

# La entrevista

por Leonor Taboada



Jimena Jiménez Madrazo

Médica especializada en salud de las mujeres

“hay muchas formas de jugar  
a Las mil y una noches”



Feminista y enfermera antes que médica, se especializó en la atención a la salud de las mujeres desde que formó parte del equipo del primer Centro de Planificación Familiar de su ciudad. Allí llevó su experiencia adquirida en los grupos de mujeres que impulsó y en los que trabajó activamente desde el Colectivo Pelvis, midiendo diafragmas, conduciendo sesiones de self help, dando charlas sobre sexualidad, anticoncepción y aborto, preocupándose por la violencia hacia las mujeres. Activista por el pacifismo y los derechos humanos, actualmente forma parte de la Asociación de Mujeres para la Salud (ADIBS), y de la Red de Médicas y Sanitarias del CAPS .

La experiencia de un espacio donde las mujeres recibían información, podían contar y trabajar en grupos o individualmente sus problemas, además de recibir asistencia médica, marcó su trayectoria profesional . Tras el cierre del Planning montó, con otras profesionales, un instituto dedicado a la atención integral a la salud de las mujeres.

Atrevida, transgresora intelectual y vitalmente, exploradora de alternativas, hoy nos acompaña en un paseo por entre los juguetes para adultas que pueblan cualquier maleta roja que se precie en las múltiples reuniones de “tupper sex” que se multiplican por las salas, salitas y salones de nuestras ciudades.

### **Hay un boom de juguetes sexuales... ¿a qué lo atribuye?**

Los juguetes eróticos llevan mucho tiempo en el mercado, pero antes estaban relacionados con el imaginario masculino, tenían formas de pene, estaban escondidos en tiendas horribles donde sólo iban hombres que compraban revistas porno ...era más un juego “de tios” .

### **¿Compiten los hombres con el juguete?**

A algunos no les gusta porque es como si no bastara con su pene, pero a otros les gusta porque es una fantasía masculina ver a una mujer excitándose...

### **En los reportajes siempre hablan de parejas, pero lo cierto es que a los grupos de tupper sex sólo van dirigidos a mujeres**

Poco a poco las mujeres han empezado a encontrarles un interés per se, con pareja o sin ella, y entonces han ido saliendo a la luz diversos artilugios con diversas formas y colores que se venden en espacios más abiertos y divertidos... Y las sesiones de tupper

sex que se celebran en muchos sitios en las que las mujeres se reúnen para conocer los juguetes eróticos son una buena prueba de su interés.

### **¿Cuesta asumir que las mujeres se satisfacen sexualmente sin que haya un hombre en escena?**

No se puede olvidar a las mujeres solas...Es como si las mujeres solas estuvieran aún mal vistas, es una mujer rara y como tal tiene que usar algo raro... Se habla poco del sexo individual, de las mujeres solas, que cada vez son más porque las mujeres ponen fin a las relaciones insatisfactorias y se separan. Hay que defender el modelo de mujer que no tiene pareja, que tiene amigas y una vida emocional satisfactoria... También hay que tener en cuenta a las mujeres lesbianas, que son quienes sacaron los juguetes de las tiendas horribles. Ya en los años ochenta en Nueva York podías verlos sin tapujos en sus tiendas...Entonces se compraban dildos y arneses, y jugaban a la relación heterosexual. La vagina es una parte más con la que jugar, es un lugar erótico y sensible...Pero aunque se juegue a la penetración, eso no significa que el rol sexual permanezca en la relación más allá de la cama...

### **¿Y la gente joven?**

También las parejas más jóvenes los utilizan por diversión o por buscar estímulos cuando la pasión va disminuyendo...En la consulta veo a mujeres jóvenes que se echan a llorar desconsoladamente porque llevan cinco años de relación de pareja y no tienen ganas de sexo...Y eso es un problema en la relación...

