

ENSAYO SOBRE LA MASTURBACIÓN

INTRODUCCIÓN

La masturbación es uno de los tabúes más depurados en nuestra cultura; la palabra quizás provenga del vocablo latino *manus stuprare*, algo así como cometer estupro (abuso o violación), contra uno mismo utilizando las manos. Si tenemos presente que el término estupro conlleva una acción vergonzosa o humillante, queda a la vista la censura que la palabra masturbación lleva implícita. Ya que nos referimos al origen de los términos, podría citarse una curiosidad relacionada con la palabra onanismo que, como se sabe, es otra manera de nominarla. Deriva de Onán, personaje bíblico que, a la muerte de su hermano, le fue ordenado por mandato divino copular con la viuda. Para no embarazarla, el desdichado Onán, eyaculó fuera de la vagina de su cuñada; tras lo cual, por la desobediencia de la ley de Levirato, fue castigado por Yahvé. Podrá observarse que, en realidad, más que un acto masturbatorio fue el primer caso consignado de un método anticonceptivo –*el coitus interruptus*– que, como nos dice el historiador francés Philippe Ariès: entre toda la panoplia de pócimas, de fundas fálicas, de tampones vaginales, de dispositivos y demás prácticas, sólo el coitus interruptus –el crimen de Onán– era responsable de la formidable inversión de la demografía contemporánea, de ese descenso de la natalidad.

ALGO DE HISTORIA

En la Biblia no aparece una prohibición expresa de su práctica, pero sí en forma alegórica como en el caso de la transgresión de Onán, ya que todo acto sexual no destinado a la procreación era castigado, pues el objetivo principal era el crecimiento y supervivencia del pueblo judío (creced y multiplicaos dice el precepto del Génesis).

En sociedades desarrolladas como la egipcia y la grecorromana existía –al menos entre las clases dominantes– un alto grado de liberalidad sexual: hay referencias a cultos fálicos y a masturbaciones en grupos en las fiestas (como las *Saturnales* romanas). Entre las civilizaciones precolombinas es difícil encontrar datos fehacientes sobre el tema, pero por ciertas producciones artístico–ornamentales (de neto corte fálico) cuando no educacionales, como es el caso de los *huacos* eróticos (vasijas) del Perú, y por las costumbres de algunos grupos indígenas de la actualidad, que guardan similitud con sus antecesores en la zona, puede inferirse que la masturbación era tolerada. En algunas poblaciones indígenas de Colombia aún se acostumbra que, cuando llega un invitado de otro lugar, sólo es aceptado como huésped si se deja estimular los genitales en forma manual por un miembro varón de la tribu. Absolutamente extraño y para algunos enajenado pero cierto.

LA REPRESIÓN DE LA MASTURBACIÓN

En los comienzos del siglo XVIII, un monje inglés edita un panfleto donde profiere terroríficas advertencias contra la masturbación y la rebautiza *onanismo*. En apariencia la primera obra médica dirigida contra la masturbación apareció en 1710 y su autor fue un médico inglés llamado Becker, quien publicó *Onania*, en clara alusión bíblica. La idea de que es un acto pecaminoso, contra natura, comienza a transmitirse de generación en generación, hasta que en 1758 este delito de confesionario pasa a ser aceptado por la medicina de la época. Un médico suizo llamado Tissot se convierte en su más feérrico detractor y llega a afirmar que la masturbación era la más mortífera y siniestra de las prácticas sexuales. Como producto de la asociación religión–medicina comienza a desplegarse, de allí en más, un amplio catálogo de enfermedades. Tissot no sólo le atribuyó a la masturbación (en su propio tratado llamado *Onanismo* y advertencia al público en general con respecto a su salud), ser la causa de agotamiento, nerviosismo y locura, sino que llegó a sostener que al daño físico y psíquico sobrevenía un daño moral con el castigo divino consiguiendo. Allí también afirmaba que la pérdida de una onza de semen por vía masturbatoria era tan debilitante como la pérdida de 40 onzas de sangre.

