

Anorgasmia Femenina ♀



Miles de mujeres sufren esta disfunción en silencio.

Datos sobre la Anorgasmia

- En España se estima que entre un 40-50% de mujeres sufren de algún tipo de Anorgasmia.
- La Anorgasmia es la segunda queja más frecuente entre las mujeres que acuden a consulta.

“Muchas mujeres que padecen de Anorgasmia acaban fingiendo sus orgasmos en pareja”

¿A que llamamos Anorgasmia?

En general todos los autores revisados concuerdan al definir Anorgasmia como un bloqueo, imposibilidad o incapacidad para alcanzar un orgasmo tras una respuesta excitatoria normal.

De esa manera, para Masters y Johnson, la Anorgasmia es la "incapacidad de una mujer para alcanzar el orgasmo".

La Anorgasmia, en sus diferentes tipos, es el trastorno sexual femenino más ampliamente difundido.

Los resultados de las investigaciones con respecto a la prevalencia de esta disfunción han variado de acuerdo a la definición base que se ha utilizado.

Entre un 6 y un 11% de las mujeres nunca han tenido un orgasmo, entre un 7 y un 22% no alcanzan el orgasmo por medio del coito, pero sí por otros medios, y entre un 10 y un 22% tienen orgasmos coitales pero de manera irregular.

Anorgasmia y Falta de Deseo

En muchas ocasiones la Anorgasmia va acompañada de un bajo deseo sexual, aunque no tiene por qué.

Las mujeres que sufren de bajo deseo sexual pueden llegar a tener orgasmos, y desarrollar dificultades en la fase de excitación.

Así como existen mujeres con un deseo sexual normal que pueden experimentar graves dificultades en la fase orgásmica.

Llegando incluso en muchos casos a no experimentar un solo orgasmo en toda su vida.





En las relaciones sexuales durante el coito la gran mayoría de mujeres experimentan dificultades para alcanzar el orgasmo.

Tipos de Anorgasmia

La distinción que más comúnmente se utiliza es entre Anorgasmia primaria y secundaria.

Anorgasmia primaria: La presentan mujeres que nunca ha obtenido un orgasmo ni a través del coito, ni por masturbación, ni por estimulación directa de su pareja ya sea con la mano, con la boca o con algún instrumento o juguete sexual o cualquier combinación de lo mencionado.

Anorgasmia secundaria: La presentan algunas mujeres que, tras una época de haber tenido orgasmos con normalidad, dejan de experimentarlos de forma recurrente.

La Anorgasmia también a su vez puede ser Generalizada o situacional:

Anorgasmia Generalizada: Se considera generalizada cuando la mujer es incapaz en todos los casos de alcanzar un orgasmo, ya sea mediante el coito o por la estimulación del clitoris y el resto de la vagina.

Anorgasmia Situacional: Es considerada situacional si puede alcanzar el orgasmo en determinadas circunstancias específicas, o con determinadas personas, o con estimulación directa del clitoris, pero no en todas las situaciones.

Causas de la Anorgasmia

La mayoría de factores que desencadenan y mantienen la Anorgasmia se deben a causas psicológicas. Esto es así en un 95% de los casos.

Podemos distinguir entre factores antecedentes, desencadenantes y mantenedores de la Anorgasmia en la mujer.

Algunos factores que favorecen el posterior desarrollo de la Anorgasmia son:

- ✚ Falta o mala educación sobre la estimulación sexual y la respuesta sexual femenina.
- ✚ Experiencias traumáticas asociadas a la sexualidad.
- ✚ Actitudes poco saludables hacia el sexo.
- ✚ No asumir la responsabilidad del placer sexual propio.

Entre los factores que la desencadenan y mantienen destacan:

- ✚ Incorrecta estimulación genital.
- ✚ Ansiedad excesiva asociada a la conducta sexual
- ✚ Miedos y fobias sexuales.
- ✚ Disfunciones sexuales en la pareja.
- ✚ Falta de experiencia o práctica sexual.
- ✚ Dificultades de relación
- ✚ Alteraciones de la personalidad.



La Anorgasmia suele conllevar alteraciones en las relaciones de pareja.

En ISEMU llevamos casi 10 años evaluando, diagnosticando y tratando todo tipo de Disfunciones Sexuales.



Teléfono:

868 94 14 18

Correo electrónico:

consultas@isemu.es

Sitio web:

www.isemu.es



ISEMU

Instituto Sexológico
Murciano

Tratamiento de la Anorgasmia

Dentro del ámbito de la **Psicología Clínica** existe un área de conocimiento que está relacionada con la salud sexual y que se ocupa del diagnóstico y posterior tratamiento de cualquier tipo de DISFUNCION SEXUAL.

Por tanto para tratar una alteración sexual deberá buscar un psicólogo clínico con una especialización en sexualidad humana.

En España son pocos los lugares donde se ofrecen este tipo de servicios, no obstante puede consultar al ISEMU y le informaran del centro más cercano a su lugar de residencia.

En la actualidad existen protocolos para tratar todos los tipos de Anorgasmia que tienen una duración de **entre 8 y 10 semanas**, acudiendo a consulta normalmente una vez por semana o cada 15 días en función del caso.

Las terapias utilizadas derivan de la psicología experimental y tienen unos fundamentos cognitivo-conductuales, técnicas aceptadas internacionalmente y que forman parte de las guías mundiales para el tratamiento de alteraciones psíquicas.

Estos protocolos incluyen actividades individuales y en pareja para realizar en casa, así como sesiones de tipo formativo. En general se trabajan mediante técnicas cognitivo conductuales todos los factores que mantienen la Anorgasmia.

Estos programas de tratamiento permiten adaptarnos a cada caso particular, ya que incluyen sesiones individualizadas para cada paciente en función de sus necesidades. En un primer momento se centran en progresos individuales que luego se afianzan en pareja.

El tratamiento tiene como objetivo que la mujer desarrolle su capacidad orgásmica, de modo que tenga el control sobre ella y pueda provocar un orgasmo en cualquier situación.

Recuerde, una visita a su profesional de la salud sexual es el primer paso para resolver su dificultad.

¿Cuál es el siguiente paso?

♀ *Pida ayuda, acuda a consulta, este es sin duda el paso más difícil.*

♀ *Busque un profesional cualificado.*

♀ *La Anorgasmia tiene tratamiento.*

♀ *Muchas mujeres han solucionado sus dificultades orgásmicas*



ISEMU

Instituto Sexológico Murciano

Gracias a todos aquellos pacientes que en los últimos años nos han enseñado tanto.

Gracias a todos aquellos profesionales que con sus investigaciones permiten que nuestra actividad sea posible.

*Guía para pacientes:
Anorgasmia femenina
ISEMU
Autor: D. Jesús Eugenio
Rodríguez
Psicólogo Clínico
Sexólogo*