

43  
24



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
MÉXICO**

**ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES  
"CAMPUS ARAGON"**

**CON TODOS TUS SENTIDOS...  
CUERPO DE MUJER**

**REPORTAJE-DOCUMENTAL**

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:**

**LICENCIADA EN PERIODISMO  
Y COMUNICACIÓN COLECTIVA**

**P R E S E N T A :**

**LILIA FLORES LEON**

**ASESOR**

**MITRA. ROSA MARTHA FERNANDEZ**

**MÉXICO**

**1997**

**TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
MÉXICO

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
CAMPUS ARAGÓN

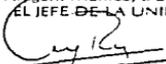
UNIDAD ACADÉMICA

Lic. MA. CONCEPCION ESTRADA GARCIA  
Jefe de la Carrera de Comunicación y Periodismo  
Presente .

En atención a la solicitud de fecha 23 de abril del año en curso, por la que se comunica que la alumna LILIA FLORES LEON, de la carrera de LICENCIADO EN PERIODISMO Y COMUNICACION COLECTIVA, ha concluido su trabajo de investigación intitulado "CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER", y como el mismo ha sido revisado y aprobado por usted, se autoriza su impresión; así como la iniciación de los trámites correspondientes para la celebración del Examen Profesional.

Sin otro particular, lo reitero las seguridades de mi atenta consideración.

ATENTAMENTE  
"POR MI RAZA HABLARA EL ESPÍRITU"  
San Juan de Aragón, México, a 24 de abril de 1997  
EL JEFE DE LA UNIDAD



---

LIC. ALBERTO IBARRA ROSAS

c c p Asesor de Tesis.  
c c p Interesado.

AIR/vr



**A MI FAMILIA  
Y A ALEJANDRO**

**Por brindarme en todo momento su amor, apoyo y confianza. Y ser la fuerza que me estimula para alcanzar nuevas metas**

**A MIS MAESTROS:**

**Con agradecimiento por transmitirme sus conocimientos y experiencias.**

## INDICE

<b>INTRODUCCION</b>	4
<b>1. EL PROYECTO</b>	8
1.1 EL PROGRAMA	9
1.2 LA SERIE	16
<b>2. LA INVESTIGACION</b>	22
2.1 ASPECTOS CULTURALES EN TORNO A LA SEXUALIDAD FEMENINA	23
2.2 SEXUALIDAD FEMENINA, UNA REALIDAD PALPITANTE	27
2.3 DISFUNCION SEXUAL, ANORGASMIA FEMENINA.	35
<b>3. EL GUION</b>	40
<b>4. LA PRODUCCION</b>	67
4.1 PREPRODUCCION	68
4.2 PRODUCCION	84
4.3 POST PRODUCCION	87
<b>CONCLUSIONES</b>	98
<b>ANEXOS</b>	102
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	118
<b>FUENTES</b>	121

## INTRODUCCION

La salud sexual es una parte ineludible de la salud integral de los seres humanos, entendida como el completo estado de bienestar físico, psicológico y social. Es un aspecto tan importante que atraviesa todos los ámbitos de nuestras vidas, pues se refleja a nivel de pareja, de familia, de como se trabaja y se ve la vida.

Sin embargo es difícil que las personas tengan una vida sexual responsable, satisfactoria y plena cuando se les han inculcado ideas y sentimientos contradictorios con respecto a su sexualidad. lo cual ha dificultado el hablar abiertamente del tema ocasionando una carencia y necesidad de información, que contribuya a protegernos de enfermedades sexualmente transmisibles que pueden ser mortales como el SIDA, a evitar embarazos no deseados tanto en adolescentes como en adultos, a disminuir la insatisfacción sexual y la frustración que esto conlleva de miles de parejas mexicanas, a tener la libertad de decidir sin sentimientos de culpa sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad, sin que esto represente privilegio para un sexo y opresión para el otro. Es una necesidad de educación sexual para la población.

Aunque el Estado todavía no logra establecer una política de educación sexual en los libros de texto gratuito, a permitido se transmitan programas de sexualidad a través de estaciones de radio y televisión, no por su iniciativa, pero si autorizando que organizaciones no gubernamentales y la sociedad civil busque satisfacer esta necesidad de información.

Se ha demostrado que el uso adecuado de los modernos recursos tecnológicos como es la televisión, cuando son debidamente fundamentados por la investigación pueden sensibilizar, motivar y estimular al televidente a comprender su entorno.

La televisión en nuestro país a participado directamente en procesos educativos, por ejemplo los cursos de alfabetización y de telesecundaria que imparte la Secretaría de Educación Pública a través de su red EDUSAT y que se inscriben dentro de lo que se considera como educación formal, a diferencia si hablamos de la no formal, entendida como aquella en la cual el individuo adquiere conocimientos e información a lo largo de su vida, en su entorno social. En este sentido los medios de comunicación juegan un papel educativo fundamental. "Los contenidos de la pantalla inciden día con día en nuestra personalidad a través de todo el dosificado material televisivo... que alcanza a amplios sectores de la población".<sup>1</sup> Es claro, los individuos no solo reciben información de la televisión sino también de otros ámbitos de su entorno, no obstante, gracias a su preponderancia como hábito recreativo de fácil acceso, "la televisión es un poderoso aparato educativo... además de suministrar conocimientos e información, orienta y forma hacia un modo de vida, se ha convertido en la primera y más grande escuela de inculcación de normas de conducta".<sup>2</sup>

Por ello resulta de vital importancia producir programas potencialmente educativos que aporten información basada en la realidad y puedan promover el análisis, la crítica y el razonamiento del televidente.

---

<sup>1</sup> Meléndez Crispo, Ana. T.V. EDUCATIVA, un modo de planear programas, p. 21

<sup>2</sup> Ibidem.

En materia de Educación Sexual los esfuerzos realizados en televisión, han tenido una presencia mucho menor en comparación con la radio mexicana. No haré un recuento de todos los proyectos presentados, tan solo diré de los pocos espacios serios dedicados para hablar de sexualidad, el único que continua al aire actualmente desde febrero de 1994, es "Taller de sexualidad", transmitido por canal 11, programa semanal, en vivo, enfocado a realizar entrevistas a especialistas invitados al estudio, con líneas abiertas al público.

De ahí el interés de realizar el presente proyecto televisivo que intenta contribuir a satisfacer ese enorme vacío en el terreno de la sexualidad, porque las personas carecemos de una educación formal en las escuelas y ésta es la opción que tendría la televisión para educar.

La serie que lleva por nombre "**Con todos tus sentidos...**" no pretende dar consulta a través de la televisión, pero si satisfacer la necesidad básica de información de la forma más didáctica y clara posible para el espectador. Con el fin de que si lo requiere busque ayuda profesional o bien en el mejor de los casos, logre que su vida sexual sea más placentera.

"**Cuerpo de mujer**" es el nombre del primer programa de la serie, aborda la disfunción sexual de mayor incidencia en la mujer, la anorgasmia, conocida como la dificultad o la incapacidad de alcanzar el orgasmo. ¿Qué es un orgasmo?. ¿cuáles son las causas y los efectos de la anorgasmia?, ¿cuántas la padecen? y ¿cómo las mujeres podemos aprender a tener orgasmos? Son algunos de los puntos importantes expuestos en el video que se presenta a manera de piloto, es decir, un ejemplo introductorio de la serie.

La constante transformación de nuestro desarrollo sexual a lo largo de nuestra vida, hace imperiosa la presencia permanente de programas de educación sexual, el reto es mantener la atención del espectador a través de propuestas atractivas con información objetiva y científica que satisfaga desde las más elementales necesidades del televidente hasta la discusión de temas poco explorados como lo es la anorgasmia femenina.

# 1. EL PROYECTO

## **1.2 LA SERIE**

### **PROYECTO DE SERIE PARA TELEVISION**

**NOMBRE DE LA SERIE:** CON TODOS TUS SENTIDOS...

**FORMATO:** PROGRAMAS DE 27 MINUTOS DE DURACION  
EN FORMATO PROFESIONAL

**GENERO BASICO:** REPORTAJE DOCUMENTAL

**FINALIDAD:** INFOMATIVA, DE ORIENTACION PARA LA  
SALUD Y DE DIVULGACION CIENTIFICA

La idea del proyecto surge ante la necesidad de comunicar al público en general, de una forma accesible como es el lenguaje televisivo, información amplia, directa y actualizada sobre la sexualidad, tema inherente al ser humano, de importancia fundamental para el bienestar de nuestra sociedad.

### **OBJETIVOS GENERALES DE LA SERIE**

1.-Producir programas de televisión que proporcionen un punto vista integral de la sexualidad humana, esto es, abarcando tanto el aspecto biológico, psicológico y social, en beneficio de la población.

- 2.-Difundir información clara y directa sobre la sexualidad humana en sus distintas etapas.
- 3.-Promover comportamientos hacia prácticas sexuales más placenteras, seguras y responsables en la pareja.
- 4.-Plantear que todo acto sexual debe tener como finalidad la búsqueda del placer y la reproducción, en este orden.
- 5.-Promover relaciones amorosas más igualitarias entre la pareja, donde haya una involucración semejante de cada individuo, que ambos se identifiquen en ese gozo tan humano.

## ESTRUCTURA

La serie consistirá en programas semanales de género reportaje documental de 27 min. de duración en formato Betacam. La estructura será segmentada a través de cortinillas que identifiquen el aspecto a tratar dentro del programa. Los recursos a utilizar serán los siguientes:

- 1) **Entrevistas** a especialistas, quienes resolverán dudas con respecto a la temática abordada.
- 2) **Testimoniales**, que identifiquen al auditorio con el tema o bien muestren las causas o efectos del mismo.
- 3) **Conductora** en la locación ad hoc al tema, exponiendo interrogantes que motiven a la reflexión.

- 4) **Animaciones**, se incluirán cuando el tema lo requiera a fin de hacerlo más didáctico.
- 5) **Voz off**: este recurso será utilizado al mínimo, solo cuando se requiera dar más clara o concreta una información.

## **PUBLICO**

Todo programa televisivo debe dirigirse a públicos específicos, definidos en función de su edad, sexo, características sociales y hábitos comunicacionales. Por ello la serie estará dirigida a dos tipos de sectores de audiencia uno directo y uno indirecto de acuerdo a la naturaleza del tema a tratar.

En principio estará enfocada a la población sexualmente activa y a los jóvenes quienes empiezan a tener conciencia de su impulso sexual y no saben como canalizarlo, de esta manera el receptor cautivo oscilará entre las edades de 15 a 70 años aproximadamente.

## TRANSMISION

Las cadenas televisivas dividen su tiempo en clasificaciones que se basan en los hábitos de consumo de los televidentes. El número de espectadores varía de acuerdo con la hora del día, llegando a su máximo entre las 8 y 11 p.m. horario denominado triple A, por ser el de mayor audiencia al encontrarse la mayoría de los integrantes de una familia en sus hogares.

Por consiguiente el horario que se recomienda es de 21:00 a 22:00 hrs. para la transmisión de la serie.