Para ese médico y sus seguidores el onanismo producía:

- Oligofrenias y demencias
- Cardiopatías (llegó a describir el corazón de un masturbador)
- Melancolía
- Crisis histéricas
- Ceguera
- Impotencia
- Esterilidad
- Adelgazamiento y tuberculosis
- Calvicie

A lo enumerado habría que agregarle las afirmaciones de la mitología popular de que la práctica masturbatoria hace aparecer pecas en la cara, pelos en la palma de las manos, acné, descalcificación ósea, crecimiento de verrugas; lleva a que se sequen los testículos, o se caiga el clítoris (en el caso de las mujeres), o se reblandezca el cerebro. Un educador alemán aconsejaba a sus colegas que enfrentaran ante un espejo a un adolescente sorprendido en actitud masturbatoria y le dijeran: Ésta es tu imagen de la muerte, el vicio te llevará a la tumba. Con razón Michel Foucault postulaba que el sexo del colegial llegó a ser un problema público durante el siglo XVIII. Así nace el concepto, en las ciencias médicas, de *locura masturbatoria*, definida académicamente por el psiquiatra alemán Krafft-Ebbing (1886), quien difundió la idea de que estaba en la base de ciertos cuadros psicóticos.

La masturbación, definida como la autoestimulación genital a solas, responde a una pulsión, a una necesidad de reconocimiento corporal o de satisfacción del deseo a través de caricias en los genitales. No me refiero solamente a la etapa de la pubertad: también la vemos en los niños muy pequeños, que incluyen el hecho de tocarse entre sus juegos más recurrentes. Hay quienes piensan que esta actividad en los pequeños debería reprimirse, pero el castigo del *toqueteo* o de la autoestimulación genital no tiene ninguna utilidad ni resultado positivo: en la práctica no resulta. En este sentido podría citar una infinidad de recursos aberrantes que se probaron con esa finalidad represiva:

- Atarlos con sogas y cadena. Evitar camas mullidas y habitaciones calefaccionadas.
- Quemarles las manos con ladrillos calientes.
- Sujetar el pene con unos cordeles o atarles campanillas
- Cinturones de castidad
- Jaulas con clavos, rodeando el pene, que lastimaban al erectar.
- Operaciones mutilantes y castratorias *Clitoridectomías* (Extirpación del clítoris en la mujer).
- Cauterización de la médula dorsal para desensibilizar los genitales.

Otros afirmaron que la eyaculación precoz es causada por la masturbación pero no existe una relación lineal entre una y la otra. A lo sumo podría decirse que muchos son eyaculadores precoces no por masturbarse sino por masturbarse incorrectamente. Esto quiere decir que muchos varones, cuando se autoestimulaban, lo hacían sin parar hasta eyacular, sin interrupciones ni demoras. Otros, en cambio, con intención de prolongar sus sensaciones placenteras, interrumpían sus caricias o masajes cerca del momento límite, preorgásmico, y luego volvían a comenzar, varias veces, hasta eyacular. Los primeros responden al modelo masturbatorio del eyaculador precoz; los que practicaron espontáneamente el parar y arrancar no tuvieron, en la mayor parte de los casos, ese problema.

UN CAMBIO DE MENTALIDAD

Recién a fines del siglo XIX comienza a producirse un cambio de mentalidad y a considerarse que la masturbación no era causa, sino que podía, en los casos compulsivos, ser consecuencia de disturbios mentales. Entre 1911 y 1912, en la Sociedad Psicoanalítica de Viena, hubo un Simposio sobre el onanismo. Allí, Freud habla de un retorno terapéutico del onanismo; en el mismo encuentro, Wilhelm Reich llegará a decir que si un paciente logra su primer orgasmo, por lo menos masturbatoriamente, es un logro en camino hacia la mejoría. También sostenía que los padres intentaban suprimir la sexualidad infantil para facilitar la sumisión de los hijos al poder de la autoridad paterna.

