte de un patrón de conducta en pacientes psicóticos o cuando es utilizada como el único medio de desahogo sexual, a pesar de tener otros medios al alcance (Ellis 1960, en Brecher 1973).

La masturbación es practicada por la mayoría de los jóvenes de cada nación, pero no se sabe a ciencia cierta la frecuencia, los sentimientos frente a ella y la actitud hacia su práctica en cada medio, por lo que podemos decir que existe un vacío de conocimiento en esta área.

No sólo es interesante el conocer cómo es que percibe el joven la actitud de su medio frente a la masturbación, sino que es necesario, pues depender de la imagen que tenga de la percepción social de la masturbación, la actitud y sentimientos que desarrolle frente a su actividad masturbatoria, pues todos los fenómenos naturales se expresan en la sociedad a través de las estructuras y de las instituciones, lo mismo que los valores culturales y morales; no hay nada en el ser humano que no esté, mediatizado por lo histórico y lo social (Muldworf 1977).

La importancia de esta investigación reside en que contribuir a llenar un vacío de información acerca de este fenómeno en nuestro medio y así ayudar a esclarecer la veracidad o falsedad de los mitos que aún rodean a la masturbación; También facilitar el poder establecer pautas para la elaboración de programas de educación sexual, así como para futuras investigaciones.

## **ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL PROBLEMA**

Cuenta Plutarco (96) que el filósofo Crisipo felicitaba a su colega Diógenes por haber llevado su cinismo hasta el extremo de masturbarse a la vista del público, en las calles de Atenas. Los cínicos recomendaban la masturbación como el método más sensato de obtener satisfacción sexual. Aristófanes (388 A.C.) decía que la masturbación es una práctica indigna de los hombres, exceptuando los niños, los esclavos y las mujeres. En 1943 Ramsey (en Brecher 1973) señaló que entre los 3 y 7 años de edad había un incremento en el interés sexual y la actividad sexual, que si bien no todos se masturban en esta etapa, encontró que el 5% de los niños de 6 años o menores se había masturbado y el 10% de los niños de 7 años. En 1951, Beachy Ford, tras un estudio sobre la conducta sexual en distintas culturas señalaron que la mayoría de los niños y niñas realizan exploración de sus genitales como parte de su autodescubrimiento, y si se les permite, avanzar

progresivamente hasta la masturbación sistemática; esto ocurría a aproximadamente entre los 6 y 8 años de edad. En 1955, Ribble (en Brecher 1973) observó que la manipulación de los genitales y la presencia de un juego sexual claramente definido en los infantes como la respuesta del centrarse los impulsos eróticos en la zona genital aunque había dudas sobre si la actividad masturbatoria era de una manera consciente.

En 1960 Ellis (en Brecher 1973) afirma que sólo puede considerarse la masturbación como un problema sexual cuando se vuelve parte de un patrón de conducta en pacientes psicóticos o cuando es utilizada como el único medio de desahogo sexual, a pesar de tener otros medios al alcance. En 1973, Sorensen (en Brecher 1973) encuentra que la frecuencia de la masturbación en los hombres disminuye en los períodos en que tienen relaciones sexuales. En las muchachas, la frecuencia se incrementa en los períodos en que tienen relaciones sexuales.

En 1981 Neyra afirma que es la actividad sexual más común y que se masturban entre el 90% y el 95% de los adolescentes.

En 1983 Mc Cary sostiene que: “Probablemente, la forma más fructífera de responder a la máxima capacidad sexual del individuo es mediante la auto estimulación. La masturbación, constituye un acto perfectamente sano y normal en muchachos, muchachas, hombres y mujeres tanto jóvenes como ancianos”.

En 1986, Hunt manifiesta que sólo el 15% de los jóvenes creen que la masturbación es mala y que se apreciaba un cambio general de actitudes hacia esta, que había pasado de ser una manifestación patológica a un método terapéutico.

El cambio de actitudes frente a la masturbación que ha habido en los últimos 50 años es claro y se puede apreciar en los comentarios de A. Costler y A. Willy (1978) que afirman:

“El onanismo es una manifestación de sexualidad, una etapa en la evolución del instinto sexual. Es inofensivo en tanto se le practique provisoriamente y como un sustituto. La masturbación tiende a convertirse en hábito en individuos carentes de toda inclinación depravada, pero incapaces de hallar una salida normal a su actividad sexual.”