Para presentar la sexualidad humana de la forma más completa posible, esta es, biológica, psicológica y socialmente, la serie comprende 8 grandes partes:

- Ideología e historia de la sexualidad
- El género
- El erotismo
- Las vinculaciones afectivas
- La reproducción
- Problemas de la sexualidad
- Educación sexual

De las cuales se desprenderán los temas que se abordarán durante la serie. Por ejemplo los temas del primer bloque compuesto por 13 programas, los dos primeros tratan de las disfunciones sexuales que corresponde al rubro de problemas de la sexualidad, el tercer programa pertenece a el género, el cuarto a el erotismo y así sucesivamente.

Los temas del primer bloque se enfocan más a los problemas de la sexualidad, porque son los que pueden causar mayor interés en la audiencia por ser las disfunciones más frecuentes en la población.

A continuación se enlistan los temas de los primeros 13 programas de la serie con sus respectivos objetivos:

#### **1.-ANORGASMIA FEMENINA**

Objetivo: proporcionar información clara y directa sobre el orgasmo femenino, cómo alcanzarlo y exponer las causas que lo dificultan.

#### **2.-EYACULACION PRECOZ**

Objetivo: dar a conocer las principales causas y efectos de la eyaculación precoz.

#### **3.-ROLES SEXUALES**

Objetivo: exponer cómo afectan tanto a hombres como a mujeres estos roles sexuales.

#### **4.-AUTOEROTISMO**

Objetivo: dar a conocer el autoerotismo, un comportamiento que permite vivenciar el cuerpo como una fuente de sensaciones placenteras que integran la autoimagen.

#### **5.-LA DOBLE MORAL DEL PLACER**

Objetivo: planear cómo se da una normatividad diferente, más laxa para hombres y estricta para las mujeres en cuanto al comportamiento sexual.

## **6.-VARIANTES SEXUALES**

Objetivo: tener un acercamiento a las manifestaciones no heterosexuales de la sexualidad.

## **7.-QUE PASA CON NUESTRO DESEO SEXUAL**

Objetivo: proporcionar información a los jóvenes que les permita conocer su cuerpo, su impulso sexual, su sexualidad, con el fin de que actúen en forma consciente y responsable.

## **8.-ANTICONCEPTIVOS Y PROTECCION**

Objetivo: proporcionar al público en general información sobre anticonceptivos tanto los temporales como los definitivos, exponiendo sus ventajas y los posibles efectos de cada uno. Y promover su uso como medida de protección contra enfermedades sexualmente transmisibles.

## **9.-EL SEXO COMO PLACER Y DESPUES COMO REPRODUCCION**

Objetivo: exponer cómo la relación sexual debe estar encaminada a la búsqueda del placer y si se desea a la reproducción.

## **10.-EL VIH Y EL SIDA**

Objetivo: difundir información que explique qué es el VIH y el SIDA, las formas de contagio, cómo detectar esta enfermedad, cuáles son los síntomas y las medidas de protección.

## **11.-SEXUALIDAD Y COMUNICACION FAMILIAR**

Objetivo: proporcionar información que permita a los integrantes de la familia comunicar sus inquietudes, con el fin de crecer con una actitud positiva hacia la sexualidad.

## **12.-ABUSO SEXUAL**

Objetivo: exponer los efectos en la salud mental de las personas agredidas y cómo repercute en su vida sexual posteriormente.

## **13.-UNA VISION RETROSPECTIVA DE LA SEXUALIDAD HUMANA**

Objetivo: exponer cómo era la sexualidad en el pasado, cómo es ahora, en qué ha cambiado, cuáles han sido los avances para que los seres humanos tengan una vida sexual más satisfactoria.

## 1.1 EL PROGRAMA PILOTO

El programa “Con todos tus sentidos... cuerpo de mujer” fue concebido a través del siguiente proyecto.

TEMA: ANORGASMIA FEMENINA

### JUSTIFICACION

“A lo largo de la historia, la sexualidad femenina ha sido manipulada y conceptualizada en función de las necesidades y deseos masculinos, a través de dogmas religiosos, ideas políticas, situaciones sociales conforme a épocas, modas y conveniencias”.<sup>3</sup>

Siendo esto evidente, en una sociedad machista como la nuestra, donde la sexualidad femenina es revestida con una serie de creencias arraigadas que no aceptan lo placentero y saludable de esta forma de expresión humana, es común ver todo lo relacionado al sexo, con lo malo, sucio y vergonzoso. Lo que con frecuencia en la mujer es fuente de problemas (embarazos fuera del matrimonio, mala reputación, frigidez), en el hombre es algo que tradicionalmente le ha proporcionado placer y estatus.

A la mujer la han educado para ser sexualmente pasiva pues se le ha dicho que no es moral mostrar deseo y placer. Al sexo la Iglesia lo ha presentado como una desagradable necesidad para tener hijos. No

<sup>3</sup> Lamas, Martha, Sexualidad femenina, FEM, 1989, p.9

obstante en los últimos años, algunas mujeres se han atrevido a desafiar las convenciones para luego enfrentarse a una serie de conceptos (Freud) de "cómo debe de sentir una mujer, qué debe de sentir y por dónde debe sentirlo", considerando la relación sexual "natural" la tradicional posesión de la mujer por el hombre: el hombre (activo) penetra y la mujer (pasiva) es penetrada. Así el hombre procura su placer dentro de la vagina y da por sentado que el placer de la mujer radica en ser penetrada, sino sucede de esta forma, es porque ella es "frígida".

La frigidez es un término devaluatorio y poco descriptivo que durante mucho tiempo ha sido utilizado inadecuadamente como sinónimo de **anorgasmia**, concepto que define a la incapacidad o dificultad de alcanzar el orgasmo.

Es importante aclarar que la anorgasmia, es decir, el no tener orgasmos o casi nunca, no está separada de las ideas adquiridas culturalmente sobre el sexo ni es una manifestación aislada e individual de las mujeres, es ante todo un problema social y cultural.

Parece mentira que actualmente hay un número considerable de mujeres casadas, con hijos, que no han conocido o casi nunca han llegado al orgasmo, incluso aquéllas que cuentan con una preparación académica y son profesionistas.

Es frecuente encontrarse con mujeres que han rechazado las percepciones de sus cuerpos en un afán de adaptarse a las creencias

inculcadas acerca del sexo, negándose la oportunidad de conocer y experimentar las distintas sensaciones placenteras que les brinda su sexualidad, lo cual, a la larga, genera un círculo vicioso donde la mujer no sólo es reprimida sino represora al reproducir y transmitir la misma ideología.

Es necesario que la mujer se atreva a conocer su cuerpo con todos sus sentidos, dejando aflorar sus sentimientos y emociones, que aprenda a comunicarse con su pareja.

Hoy algunos hombres empiezan a descubrir el enriquecimiento que implica compartir el sexo y no solo ejercerlo. Porque “Es más gratificante para la mayoría de las personas de ambos sexos hacer el amor con una pareja que responde, que estimula activamente... busca estímulo... y expresa su goce”.<sup>4</sup> De sentir y brindar placer esa sensación extasiadora que toca las fibras más sensibles de nuestro ser, proporcionándonos equilibrio a nuestras vidas, al sentirnos despiertos, amados y valorados.

Por ello surge la inquietud de difundir información acerca del placer femenino, de cómo alcanzarlo y exponer las causas que lo dificultan a través de uno de los medios de mayor impacto y cobertura en la población. “la televisión se ha convertido en el recurso de difusión más importante de lo que se ha dado a llamar cultura de masas... en nuestro tiempo ocupa un lugar fundamental en la programación de las horas dedicadas al ocio y al descanso de los habitantes urbanos”.<sup>5</sup> De esta

---

<sup>4</sup> S. Kaplan, *Manual ilustrado de terapia sexual*, p. 130

<sup>5</sup> Gutiérrez Vega, *Información y sociedad*, p. 93

forma la televisión no solo esta en posición de emitir opiniones de un fenómeno o situación sino de promover y contribuir a la formación de actitudes gracias a su penetración y accesibilidad.

## **OBJETIVOS DEL PROGRAMA**

### **\*GENERAL**

Proporcionar información clara y directa sobre el orgasmo femenino, cómo alcanzarlo y exponer las causas que lo dificultan.

### **\*PARTICULARES**

Motivar a la mujer a ver con nuevos ojos su sexualidad, a que reconozca su cuerpo, sus sensaciones y su placer.

Proporcionar información que permita identificar la **anorgasmia** femenina como un problema social y cultural y no una incapacidad personal de solo unas cuantas mujeres

## **PUBLICO**

La temática del programa está encausada principalmente a la mujer, no obstante, debido a la importancia del tema y a que involucra a la pareja, también va dirigido al sector masculino de la población.

## **GENERO**

El género elegido es el reportaje-documental por ser "una narración informativa donde la anécdota, la noticia, la crónica, la entrevista o la biografía están interrelacionadas con los factores sociales estructurales, lo que permite explicar y conferir significación a acontecimientos y situaciones... constituye por ello una investigación de un tema de interés social".<sup>6</sup>

El video se fundamenta en una investigación que se ordenó de la siguiente forma:

### **1. ASPECTOS CULTURALES EN TORNO A LA SEXUALIDAD FEMENINA.**

- 1.1. ROLES SEXUALES: EL HOMBRE ACTIVO  
LA MUJER PASIVA
- 1.2. LA IGLESIA: EL SEXO SOLO COMO MEDIO DE  
REPRODUCCION
- 1.3. LA DOBLE MORAL DEL PLACER

---

<sup>6</sup> Maza Pérez. Guión para medios audiovisuales cine, radio y televisión. p. 296

## **2. SEXUALIDAD FEMENINA UNA REALIDAD PALPITANTE**

### **2.1. TU CUERPO, CONOCETE A TI MISMA**

### **2.2. EROTISMO**

### **2.3. RESPUESTA SEXUAL**

### **2.4. ORGASMO FEMENINO**

### **2.5. CLITORIS, DETONADOR DEL ORGASMO**

### **2.6. AMPLIANDO EL HORIZONTE DEL DISFRUTE SEXUAL “EL PUNTO G”**

## **3. DISFUNCION SEXUAL, ANORGASMIA FEMENINA**

### **3.1. ¿QUE ES LA ANORGASMIA?**

### **3.2. CAUSAS Y EFECTOS**

### **3.3. PERSPECTIVAS**

## **2. LA INVESTIGACION**

## **2.1. ASPECTOS CULTURALES EN TORNO A LA SEXUALIDAD FEMENINA**

“No hay cuerpo que no haya sido marcado por la cultura”.<sup>7</sup>

La sociedad ha desarrollado un sistema de género a partir de una diferencia sexual, es decir, por tener aparatos reproductores distintos y consecuencias notablemente dispares en la procreación (embarazo, parto y amamantamiento) han adjudicado atributos, papeles y espacios según se haya nacido hombre o mujer.

La construcción social del ser hombre y del ser mujer, ha creado un estereotipo de hombre sexuado con pulsaciones eróticas, ante un cuerpo de mujer pasivo, receptor, más amoroso que sexuado. Esto ha sido la mutilación de un cuerpo de mujer capaz de desarrollar sus fantasías, su placer y su contacto erótico.

