

## **Los Estímulos Sexuales Efectivos e Inhibitorios**

Dr. Eduardo Ruiz Munguía, Médico, Sexólogo, Director del  
Instituto Integral de Salud Familiar, Miembro de la  
Asociación Mundial de Sexólogos.

Lic. Galo Guerra Vargas. Psicólogo Modificador de Conducta,  
Miembro de la Academia de Ciencias de Nueva York;  
Director del Instituto Cognitivo Conductual INCO, y Docente Universitario

Existen ciertas “cosas” o circunstancias cuyas características específicas logran despertar en la persona respuestas de las más diversas índoles, agrado, desagrado, placer, evitación, dolor, miedo, aversión, etc. La mayor parte de estas “cosas” –que en adelante llamaremos estímulos- pueden ser asociados también a la respuesta sexual y pueden propiciar o inhibir dicha respuesta. Es labor entonces explicar cómo es que esto ocurre.

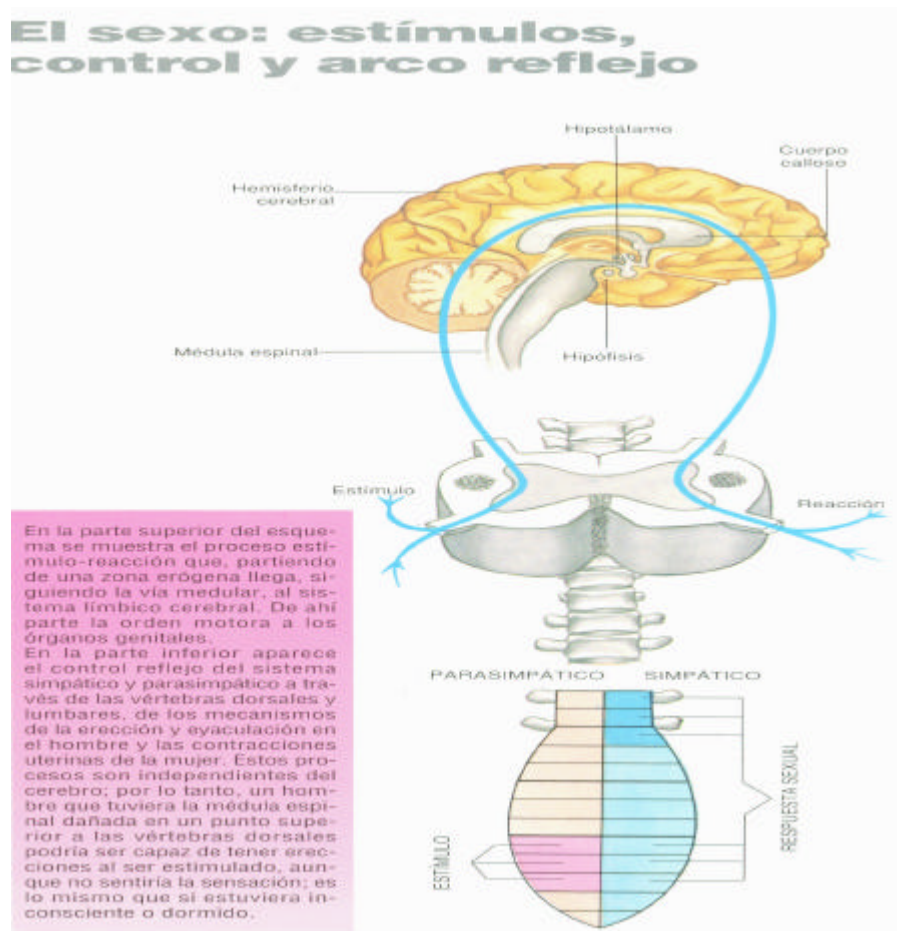
### **Aprendizaje**

B.F. Skinner desarrolló un sistema al cual llamó operante, mediante el cual explicó que los sujetos que son expuestos a ciertas circunstancias, y dependiendo de los resultados obtenidos, posteriores a la ejecución de un comportamiento, dejan una huella en la memoria de la persona la cual acrecentará o disminuirá la frecuencia de su respuesta, siendo que haya encontrado los mencionados resultados placenteros o displacenteros respectivamente.

En el caso de la respuesta sexual, ésta es de índole reflejo, lo cual quiere decir que el organismo humano tiene la facultad de responder de manera innata y sin que medie la conciencia frente a estímulos que propicien adecuadamente su activación por medio de los sentidos.

La relación entre ambas respuestas es simple, una respuesta de tipo refleja como lo es la respuesta de excitación sexual, por asociación a circunstancias entendidas como placenteras por parte de la persona (operante) puede lograr que se incremente la capacidad respondiente y su búsqueda en el futuro. De igual manera, la consecuencia operante de un estímulo aversivo será la disminución de la conducta.

A este respecto existen circunstancias de vida y de socialización que logran que una persona active su respuesta sexual por vía de arco reflejo, que inicia con la estimulación de cualquiera de los sentidos de manera exteroceptiva, la información viaja en una cadena aferente de redes sinápticas, hasta que desde el centro integrador de la respuesta se envíe una respuesta motora hacia el medio. De manera resumida, la estimulación parasimpática provoca una respuesta simpática que se puede prolongar, provocando agrado, gracias a los condicionamientos que se hayan realizado.



