

# eso que llaman el orgasmo múltiple

por **Montserrat Calvo**  
fotos **Mike Zeppetello**

*Algunas han oído hablar de él y otras aseguran haberlo experimentado con auténtico éxtasis. El multiorgasmo es objeto de culto y leyenda, de fantasía y mito actual. La sexóloga Montserrat Calvo nos desvela alguna pista para conocerlo en teoría.*

**C**uando habitualmente me piden que hable de «el orgasmo» yo les pregunto ¿de qué orgasmo?, ¿del clitorídeo, del orgasmo g, del serial multiorgásmico, del de la última película X, del orgasmo de la vecina que hace temblar las paredes, del intenso y silencioso, del estereofónico —cuando los miembros de la relación los tienen al mismo tiempo— del propio orgasmo o del del compañero? Por fin, una publicación me ha hecho una demanda concreta: «El orgasmo múltiple o multiorgasmo.»

Los orgasmos, solos o en compañía de otros orgasmos, son experiencias vitales que no pueden ser descritas con palabras. Puede variar de una persona a otra y puede variar en una misma persona según los distintos momentos de su vida; Master y Johnson comentan cómo «entre dos orgasmos puede haber tanta diferencia como beber un vaso de agua fría cuando se tiene calor y sed, a hacerlo cuando uno está tiritando y sin ganas de beber». Puede ir desde un leve aleteo a una sensación estática. Y si bien la experiencia orgásmica no puede ser verbalizada, sí es factible decir que se trata de una experiencia en la que, habitualmente, se da una integración, una unidad de cuerpo y mente, una experiencia en la que no cabe el mundo de la lógica y la razón sino, únicamente, el de las sensaciones y el de los sentimientos.

El orgasmo es la vivencia más corta de toda la velada sexual y no siempre es la más placentera, su calidad depende de la relación existente con el/la amante —en caso de estar

acompañada— de si ha habido antes otros orgasmos, de la autoestima, de la relación con la vida, con el propio cuerpo y con el placer.

## ¿Cómo reacciona el cuerpo?

Puesto que cada experiencia es única en sí misma, diría que cada cuerpo tiene su propio funcionamiento, aunque eso sí, a mayor calidad de placer, mayor movimiento corporal. Hay, sin embargo, unas reacciones fisiológicas que se producen en casi todas las experiencias orgásmicas y que son distintas en el hombre que en la mujer: resumidamente, y en el caso de la mujer, durante escasos segundos se dan unas contracciones simultáneas y rítmicas del útero, el tercio exterior de la vagina y el esfínter anal, un aumento del tamaño de los pechos, de la velocidad del corazón, etc, etc... y si una se deja sentir en ese momento, o sea, se deja ir, hay espasmos en todo el cuerpo; es cuestión de no estar sólo pendientes de los genitales.

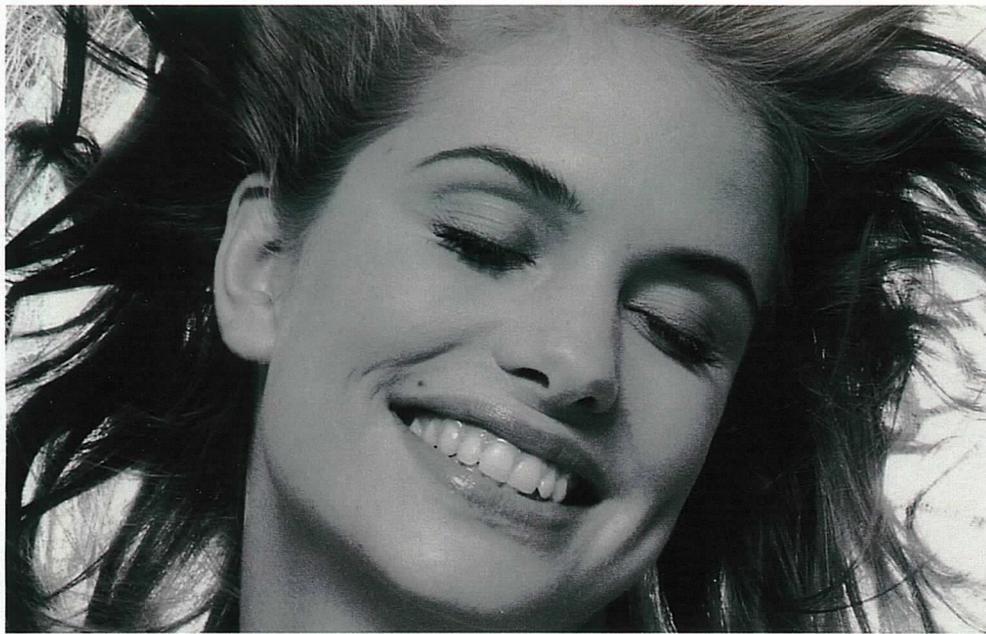
En los hombres, la experiencia subjetiva de los orgasmos suele empezar con una sensación de calor o presión que se relaciona con la primera fase, pueden darse estremecimientos o sacudidas. Según Masters y Johnson «el orgasmo se experimenta con una serie de agudas contracciones placenteras en las que intervienen el esfínter anal, el recto, el perineo y los genitales»; también los hombres, si se dejan ir, pueden sentir esa especie de *bombeo* en todo el cuerpo.