### **¿Es tan frecuente la anorgasmia como dicen?**

Hay una diferencia en la sexualidad de hombres y mujeres...Los hombres lo tienen más fácil: eyaculan, descargan y se sienten bien...Las mujeres, pasado el enamoramiento y la ilusión, cambian las prioridades, tienen que hacer más esfuerzos para ponerse a tono, la sexualidad es menos genitalizada; a ella le importa el ambiente, la relación afectiva, cómo está con su pareja... eso hace que le cueste más ponerse en situación y lo va dejando...Como no tiene el alivio inmediato va perdiendo interés...Cuando llevas cinco años haciéndolo de la misma manera llega un momento que estás hasta la coronilla...Es difícil mantener una relación de pareja monógama por muy enamorada que estés.

El orgasmo con el vibrador es más rápido y puede que más intenso..

### **Si tuviera que recomendar algún estimulante erótico, ¿por dónde empezaría**

Yo creo que hay que introducir juegos en la relación, no necesariamente juguetes...Lo más importante son los libros... Un libro erótico interesante y bien escrito, de esos que la directora de la colección de La Sonrisa Vertical llamaba "para leer con una sola mano", te pone en seguida porque despierta las fantasías...A veces basta con mirar las ilustraciones... Claro que las fantasías pueden aparecer sin ningún libro ni juguete, basta con imaginarte que tu pareja es el actor que más te gusta...Ellos también lo hacen...

Y son muy importantes los libros de información- cómo masturbarse, cómo conseguir un orgasmo- y , especialmente, el

autoconocimiento... Hay mujeres que no se han masturbado nunca y no saben lo que les gusta, que no saben que la vagina no es el centro del placer ni el papel fundamental de la estimulación del clítoris para tener orgasmos...

En la consulta siempre propongo a las mujeres mirarse cuando las exploro con un espéculo ; verse la vagina, el cuello del útero...Y les sugiero mirarse la vulva... Nos olvidamos de que existe...no la vemos, no la miramos... Cuando desconoces tu cuerpo es más difícil disfrutarlo... La educación sexual es aún muy pobre.

### **¿En el sistema en el que vivimos, ¿dónde se aprende?**

Algunas escuelas se preocupan por la educación sexual. Algunas madres ya reciben confidencias y sus hijas les cuentan que toman anticonceptivos y las acompañan a las revisiones, pero hasta hace muy poco los tenían que esconder. Tener una madre abierta ayuda mucho a valorarse, a quitarse complejos, a cuidarse. Las chicas tampoco conocen su cuerpo. Todavía hay chicas que siguen creyendo que lo importante es agrandar al varón, que digan "mira que bien folla" o, lo último parece ser "que bien la chupa". Y a esta chica alguien tiene que enseñarle que no hace falta ponerse de rodillas y que su placer también importa.

### **¿Cuál es la queja sexual más frecuente?**

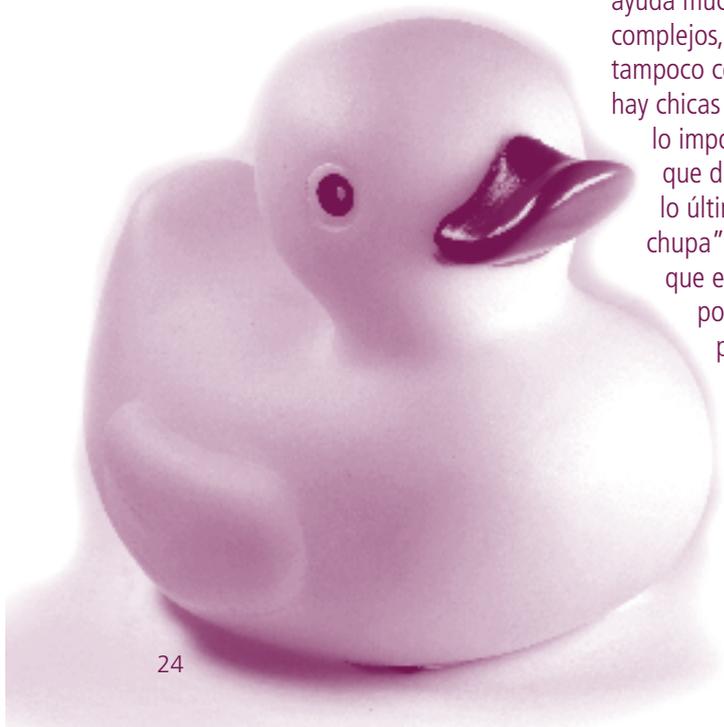
La falta de deseo y el dolor con la penetración, que es frecuente, y no sólo en las mujeres que han pasado la menopausia. Las mujeres muchas veces no suelen contárselo a sus parejas y el primer paso para resolverlo es hablar, decir te quiero pero no te deseo y a partir de allí intentar, los dos, introducir cambios en la rutina, motivar la excitación sexual..