### **2.1.1. ROLES SEXUALES: EL HOMBRE ACTIVO LA MUJER PASIVA**

La represión de la sexualidad femenina posee una larga historia, “tiene un desarrollo paralelo al del capitalismo... Es indudable que la represión del sexo femenino en todos los niveles está ligada a la propiedad privada, la división del trabajo y la familia parcial”.<sup>8</sup>

Con la división del trabajo comenzaron a darse los roles sexuales, ya que la mujer empezó a ser considerada en función de su cuerpo y su sexo, el parto, la crianza y la satisfacción que podría dar al hombre, mientras que a éste se le asignó principalmente el papel de proveedor y protector de la familia.

La monogamia y las estrictas leyes de fidelidad y castidad, aparecen como un requisito posterior para asegurar la paternidad cuya legitimidad descansaba en aspectos tanto físicos, un himen intacto, como morales, la fidelidad y la confianza. “Esta necesidad de asegurar la paternidad aparece en el momento en

<sup>7</sup> Lamas, Martha. Antología de la sexualidad humana, Vol. I, p. 154

<sup>8</sup> Ibidem, Placer o represión, Fem. México, Vol. IV, No. 17, p. 7

que a partir del desarrollo de la agricultura incipiente, se logra un excedente económico y se plantea la cuestión de la herencia familiar. El hombre entra en el dilema de ¿a quién heredar los bienes acumulados por él sino al propio hijo?, pero ¿cómo saber que es suyo y no ajeno? Sólo mediante el control del cuerpo y la sexualidad de las mujeres".<sup>9</sup>

Dentro de este contexto resultó indispensable reprimir el erotismo femenino, por ello empieza a negarse el placer sexual de las mujeres, le asignan el papel pasivo, receptor, sin deseo e impulso sexual, colmado de capacidad nutritiva y al hombre, le dan el papel activo, caracterizándolo como un ser con una mayor inclinación a la actividad sexual, de impulsos incontenibles, lleno de capacidad fecundante.

Generalizan la idea de que el hombre por naturaleza, su excitación sexual se produce rápida y automáticamente, en tanto que la mujer necesita de mucho más tiempo y aún así se cree que su capacidad de excitación es bastante limitada.

Es necesario aclarar que estos roles sexuales tienen consecuencias negativas en cada persona ya que mientras los varones se esforzarán por estar a la altura de las expectativas, lo que con frecuencia tiene el efecto contrario, las mujeres se adaptan a esta imagen limitada con respecto a su capacidad sexual, inhibiendo sus verdaderas potencialidades.

### **2.1.2 LA IGLESIA: EL SEXO SOLO COMO MEDIO DE REPRODUCCION**

Desde su aparición la Iglesia ha reforzado los roles sexuales en función de los beneficios masculinos delimitando el papel de la mujer al mundo del hogar, el cuidado de los hijos y la atención al marido, sobrevalorando la virginidad y la maternidad femenina como algo en que el designio humano no debe intervenir.

La lista de pecados de la Iglesia Católica ha estado tradicionalmente encabezada por el sexo, condenando las relaciones pre o extra maritales o aquéllas que no tengan como fin la reproducción.

---

<sup>9</sup> Ibidem.

En la época de la Inquisición llegó a castigarse físicamente a aquéllos que transgredían estos mandamientos, aunque no de la misma forma, con el hombre que cometía pecado mortal al desear o seducir a la mujer de su prójimo, podrían mostrarse benévolos con él, mientras que la mujer era torturada y quemada en la hoguera por tener dentro de su cuerpo el demonio que había tentado al hombre.

Con los argumentos de la moral religiosa, el ambiente en torno al sexo se volvió denso y oscuro. En boca de sacerdotes, padres y madres de familia, enseñanzas como "el sexo es malo y sucio" "es una desagradable necesidad para tener hijos", "la masturbación conduce a la locura", "eso sólo les gusta a las degeneradas" dejaron huella provocando que varias generaciones de hombres y mujeres nacieran, vivieran y murieran sexualmente insatisfechos.

No obstante actualmente podría creerse que la mujer joven tiene una forma diferente de pensar y es cierto, es menos devota que su madre y su abuela, le teme menos al castigo divino, pero las nociones religiosas de pecado, sobre todo las relacionadas con el sexo, continúan actuando como freno de expresiones eróticas.

### **2.1.3 LA DOBLE MORAL DEL PLACER**

Poco a poco a través de los años se fue desarrollando una doble moral, que justificaba a los hombres y castigaba a las mujeres.

Es un juicio diferente más flexible para hombres y estricto para las mujeres, nunca ha sido el comportamiento moral permitido, idéntico para ambos géneros.

Por muchos años se consideró que quienes podían expresar sus sentimientos sexuales eran exclusivamente los hombres, afirmaban ser los únicos que tenían impulsos incontrolables mientras que las mujeres no sentían gozo ni deseo en y por las relaciones sexuales, aquéllas que expresaban sus sentimientos sobre su sexualidad eran catalogadas como libertinas o prostitutas.

Las relaciones premaritales se convirtieron en motivo de orgullo masculino y de deshonra femenina, la virginidad en virtud femenina y apropió masculino, el adulterio en un crimen si lo cometía una mujer y sólo una costumbre si era un hombre. La mujer pura se convirtió en el tipo ideal de candidata a esposa, los

hombres se dedicaron a llevar a las "buenas" al altar y a las "malas" a la cama.

Se acepta moralmente que los hombres ejerciten su sexualidad para obtener placer, no es así en el caso de las mujeres. "La explicación dada a este hecho, es que el placer sexual masculino no trae consecuencias, él no concibe, en su cuerpo no aparecen muestras visibles en su inicio en el ejercicio de su sexualidad genital, a diferencia la mujer presenta la pérdida del himen... el embarazo, cuyo nuevo ser tiene una enorme repercusión social... de ahí que el poder patriarcal reglamente el placer femenino con los intereses hegemónicos que son siempre los masculinos".<sup>10</sup>

Por ser diferentes anatómicamente, hombres y mujeres hemos acabado siendo desiguales socialmente.

Los medios de control de la sexualidad femenina han ido desde el cinturón de castidad, la tortura por la Inquisición hasta el homicidio justificado, por el honor de la familia, el cual siempre estuvo y continúa estando en el cuerpo de la mujer.

Es evidente cómo la sexualidad femenina a lo largo de los años se ha visto reducida a la función de reproducción a partir de una ideología patriarcal, que tiene y organiza el poder a través de un conjunto de símbolos, valores y normas que definen cómo deben ser un hombre y una mujer, ahora los roles sexuales los vemos normales o naturales, pero en realidad han sido construidos socialmente a lo largo de la historia.

La mujer no nace, se hace.  
*Simone de Beauvoir.*

---

<sup>10</sup> Hierro Pérez, Antología de la sexualidad humana, vol. I, p. 227

## **2.2. SEXUALIDAD FEMENINA UNA REALIDAD PALPITANTE**

### **2.2.1 TU CUERPO, CONOCETE A TI MISMA.**

La mujer desde su infancia no tiene una formación corporal ni una actitud positiva para el placer sexual, cuando de pequeña intenta explorar sus genitales es reprendida por sus padres por considerar esta práctica mala o vergonzosa. Durante su desarrollo sólo se limitan a proporcionarle información incompleta acerca de su aparato reproductor y aún así, muchas mujeres no saben dónde tienen la vagina hasta después del primer coito o incluso, después de dar a luz, de modo similar se mantienen en secreto el clitoris, esta parte tan importante del placer femenino, cuando le hablan acerca de la menstruación no le dan ninguna información adicional, tan sólo la advertencia de "ahora puedes quedar embarazada". Por ello no debe involucrarse sexualmente con los hombres, debe cuidar su reputación, no interesarse por el sexo, esto equivaldría a ser fácil o promiscua, es decir, una persona a quien no se respeta y valora.

Con semejante aprendizaje no es raro que la mujer crezca desconociendo su potencialidad corporal para el placer sexual y sensual. La falta de ese conocimiento se traduce muchas veces en sufrimiento y frustración al no saber expresar a su pareja sus preferencias sexuales cuando hacen el amor.

Para que la mujer alcance una vida sexual plena implica cambios importantes de actitud así como un conocimiento de su cuerpo y de sexualidad, aprender a aceptar sus propias necesidades sexuales como algo bueno y no sólo como un medio de complacer a su pareja.

Temporalmente debe suspender su preocupación habitual por el placer de él, para poder empezar a asimilar sus sensaciones. Esto exige hacerse cargo de su propia gratificación sexual y no depender por entero de la sensibilidad y generosidad de su compañero.

La mujer debe tener la firme convicción de estar en su derecho de adentrarse en los secretos de su cuerpo, el cual le pertenece únicamente a ella y aceptar aún cuando éste no sea idéntico al estereotipo de belleza impuesto por la publicidad y la moda, puede proporcionarle placer. Al verse desnuda, la mayoría de las

mujeres no están satisfechas con alguna parte de su cuerpo, es sano que trabaje sin obsesionarse en aquellas zonas que puede modificar, sin embargo siempre habrá aspectos no modificables, por ello es importante aceptar quiénes somos y el físico que tenemos. (ver anexo 2)

El tacto desempeña un papel importante en nuestra capacidad para captar y disfrutar sensaciones sensoriales. En la búsqueda de su placer la mujer puede empezar por tocar sus manos, sus brazos e ir recorriendo poco a poco el resto de su cuerpo, tratando de concentrarse en lo que siente para ir detectando dónde la sensación es más grata. Es importante aprender a identificar las sensaciones cotidianas con el cuerpo, por ejemplo el roce de la ropa, las pulsaciones, el agua recorriendo su cuerpo a la hora de bañarse, para captar cómo en cada parte de su cuerpo se produce una estimulación distinta de acuerdo a la estimulación diferente que se da, para ir encontrando bajo cuáles circunstancias y zonas siente mayor placer.

El conocimiento del cuerpo incluye la exploración de los genitales (ver anexo 2), es común encontrar a mujeres que jamás se han visto de cerca sus genitales.

La mujer debe intentar ver su cuerpo como un mundo nuevo para explorar donde sus sentimientos y su capacidad para captar sensaciones, no sólo son una fuente de conocimientos sobre sí misma, sino una forma de procurarse placer.

Saber cómo y dónde tocarse para obtener placer de su cuerpo significa que la mujer podrá compartir esa información placentera con su compañero y eso destacará las vivencias sexuales que ambos comparten.

## 2.2.2 EROTISMO

"El erotismo cuya raíz etimológica *erotikos*, significa amor, incluye, unifica, humaniza lo sexual".<sup>11</sup>

El erotismo es una ritual para experimentar mediante la seducción y el misterio todo tipo de caricias placenteras que nos ponen en contacto con distintas

---

<sup>11</sup> González Serratos. Anticología de la sexualidad humana, vol. 1. p. 550

sensaciones de nuestros cuerpos, permitiéndonos prolongar, el dar y recibir placer amoroso.

La mujer es capaz de reaccionar eróticamente, la vista, el tacto y el olfato son vías de erotización extraordinarias al favorecer el gozo sexual.

La satisfacción sexual no debe entenderse necesariamente con la consumación del coito, sino en el discurrir lento del deseo que poco a poco vaya encontrando su gratificación, convirtiendo esta práctica humana en algo divertido, sensual, gozoso, mucho más completo y que conduce más fácilmente al orgasmo.

Cuando el erotismo se ejerce sin sentimientos de culpa en un ambiente propicio sin exigencias ni apresuramientos, es un medio excelente para ponerse en contacto con uno mismo y su pareja.

