

Vivencias de autoerotismo en hombres: un estudio cualitativo

Experiences of autoerotism in men: a qualitative study

DOI: 10.46981/sfjvh3n2-003

Received in: February 21st, 2022

Accepted in: March 31st, 2022

Sinuhé Estrada-Carmona

Maestría en Sexología Clínica

Institución: Instituto Mexicano de Sexología

Dirección: Av. Agustín Melgar, Campeche, CP 24050

Correo electrónico: sestrada@uacam.mx

Gabriela Isabel Pérez-Aranda

Doctorado en Educación Humanista

Institución: Instituto Humanista de Sinaloa

Dirección: Av. Agustín Melgar, Campeche, CP 24050

Correo electrónico: gaiperez@uacam.mx

Cindy Rossina Saravia-López

Doctorado en Ciencias de la Educación

Institución: Universidad Hispanoamericana Justo Sierra

Dirección: Av. Agustín Melgar, Campeche, CP 24050

Correo electrónico: crsaravi@uacam.mx

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue describir las vivencias de autoerotismo en hombres heterosexuales y homosexuales. La muestra fue 30 hombres de distinta orientación sexual radicados en la Ciudad de San Francisco de Campeche, México entre 18 a 35 años, a quienes se aplicaron entrevistas semi-estructuradas, las vertientes de análisis fueron: Erotismo, Autoerotismo, Masturbación y Sexualidad. Entre los resultados encontramos que los hombres homosexuales y heterosexuales, describen el erotismo como: “amor hacia uno mismo”, “autocomplacense” y “exploración de sí mismo”. Cada uno de los participantes describieron de manera diferente su experiencia al masturbarse: rareza, sentir rico y otros tuvieron miedo al hacerlo. Lo anterior recupera la importancia del autoerotismo como referente de la salud sexual de los hombres.

Palabras clave: autoerotismo, orientación sexual, masturbación, hombres, masculinidad.

ABSTRACT

The objective of this research was to describe the experiences of autoerotism in heterosexual and homosexual men. The sample was 30 men of different sexual orientation living in the city of San Francisco de Campeche, Mexico between 18 and 35 years old, to whom semi-structured interviews were applied, the aspects of analysis were: Eroticism, Autoeroticism, Masturbation and Sexuality. Among the results we find that homosexual and heterosexual men describe eroticism as: "love towards oneself", "self-pleasure" and "exploration of oneself". Each of the participants described their experience of masturbating differently: weirdness, feeling rich and others were afraid to do so. The foregoing recovers the importance of autoeroticism as a reference for the sexual health of men.

Keywords: autoerotism, sexual orientation, masturbation, men, masculinity.

1 INTRODUCCIÓN

La sexualidad es, sin duda, parte esencial de la vida de los seres humanos. Antes de que el sexo se convirtiera en asunto de dos, las personas ya conocen lo que significa el placer, que se busca en solitario como una forma de conocer nuestro cuerpo, integrar sensaciones desconocidas a nuestra personalidad y prepararnos para compartirlo cuando las emociones nos acerquen a otro por quien sentimos atracción.

Cuando hablamos de autoerotismo muchos de nuestros prejuicios y posturas, tanto personales como culturales sobre la práctica, están fundamentados en mitos e interpretaciones incorrectas relacionadas a aspectos de tipo moral, religioso, sociocultural, histórico, etc. El autoerotismo no discrimina por razón de género, edad, origen familiar, convicción religiosa, cultura, preparación académica y lo que se busca es que se tenga una responsabilidad de concientizar a la gente sobre este aspecto que puede ser útil en una buena salud sexual.

Los estudios de la masculinidad coinciden en señalar que la sexualidad masculina ha estado históricamente marcada por el deseo irrefrenable y el ser activo sexualmente, características que se simboliza y actualiza en la penetración sexual (Donosio, 2002). En varias ocasiones se hablan de la masturbación como fuente de placer autoerótico, ¿es esta solo la manifestación de autoerotismo en hombres?