### **¿No hablan porque temen ser dejadas?**

Algunos hombres buscan otras mujeres, otros no. Muchas parejas pactan la diferencia de deseo de uno y otro: si el hombre tiene ganas tres veces por semana y la mujer una vez al mes, pues, lo hacen un par de veces al mes... Y hay hombres que se irán de todos modos, porque aunque las mujeres finjan eso se nota...A algunos hombres les molesta mucho que no tengas orgasmos con ellos...

### **¿Y las mujeres solas que no sienten interés sexual?**

Es lícito no prestarle atención al sexo, pero la excitación y el orgasmo son saludables...Puedes pasar de todo y no pasa nada, pero es como decirle a la gente que haga ejercicios para mantenerse en forma, algo más para el bienestar, porque no actúa sólo a nivel local. Pero creo que somos, en ese aspecto, un poco vagas...(risas). Por ejemplo, a las mujeres que sienten dolor con la penetración por sequedad vaginal les sugiero que utilicen crema de estrógenos locales a días alternos





### ¿Qué pasa en una sesión de *tupper sex* y después?

porque no sólo la vagina, también la mucosa de la uretra es hormono-dependiente, la dosis es muy baja y no se absorbe por vía sanguínea, pero no lo hacen. La vagina no es como la cara, que te ves las arrugas. La ignoras. También se olvida la vulva. Es una zona que no tiene nombre: ¿cuánta gente llama vulva a la vulva? Se confunde con la vagina, lo llaman "mis partes", "los bajos" ...Una mujer puede sentir picores durante años, dermatitis frecuentes que pueden solucionarse fácilmente, y no atreverse a consultar. Hasta cánceres de vulva, fáciles de extirpar en sus comienzos, se encuentran cuando ya están avanzados.

Cuando la vagina deja de estar en las mejores condiciones, el orgasmo tiene beneficios sobre la piel y la mucosa vaginal; hay más riego sanguíneo, más actividad hormonal. Porque siempre tenemos hormonas, y persisten la aromatización de los estrógenos y las hormonas masculinas. Se mejora el contexto de la zona...

La actividad sexual se puede mantener mientras vives. Tocar y que te toquen aumenta el nivel de endorfinas, estás mejor psíquicamente, son un antidepresivo natural estupendo...

Pues, las mujeres ríen, intercambian información, aclaran dudas y puede que lleguen a su casa animadas para tener alguna experiencia sexual. A lo mejor se mete en la bañera, echa unas sales y se divierte dejando volar su imaginación y subir sus endorfinas mientras una esponja o un patito "water resistant", que vibra como en la película de Almodóvar, va haciendo de las suyas. A lo mejor se estira en un sofá y prueba los vibradores anatómicos que estimulan desde el clítoris hasta el ano y que tienen muy buena acogida últimamente. A lo mejor le da una sorpresa a alguien y le regala un vibrador con forma de mariposa que ese alguien puede activar cuando la llama por teléfono y marca un código secreto. O puede practicar con las bolas chinas y de paso ejercitar los músculos del

suelo pélvico. O puede propiciar una noche muy dulce bañándose en exquisito chocolate y dejando que la degusten o degustando. O puede pintarse los labios con un pintalabios vibrante para labios muy sensibles. O puede ponerse un antifaz para fantasear como loca con la personalidad de quien la acaricia. En fin: que hay muchas formas de jugar a las mil y una noches. Y que tenemos que empezar nosotras mismas a buscarnos la vida (risas).