### **2.2.3 RESPUESTA SEXUAL**

La respuesta sexual humana comprende una serie de procesos fisiológicos que ocurren en el individuo y tienen como objetivo principal responder a estímulos sexuales, con la potencialidad de desencadenar un orgasmo.

Los Drs. Masters y Johnson propusieron un modelo para el estudio de la respuesta sexual femenina compuesto por 4 fases, excitación, meseta, orgasmo y resolución, la Dra. Helen S. Kaplan modificó su conceptualización y actualmente describen 3 etapas, la fase de deseo, la fase de excitación y la fase del orgasmo.

La fase de deseo se caracteriza por un apetito de tener contacto sexual, no se identifican cambios físicos característicos. En este nivel interviene la parte psicológica de la persona, como sus conocimientos, estados de ánimo, sentimiento, fantasías sexuales y la relación emocional con el compañero, lo cual puede influir de manera positiva o negativa para tener una adecuada respuesta sexual.

La segunda fase es la excitación, inicia con la lubricación vaginal 10 a 60 segundos después del comienzo de la estimulación, hay una erección del pezón y

un aumento del tamaño de los senos, estos sufren una reacción cutánea conocida como enrojecimiento sexual. Por la afluencia de sangre, los labios se hinchan y el clitoris aumenta de medida teniendo una especie de erección. El útero empieza a crecer y a elevarse, apartándose de la parte superior de la vagina. Al incrementar el estímulo, aparece la piel sexual en otras partes del cuerpo, porque no sólo las áreas genitales sufren transformación, conforme avanza la excitación erótica llega a todos los rincones del cuerpo. El ritmo de los latidos cardiacos llega a alcanzar las dos terceras partes de su capacidad de resistencia, la respiración se hace irregular y jadeante, el tono muscular y la presión sanguínea llega a un punto de máxima tensión.

En este nivel avanzado de la excitación (denominado por Masters y Johnson, fase de meseta), la vagina se agranda para permitir la acomodación del pene durante el coito, el útero completa su cambio de posición formando la plataforma orgásmica, esta zona de intensa vasocongestión se contrae rítmicamente durante el orgasmo, aumenta el líquido lubricante, en un momento anterior al orgasmo, el clitoris se retrae sobre sí mismo y desaparece debajo de su capuchón (ver anexo 4 y 5)

La fase orgásmica es cuando la tensión alcanza su punto culminante produciéndose una serie de contracciones rítmicas involuntarias de los músculos que rodean la vagina y el útero cada 0,8 seg. de duración de 5 a 12 veces aproximadamente, tales contracciones son las causantes del placer.

Una vez alcanzado el orgasmo, la congestión de sangre se libera aliviando con ello la tensión y el cuerpo experimenta un estado agradable de relajación (de acuerdo con el modelo de Masters y Johnson sería la última etapa llamada fase de resolución), el clitoris, la vagina y los pechos recuperan su tamaño habitual, todo el cuerpo vuelve gradualmente a su estado de no excitación, estos cambios ocurren en pocos minutos.

## **2.2.4 ORGASMOS FEMENINO**

El orgasmo es un aspecto muy placentero de nuestra vida sexual y la capacidad de alcanzarlo tiene mucho que ver con nuestras ideas adquiridas culturalmente sobre el sexo y el conocimiento que tenemos de nuestro cuerpo.

Sigmud Freud dividió la experiencia orgásmica femenina en dos, afirmó que en las niñas la principal zona erógena es el clítoris pero al llegar a la adultez sexual, éste abandona su lugar de supremacía y la vagina se convierte en la principal zona erótica, las mujeres en quienes la transición no se efectúa y mantienen al clítoris como la principal zona de sensaciones placenteras, eran consideradas frías y psicosexualmente inmaduras.

Hoy sabemos que lo anterior es un error, gracias a las investigaciones de Masters y Johnson sobre sexualidad humana basadas en datos fisiológicos, donde llegaron a las conclusiones siguientes en cuanto al orgasmo femenino.

No hay separación entre orgasmos vaginal y orgasmo clitoral, pues fisiológicamente no son entidades separadas. Todos los orgasmos son desencadenados por el clítoris, ya sea por la presión directa aplicada al clítoris, la presión indirecta que ejerce el pene durante el coito o de un estímulo sexual generalizando de otras zonas erógenas como los pechos, el cuello, los glúteos etc.

Todas las mujeres tienen la potencialidad de ser multiorgásmicas, es decir, si una mujer es estimulada después de un orgasmo, podrá experimentar varios orgasmos en sucesión.

El orgasmo femenino no varía en clase pero sí en intensidad y duración, de acuerdo a la estimulación recibida.

Es importante aclarar que el orgasmo es un reflejo que se produce automáticamente, si el cuerpo recibe estimulación durante el tiempo suficiente de manera que para la persona sea agradable. Y así como uno puede inhibir el estornudo o la tos también es posible por preocupaciones o angustias interferir con las reacciones naturales del cuerpo, no permitiendo concentrarse en las sensaciones de placer y excitación inhibiendo con ello el orgasmo.

Se ha comprobado con frecuencia, que las mujeres que antes de casarse alcanzan el orgasmo con autoestimulación tienen menos dificultades para experimentarlo después con su pareja.

El orgasmo se presenta con una serie de contracciones delectosas cuando la tensión alcanza su punto culminante, se producen algunas contracciones en los

músculos vaginales. dichas contracciones son la causa del gozo, puede experimentarse placer erótico en el clítoris cuando la excitación aumenta, pero durante las contracciones se siente placer en torno a la vagina y la profundidad de la pelvis.

Masters y Jonhson afirman que el tercio externo de la vagina es uno de los participantes activos del orgasmo femenino, pero no produce por sí mismo las contracciones orgásmicas.

## **2.2.5 CLITORIS, DETONADOR DEL ORGASMO**

Aunque casi todo el cuerpo contribuye a la estimulación sexual, para la mayoría de las mujeres, el clítoris es la fuente de placer más importante, por eso no es necesaria la introducción del pene en la vagina para que la mujer llegue al orgasmo.

El clítoris es el órgano femenino que tiene como única función conocida, el actuar como receptor y transformador de estímulos sexuales, es decir, está dedicado exclusivamente por su sensibilidad al orgasmo.

Para comprender su función, es importante conocer los genitales femeninos (ver anexo 4)

Durante la respuesta sexual femenina el clítoris sirve como foco de percepción de la tensión sexual, cuando la tensión aumenta el clítoris desencadena la necesidad de descarga orgásmica.

El clítoris y la zona que lo rodea, posee una cantidad importante de terminaciones nerviosas, por lo cual el tipo de estimulación efectiva tiene una gran variedad individual, va desde un ligero roce, hasta una presión importante, incluso la estimulación indirecta en el coito o del monte de Venus pueden resultar efectivas.

“Con todo y los modernos experimentos fisiológicos... es aterrador saber que aún

en nuestros días en Sudán como en otros países africanos, todavía se realiza en las adolescentes la llamada operación faraónica, que consiste en cercenar todas las partes sobresalientes del aparato genital: el clítoris, los labios mayores y los labios menores, sin anestesia, mutilación que obliga a coser para luego volver a abrir y coser cada vez que van a dar a luz".<sup>12</sup>

## 2.2.6 AMPLIANDO EL HORIZONTE DEL DISFRUTE SEXUAL "EL PUNTO G"

Mucho se ha hablado y discutido sobre el punto G una zona erógena localizada en la parte anterior de la vagina. Esta teoría no niega la importancia del clítoris, pero afirma no es el único foco de excitación en la mujer.

*El punto G y otros descubrimientos recientes sobre la sexualidad*, libro que recopila las investigaciones realizadas por los Doctores Alice K. Ladas, Bervely Whipple y Jonh D. Perry acerca del orgasmo femenino, donde llegan a las conclusiones siguientes:

Existe en el interior de la vagina un lugar extremadamente sensible a la presión fuerte, se describe como un pequeño bulto en la pared anterior de la vagina, entre 3 y 5 cm. hacia dentro de la abertura (ver anexo 6). Es el punto Gräfenber llamado así en recuerdo del médico que lo descubrió en 1950.

Cuando es estimulado adecuadamente el punto G se dilata, debido al incremento del flujo sanguíneo producido por la excitación sexual, dando con ello lugar al orgasmo en muchas mujeres y a menudo a una serie de orgasmos.

La estimulación del punto G puede dar lugar a la eyaculación femenina, una descarga de fluido de olor muy característico, transparente, como agua cristalina, que sale por la uretra y no es orina.

La sensación previa a la eyaculación femenina es muy parecida a la sensación de querer orinar, de expulsar un líquido muy rápido. Por ello en su creencia de que

<sup>12</sup> Carrillo, María Ana, *Análisis feminista*. Fem. 1988, p. 8

van a orinar, hay mujeres que experimentan turbación cuando eyaculan.

Por otra parte, afirman que el músculo pubococcígeo está directamente relacionado con la capacidad de alcanzar el orgasmo durante el coito, por eso es importante que la mujer aprenda a reforzarlo para disfrutar más de su sexualidad.

Un buen método para identificar el músculo pubococcígeo consiste en interrumpir la orina, si se puede hacer a voluntad y precisión, significa que los músculos están en buen estado, si no quizá es el momento de empezar a ejercitarlos.

Algunos de los ejercicios que se pueden realizar, ya sea de pie sentada o acostada son :

1. Contraer los músculos contar hasta tres y relajarlos.
2. Mientras se respira regularmente contraer y relajar los músculos con toda la rapidez posible.
3. Hacer fuerza con los músculos hacia abajo como para expulsar algo de la vagina o como si se tratara de orinar de prisa. Al principio se tiende a contener el aliento, pero es importante respirar regularmente.

Los músculos genitales necesitan ejercicio como todos los demás, al fortalecer un músculo incrementa el aporte sanguíneo que este recibe, mejora la irrigación de la pelvis y eleva los niveles de excitación y la intensidad de los orgasmos.

Además, la mujer aumenta su sensibilidad y capacidad para captar sensaciones diferentes en los genitales.

## **2.3 DISFUNCION SEXUAL, ANORGASMIA FEMENINA**

La disfunción sexual "es la alteración, más o menos persistente, de algunos o de todos los eventos que conforman el ciclo de la respuesta sexual humana"<sup>13</sup>. Es decir, es un problema en el funcionamiento erótico de la persona que impiden el desarrollo de una vida sexual satisfactoria y plena, la cual frecuentemente deteriora la autoimagen y la autoestima de quien la padece.

La educación que todos recibimos, primero en el hogar, después en la escuela, en la calle y en todas las circunstancias sociales en las cuales nos desenvolvemos, va a conformar nuestra personalidad y con ella, toda una serie de creencias, actitudes y conocimientos, tendrán profunda influencia sobre nuestro comportamiento. Asimismo, la manera en como la sexualidad se aborde, tendrá repercusiones importantes sobre la conducta sexual y la forma como se desarrolle la respuesta sexual en los individuos. Así la sociedad y la cultura por todos los medios que dispone, estimula y orienta las potencialidades que posee un hombre y una mujer, favoreciéndolas u obstaculizando las mismas.