Hablar de sexualidad es hablar del ser humano integral y en su totalidad. Es hablar del ser biológico, del ser psicológico y del ser social. Sexualidad nos refiere al ser humano sexual que es, piensa, y que convive con otros seres humanos que también son, piensan y conviven (Álvarez-Gayou, 1979). La sexualidad es un aspecto inherente al ser humano. Para algunos es una fuente de placer y de aceptación; para otros, la mayoría, representa problemas y conflictos de diversa índole. Casi todos los seres humanos viven y actúan sin un conocimiento real de su sexualidad y la de los demás, lo que conlleva a una disfunción en la vida individual y social, como lo demostró el estudio de Perez-Aranda, Estrada-Carmona, Masté-Chable y Noriega Aguilar (2021),

Los estudios en torno a las masculinidades son un campo muy reciente dentro de los estudios de género. Si bien el hombre siempre ha estado presente en gran parte de la bibliografía feminista en calidad de miembro del patriarcado, es hasta hace muy poco que se genera una corriente orientada a entender a los hombres desde su situación y condición de género. Algunos autores más relevantes dan cuenta de la construcción hegemónica que no solo oprime a las mujeres sino a otras masculinidades subordinadas (Connel, 1995; Kaufman, 1997; Kimmel, 1997).

El erotismo es un elemento de la sexualidad que nos remite a las experiencias más comúnmente identificadas como sexuales. En algunas mentalidades, sexualidad es erotismo. Otra vertiente de pensamiento identifica al erotismo con el amor, porque la experiencia erótica está muy frecuentemente relacionada con la experiencia amorosa. Sin embargo, es posible que la experiencia erótica, sea tenida en contextos no amorosos, por lo que se piensa que, para mayor claridad de conceptos, es preferible identificar al erotismo con el componente placentero de las experiencias corporales (individualmente vividas o, más frecuentemente, en interacción con otro), en las que se presentan los procesos de activación de respuesta genital y corporal, muchos de estos procesos ocurren -de hecho- lejos de los genitales, en el sistema nervioso central (Rubio, 1998). El erotismo es la dirección al sentido estético de tales sensaciones. Está íntimamente unido al placer y requiere de la seducción y del misterio. Se finca en el discurrir lento del deseo, que paulatinamente va encontrando su satisfacción, no necesariamente en la consumación genital. La finalidad del erotismo no es la saciedad, sino la conservación de la emoción. Y abarca infinidad de manifestaciones afectivas y estéticas (Hierro, 1998).

El autoerotismo es una conducta sexual muy usual que ha demostrado ser parte saludable de nuestro desarrollo psicosexual y un ejercicio libre e íntimo de un hecho amoroso con nosotros mismo y con el otro, puesto que integra los aspectos biológicos con el erotismo y el autoconocimiento de nuestro cuerpo con sus reacciones placenteras sensuales, dentro de una gran diversidad erótica. Actualmente conocemos más y mejor el autoerotismo debido a un intenso trabajo de investigación científica y sexoterapéutica, así como a la adquisición de una autoconciencia, en el terreno de la sexología a nivel mundial (cf. Money y Ehrshardt, 1972; Masters y Johnson, 1978; Kaplan, 1978; Serrano, 1978; Barbach, 1981; Horer, 1981; Sanz, 1990; Dodson, 1991).

La masturbación es una conducta sexual frecuentemente asociada a la culpabilidad sexual, a su vez, ha sido y sigue siendo una conducta tabú para muchas personas. Desde la religión judeocristiana fue perseguida durante siglos por separarse del objetivo central de la sexualidad humana: la procreación (Patton, 1986). En la actualidad se plantea el derecho al placer sexual, incluido el autoerotismo, como fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual (World Association for Sexual Health, 1999).