Los aportes del médico vienés se dieron a conocer con el nombre de Contribuciones para un debate sobre el onanismo. En un párrafo Freud decía: También puede hablarse de un retorno terapéutico del onanismo. Muchos de ustedes ya habrán hecho, como yo, la experiencia de que es un libre progreso que el paciente ose de nuevo practicar el onanismo en el curso del tratamiento.

Para hablar de cifras, en 1953, el Informe Kinsey consigna que un 92% de los varones y un 63 % de las mujeres afirmaban haberse masturbado alguna vez. Es interesante señalar que, en nuevas encuestas (Informe Hite y otras) esta diferencia entre los sexos tiende a reducirse cada vez más.

Como paréntesis literario he aquí algunos escritores que en sus obras comienzan a desdramatizar, cuando no a elogiar, esta práctica, como es en los casos del norteamericano Henry Miller; la portuguesa Anaïs Nin; Phillip Roth que, en su Lamento de Portnoy, describe con lujo de detalles las prácticas onanistas del personaje; la obra de Charles Bukowsky y Woody Allen (tanto en sus textos como en sus films); más cerca nuestro, Julio Cortázar en su Libro de Manuel, nos describe el caso de Lonstein, un cultor del sexo a solas, que ha llegado a perfeccionar la técnica requerida para disfrutarlo al máximo y nos propone un auténtico Manual del onanista consumado y feliz. O como en el caso de varios personajes de mi novela *La cara de Dios* que viven atrapados en una constante dualidad: atemorizados por el anatema religioso y la vigilancia familiar, tanto como tentados por los deseos de conocerse sexual y genitalmente a través de la masturbación y de las fantasías adolescentes. La lista sería larga e interminable mas deberíamos rendirle tributo a nuestros geniales antecesores que se burlaron con talento y exquisitez de los sectores conservadores y retardatarios: Boccaccio y Aretino, Chaucer y Sterne, Petronio y Alphonse Donatien –el divino marqués–, el colega Rabelais y Voltaire, Vatsyáyana con su Kamasutra.

Puede ocurrir que la masturbación responda a causas no eróticas como estados obsesivo-compulsivos o como forma de calmar momentos de angustia. Es aquella que se hace sin placer, como un ritual, impulsivamente, o a la que se recurre frente a una situación tensionante, a veces sin importar el lugar, el momento o el entorno. Cualquier estado de angustia que provoque displacer, lleva a una masturbación como manera de vivenciar, aunque efímera e ilusoriamente, una sensación placentera pero no suele ser eficaz para resolver ningún conflicto. Si un chico se estimula sus genitales es parte de su desarrollo psicosexual, pero si lo hace en público, en la escuela o de una manera irrefrenable, no es que tenga un problema causado por la masturbación sino que se masturba como consecuencia de una dificultad a la que no encuentra solución. Otro sería el caso de aquellas personas que se masturban de manera excluyente y no entablan relaciones con ningún sexo. Podría encubrir personalidades esquizoides, introvertidas o fóbicas, o aquellos con aversión sexual que temen el contacto con los otros y prefieren refugiarse en un mundo de fantasías por temor a la realidad.

Es bastante común que las parejas practiquen juegos de estimulación manual–genital, pero a esto yo no lo llamaría masturbación (que, en su estricto sentido, significa estimulación sexual por uno mismo, a solas) ya que es un juego erótico de estimulación compartida. Una variante sería masturbarse mirando a la compañera; otra serían aquellos que necesitan de la estimulación directa para poder concretar el acto sexual. Por ejemplo, en los varones que han cruzado la barrera de los 50, puede ser un recurso que utilicen ellos mismos frente a sus parejas.

En otro orden de cosas, hay eyaculadores precoces que la utilizan previamente para hacer más prolongado el coito, pero es un pésimo recurso porque a medida que pasan los años, el período refractario es más largo, la capacidad de recuperación disminuye y conseguir una erección y, más aún, un segundo orgasmo, ya no resulta tan sencillo como a los 20 o 30.