## **INVESTIGACIONES RELACIONADAS CON EL TEMA**

Kinsey (1953) manifestó encontrar la presencia de orgasmos mediante la masturbación en la infancia, informó que el 32% de los niños menores de 1 año eran capaces de tener orgasmos, igualmente ocurría en las niñas y era como resultado de la masturbación (Kinsey y col. 1948, 1953).

De las mujeres que participaron en el estudio, el 8% recordó haberse masturbado hasta llegar al orgasmo alrededor de los 10 años y el 12% dijo haberlo hecho alrededor de los 12 años. En el caso de los varones, fu, del 2% para los 10 años y del 21% para los 12 años; esto indicaría que en líneas generales, los niños empiezan a masturbarse antes que las niñas.

Al parecer los niños y las niñas aprenden a masturbarse de distinta manera, los primeros lo hacen recibiendo información de sus compañeros, a través de lecturas, por que la ven practicarla, etc. mientras que la mayoría de las niñas llega a ella a través del auto descubrimiento y de forma accidental.

Al acercarse y durante la adolescencia, hay un incremento notable en la frecuencia de la masturbación; esto se aprecia al comparar el 21% de muchachos que se había masturbado con el 82% de los muchachos de 15 años que manifestaba haberlo hecho.

Spitz en 1949 (en Brecher 1973) hizo un estudio en el que se media la relación entre los infantes y sus madres, se encontró que eran los infantes con mayor tendencia a la masturbación llevaban una relación optima con su madre, a diferencia de aquellos que mostraban una relación más conflictiva y se caracterizaban por una menor tendencia hacia la práctica masturbatoria.

Hunt (1986) señala en datos obtenidos más recientemente, que los niños empiezan a masturbarse a edades más tempranas que en la época de Kinsey, esto ocurría particularmente en las muchachas.

Dávila en 1972 investigó el conocimiento y actitudes sexuales en 400 estudiantes de quinto de secundaria,

varones y mujeres, de clases sociales media y baja de Lima Metropolitana, encontrando que tanto los varones como las mujeres piensan que la masturbación causa daño físico, mental o ambos.

Valero encontró en 1984 en una investigación hecha en Lima que la mayoría de adolescentes cree que la masturbación es nociva.

Caballero en 1990 en una investigación hecha sobre la conducta sexual de jóvenes cajamarquinos, encontró que el 95% de los varones y el 35.9% de mujeres se había masturbado y que el 78.6% de varones y el 66.6% de mujeres se masturbaba al momento de hacerse la investigación. Igualmente existía un grupo que tenía relaciones sexuales y también se masturbaba.

La teoría que se ha desarrollado acerca de la masturbación se ha caracterizado en sus inicios por estar basada en las opiniones de personajes que por haber ganado cierto prestigio en su práctica profesional se consideraban con derecho a emitir juicios determinantes, condenatorios en su mayoría, sin contar con investigaciones serias que respaldasen estas opiniones.

El único criterio veraz y universal que establece hoy que conducta es la adecuada es si dicha conducta u orientación sexual acarrea sufrimiento físico o psicológico a corto, mediano o largo plazo, para uno mismo o para la persona con la que se comparte la vida sexual (Ochoa 1991).

