

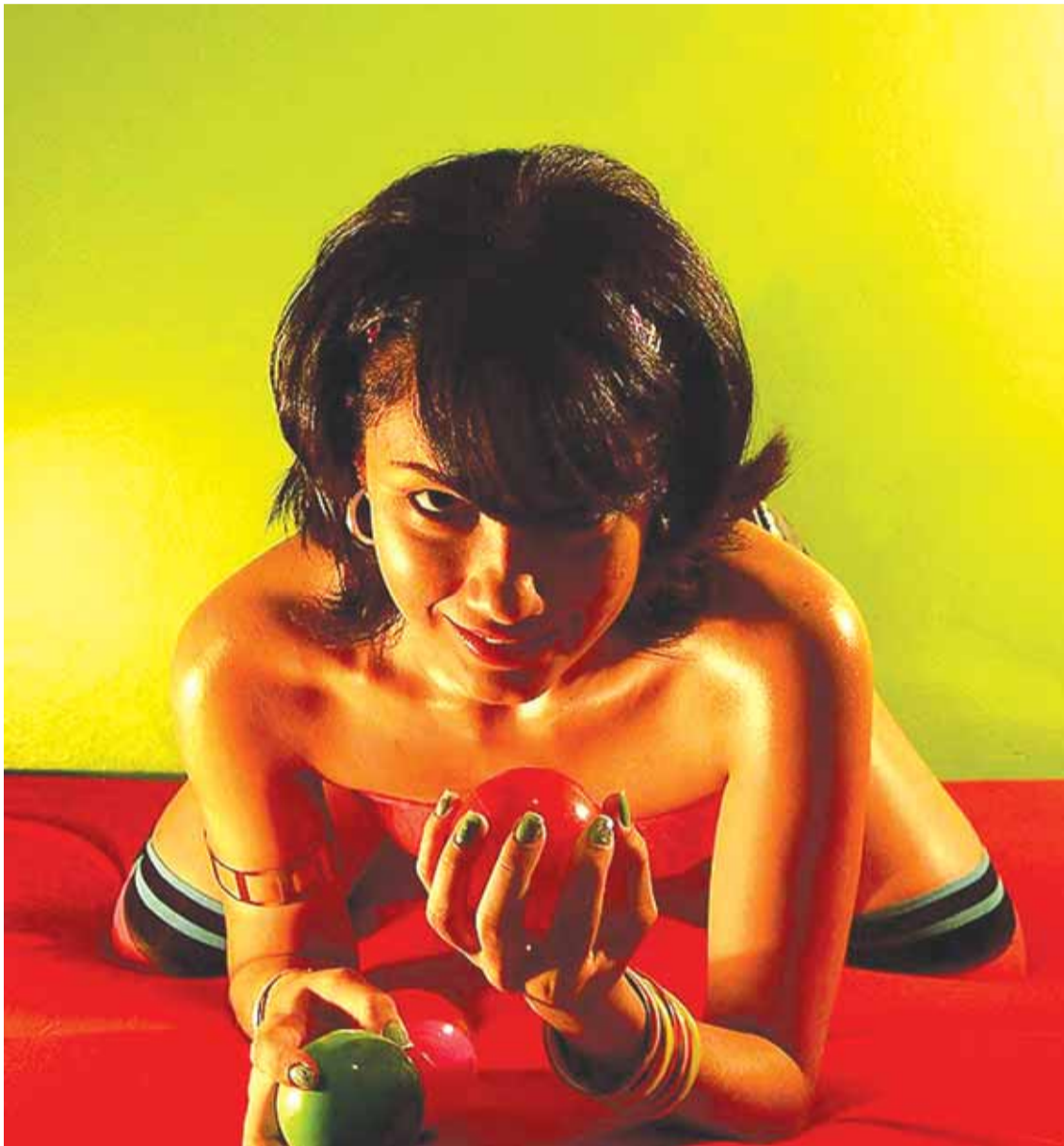
IMAGINACIÓN | OCHO DE CADA DIEZ MUJERES TIENEN FANTASÍAS SEXUALES

Los fantasías femeninas

Usa tu imaginación para sentir más placer



SEGÚN LOS EXPERTOS, LAS MUJERES QUE DEJAN FLUIR SUS FANTASÍAS SEXUALES Y NO LAS REPRIMEN **LLEGAN CON MÁS FACILIDAD AL ORGASMO**



Las fantasías sexuales responden a la necesidad de variar e innovar que experimentan la mayoría de las parejas. Mientras en las fantasías masculinas predominan los estímulos visuales, en las femeninas abundan los susurros y los circunloquios románticos. Algunas mujeres las viven con tanta convicción que llegan a alcanzar el orgasmo. Las fantasías sexuales son esenciales para que una persona aprenda a ser orgásmica. Si tenemos en cuenta que, por lo general, el proceso de excitación y consecución del orgasmo es más lento en las mujeres que

Las fantasías sexuales ayudan a las mujeres a conseguir el orgasmo

en los hombres, tienen que ser ellas las principales interesadas en tener pensamientos eróticos como manera de acelerar la excitación en cualquiera de esas fases.

Las mujeres sexualmente activas muestran casi el doble de actividad mental que las vírgenes y son las mujeres con bajo deseo sexual las que fantasean con menor frecuencia. Además, ocho de cada diez es-



Muchas mujeres temen tener fantasías de tipo homosexual, pero son bastante típicas

pañoles fantasea cuando se va a la cama y el dos por ciento restante fantasea muy poco o nada.