Son los varones, más que las mujeres, los que consideran a la masturbación como un hábito aceptable en las muchachas y muchachos. Igualmente decía que había hombres que además de tener relaciones sexuales también se masturbaban (Nava, 1998) La masturbación implica iniciar la actividad sexual únicamente con el propósito del propio placer físico y no está centrada en ninguna relación (Citado en Leitenberg, Detzer & Srebnik, 1993). En los hombres, la variable crucial para determinar la preferencia sexual parece ser la naturaleza de las primeras experiencias sexuales. Mediante un condicionamiento clásico, un individuo aprende una serie de fantasías o se excita ante determinados

estímulos, generalmente seguidos de la masturbación. Mc Guire y colaboradores postularon que cualquier estímulo que proceda de forma regular a la masturbación, en un intervalo de tiempo apropiado, llega a adquirir la propiedad de convertirse en excitante (Ochoa 1991).

2 MATERIALES Y MÉTODO

El enfoque de la presente investigación fue cualitativo con la meta de describir las manifestaciones de autoerotismo en hombres heterosexuales y homosexuales. La población se conformó por hombres heterosexuales y homosexuales del estado de San Francisco de Campeche. Se tomó una muestra de 30 sujetos que se dividen en 13 hombres heterosexuales y 17 hombres homosexuales, con un rango de edad de 18 años a 35 años de edad. Se aplicó un cuestionario compuesto por 42 preguntas abiertas, para indagar en las siguientes vertientes: sexualidad, erotismo, autoerotismo y masturbación. Las respuestas fueron analizadas realizando una codificación libre, para posteriormente hacer una codificación axial en la que se consiguieron categorías generales que engloban varios códigos a la vez y que nos permitieron crear una red de experiencias y significados respecto a las vertientes que se estudiaron.

Todos los participantes leyeron y firmaron un documento de consentimiento informado y de protección de datos personales en el que confirmaron su participación en el estudio.

3 RESULTADOS

Tabla 1 Distribución de la muestra respecto a la edad de inicio de la masturbación

Edad	Heterosexuales	Homosexuales
8 a 10 años	1	0
10 a 12 años	5	5
12 a 14 años	4	3
14 a 16 años	1	7
16 a 18 años	2	2

Hombres heterosexuales y homosexuales describen el erotismo como sensaciones que les provocan placer, excitación, pasión, deseo, satisfacción sexual, amor y aprecio o atracción por otra persona. Así mismo, hombres heterosexuales y homosexuales consideran que el erotismo es bueno para la salud sexual. La mayoría de los hombres heterosexuales y homosexuales se consideran “eróticos” describiéndose como personas que llevan cabo conductas para sentir o hacer sentir a otr@s sensaciones placenteras; quienes no se consideran personas eróticas describen que tienen dificultad para sentir, que no actúan para “buscar erotismo”, que no son “apasionados” y que su físico no cumple con el “estereotipo de ser una persona atractiva para el erotismo”

Tabla 2 Vertiente de análisis: erotismo

Erotismo: sensaciones placenteras	<i>“Es una parte de nuestra sexualidad, la cual consiste en hacer surgir o generar determinados grados de excitación que provoca respuestas físicas y emocionales en un individuo.”</i> <i>“Es la acción de disfrutar todas y cada una de las sensaciones del cuerpo”</i> <i>“Amor, pasión, deseo sexual”</i>
Persona erótica: que da y recibe sensaciones placenteras	<i>“Me gusta disfrutar y hacer disfrutar a través de las sensaciones del cuerpo”</i> <i>“Sí, porque me gusta disfrutar y hacer disfrutar a través de las sensaciones del cuerpo”</i>
Vertientes de análisis: autoerotismo y masturbación	
Autoerotismo: sensaciones de placer por medio de la masturbación	<i>“Es autoprovocarte sensaciones de placer”</i> <i>“Es autocomplacerte, darte placer, placer sexual”</i> <i>“El sensibilizar a uno mismo de una manera que produzca placer o gusto”</i>
Respuesta sexual de la masturbación	<i>“Al masturbarme siento placer, excitación”</i> <i>“Al masturbarme me siento lleno de placer”</i> <i>“Después de masturbarme me siento cansado y satisfecho y el deseo sexual se va”</i>