Master y Johnson señalaban que las ideas religiosas muy ortodoxas eran causa de disfunciones sexuales en un número considerable de pacientes.

La Dra. Hellen S. Kaplan afirma que la ansiedad por su propio desempeño, las inseguridades, las tensiones debidas a la escasa comunicación con la pareja, la angustia nacida de una concepción errónea acerca de las relaciones sexuales humanas, pueden causar, y lo hacen, una gran parte de las disfunciones sexuales.

En base al modelo trifásico de la Dra. Kaplan, las disfunciones sexuales se clasifican de acuerdo a la fase de la respuesta sexual donde se tiene el problema.

Por fines del presente trabajo, solo hablaré de la disfunción femenina en la fase del orgasmo; la anorgasmia.

---

<sup>13</sup> Rubio Auriotes, Antología de la sexualidad humana, vol. III, p. 205

### 2.3.1. ¿QUE ES LA ANORGASMIA FEMENINA?

La anorgasmia es una disfunción sexual que se presenta tanto en hombres como en mujeres, pero en los varones la incidencia es menor. "Se define como la ausencia más o menos persistente o recurrente del orgasmo, tras una fase de excitación normal, en el transcurso de una relación sexual".<sup>14</sup>

De esta forma la mujer que tiene deseo, excitación pero no ha tenido orgasmos o le cuesta mucho trabajo tenerlos, es considerada anorgásmica.

Por mucho tiempo frigidez fue utilizada como sinónimo de anorgasmia, actualmente la terminología ha sido modificada, los terapeutas no utilizan más la palabra frigida por tener connotaciones despectivas, devaluatorias y poco descriptivas.

No hay estudios a nivel nacional que revelen estadísticas sobre este problema de la sexualidad humana, porque no se le ha dado la importancia y la trascendencia que tiene para el bienestar de los individuos, no se ve como un problema de salud pública. Sin embargo, en clínicas de la ciudad de México como la Asociación Mexicana de Salud Sexual (AMSSAC) y la Asociación Mexicana de Psicoterapia Analítica de Grupo (AMPAG) donde prestan atención a pacientes con disfunciones sexuales, registran la anorgasmia femenina como la disfunción más frecuente en la mujer y la eyaculación precoz en el hombre.

En un estudio, realizado recientemente en AMSSAC, reportan el 24% de mujeres que acuden, porque saben que son anorgásmicas, es importante resaltar que este dato se basa en la población atendida cuyo grado de escolaridad era significativamente alto, pues en su mayoría eran profesionistas o contaban con estudios de bachillerato, lo cual piensan los terapeutas les permitió tener acceso a la información que les facilitó identificar sus síntomas como no deseables y solicitar ayuda profesional. Pero calculan que el 70% de la población en México, padece anorgasmia y eyaculación precoz.

---

<sup>14</sup> Ibidem, p. 236

### **2.3.2 CAUSAS Y EFECTOS DE LA ANORGASMIA**

Las causas de la anorgasmia pueden ser varias, en cuanto a factores biológicos se refiere, es notable la escasa frecuencia con que éstos casos son diagnosticados. Sin embargo, existe la evidencia de que el uso de antidepresivos por mucho tiempo o a medicamentos no muy recomendables en enfermedades como la diabetes, pueden interferir en el orgasmo femenino.

También puede referirse a experiencias traumáticas, como el haber sido abusada sexualmente por algún pariente o extraño, pero como afirma la Dra. Rosa Doring, no es necesario pensar en cuadros tan patéticos para hablar de anorgasmia, en general tiene que ver con la vergüenza y con el miedo a disfrutar.

En la mayoría de los casos, el origen de la anorgasmia es psicológica, social o de género, es como aprendimos por el hecho de ser hombres y mujeres a manifestarnos sexualmente. Dichos factores pueden ser resumidos en: carencia y errores de información desde la infancia, ausencia de un adecuado aprendizaje en las potencialidades eróticas, rigidez en los papeles sexuales asumidos por la mujer y por su pareja, todo lo anterior es lo que coloca a la mujer en un papel pasivo durante el encuentro erótico a demás de tener miedo a la pérdida de control cuando está con su pareja.

Los miedos más comunes en la mujer declara la Dra. Hellen Kaplan están centrados en el castigo por el placer sexual, fantasías como: "voy a perder el control y que pensará de mí", "me va a gustar y después será totalmente promiscua" "debo estar enamorada antes de poder sentir un orgasmo", tienen sus raíces en prohibiciones de la sexualidad en la infancia.

Desde pequeña a la mujer se le enseña que los genitales es una zona sucia de su cuerpo la cual no debe de tocar, debe ocultar e incluso no debe ni nombrar, conforme crece le van instalando ideas como: hay que ser recatadas y pudorosas, a las mujeres decentes no les interesa el sexo, todo lo relacionado con éste es malo y vergonzoso apenas aceptable dentro del matrimonio y con el fin de la reproducción, es decir hay una separación de la mujer, de su cuerpo, sus genitales y de su sexualidad, por la educación que ha recibido.

En pacientes con problema de anorgasmia, que después de una terapia reeducativa, como la llaman los terapeutas, logran una vida sexual satisfactoria y responsable, encontraron que las razones más frecuentes que impedían disfrutar de la sexualidad y alcanzar el orgasmo son las siguientes:

Cuando estaban con su pareja permanecían atentas a otros aspectos y no a sus sensaciones, pensaban si su compañero estaba impaciente. No permitían ser tocadas en las partes flácidas de sus cuerpos, a causa de embarazos o se sentían poco atractivas por el aumento de peso. Creían que había algo malo solo en ellas porque no tenían ganas o no estaban sintiendo nada, tan solo esperaban a que su pareja terminara, pues se veían obligadas a cumplir con su supuesto deber.

Como la excitación de ella lleva más tiempo que la de él, y al no desear desesperarlo, permitían la penetración antes de estar listas con su excitación quedando frustradas, con un sentimiento de minusvalía y una baja autoestima.

No querían empezar por el coito, pero tampoco se atrevían a pedirle al compañero, la acariciara prolongada y tiernamente. No sabían coordinar de manera natural los movimientos de su cuerpo y permanecían rígidas, pasivas, "quien sabe que piense él si me muevo de alguna manera", "va a decir dónde lo aprendiste y con quién".

En otras ocasiones fingían tener orgasmos por temor a causar dificultades en su relación.

Todo lo anterior las mujeres lo viven como si fuera un problema aislado, con el sentimiento de ser las únicas, porque no se atreven a conversarlo con nadie. Solo cuando se dan el permiso de empezar a hablar de ello, de expresar lo que sienten, lo que ha implicado no tener orgasmos, existe la posibilidad de ayuda.

Pensemos en los efectos que tiene en una mujer el hecho de no tener orgasmos, cuando tiene una frecuencia coital de 3 o 4 veces a la semana durante 5 o 10 años. Sabemos que en la relación sexual debido a la excitación hay una congestión de sangre en la zona pélvica y los genitales, conocida como vasocongestión, la cual es liberada a través de las contracciones orgásmicas.

¿Pero qué sucede si no sobreviene el orgasmo liberador de la congestión?

Comentan los psicoterapeutas sexuales que en estratos socioeconómicos y educativos altos y medios, constituye un número importante de mujeres que antes de entrar a una terapia sexual con frecuencia habían consultado a sus médicos o ginecólogos aquejadas por molestias vagas e imprecisas en la pelvis y en la espalda.

Por otro lado muchas mujeres que no acuden con su médico por malestares de este tipo, afirman, van por la vida con frustración, depresión, baja autoestima que se manifiesta en los distintos ámbitos donde se desenvuelven.. La mayoría de las veces no saben por qué están así y lo exteriorizan tan sólo como un hastío, mal humor y aburrimiento inexplicable.

### **2.3. PERSPECTIVAS**

A pesar de ser una de las disfunciones sexuales de mayor índice en la población en México que por lo general, aún cuando no en todos los casos, requiere de tratamiento especializado. Es una disfunción con muy buen pronóstico, es decir, es un problema que se supera al ingresar a una terapia sexual, proceso que provoca modificaciones en la conducta y muchas veces en la manera de pensar de las personas, en la relación de pareja e inclusive, en la relación con uno mismo.

Las opiniones de los entrevistados Mtra. Alma Aldana, Dra. Rosa Doring y Dr. César Velasco quienes son terapeutas sexuales con varios años de experiencia, coincidieron en que el promedio de tratamiento es de seis meses, ya sea en una terapia individual, de pareja o de grupo, donde de cada diez pacientes nueve aprenden a tener orgasmos.

Pero es necesario difundir información sobre sexualidad a la población, que le permita conocer e identificar si tiene un problema y busque ayuda profesional.

### 3. EL GUION

**SERIE:**  
**PROGRAMA:**  
**NO. DE PROGRAMA:**  
**TEMA:**  
**GUIONISTA:**

CON TODOS TUS SENTIDOS...  
CUERPO DE MUJER  
1  
ANORGASMIA FEMENINA  
LILIA FLORES

<b>T</b>	<b>DUR.</b>	<b>VIDEO</b>	<b>AUDIO</b>
1	00'00	ENTRADA INSTITUCIONAL	
2	00'12	C.U. IRENE 38 AÑOS	<b><u>IRENE:</u></b> "No nos educan para el sexo, nunca te dicen nada, ni esto, llegas al matrimonio y qué haces"
		<b>CORTE A:</b>	
3	00'20	M.S. MTRA. ALMA ALDANA	<b><u>MTRA. ALDANA:</u></b> "Es muy fuerte cuando hablas de una pareja que tiene 12 años de casados y nunca han experimentado un orgasmo"
		<b>CORTE A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
4	00'27	TERESA C.U. MUJER 34 AÑOS	<b>TERESA:</b> "Desgraciadamente uno como mujer se queda callada y es malo, porque luego uno la próxima vez que va a tener relaciones, uno no quiere, porque uno piensa para qué, para quedarme siempre igual el termine y yo no"
		<b>CORTE A:</b>	
5	00'43	M.C.U. DR. CESAR VELASCO	<b>DR. VELASCO:</b> "Cada uno de nosotros tenemos un camino para llegar a nuestro orgasmo, éste es un camino individual que nadie puede recorrer por nosotros más que nosotros mismos".
		<b>CORTE A:</b>	
6	00'54	M.S. DRA. ROSA DORING	<b>DRA. DORING:</b> "Una vez que una mujer ha tenido un orgasmo con autoerotismo o con autoestimulación es muy fácil o relativamente fácil pasar al orgasmo con el compañero".
		<b>CORTE A:</b>	
7	01'06	IDENTIFICACION PROGRAMA GENERADOR: CON TODOS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER	DEL F.I. MUSICA SE MANTIENE DURANTE 12' Y F.O. TUS
		<b>CORTE A:</b>	

T DUR. VIDEO

AUDIO

8 01'20 CONDUCTORA

CONDUCTORA:

Todas las mujeres tenemos necesidades emocionales de intimidad afecto y gratificación sexual.

La incapacidad de alcanzar una excitación plena y de experimentar el orgasmo, es una fuente importante de frustración y sufrimiento en nuestra relación. Pero en realidad, ¿Cuántas mujeres disfrutamos plenamente nuestra sexualidad?. ¿cuántas conocemos nuestros cuerpos, nuestras zonas de placer? y ¿cuántas alcanzamos el orgasmo?

