

LA PREORGASMIA

Dr. Eduardo Ruiz
Sexólogo Educativo, Médico Internista
Fundador del Instituto Integral de Salud Familiar

Se trata de una disfunción sexual que hasta hace algunos años no se sabía casi nada y que es tan frecuente en las mujeres, tampoco recibía la atención que ameritaba por lo tanto se está investigando y tratando como se merece ahora. Consiste en un déficit de excitación que bloquea llegar al orgasmo y entonces mantiene una eyaculación retardada.

Las causas suelen ser psicológicas, activadas por pensamientos externos que conllevan a la desviación de otro asunto y no esta en mente concentrarse en disfrutar lo que esta ocurriendo en la relación sexual.

Es generado por fuentes de ansiedad en un momento clave de la persona que dispara temores traídos a la intimidad por recuerdos dolorosos, experiencias insanas o falta de estimulación de su pareja.

FUENTES DE ANSIEDAD:

Temor al daño: Salir lastimada emocional y físicamente, alerta de peligrosidad durante el sexo donde se siente violentada, comprometida por algo que no quiere hacer pero esta influenciada por el otro, que jueguen con los sentimientos y conlleven a decepciones, enfermedades de transmisión sexual y más.

Mal desempeño: Preocupación por no ser buena amante: poca experiencia en el campo o por el concepto que tienen los hombres sobre la mujer de sus fantasías pornográficas.

Violación de normas: Valores morales amenazados como consecuencia la infidelidad, mentiras. También la educación restrictiva, discusiones religiosas y culturales.

Todos estos elementos pueden desatar tensión emocional y muscular al sentirse incompleta, insatisfecha y creer que esta fallando en algo que es a la vez, muy significativo por su importancia como tal, por eso el nivel de frustración y de culpa es intenso pues daña su vida privada ya que la dificultad para llegar al orgasmo puede ser realmente agobiante, incluso el miedo de que afecte irremediamente a la relación de pareja es latente al suponer que ya no hay pasión que la dirija al éxtasis.

EL ROL:

De espectador: Cuidando la postura, los gestos, el cabello, vigilando de que la estén deseando, con actitud morbosa, siempre pendiente de si misma simulando erotismo.

La complaciente: Dispuesta hacer sólo lo que al sujeto le gusta, dirigiendo la situación a beneficio del otro y no precisamente al verdadero goce mutuo.

Aquí la mujer sin meditar del todo, paga un alto precio pues no esta compartiendo sinceramente, ni dándose un real placer a si misma, es aparente, posiblemente fingido en algunos casos. En un escenario original de excitación no estaría tan dependiente de la respuesta de la pareja o de cómo se esta viendo ella, sino enfocada internamente en el sentir propio, libre.

ETAPAS DE LA PRE ORGASMIA:

El *Deseo*, *excitación* y la *meseta*; se encuentran obstruidos en ese instante, estando alterados impiden que la persona viva el momento, no se puede relajar y por eso contrae su cuerpo, quizá sea torpe en sus movimientos y en las frases pues no se encuentra concentrada durante la entrega sexual por imaginar cosas que la distraen, atormentándola en ocasiones, y por lo general buscan acontecimientos o gente desagradable, simplemente nada que se relacione. En otros casos tiene mucho que ver con pleitos no resueltos que la pareja ha tenido y los recuerda mientras esta intimando; producto de esto detiene al *orgasmo* y la *resolución* es pobre.

EL TRATAMIENTO:

El primer paso es que la persona reconozca que tiene un problema, deje de evadir y desee salir adelante. Se sugiere buscar ayuda con un sexólogo y también con un psicólogo con quienes empiece un tratamiento especial para entender lo que le ocurre.

Hay que brindarle un adecuado diagnóstico, la persona atenderá recomendaciones pues favorecerán la condición en la que se encuentra, identificar el punto clave de cada una de las etapas es crucial para ubicar el trastorno y darle alivio a las dudas.

Las instrucciones del especialista conjuntamente con un seguimiento voluntario del paciente podrían aclarar sustancialmente el camino, con el tiempo estará satisfecha de tener a la mano la solución y continuar con una vida sexual a pleno disfrute.

Sea segura de si misma, aparte los pensamientos negativos, aprenda a resolver sus problemas en el momento y lugar adecuado y no permita que estos le estropeen instantes que la hacen sentir muy bien.