Hombres heterosexuales y homosexuales describen el autoerotismo como provocarse sensaciones de placer, satisfacción y excitación, para lo cual llevan a cabo la conducta sexual de masturbarse. Mencionan que se masturban entre 4 a 7 veces por semana; describen que no se han masturbado en un lugar público; no avergonzarse de admitir que se han masturbado; que la masturbación les enseña a disfrutar las sensaciones de su cuerpo y que suelen masturbarse durante el coito; viendo videos eróticos y utilizando imaginación erótica. En la primera experiencia de masturbación la mayoría de los hombres homosexuales y heterosexuales describe sensaciones placenteras, sin embargo, hubo dos excepciones que tuvieron sensaciones extrañas y de rareza. La mayoría de los sujetos menciona no haber participado en masturbaciones colectivas, dos hombres heterosexuales mencionaron haberlo hecho como un juego entre amigos y uno como practica de mayor placer; seis hombres homosexuales mencionan haberlo hecho en una red social de orientación homosexual, viendo porno, en un trío y experimentando con amigos. Hombres homosexuales y heterosexuales conocen mitos sobre la masturbación; las respuestas ante estos son diversas: los rechazan, les han provocado miedo y otros sienten indiferencia. Los sujetos describen sensaciones de placer durante la masturbación y sensaciones de relajación, alivio, satisfacción, cansancio, menor tensión y tranquilidad después de la masturbación. Existió una respuesta distinta en hombres heterosexuales y homosexuales respecto a las partes de su cuerpo que les gustan: hombres heterosexuales mencionan sus manos, espalda, brazos y pene y los hombres homosexuales sus piernas, glúteos y labios.

Tabla 3 Vertiente de análisis: sexualidad

Relaciones sexuales asociadas al bienestar y responsabilidad	<i>"Son lo mejor del mundo"</i> <i>"Que no deben tomarse a la ligera y con responsabilidad"</i> <i>"Son satisfactorias y saludables"</i> <i>"Son buenas y hay que cuidarse"</i>
Sexo descrito como coito y a los genitales de hombres y mujeres	<i>"El acto de tener genitales reproductores y en el coito"</i> <i>"Coito Vagina-pene"</i>
Vida sexual satisfactoria en pareja en la que se practican diversas conductas sexuales excitantes	<i>"Me excitan caricias, los gemidos, ver a mi pareja masturbarse, ver a mi pareja en posiciones sexuales"</i> <i>"Me éxito que me chupe el pene, que me bese el cuerpo, que me hablen sucio"</i> <i>"Que me besen en el odio, los pezones, que me hagan sexo oral"</i>
Pensamientos de contacto sexual al ver a alguien atractivo sexualmente	<i>"Cojermela"</i> <i>"Tener relaciones sexuales con la persona"</i> <i>"Tener sexo inmediatamente"</i> <i>"Que me gustaria hacerle sexo oral"</i>

Hombres heterosexuales y homosexuales asocian la palabra sexo, el coito, acto sexual o relaciones sexuales, de igual manera mencionan que se refiere a los órganos genitales de hombres y mujeres; describen que las relaciones sexuales como algo satisfactorio, bueno, que les da placer, y es saludable, y mencionan que es algo con lo que hay que tener cuidado, cuidarse, hacerlo con protección y con lo que hay que ser responsables. De igual manera, todos los sujetos, disfrutan de la vida sexual con su pareja y se excitan con una amplia diversidad de conductas sexuales; hombres heterosexuales y homosexuales tienen pensamientos sobre contacto sexual cuando ven a alguien que les parece atractivo, con mayor frecuencia mencionan el pensamiento de "cogérselo" también describen imaginar a esa persona desnuda. Las respuestas fueron diversos respecto a pensar en sexo durante horario laboral o académico, algunos lo hace y otros no, y los hombres de esta muestra mencionaron que no han faltado a sus labores por satisfacer necesidades sexuales.