Los orgasmos masculinos, se dice, son por lo general más uniformes que los femeninos.



Muchas mujeres sólo experimentan el orgasmo múltiple en determinadas etapas de su vida, otras nunca. En cualquier caso, la cantidad no es una garantía de una sexualidad más satisfactoria que la acompañada de un orgasmo sencillo y solitario.

¿  
,  
(  
)



La mayoría de sexólogos coincide en que el multiorgasmo es más fácil durante la masturbación que en una relación compartida.

Personalmente, opino que cada uno obtiene el placer que está dispuesta a disfrutar.

### Capacidad e interés

Una de las diferencias claras entre ambos sexos es la necesidad masculina de un tiempo paulatinamente mayor desde la última eyaculación a la próxima erección, y por eso la mayoría de los hombres en nuestra civilización no tienen la facilidad multiorgásmica que la mujer, aunque sí exista la capacidad. Pero la naturaleza es sabia. A diferencia del orgasmo femenino, el del hombre se da en dos fases: la inevitabilidad eyaculatoria, la cual coincide con las contracciones que desde la próstata y los vasos deferentes conducen el líquido seminal hacia la uretra. Durante la segunda fase, las contracciones de la próstata provocan la eyaculación.

Este dato es importante, porque aunque a menudo coincidan el orgasmo con la eyaculación, constituyen dos procesos diferentes y separados en el tiempo, primero el orgasmo, después la eyaculación. Parece que todo puede depender de la capacidad e interés en

la observación del propio cuerpo durante la relación. Sin embargo, esta posibilidad multiorgásmica aún no ha sido confirmada por la ciencia, aunque se sabe que muchos adolescentes orgasman sin eyaculación y se conocen casos —observados en laboratorio— de hombres que han conseguido tener varios orgasmos absteniéndose de eyacular; en culturas como la hindú existen técnicas tradicionales para desarrollar esta capacidad, por ejemplo, algunas enseñanzas taoístas y tántricas hablan de la presión en un punto situado entre el escroto y el ano, la cual facilita que el semen vuelva a la próstata.

No obstante, creo que ninguna de estas técnicas conduce a nada si el hombre no pone una actitud muy clara en su intención: conocerse a sí mismo a través de su cuerpo, cultivar su parte femenina, sentir que es cada uno de sus músculos y articulaciones, respetarse y respetar la sexualidad y generosidad con los demás. Algo que se deduce de tal actitud es la necesidad de una mentalidad abierta, por ejemplo, muchos hombres desprecian zonas potencialmente erógenas como la zona prostática, situada en el

conducto anal, por miedo a parecer homosexuales, a sentirse poseídos e inferiores a la mujer; tal vez esta actitud se produzca porque muchos de ellos, cuando realizan la penetración habitual,

se sienten dominadores y amos del acto.

En verdad, y aunque tal vez no lo hayan pensado nunca, durante el coito es el hombre el poseído, es la mujer la que absorbe y contiene el pene en su interior. En el fondo, lo importante es que siempre es la persona que da, aquella que más recibe.

Volviendo al serial multiorgásmico en la mujer, muchas sólo lo experimentan en determinados momentos o etapas de su vida, otras nunca, porque no se dan las condiciones necesarias, otras solamente con un vibrador

en la zona del clítoris... pero la cantidad de orgasmos no es en sí misma garantía alguna de una sexualidad más satisfactoria que, por ejemplo, la acompañada de un orgasmo sencillo y solitario.

### Entrega sin exigencia

Al igual que en el caso del único orgasmo, la mayoría de autores-as están de acuerdo en que es más fácil acceder a la multiplicidad orgásmica durante la masturbación que durante la relación compartida. Ello es debido a que nadie conoce mejor que una misma «el cómo, el dónde y el cuándo», a que las mujeres no se sienten exigidas a mantener el mismo ritmo sexual que el varón y a que durante la masturbación se dejan intervenir más las fantasías sexuales.

También podría ser sencillo acceder a la multiplicidad orgásmica durante la relación compartida, pero para ello debe existir una buena relación con el propio cuerpo y mucha negociación o pacto erótico, unida a una buena dosis de cariño entre los amantes.

Concluyendo, me gustaría que no idealizase usted nada de lo que aquí ha leído, que entendiéndose que el enriquecimiento de su sexualidad no debería quedar supeditado a las vivencias orgásmicas en detrimento de otras vivencias consideradas de menor voltaje erótico, que no perdiese el placer de la lidia en aras de la estocada final.

No trate de tener, tener, y tener orgasmos, porque se trata de dejar que los orgasmos la tengan a usted.

### Títulos

“The joy of sex”, Alex Comfort. Ed. Grijalbo.

“Secretos sexuales”, Nick Douglas y Penny Slinger. Ed. Martínez Roca.

“La sexualidad humana”, tomo 1. Masters y Johnson y Kolodny. Ed. Grijalbo. ❧

**El clímax es la vivencia más corta de la velada sexual y su calidad depende del grado de intimidad con la pareja, de si ha habido antes otros orgasmos, de la autoestima y de la relación con la vida.**