En los adolescentes se da con mayor frecuencia debido a la irrupción de un intenso impulso sexual por la llegada de hormonas al torrente sanguíneo, lo que produce una intensificación de la libido (energía sexual). Los jóvenes pueden hacerlo una, dos o más veces al día, sin que los afecte en nada, porque ese flujo hormonal les otorga una pulsión sexual que necesitan canalizar y que su plena vitalidad permite sin consecuencias ulteriores. Si bien es cierto que disminuyen la frecuencia masturbatoria cuando comienzan a hacer el amor con las chicas, suelen coexistir ambas prácticas .

No todos los varones se masturban igual: si es con la mano, hay diferentes formas de frotar el pene. Está quien utiliza toda su mano y aprieta fuerte el miembro y aquel que sólo utiliza el dedo pulgar e índice a modo de anillo. Muchos, varones o mujeres, no recurren a sus manos y se frotan contra el colchón o una almohada, pero en algunos de estos casos donde se evidenció un rechazo a tocarse podíamos ver, a posteriori, cuadros de eyaculación retardada o ausente y anorgasmias o fobias sexuales. También ciertas personas se excitan adicionando un estímulo anal o acariciando partes de su cuerpo, otras disfrutaban frotándose con cremas, viendo películas pornográficas o mirando fotos de desnudos.

En determinados casos podríamos detectar comportamientos patológicos, como aquellos que se dan fuera de contexto. Si un individuo en vez de hacerlo en su intimidad se masturba públicamente mirando parejas, es evidente que estaría encuadrado en una parafilia –cuando se necesitan de actos inusuales o extravagantes para lograr la excitación: en este caso son exhibicionistas o voyeuristas (es interesante ver que es una parafilia detectable, casi de manera excluyente, entre los varones). Otro rasgo que podría denotar cierta distorsión de la norma es cuando se vuelve un modo exclusivo de obtener placer. Habría que revisar en estos casos qué es lo que impide relacionarse sexualmente con otras personas porque, evidentemente, algo no está funcionando adaptativamente en su estructura psicológica, hecho frecuente en las aversiones y fobias sexuales.

La masturbación femenina ha sido más reprimida y censurada culturalmente que la masculina. Si bien los varones, con o sin culpa, lo hacen, muchas mujeres han inhibido tal posibilidad. Aunque algunas de ellas no reconocen una masturbación directa, al interrogarlas recuerdan ciertos juegos que son evidentemente sucedáneos de ella, como por ejemplo colocarse las manos o un almohada entre los muslos o frotarse contra la cama o algún borde. Si bien hay mujeres que disfrutaban de su sexualidad sin haber pasado por la etapa de autoestimulación, observamos con gran frecuencia, en aquellas que consultan por anorgasmia, en sus antecedentes sexuales no registran el haberse masturbado, lo que permite advertir una falta de permiso para explorarse y reconocerse genitalmente y esto frecuentemente se liga con la dificultad de llegar al orgasmo.

DE UN TABÚ A UN ARMA TERAPÉUTICA

En Sexología se habla de la posibilidad del empleo de la autoestimulación con fines terapéuticos, siempre y cuando el paciente lo acepte, para revertir casos de eyaculación precoz y retardada, anorgasmias o disfunciones erectivas. Si bien excede los marcos de este trabajo una detallada descripción del uso de la autoestimulación en el marco de las Terapias Sexuales podemos decir que es un instrumento técnico de primer orden (como es el caso de las técnicas de parada–arranque, a realizar fuera de la consulta médica, o el método de Semans) en programas de tratamientos para eyaculación precoz, anorgasmias, disfunción eréctil y fobias sexuales del varón y la mujer. El objetivo inicial consiste en la eliminación de tantos factores de inhibición