4 DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Como se ha podido observar en los resultados, hallamos una gran similitud en las respuestas que nos dieron los encuestados con respecto a las categorías de erotismo y autoerotismo. Ambos grupos asocian el erotismo y autoerotismo al placer y al amor. En la categoría de erotismo, hombres heterosexuales y homosexuales mencionan que el erotismo es una sensación que presenta el cuerpo, es una forma de obtener placer por si mismos y/o por otras personas. Según Rubio (1998) el erotismo es un elemento de la sexualidad que remite a experiencias más comúnmente identificadas como sexuales (sensaciones del cuerpo, formas de erotizar, autocomplacense), este autor describe el erotismo como el "amor", porque la experiencia erótica está relacionada con la experiencia amorosa. Podríamos decir que erotismo es una acción que tiene que satisfacer al ser humano, que formas pueden utilizarse para poder satisfacerlos unos a los otros para una buena salud sexual, como mencionan los sujetos de la muestra:

“Es una forma de apreciar el cuerpo de la pareja, placer y amor”, “Es el amor que se le tiene a la sexualidad “Atracción, sentimiento de placer, excitar, estimular, imaginación, hecho visual, fantasía que se le puede hacer a una o más personas en acto sexual o no sexual.”.

En la categoría de autoerotismo, hombres heterosexuales y homosexuales consideran que autoerotismo es complacerse a sí mismo, provocando de placer, explorando el cuerpo o un comportamiento sexual que pueda provocar excitación. Gonzáles (1998) menciona que el autoerotismo es una conducta sexual muy usada que ha demostrado ser parte saludable de nuestro desarrollo psicosexual y un ejercicio libre e íntimo de un hecho amoroso con nosotros mismos y con el otro, puesto que integra los aspectos biológicos con el erotismo y el autoconocimiento de nuestro propio cuerpo con sus reacciones placenteras sensuales, dentro de una gran diversidad erótica. De esta manera la muestra de la población asocio el autoerotismo al autoconocimiento y sensaciones que provocan bienestar: El autoerotismo es: *“Exploración de uno mismo” o “El estimular mi propio cuerpo para alcanzar un punto de satisfacción o placer*

Existieron similitudes en los resultados de erotismo y autoerotismo, y como mencionan estos dos autores, estas dos ramas están ligadas dando a lugar a reacciones placenteras en nuestro cuerpo. De esta manera, hombres heterosexuales y homosexuales asocian el autoerotismo y erotismo con placer o bienestar como *“El erotismo es bueno para una salud sexual”, “Es relajante masturbarse”, “Me gusta que me chupen el pene, me muerdan los pezones, “Acción y aprecio por las sensaciones del cuerpo”, “Es cualquier comportamiento que con lleve a una excitación (palabras, sonidos, movimientos)”*

En la vertiente de masturbación, se evaluó a que edad se empezaron a masturbar hombres heterosexuales y homosexuales. Antes de los 20 años experimentaron por primera vez la masturbación. Esto es la edad promedio que los hombres (con diferente índole sexual) se han masturbado, teniendo en cuenta la investigación que realizaron Atwood y Gagnon, un 93% de los hombres se masturba antes de los 11 a 20 años.

La masturbación es una parten esencial en la sexualidad, por ello, tanto en terapia sexual como en la implementación de programas de educación sexual, es fundamental la evaluación de las actitudes hacia la masturbación. Sierra, Perla y Gutiérrez (2009) mencionan que la masturbación es una herramienta útil en la terapia sexual, es el derecho al placer sexual, incluyéndose en el autoerotismo, como una fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual. *“La masturbación enseña a disfrutar las sensaciones del cuerpo”*

En la vertiente sexualidad se menciona que los hombres disfrutan de la actividad sexual con sus parejas. Hera (1998) menciona que los hombres que disfrutan y asumen la responsabilidad de su propia sexualidad y de sus elecciones reproductivas experimentan la sexualidad más plenamente. Los hombres homosexuales y heterosexuales mencionan que las relaciones sexuales les presenta una fuente de

bienestar y responsabilidad. Álvarez-Gayou (2010) dice que la sexualidad es un aspecto inherente al ser humano. Para algunos es una fuente de placer y de aceptación; para otros, la mayoría, representa problemas y conflictos de diversa índole. Casi todos los seres humanos viven y actúan sin un conocimiento real de su sexualidad y la de los demás, lo que conlleva a una disfunción en la vida individual y social. Donosio (2000) dice que se ha establecido que la sexualidad masculina está signada por la búsqueda activa del goce sexual, a través de un impulso irrefrenable, lo que Bordieu dominaba “libido dominandi”. De este modo, la sexualidad masculina estaría caracterizada por lo que el feminismo ha reivindicado como “el derecho al placer” es decir, el derecho a conocer y experimentar el goce sexual en sus más variadas posibilidades. Podemos resumir los pensamientos que tienen los hombres de esta muestra al ver a una persona que consideran atractiva sexualmente, cómo: “*Quiero verla desnuda*”, “*Quiero coger con ella*”, los hombres describen un impulso o pensamientos eróticos al ver a alguien que los atrae.