## **REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

- Abraham, G. "Terapias sexológicas" Madrid. Pirámide 1978.
- Alache, Maritza "Coeficiente intelectual y bajo rendimiento en el aprendizaje de matemáticas" URP 1987.
- Alsteen, A. "La masturbación en adolescentes" Barcelona. Herder 1978.
- Beach, Franck. "Sexo y conducta" México. Siglo XXI. 1970.
- Beach F. y Ford S. "Conducta sexual" España. Fontanella. 1976.
- Bevan, J. "El sexo y la salud" Barcelona. Planeta. 1966.
- Berge, Andre "Los defectos del niño" Buenos Aires. 1965.
- Brecher, M.E. "Los investigadores del sexo". México Editorial Grijalbo. 1973.
- Caballero, Maria E. "Estudio comparativo del comportamiento sexual de jóvenes de Cajamarca" U.R.P. 1990.
- Caravedo, Leopoldo. "Análisis del rendimiento en la escuela sobre la base de la aplicación de un programa de dinámica de grupo" U.R.P. 1973.
- Cárdenas, Maria "El nivel de ansiedad, y rendimiento escolar en niños de 4 a 5 años de edad de padres divorciados: El uso del metrómomo de combinación". URP 1987.
- Cóndor, Mónica "Relación entre la atención y memoria con el rendimiento escolar en niños de una institución de educación primaria" URP 1990.
- Costler y Willy "Enciclopedia del conocimiento sexual" (1978) Editorial Época.
- Dávila, José "Conocimiento y actitudes hacia sexo en escolares secundarios" U.N.M.S.M. 1972.
- Eysenck, H. "Sexo y Personalidad" Madrid. Cátedra. 1982.
- Freud, S. "Autobiografía" Alianza Editorial España. 1973
- Gliolino, Patricia. "Investigación exploratoria sobre el nivel de conocimientos y actitudes hacia la sexualidad humana en estudiantes de psicología de la P.U.C.P. y la U.N.M.S.M. " 1975.
- Hass, Aarón "Sexualidad y adolescencia" México. Pax 1974.
- Heiliger, Anita. "La angustia y el miedo en el niño" México. Ediciones Roca. 1985.
- Herrera, Marta "La ansiedad infantil y sus interferencias en el rendimiento escolar. URP. 1980.
- Hite, Shere "El informe Hite sobre sexualidad masculina" España. Plaza y James. 1967.
- Hite, S. "El informe Hite: Estudio de la sexualidad femenina". España. Plaza Dame 1976.
- Hunt, M. "Conducta sexual en la década del 70". México. C.E.C.S.A. 1986.

- Hurlock, Elizabeth "Psicología de la adolescencia". Buenos aires. 1976.
- Kinsey, A y otros "Sexual behavior in the human female" W B Saunders, 1953. Filadelfia.
- Kenneth, James "Sexualidad Humana" México. Pax. 1974.
- Kreiser, Dora "Psicología de la mujer" España. De Vecchi. 1971.
- Lisandro, S. "Actitudes hacia la sexualidad y conducta sexual en escolares de diferente nivel socio económico de Lima". Lima. 1984.
- Loren, Santiago "Nuestra vida sexual" España. Planeta. 1978.
- Mc Cary, James "Sexualidad humana, factores fisiológicos y psicológicas de la conducta sexual". México Manual Moderno. 1969.
- Muldworf, Bernarda."Feminidad y sexualidad" Perú Promociones Editoriales .1977.
- Nava, Flor. "Actitudes hacia la sexualidad en dos grupos de trabajadores de defensa civil" URP.1988.
- Neyra, Giraldo "Explorando las sexualidades humanas". México. Trillas. 1981.
- Ochoa, Elena "200 preguntas sobre sexo". Ediciones temas de Hoy. España. 1991.
- Pérez, Luis "Estudio preliminar del comportamiento sexual de jóvenes procedentes de la ciudad de Iquitos" Escuela de post - grado de la U.P.C.H. 1988.
- Pérez, Luis " Estudio comparativo del comportamiento sexual de jóvenes pro cedentes de Iquitos y Lima". DEHFASEX. 1989.
- Reich, Wilhelm "La lucha sexual de los jóvenes". Perú. Roca.
- Ruiz, Roció "Estudio sobre el comportamiento sexual en una muestra de estudiantes universitarios con la escala de comportamiento sexual de Eysenck" U.R.P. 1990.
- Schofield, Michel "El comportamiento sexual de los jóvenes" España. Fontanella. 1976.
- Schofield, Michel "El comportamiento sexual de los adultos" Edit. Fontanella 1977.
- Soto, V. "Comportamiento sexual del universitario peruano, 15 años de investigación científica" Concytec, 1988-
- Soto-Cáceres "Comportamiento sexual prematrimonial del universitario peruano Estudio comparativo" Revista Latinoamericana de sexología. Vol. 1,2,181,202 1986.
- Tiefer, L. "Sexualidad humana" México. Harla. 1980.
- Valero, Santiago. "Actitudes hacia la sexualidad y la conducta sexual en escolares de diferente nivel socio-económico en Lima". URP. 1984.
- Villegas del Solar, L. "Algunas consideraciones sobre sexualidad en grupos de adolescentes de Lima" P.U.C.P.

Ricardo Carmen Manrique

Psicoterapeuta

**ricardocarmen@hotmail.com**

**<http://www.angelfire.com/pe/actualidadpsi/autoerotismo.html>**

*Volver a Psicosexualidad*  
*Volver a Newsletter 18-ex-44*