Fuente Farré, José. (1998) El Libro del Sexo

### Los Estímulos Sexuales Efectivos.

De acuerdo con lo anterior, todo aquel estímulo que active de manera efectiva o adecuada el ciclo y la respuesta sexual sería un estímulo sexual efectivo (ESE). Distinguimos seis tipos:

- a. Estímulos Visuales: que son aquellos que incitan al estimular la vista, como personas, revistas, películas, objetos, espejos, lencería, etc.
- b. Estímulos Auditivos: que son aquellos que incitan al estimular la audición, como gemidos, jadeos, palabras, música, etc.
- c. Estímulos Olfativos: cuya característica es estimular el sentido del olfato, como perfumes, colonias, aromatizantes, el olor propio de una persona, flores, etc.
- d. Estímulos Gustativos: los cuales incitan gracias a su influencia en el sabor, como la miel, leche condensada, crema de chantillí, frutas, etc.
- e. Estímulos Táctiles: son aquellos cuya textura influye sobre el sentido del tacto, como la seda, las plumas, las caricias, arañazos, nalgadas, etc.
- f. Estímulos Fantaseosos: en los cuales lo que media es la imagen de una persona, lugar, o acción específicas, que no se encuentran presentes de manera física en ese preciso momento, como fantasear con hacer el amor en la playa desierta, en un hotel de montaña, sobre el césped, en un automóvil, etc.

Para cada uno de ellos existe una variedad tan amplia, como personas pueden existir, pues es de acuerdo a la historia personal y las circunstancias de vida de cada una de ellas que se procederá a realizar los condicionamientos (aprendizajes) operantes necesarios para que resulten particularmente gratificantes.

### **Los Estímulos sexuales Inhibitorios.**

Se entienden por ellos a aquellos estímulos que tiene la facultad de inhibir la respuesta y ciclo sexual de una persona. De igual manera se entendería que existen seis tipos:

- a. Estímulos Visuales: que son aquellos que inhiben al estimular la vista.

- b. Estímulos Auditivos: que son aquellos que inhiben al estimular la audición.
- c. Estímulos Olfativos: cuya característica es inhibir al estimular el sentido del olfato.
- d. Estímulos Gustativos: los cuales inhiben debido a su influencia en el sabor.
- e. Estímulos Táctiles: son aquellos cuya textura influye sobre el sentido del tacto de manera displacentera.
- f. Estímulos Fantaseosos: en los cuales lo que media es la imagen de una persona, lugar, o acción específicas.

De la misma manera en que se aprendió a reaccionar favorablemente frente a los estímulos efectivos, en los inhibitorios se aprende a reaccionar de manera de evitación, pues a diferencia de los primeros, el condicionamiento en este caso es de índole aversivo o displacentero.

De igual manera existen tantos estímulos inhibitorios como personas condicionadas puedan existir, lo que implica que en ambos casos la cantidad y variedad son sumamente amplios.

### **Referencias Bibliográficas.**

- I Congreso Nacional de Sexualidad Humana, Memorias.** (2004), San José, Costa Rica.
- Alvarez-Gayou, Juan Luis. (1986) **Sexoterapia Integral.** Editorial Manual Moderno.
- Dattilio, F & Padesky, C. (1995) **Terapia Cognitiva con Parejas,** traducido por Gorbeña y Tolosa, España.
- Del Carmen, Marina. (2004) **Sexo Pleno.** Editorial LIBSA.
- Farré, José. (1998) **El Libro del Sexo.** Editorial Exito.
- Fennec, J. Godwin, M. (2005). **Enciclopedia del Sexo.** Ediciones LIBSA.
- Fenwick, E. Y Walker, R. (1994) **Cómo funciona el sexo.** Ediciones Dorling Kindersley.
- Kaplan, Helen. (1985) **Evaluación de los Trastornos Sexuales.** Ediciones Grijalbo.
- Kaplan, Helen. (1978) **La Nueva Terapia Sexual.** Ediciones Grijalbo.
- Keesling, B. (1995) **El Arte del Placer Sexual.** Ediciones Roobinbook.
- López, Pedro. (1976) **Diccionario de la Vida Sexual.** Ediciones Distein.

Maduceño, C. (2004). **El Sexólogo en Casa**. Ediciones Libsa.

Revista Muy Interesante. (2004) **El Sexo en la Historia**. Libros de Muy Interesante.

Reich, Wilhem. (1993) **La Revolución Sexual**. Editorial Planeta – Agostini.

Reich, Wilhem. (1981) **La Función del Orgasmo**. Editorial Paidós.

Skinner, B.F. (1970) **Ciencia y Conducta Humana**. Editorial Fontanella.

Skinner, B.F. (1972) **Más allá de la Libertad y la Dignidad**. Editorial Fontanella.

Skinner, B.F. (1975) **Registro Acumulativo**. Editorial Fontanella.