

MASTURBACIÓN FEMENINA

¡Dedos para qué os quiero!

Estamos de acuerdo, ya nadie piensa que con la masturbación se pierda la vista ni el olfato, o que no se pueda tener hijos. No es un tema tabú como lo fue en un tiempo, conforme. Sin embargo, aún no está normalizado y menos cuando se habla de la femenina. Así que disfruten y déjense llevar por el placer de la autoestimulación, den rienda suelta al arte del onanismo... solo depende de una misma.

Maite Garrido Courel

A lo largo de la historia, o por lo menos de “esa” historia que nos han contado y transmitido, la masturbación ha sido tratada como un mal que asolara nuestra sexualidad, que la deformara. Ni que decir tiene que el binomio mujer-masturbación ha provocado, más que un grito en el cielo, una llamada a los infiernos. De hecho la palabra masturbación proviene del griego “mezea” que significa pene, y “turba” que es alteración, así que literalmente sería “excitación del pene”; ante esta evidencia, díganme, ¿qué término habría que utilizar para denominar la masturbación femenina?

Por desgracia no solo ha existido esta discriminación en la etimología de la palabra, la cultura occidental ha estado impregnada de tintes estereotipados. La mitología popular, la cultura religiosa, están plagadas de mensa-

jes negativos y aterradores respecto a la masturbación.

Incluso **Sigmund Freud**, que fue el primero en descubrir que la masturbación es algo común en la infancia, hizo mucho daño a la ignorancia que ya reinaba en la época asegurando que esta práctica también era la causante de una de las formas más conocidas de neurosis, como es la fatiga crónica. Sin embargo un coetáneo suyo, apenas conocido por la mayoría, **Havelock Ellis**, señaló que era una práctica habitual en las mujeres de todas las edades. Además de indicar que el orgasmo múltiple era frecuente en ellas. (Qué casualidad que todo el mundo conozca a Freud y nadie sepa de Havelock. Curioso).

Sin embargo los mitos y los miedos no han impedido que siga siendo una práctica común. A pesar de ser la actividad



sexual más condenada universalmente, es la más practicada. Haciendo eco de **Oscar Wilde** en la película *Dorian Grey*, “la única manera de resistir la tentación es caer en ella”. Y hay para todos los gustos y de todas las formas.

¿Cómo hacerlo?

Muchas son las mujeres que se masturban estimulando directamente los genitales, bien con la mano o algún objeto, como pueden ser los vibradores, dependiendo de la imaginación de cada una. La estimulación en la zona externa suele realizarse acariciando el clítoris y la vulva. Y la estimulación interna, con introducción del dedo u objeto. De hecho la utilización de dildos o vibradores es algo que se está naturalizando a pasos agigantados. Hablando con Nuria, dueña de una condonería, nos cuenta cómo estos productos cada vez los consume más gente, y sobre todo parejas. La masturbación no tiene por qué ser una práctica en solitario, ayuda a conocerte mejor y a lograr el orgasmo con mayor fluidez.

La masturbación explícita es practicada por gran número de mujeres, aunque existe un porcentaje considerable que guarda las prácticas en secreto y en rigurosa intimidad. Las garras de la culpabilidad siguen acechando y es difícil ignorarlas, aunque cierto es que la educación está cambiando.

Así que ya saben, dense el homenaje y experimenten, pero sobre todo, disfruten. **F**