CORTE A:

9 01'50 M.S. MONICA  
26 AÑOS

MONICA:

"Desde pequeña te dicen que el tocarte es sucio, que las mujeres decentes no se interesan por el sexo, que es malo sentir placer, que sólo debes tener relaciones dentro del matrimonio y con la idea de tener hijos"

CORTE A:

10 02'09 M.C.U. CLAUDIA  
23 AÑOS

CLAUDIA:

"A veces sentía la necesidad de que me acariciara más tiempo, que me tocara con ternura ciertas partes de mi cuerpo y que no me penetrara tan rápido, pero no le decía nada por pena o miedo a que pensara mal de mí"

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
		<b>CORTE A:</b>	
11	02'24	M.S. SOL 30 AÑOS	<p><b>SOL:</b>  "Se nos enseña que el placer sexual es sólo del hombre y nosotras debemos hacer todo lo posible para retenerlos, pero nunca tenemos derecho a pedir nada ni siquiera un poco de placer".</p>
		<b>CORTE A:</b>	
12	02'40	CONDUCTORA	<p><b>CONDUCTORA:</b>  Por sentimientos de culpa o prejuicios las mujeres crecemos sabiendo muy poco de nuestra propia capacidad corporal para el placer sensual y sexual.  La falta de ese conocimiento produce en muchas de nosotras frustraciones al no saber expresar nuestras preferencias sexuales cuando hacemos el amor.  Nadie nos explica, que si aprendemos a darle placer a nuestro cuerpo y aceptar el placer que de él proviene, eso nos ayudará a obtener lo que sexualmente deseamos conseguir.</p>
		<b>CORTE A:</b>	
13	03'12	STOCK IMAGENES DE MAR	<p><b>VOZ OFF LOCUTORA:</b>  Es como el mar, como una ola que se vuelca sobre la playa y se retira al instante.</p>
		<b>CORTE A:</b>	



T	DUR.	VIDEO	AUDIO
18	04'29	<p><b>CORTE A:</b>  P.A. MTRA. ALMA  ALDANA  <b>CORTE A:</b> IMAGENES  DE PELICULA PAREJA  HACIENDO EL AMOR</p>	<p><b><u>MTRA. ALDANA:</u></b>  "En realidad, fisiológicamente podríamos decir, que son las contracciones musculares del tercio externo de la vagina involuntariamente, aproximadamente cada 8 décimas de segundo, o sea, muy, muy rápido estas contracciones que se dan, porque cuando hay desco, hay un vasocongestión en los genitales sexuales externos e internos".</p>
19		<p><b>CORTE A:</b></p>	
20	04'54	<p>M.C.U. DR. CESAR  VELASCO</p> <p><b>CORTE A:</b></p>	<p><b><u>DR. VELASCO</u></b>  "Además de la sensación tan placentera y tan intensa, todo esto seguido de una sensación de bienestar, esa es la sensación de un orgasmo".</p> <p><b>F.I. MUSICA. SE MANTIENE 2'  BAJA A FONDO</b></p>
21	05'06	<p>STOCK  FOTOS DE MASTERS Y  JOHNSON  SUPER: DR. MASTERS Y  JOHNSON  SUPER: "ORGASMO  FEMENINO"</p>	<p><b><u>VOZ OFF LOCUTORA:</u></b>  Masters y Johnson en sus estudios sobre el orgasmo femenino llegaron a las conclusiones siguientes.</p>

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
22	05'14	STOCK PAREJA TENIENDO RELACIONES	<b><u>VOZ OFF LOCUTORA:</u></b> No hay separación entre orgasmo vaginal y orgasmo clitoral, pues fisiológicamente no son entidades separadas. Todos los orgasmos son desencadenados por el clitoris ya sea por la presión manual directamente aplicada al clitoris, la presión indirecta que ejerce el pene durante el coito o de un estímulo generalizado de otras zonas erógenas como los pechos, el cuello, los glúteos etc.
		PELICULA: "EL PRECIO DEL DESEO"	
23	05'40	STOCK PAREJA TENIENDO RELACIONES	<b><u>VOZ OFF LOCUTORA:</u></b> El orgasmo femenino no varía en clase pero sí en intensidad y duración, de acuerdo con la estimulación recibida.
		CORTE A:	<b>SUBE MUSICA, SE MANTIENE 2' Y F.O.</b>
24	05'49	M.C.U. IRENE 38 AÑOS	<b><u>IRENE:</u></b> "Un orgasmo para mí, es ¡llegar a la gloria!, cómo te diré... si un descanso, descansa tanto tu cuerpo, como tu mente, tu organismo todo, como que sacas el coraje, el cansancio, es un agotamiento rico".
		CORTE A:	
25	06'22	M.C.U. BETO 28 AÑOS	<b><u>BETO:</u></b> "Bueno para mí un orgasmo es una diversión la verdad, siempre quiero estarlo haciendo".
		CORTE A:	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
26	06'36	P.A. DRA. ROSA DORING	<b><u>DRA. DORING:</u></b> "Las mujeres somos multiorgásmicas podemos tener 7, 11 o 14 orgasmos en una misma hora, no hay hombres que puedan tener 14 orgasmos en una hora, ni los más jóvenes".
		<b>CORTE A:</b>  CORTINILLA	
27	06'36	SUPER: RESPUESTA SEXUAL	<b>F.I. MUSICA SE MANTIENE 7' Y F.O.</b>
		<b>CORTE A:</b>	
28	06'56	CONDUCTORA	<b><u>CONDUCTORA:</u></b> Es importante que conozcamos como responde naturalmente nuestro cuerpo a la estimulación y de que manera se excita, es decir, como se da nuestra respuesta sexual. Porque quizá hemos sentido la sensación del desco, la sensación de la excitación, pero nos a faltado el climax de la relación, el orgasmo.
		<b>CORTE A:</b>	
29	07'18	F.S. DR. CESAR VELASCO	<b><u>DR. VELASCO:</u></b> "La respuesta sexual en los hombres y en las mujeres esta dividida en tres fases".
		<b>CORTE A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
30	07'29	STOCK IMAGENES DE PELICULA "LUNA AMARGA" PAREJA ACARICIANDOSE	<b><u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u></b> "La fase de desco, es decir caracterizada por este apetito sexual, por estas ganas de tener contacto sexual. Aunque todavía no identifican cambios físicos característicos".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	<b><u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u></b> "La segunda fase es la fase de excitación, esta se inicia con la lubricación vaginal después de el inicio de la estimulación, puede ser que la lubricación sea tan leve que la mujer no se de cuenta que exista. Se inicia 10 a 60 segundos después de la primera estimulación".
31		ANIMACION DE GENITALES EXTERNOS MOSTRANDO LA LUBRICACION	
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
32	07'48	ANIMACION CRECIMIENTO DE PEZON	<b><u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u></b> "Se puede dar una erección de los pezones y aumento del tamaño de los senos, estos a su vez, sufren una reacción cutánea que se le llama piel sexual o enrojecimiento sexual".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
33	08'02	STOCK PAREJA CONTINUA ACARICIANDOSE	<b><u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u></b> "Hay otras partes del cuerpo a las que también llega mayor cantidad de sangre".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
34		ANIMACION GENITALES EXTERNOS, LOS LABIOS MAYORES SE AGRANDAN Y EL CLITORIS SUPER: CLITORIS	<u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u> "Los labios mayores se agrandan, se enrojecen cambian de color, se hacen más oscuros. El clitoris aumenta de tamaño de hecho sufre una crección similar a la que ocurre con el pene".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
35	08'20	ANIMACION CORTE TRANSVERSAL GENITALES INTERNOS, EL UTERO SE LEVANTA Y SEPARA LA ABERTURA VAGINAL	<u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u> "El útero también aumenta de tamaño y se levanta de manera que separa la parte posterior de la vagina y mientras siga la estimulación sexual, la vagina se agranda y se dilata para poder acomodar el pene, eso es lo que se le llama la plataforma orgásmica".
		<b>SUPER: UTERO, VAGINA</b>	
36	08'36	<b>DISOLVENCIA A:</b>	
		STOCK C.U. ROSTRO DE PAREJA QUE ESTA ACARICIANDOSE	<u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u> "Sigue la pie sexual que se puede presentar en otras partes del cuerpo como la parte posterior del tórax, la cara, etc.".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
37	08'44	ANIMACION GENITALES EXTERNOS, EL CLITORIS SE RETRAE DEBAJO DE SU CAPUCHON SUPER CLITORIS	<u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u> "Aumenta el líquido lubricante y en un momento anterior al orgasmo, el clitoris se retrae sobre sí mismo y aparentemente desaparece".

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
38	08'51	ANIMACION CORTE TRANSVERSAL GENITALES INTERNOS MOSTRANDO COMO SE CONTRACCIONA LA VAGINA Y EL UTERO SUPER: VAGINA	<u>VOZ OFF DR. VELASCO:</u> "La tercer etapa entonces es la del orgasmo esta caracterizada por una contracción involuntaria repetida de los genitales especificamente la vagina y el útero".

**CORTE A**

39	09'04	P.A. MTRA. ALMA ALDANA	<u>MTRA. ALDANA:</u> "Esta vasocongestión hace que los músculos de los órganos sexuales, se pongan muy, muy tensos y hacen que las terminaciones nerviosas de estas zonas sean... respondan con mayor facilidad a las sensaciones, se puede decir que esta zona, es muy, muy sensible y esta sangre, esta tensión muscular tiene que salir por algún lado, es como te diré cuando jugamos bagminton o... cargamos una maleta muy pesada, mi brazo hace un ejercicio muy diferente, se llena de más sangre, en el momento que yo dejo la maleta o la raqueta y se dibujan los músculos, de repente tiene que salir esta sangre por algún lado... no se si ustedes han notado que el brazo brinca solito... como que tiene brinco, digamos que el orgasmo es eso, nada más que con todo lo que implica el deseo, el estímulo, la sexualidad y terminando con un orgasmo".
----	-------	---------------------------	--

**CORTE A:**

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
40	10'23	CORTINILLA SUPER: EL CLITORIS: DETONADOR DEL ORGASMO	F.J. MUSICA, SE MANTIENE 8' Y F.O.
		<b>CORTE A:</b>	
41	10'31	CONDUCTORA	<b><u>CONDUCTORA:</u></b> Generalmente cuando hablamos entre amigas de nuestros puntos principales, mencionamos los pechos, los glúteos, la vagina, pero pocas mencionamos el clitoris, cuando en realidad es este último el órgano detonador de nuestro placer. ¿Por qué desconocemos esta parte tan importante de nuestro cuerpo?
		<b>CORTE A:</b>	
42	10'53	M.S. IRENE 38 AÑOS	<b><u>IRENE:</u></b> "No lo he visto pero me lo he tocado, por qué no lo he visto, porque nunca me ha llamado la atención vérmelo, ss sea no el... cómo dijiste, eh... que clito... (clitoris)... eso".
		<b>CORTE A:</b>	
43	11'13	C.U. ALEJANDRA 22 AÑOS	<b><u>ALEJANDRA:</u></b> "Está en la vagina, se podría decir, bueno no se las partes como se llamen, pero pues ahí".
		<b>CORTE A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
44	11'23	M.C.U. DRA. ROSA DORING	<p><u>DRA. DORING:</u>            "El clítoris es una parte bastante externa de los órganos sexuales femeninos que filogenéticamente u ontogenéticamente o en relación a la especie, es el equivalente al pene masculino".</p>
		<b>CORTE A:</b>	
45	11'38	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA	<p><u>MTRA. ALDANA:</u>            "Por ejemplo los musulmanes les quitan el clítoris a las niñas a la edad de 5 años, si tenemos como 18 millones de mujeres operadas sin clítoris, operadas sin anestesia en el mundo en 1996, en México hay también, lo puedes creer, es algo increíble. En nuestro país no se necesita hacer esta operación simplemente se ignora el clítoris, es como ignorar el glánde porque cuando somos embriones se forma el glánde o se forma el clítoris con las mismas terminaciones nerviosas y para la misma función el placer".</p>
		<b>CORTE A:</b>	
46	12'25	M.C.U. DR. CESAR VELASCO	<p><u>DR. VELASCO:</u>            "Si de hecho parecería ser que la única función que tiene el clítoris en el cuerpo femenino es el de proveerlas de placer sexual".</p>