Concluimos mencionando que el erotismo es parte importante en la sexualidad del ser humano, que va de la mano con el autoerotismo y la masturbación. ¿Los hombres heterosexuales y homosexuales practican las mismas formas de autoerotismo? La respuesta es sí. Ellos asocian a la masturbación como la principal práctica que existe. En las relaciones con sus parejas lo utilizan, además de un beso, caricias, masturbación, sexo oral, roce de genitales, etc. Muchos de los hombres de esta muestra describen similitudes entre la sexualidad y erotismo, y en ocasiones lo relacionan al amor. Es preferible identificar al erotismo con el componente placentero de las experiencias corporales (individualmente vividas o, más frecuentemente, en interacción con otro), en las que se presentan los procesos de activación de respuesta genital y corporal.

Estos hallazgos contribuyen a la comprensión de la amplia gama de experiencias de autoerotismo que viven los hombres y que en algunos casos pueden contribuir a su salud sexual.

REFERENCIAS

- Álvarez-Gayuo, J. (1979) Elementos de sexología. Editorial Interamericana. 3
- Álvarez-Gayuo, J. (2010). Seroterapia Integral. 2da. Edición. México.: El Manual Moderno, S.A. de C.V. 3-5
- Carmen, R. Mitos y realidades acerca de la masturbación o autoerotismo. Instituto de Desarrollo Psicológico. Chile Recuperado de: <http://www.angelfire.com/pe/actualidadpsi/autoerotismo.html>
- Colón, J. F. (2006) Auto-erotismo, un enfoque holístico para considerar en el proceso de consejería. Revista Paideia Puertorriqueña. Universidad de Puerto Rico. Recinto de Río Piedras. Recuperado de: <http://paideia.uprrp.edu/wp-content/uploads/2013/11/Auto-erotismo-un-enfoquehol%C3%ADstico-para-considerar-en-el-proceso-de-consejer%C3%ADa-editado.pdf>
- Donoso, C. (2000) ¿Eros sentimental? Explorando los desafíos de la sexualidad masculina. Flasco Andes, Ecuador. Recuperado de <http://www.flascoandes.edu.ec/biblio/catalog/resGet.php?resId=15367>
- González, S. (2006) Pornografía y erotismo. Scielo, Estudios de Filosofía. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0121-36282007000200012&lng=es&nrm=is
- Hierro, Graciela “Ética y Sexualidad” Capitulo 9 en Pérez Fernández, Josefina y Rubio Auriolés, E. (Compiladores) (1998) Antología de la Sexualidad Humana I 2da. Edición, México. Editorial Miguel Ángel Porrúa. 231-232
- Lerga, F. (2009) La metamorfosis del erotismo Elementos: ciencia y cultura. 16, 35-41.
- Pérez-Aranda, G. I., Estrada-Carmona, S., Masté-Chablé, K. G., & Noriega-Aguilar, E. I. (2021). Prácticas sexuales de riesgo, derechos sexuales y reproductivos en una muestra de adolescentes del sureste de México: Risky sexual practices, sexual and reproductive rights in a sample of adolescents from southeastern Mexico. South Florida Journal of Health, 2(4), 504-513.
- Rubio Auriolés, E. (1998) Antología de la Sexualidad Humana. México: Porrúa. 35-36
- Sierra, J. (2009) Actitud hacia la masturbación en adolescentes: propiedades psicométricas de la versión española del Attitudes Toward Masturbation Inventory. Universitas Psychologica, 9. 2, 531-542. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200019