como sea posible ya que muchas veces la presencia de otra persona ejerce un efecto inhibitor importante, hecho observable en las fobias sexuales. Se intenta reducir la ansiedad y exigencias de rendimiento del paciente, dándole (a través de técnicas conductuales), cognitivas o gestálticas– un cierto permiso para lograr el orgasmo o la erección. Tendría que destacar que las Terapias Sexuales suelen ser de mayor efectividad cuando el tratamiento se hace en conjunto con la pareja. En el caso del eyaculador precoz se intenta que sepa reconocer las sensaciones preorgásmicas y detenerse a tiempo, cosa de lo que no tiene un claro registro, para reeducar los tiempos internos del individuo en aras de prepararse para sus encuentros sexuales posteriores. Es dable observar que en muchos casos de eyaculación retardada o de aneyaculación se detecta –amén de denotar una cierta estructura obsesiva y controladora de las emociones–, que este tipo de pacientes no se ha tocado los genitales ni se masturbaron, salvo por frotamiento en la cama, sin intervención de las manos y de una manera ritualista. En estos casos, en los inicios de la terapia, se intenta que logren autoestimularse tocándose los genitales y que puedan eyacular (algunos por primera vez en su vida) por vía masturbatoria. Algo similar ocurre con las mujeres anorgásmicas: hay una cierta correlación entre su dificultad y la represión de experiencias masturbatorias, incluso en su adolescencia.

Es bastante común observar que en las anorgasmias primarias se nota una ausencia de historia de autoestimulación, incluso muchas veces refieren que ni se han mirado sus genitales: hecho común en las fobias a la penetración, el vaginismo y el matrimonio no consumado.

CONCLUSIONES

La masturbación puede acompañar a varones y mujeres hasta sus últimos días y ser un elemento terapéutico en el abordaje de las disfunciones sexuales. Insisto en la idea de que se trata de una práctica íntima, privada, que puede asociarse o no con la relación que se tenga con los otros. Es una manera de mantener activo el erotismo y muchas personas recurren a la autoestimulación en momentos donde no pueden, por circunstancias especiales, tener relaciones sexuales con sus compañeros; por insatisfacción; por soledad o como una variante más en el infinito marco de posibilidades que permite el encuentro amoroso.

La Sexología moderna no afirma que hay que masturbarse de manera obligada ni que el que no lo hace es un reprimido como tampoco creo que la masturbación deba ser realizada, aconsejada y hasta tecnicada terapéuticamente de una manera generalizada y unívoca. Las creencias religiosas y los valores (concepto axiológico) tienen eficacia y, por otro lado, muchas personas no necesitan hacerlo porque se encuentran sexualmente satisfechas. Pero también es cierto

que se debiera aceptar que, aquel que lo desee, por insatisfacción, necesidad o alternativa, pueda masturbarse sin culpa, censura, castigos ni temores.

BIBLIOGRAFÍA

- 1– Sapetti A. Los varones que saben amar, Editorial Galerna, Bs. As., 1997.
- 2– Rosenzvaig R. La pareja al desnudo, Editorial Sudamericana, Bs. As., 1994.
- 3– Sarnoff S., Sarnoff I. Onanismo, Grijalbo, 1981, Barcelona.
- 4– Ariès Ph., Duby G. Historia de la vida privada, Taurus, Madrid, 1987.
- 5– Sapetti A., Rosenzvaig R. Sexualidad en la pareja, Editorial Galerna, Bs. As., 1988.
- 6– Biblia de Jerusalén. Desclee de Brouwer, Bilbao, 1975.
- 7– Sapetti A., Kaplan MV. La sexualidad masculina, 4ta edición (ampliada).

Editorial Galerna, Bs. As., 1992.

8– Foucault M. Historia de la sexualidad, Siglo XXI, Bs. As., 1981.

9– Reich W. La función del orgasmo, Paidós, Bs. As., 1983.

10– Freud S. Obras completas. Ediciones Amorrortu, Bs. As., 1981.

11– Sapetti A., Kaplan MV. Manual de sexualidad masculina (2da edición).

Editorial Galerna, Bs. As., 1994.

12– Sapetti A. Estudio abierto naturalístico del uso del Sildenafil en

64 pacientes con Disfunción Eréctil de diversas etiologías. Presentación en

Mesa Redonda en Congreso de APSA, Mar del Plata, abril de 1999.