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
47	12'37	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA	<p><b><u>MTRA. ALDANA:</u></b>  "Entonces la mayoría de las mujeres estadísticamente en el mundo, no nada más las mexicanas, tienen más placer, reportan más orgasmos a través de la estimulación del clitoris".</p> <p><b>CORTE A:</b></p>
48	12'50	M.C.U. DRA. ROSA DORING	<p><b><u>DRA. DORING:</u></b>  "El clitoris tiene mucho que ver con la posibilidad de tener orgasmos o sea la estimulación del clitoris nos lleva muy a menudo el orgasmo y es una cosa que está muy a la mano".</p> <p><b>CORTE A:</b></p>
49	13'01	CORTINILLA SUPER: AMPLIANDO EL HORIZONTE DEL DISFRUTE SEXUAL "EL PUNTO G"	<p><b>F.I. MUSICA, SE MANTIENE 7' Y F.O.</b></p> <p><b>CORTE A:</b></p>
50	13'08	CONDUCTORA	<p><b><u>CONDUCTORA:</u></b>  Mucho se ha hablado y discutido sobre "el punto G" ¿realmente existe?, ¿todas lo tenemos?, ¿hay posiciones mejores para encontrarlo?</p> <p><b>CORTE A:</b></p>

<b>T</b>	<b>DUR.</b>	<b>VIDEO</b>	<b>AUDIO</b>
51	13'23	M.C.U. IRENE 38 AÑOS	<b><u>IRENE:</u></b> "Yo me imagino, que es un pedacito como de carne, que al tener penetración, tiene una inflamación, al tener contacto el pene con tu vagina y choca, en mi caso si choca pues y empiezas a sentir que ya vas a tener este, el orgasmo y sientes bonito".
52	13'49	<b><u>CORTE A:</u></b> C.U. BETO 28 AÑOS	<b><u>BETO:</u></b> "Entonces una vez que ya lo encuentro de manera táctil, cuando lo trato de hacer genitualmente, pues ya no se dónde está pero si ese es el punto G y ahí está creo haberlo encontrado sino a lo mejor tendré que seguir en la búsqueda".
53	14'13	<b><u>CORTE A:</u></b> P.A. MTRA. ALMA ALDANA	<b><u>MTRA. ALDANA:</u></b> "El punto G está en gran discusión hoy en día, ese punto Gräfenber lo describe científicamente, aunque en la literatura de siglos anteriores ya estaba descrito de otra manera".
54		<b><u>CORTE A:</u></b> M.C.U. DR. CESAR VELASCO. STOCK DE PELICULA PAREJA DESNUDA ACARIANDOSE	<b><u>DR. VELASCO:</u></b> "El punto G supuestamente consiste en un área específica de la vagina, que aparece en situaciones de excitación sexual y es un punto de gran estimulación, de gran producción de sensaciones placenteras".

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
		<b>CORTE A:</b>	
55	14'32	P.A. DRA. ROSA DORING	<b><u>DRA. DORING</u></b> "Es un lugar que cuando se estimula sea por un dedo, sea por un cacharrito que se introduce, sea por otra persona, también ahí es fácilmente tener el orgasmo".
		<b>CORTE A:</b>	
56	14'45	P.A. MTRA. ALMA ALDANA	<b><u>MTRA. ALDANA:</u></b> "El punto G no es un punto así como un timbre, está en el tercio externo de la vagina..."
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
57		ANIMACION CORTE TRANSVERSAL. GENITALES INTERNOS. MUESTRA DONDE ESTA EL PUNTO G SUPER: PUNTO G	<b><u>VOZ OFF MTRA. ALDANA:</u></b> "Si dividimos la vagina en tres partes está en el tercio externo hacia adelante y es donde la mujer o la pareja puede sentir que la mucosa de la vagina es lisa igual que dentro de nuestro cachete de repente al frente tiene una rugosidad, que es una zona muy sensible al estímulo y que además puede dar lo que se le llama la eyaculación femenina que es un líquido blanco transparente como agua..."
		<b>DISOLVENCIA A:</b> ANIMACION GENITALES EXTERNOS MOSTRANDO POR DONDE SALE LA EYACULACION SUPER: URETRA	...cristalina, pero no es la lubricación que sale por la vagina sino que sale por la uretra...
58		<b>DISOLVENCIA A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
59		MS. MTRA. ALMA ALDANA	<u>VOZ OFF MTRA. ALDANA:</u> ...igual como un chorro, como un chisguete que sale muy rápido y la sensación es como con ganas de orinar, igualita".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
60		STOCK ASPECTOS DE MUJERES CAMINANDO, PLATICANDO CON SUS PAREJAS.	<u>VOZ OFF MTRA. ALDANA:</u> "Por temor a la sensación, no sea que me orine. reprimen esta experiencia y no la dejan ser".
		<b>DISOLVENCIA A:</b>	
61		M.S. MTRA. ALMA ALDANA	<u>MTRA. ALDANA:</u> "Hay mujeres que te digo son unas gotitas y otras un charco y eso también se aprende".
		<b>CORTE A:</b>	
62	15'55	M.C.U. DR. CESAR VELASCO DISOLVENCIA A: ASPECTOS DE MUJERES	<u>DR. VELASCO:</u> "El que unas mujeres eyaculen y otras no es una variación biológica normal, no quiere decir que las que eyaculan son mejores o tienen mayor capacidad de placer que las que no eyaculan. Una mujer que tiene eyaculación al momento del orgasmo es algo completamente normal de lo cual no tendría que preocuparse o asustarse".
63			
		<b>CORTE A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
64	16'17	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA	<u>MTRA. ALDANA:</u> "Yo creo que si hay posiciones, pero no es una posición igual para todo el mundo, en esto de la sexualidad, cada persona, cada pareja tiene que buscar que es lo mejor para esa relación y cada relación en esa pareja es diferente a la otra".
		<b>CORTE A:</b>	
65	16'36	P.A. DRA. ROSA DORING	<u>DRA. DORING:</u> "En los libros que hablan del punto G y de descubrimientos de sexología humana dan toda una clave de cómo seguir para encontrar el punto G, pero muchas mujeres sobre todo de hace 10 años, se han muerto sin saber donde esta el punto G, el clitoris ni casi nada".
		<b>CORTE A:</b>	
66	16'54	CORTINILLA SUPER: ANORGASMIA	F.I. MUSICA. SE MANTIENE 6' F.O.
		<b>CORTE A:</b>	
67	17'01	CONDUCTORA	<u>CONDUCTORA:</u> El no tener orgasmo o casi nunca, ¿es una incapacidad personal de sólo unas cuantas de nosotras o es un problema más frecuente de lo que pensamos?
		<b>CORTE A:</b>	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
68	17'13	P.A. MTRA. ALMA ALDANA	<u>MTRA. ALDANA:</u> "La anorgasmia es para hombres y mujeres el término, porque hay hombres anorgásmicos pero son los menos, entonces el término se utiliza para mujeres anorgásmicas, es decir, aquella mujer que no ha experimentado un orgasmo o bien le llamamos preorgásmica que todavía no han tenido esa experiencia orgásmica".
		<b>CORTE A:</b>	
69	17'42	M.C.U. DR. CESAR VELASCO	<u>DR. VELASCO:</u> "Hay que entender que la mujer anorgásmica no es la que nunca tiene orgasmos, hay muchas mujeres que tienen orgasmos pero de manera muy ocasional o que le cuesta mucho trabajo tenerlos, esas mujeres también son anorgásmicas".
		<b>CORTE A:</b>	
70	17'54	M.S. MTRA. ALMA ALDANA DISOLVENCIA A: MUJERES CAMINANDO POR LA CALLE, PAREJAS PLATICANDO, SEÑORAS EMBARAZADAS	<u>MTRA. ALDANA:</u> "No es una enfermedad, ojo, le llaman disfunción porque es algo que no se aprendió a funcionar, pero no tiene nada que ver, no es una enfermedad que se contagia, no es algo así muy raro tampoco. Podríamos hablar que un 70% de la población en México que son anorgásmicas y eyaculadores precoces".

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
71		STOCK PAREJAS CAMINANDO POR LA CALLE	<u>MTRA. ALDANA:</u> "La anorgasmia no es una incapacidad personal... la anorgasmia es una cuestión social, es sexual... obviamente, pero es una cuestión social, es una cuestión que tiene que ver con los géneros, de cómo nos educan a ser mujer y cómo nos educan a ser hombre".
72		DISOLVENCIA A: M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA	

**CORTE A:**

73	18'40	M.C.U. DR. CESAR VELASCO CORTE A: ASPECTOS DE MUJERES DE DISTINTAS EDADES CORTE A: M.C.U. DR. CESAR VELASCO	<u>DR. VELASCO:</u> "Durante muchos años hemos vivido en una cultura en que se ha tratado de convencer a las mujeres que el disfrutar de la sexualidad es algo malo, perjudicial o peligroso, que las lleva a convertirse en una persona que puede causar daño a los demás o que no es digna de valor. En ese sentido, la cultura por supuesto no promueve el desarrollo sexual de las personas, no solamente de las mujeres sino también de los hombres, pero yo creo que si las víctimas con mayor frecuencia han sido las mujeres que los hombres".
74			

**CORTE A:**

75	19'10	C.U. TERESA 34 AÑOS	<u>TERESA:</u> "No tienes la suficiente confianza con tu marido para decirle sabes que no me excitas, sabes que yo no tuve un orgasmo, no tienes esa confianza o te da pena, por la misma educación que tiene uno".
----	-------	------------------------	--

**CORTE A:**

T	DUR.	VIDEO
76	19'15	C.U. ALEX 36 AÑOS

AUDIO

**ALEX:**

"Están como, como asustadas a veces ¿no? porque no saben si una posición es buena o es mala, muchas veces las mujeres son tan recatadas en algunas cosas que les da vergüenza, si las pones de un lado o las pones del otro".