Las fantasías sexuales son productos de la imaginación que todos somos capaces de crear. Desde la infancia somos capaces de tener fantasías sexuales que sirven para una variedad de funciones y que pueden despertar una amplia gama de reacciones.

Las fantasías sexuales tienen el valor de la realidad y por eso son tan importantes para la vida cotidiana. Hay que disfrutarlas, dejarlas surgir y no reprimirlas o censurarlas, porque puede ser el origen de conflictos sexuales.

Las fantasías sexuales contribuyen a que los sentimientos surjan con fuerza. Las fantasías son seguras, porque son privadas y ficticias. La privacidad asegura que éstas no serán descubiertas, mientras que su carácter inventado nos libera de cualquier responsabilidad y nos permite jugar con ellas.

Durante mucho tiempo existió la idea generalizada de que los hombres fantaseaban más a nivel sexual que las mujeres, pero desde el psicoanálisis se desmiente tal extremo. Las mujeres y los hombres fantase-

an en igual medida, pero de diferentes maneras.

Las fantasías sexuales femeninas suelen desarrollarse en un escenario exótico que le aleje de la rutina doméstica: una playa virgen, una selva, un palacio... Además cada vez son más frecuentes las fantasías femeninas en las que la mujer busca el goce total. Deja de ser una mujer objeto para convertirse en sujeto de su propio deseo erótico.

Suelen desarrollarse en escenarios que se alejen de la rutina diaria

Cambiar la identidad del amante es la fantasía más repetida entre las mujeres, quizás por aquello de huir de la rutina. También es frecuente fantasear con atribuirle al amante habilidades y preludios eróticos, convertirlo en un hábil masajista o ponerle y quitarle años. Pocas son las mujeres que fantasean con ser violadas o con ver a dos hombres en el juego amoroso, aunque también se dan casos. Por otro lado, entre las fantasías más temidas se encuentra la protagonizada por un desconocido, puesto que algunas mujeres lo ven como una señal de infidelidad. Sin embargo, no hay que dejar de pensar que se trata de una fantasía.

Tener fantasías con alguien que no es la pareja no es infidelidad

Asimismo, suele despertar preocupación el hecho de imaginar relaciones homosexuales por si es indicativo de un posible conflicto de identidad sexual. No obstante, según los expertos, todos tenemos impulsos bisexuales.

Hoy en día, gracias a la revolución tecnológica, contamos con un medio idóneo para expresar nuestras fantasías y conocer las de los demás de una manera anónima: Internet. Son frecuentes los chats en los que se intercambian todo tipo de pensamientos eróticos sin complejos ni riesgos. No hay más que dejar volar la imaginación.

Algunos estudios realizados demuestran que muchas mujeres que han llevado sus fantasías a la práctica se frustran. Esto se debe a que en los sueños eróticos ellas dirigen la acción para que las cosas sucedan a su manera y en la vida real es diferente; el hombre no siempre llena sus expectativas. Cuando eso pasa ellas tienden a hacer un "sabotaje sexual". De ese modo, en medio del acto sexual la mujer piensa en algo que evita la relación y el placer. La única solución es crear un ambiente de confianza, que la pareja se conozca mejor para que la mujer se exprese y no se reprima.

SABÍAS QUE?

La Influencia del cine

En la elaboración de una fantasía, interviene de una manera muy activa, el cine. Hay escenas que quedarán flotando en la eternidad de las mentes eróticas y erógenas de miles de espectadores que por respeto a esa fantasía, no se atreverán a hacerla propia. Sin embargo en el año en que se estrenó la película "Último tango en París", todos aquellos buenos amantes se preocuparon de que siempre hubiera mantequilla en el frigorífico. Con "Nueve Semanas y Media", la tendencia gastronómica del erotismo se renovó con nuevos productos como miel, cerezas, leche.

FANTASÍAS



▶ **PLAYA:** Hay mujeres que fantasean con hacerlo en lugares exóticos, románticos y a la vez atrevidos, como una playa o un lugar público donde puedan ser descubiertos. Esta fantasía responde a la necesidad de huir de la monotonía y la rutina doméstica. También suelen aparecer en las fantasías selvas, lugares exóticos o palacios con fuentes, camas enormes cubiertas de raso y flores.

▶ **ROMANTICISMO:** Otras mujeres no varían su entorno normal, ni imaginan estar con otro amante, sino que sueñan con que su pareja es más cariñosa y experta. Esta fantasía puede anunciar que la mujer no está satisfecha con su relación real. Lo más conveniente en este caso es que comparta su fantasía con su pareja y que intente hacerla realidad.

▶ **OTRO AMANTE:** Soñar con otro hombre no denota que la mujer quiera serle infiel a su pareja, sino que fantasea con esta idea. Por eso debe desechar el sentimiento de culpabilidad y disfrutar del momento. Tal vez en su fantasía se atreva a hacer cosas con este extraño que con su amante no puede por vergüenza o miedo a parecer demasiado lanzada. Lo mejor es disfrutar en secreto.

▶ **OTRA MUJER:** A veces en las fantasías intervienen otras mujeres. Hay quien se siente muy preocupada por este hecho, dudando de su propia sexualidad. Sin embargo, aunque hay sexólogos que sostienen que todos somos bisexuales, el fantasear con otras mujeres no significa que se tengan inclinaciones homosexuales. Probablemente sólo signifique que la mujer necesita un amante más cariñoso y que la trate como ella misma se trataría.