**CORTE A:**

77	19'59	M.S. DRA. ROSA DORING
----	-------	-----------------------

**DR. DORING:**

"Puede referirse a la educación de la familia generalmente, pero también a otras experiencias que pueden haber sido traumáticas y que hayan ocurrido dentro o fuera de la familia, como haber sido abusada sexualmente, como haber sido violada por algún pariente o por alguna persona ajena, todas estas cosas hacen muy fácilmente una anorgasmia".

**CORTE A:**

78	20'20	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
----	-------	------------------------

**MTRA. ALDANA:**

"La teología de la anorgasmia en muchos de los casos, si no es biológico, es psicológico o lo que yo llamo social o de género, es cómo aprendimos por el hecho de ser mujeres, no debes, no te toques, tu cuerpo no te pertenece, hay que complacer a los otros, hay que complacer a los demás, no..."

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
79		<b>CORTE A:</b> <b>STOCK PAREJA</b> <b>HACIENDO EL AMOR</b> <b>CORTE A:</b>	<u><b>MTRA. ALDANA:</b></u> te toques ahí, la sexualidad es fea, los genitales de las mujeres huelen a pescado, son sucios, huelen mal, hay una separación de lo que es la mujer, su cuerpo, con sus genitales, su sexualidad.
80		<b>ASPECTOS DE MUJERES Y HOMBRES DE DISTINTAS EDADES, PLATICANDO, CAMINANDO POR LA CALLE</b>  <b>CORTE A:</b>	Algo muy importante es que las mujeres hemos sido educadas a no sentir y los hombres a hacerlo rápido, pero tampoco sienten tanto por tan rápido que lo hacen"
81	21'15	C.U. ALEX 36 AÑOS	<u><b>ALEX:</b></u> "Los hombres en general, te voy a decir como decía mi mamá, la mujer parece bacínica el hombre llega, hace su sexo y se sale".
82	21'29	P.A. MTRA. ALMA ALDANA	<u><b>MTRA. ALDANA</b></u> "Entonces el preámbulo de la pareja es sumamente importante y hay algunos ejercicios que van para eso, el preámbulo, o sea, todo lo que es la caricia, el conocerse así misma, es muy, muy importante, para que ya se pueda dar el orgasmo entre dos y entonces se crean otras cosas entre la pareja".

T DUR. VIDEO

AUDIO

CORTE A:

83 21'56 C.U. TERESA  
34 AÑOS

**TERESA:**

"Me gusta que sea un poco romántico, un poco que te digan palabras bonitas, que te acaricien, no que vayan luego luego a la penetración, no porque una mujer tarda más en excitarse que una hombre".

CORTE A:

84 22'17 C.U. BETO

**BETO:**

"Yo disfruto más todo el preámbulo sexual, lo que llaman el escarceo, las caricias, los besos, que el acto mismo de tener el orgasmo, porque bueno en los hombres es diferente, uno tiene el orgasmo y punto, uno tiene que esperar un periodo de 20 y 30 minutos para estar en condiciones óptimas de volverlo hacer, pero en particular yo disfruto más mucho todo más, los momentos previos, esa excitación permanente que uno tiene, el deseo de ya consumarlo, que el mismo hecho de ya consumarlo".

CORTE A:

85 22'50 CONDUCTORA

**CONDUCTORA:**

¿Cómo podemos nosotras las mujeres aprender a tener orgasmos?

CORTE A:

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
86	22'56	P.A. MTRA. ALMA ALDANA CORTE A: MUJER VIENDOSE EN UN ESPEJO DESNUDA, ACARICIANDOSE. EXPLORANDO SUS GENITALES. AUTOESTIMULANDOSE. HACIENDO EL AMOR CON SU PAREJA	<u>MTRA. ALDANA:</u> "Aprendiendo primero, como es su cuerpo, a conocer su cuerpo perfectamente bien, sus sentidos, sus sensaciones, aprendiendo lo que siente, sin que le de miedo sentirlo, aprendiendo apropiarse de sus genitales, apropiarse de su cuerpo, de sus sensaciones, con ella misma primero y después con la pareja".
		CORTE A:	
88		M.S. MTRA. ALMA ALDANA	<u>MTRA. ALDANA:</u> "Lo más importante es quitarle los miedos, los tabúes, las culpas en una terapia, esta puede ser individual, de pareja o de grupo".
		CORTE A:	
89	23'43	M.S. DRA. ROSA DORING	<u>DRA. DORING:</u> "Pues yo creo que hay que empezar de poco en poquito, siendo audaces, no teniendo miedo, dejando atrás la vergüenza, atreviéndose a disfrutar y cuando digo disfrutar no solo hablo de lo sexual, estamos hablando del tiempo, del uso de las prioridades, de las cosas que vamos libidinizando, generalmente las mamás son bastante buenas madres, muchas son muy buenas parejas, pero muchas no son individuos, entonces cuando cada una vaya aceptando todo lo que ella representa, lo que tiene derecho, lo que puede disfrutar, pues entre esas cosas va a venir la sexualidad, en el mismo paquete, en el paquete de ser".
		CORTE A:	

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
90	24'29	M.S. DR. CESAR VELASCO	<b><u>DR. VELASCO</u></b> "Yo creo que la idea básica con que se tiene
91		CORTE	A: que ir la gente es de que, es algo que se puede
92		ASPECTOS DE MUJERES CORTE	A: resuelto con la ayuda de profesionales, es decir,
		M.S. DR. VELASCO	que de cada diez mujeres que acuden a tratamiento de terapia sexual, nueve aprenden a tener orgasmos, en ese sentido, es una disfunción con muy buen pronóstico".

**CORTE A:**

93	24'53	C.U. IRENE 38 AÑOS	<b><u>IRENE:</u></b> "Yo si termino, aunque el termine y el no quiera, yo lo dejo quietecito, no te muevas y yo le sigo, tenga o no tenga erección, despacito, yo se si empujo o no empujo, yo soy la que siento y... ¡orale al cielo!"
----	-------	-----------------------	--

**CORTE A:**

94	25'10	C.U. BETO	<b><u>BETO:</u></b> "No hay cosa más placentera por lo menos para mí, que ver a la compañera totalmente excitada y que este totalmente disfrutando la relación porque entonces si te vuelves su hombre ideal, si te vuelves su hombre de la vida, entonces va a decir yo no cambio ese perro por nada".
----	-------	-----------	---

**CORTE A:**

T	DUR.	VIDEO	AUDIO
95	25'27	CONDUCTORA	<p><b>CONDUCTURA:</b>            Uno no nace con determinados sentimientos ni con cierta manera de expresarse sexualmente, lo aprendemos a lo largo de nuestra vida. Entonces, ¿por qué no empezar a cambiar lo que nos impide tener una vida sexual plena? Todo tiene un inicio y para intentar cambios se requiere ver con nuevos ojos nuestra sexualidad.</p>
		<b>CORTE A:</b>	
96	25'50	SUPER EN BACK PARA MAYOR INFORMACION	<b>F.I. MUSICA, SE MANTIENE</b>
		ASOCIACION MEXICANA PARA LA SALUD SEXUAL A.C. AMSSAC 5 73 34 60	
97	26'01	SALE SUPER Y ENTRA	
		ASOCIACION MEXICANA DE PSICOTERAPIA ANALITICA DE GRUPO. AMPAG 5 15 10 41 5 73 74 01 7 16 78 85	
98		<b>CORTE A:</b> CREDITOS	
99		<b>CORTE A:</b> LOGO UNAM	<b>F.O.</b>

## **4. LA PRODUCCION**

## 4.1 PREPRODUCCION

El proceso de la preproducción es la parte de preparación, planeación y organización previa a la realización del programa.

El primer paso de la preproducción fue el desglose del guión. Tomando en cuenta el presupuesto, analicé los distintos elementos, las necesidades y los recursos que utilizaría para la realización del programa **“Con todos tus sentidos... cuerpo de mujer”**.

Los recursos a utilizar fueron los siguientes: entrevistas, testimoniales, conducciones en locación, voz en off, animaciones, levantamiento de imagen y stock.

- 1) **Entrevistas:** a los terapeutas y doctores los contacté dos meses antes con el fin de explicarles las características del programa y planear las fechas tentativas de grabación.
- 2) **Testimonios:** hablé con los terapeutas para ver la posibilidad de entrevistar a algunos de sus pacientes para obtener testimonios reales del problema.
- 3) **Conducción:** la elección de la conductora fue en base a que debía tener buena dicción, presencia agradable, desenvoltura y no ser mayor de 30 años, así como la disponibilidad de hacerlo, dadas las características del proyecto.

El **scouting**, (búsqueda de locación) fue indispensable para revisar y elegir las locaciones idóneas para el tema, tomando en cuenta las facilidades, la luz, el sonido, el día, y la hora que deseaba grabar. Una vez elegidas tramité los permisos (delegación Coyoacán y Cuauhtémoc).

- 4) **Voz en off** : debido al tema del programa elegí una voz femenina.
- 5) **Animación**: con base en el contenido del guión, vi la necesidad de utilizar esquemas en animaciones para ilustrar ciertas partes del programa, a fin de presentar más clara la información.
- 6) **Levantamiento de imagen**: con la idea de situar al espectador en México, pensé en generar aspectos tanto de mujeres como de hombres realizando distintas actividades en las zonas transitadas de la ciudad.
- 7) **Stock**: fue preciso realizar transfer de películas de VHS a Betacam para ilustrar el programa.

De acuerdo con lo anterior realicé el break down donde especifico lugar, fecha, la hora de los llamados, la utilería así como las observaciones de producción de cada grabación.

El **break down** es la base del plan de producción, el cual determina las distintas actividades vinculadas con cada etapa del proceso de producción.

A continuación presento el **break down**, el **plan de producción** y el **presupuesto**.

**MODULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIA DE PRODUCCION		1
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA		
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA		
BLOQUE O SEC.	ENTREVISTA	INT.	X	EXT.
DURACION		DIAS	X	NOCHE

<b>LOCACION:</b> ASOCIACION MEXICANA PARA LA SALUD SEXUAL A.C. (AMSSAC)	<b>PERMISOS:</b> MANDARLE UN BEEP UN DIA ANTES CONFIRMANDO LA ENTREVISTA, CLAVE 12847
<b>DIRECCIONES:</b> TEZOQUIPA NO. 26 COL. LA JOYA TLALPAN C.P. 14000 TEL. 573-3460	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
DR. CESAR VELASCO	513-0445		LILIA FLORES	715-81-78	8:00
			ALEX ROMERO	526-21-06	8:00

<b>PRODUCCION:</b> LLEVAR GUIA DE ENTREVISTA. TEMA ANORGASMIA FEMENINA	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b> MICROFONO INALAMBRICO
--	--

**UTILERIA:** \_\_\_\_\_

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

**MODULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIAS DE PRODUCCION	1
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC.	LEVANTAMIENTO DE IMAGEN INT.	EXT.	X
DURACION		DIAS	X NOCHE

<b>LOCACION:</b> CENTRO DE COYOACAN	<b>PERMISOS:</b> PERMISOS DE LA DELEGACION COYOACAN A AUTORIDADES CIVILES Y MILITARES
<b>DIRECCIONES:</b> CENTENARIO BELISARIO DOMINGUEZ	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
			LILIA FLORES	715-81-7B	12:00
			ALEX ROMERO	526-21-06	12:00

<b>PRODUCCION:</b>	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b>
--------------------	-------------------------

**UTILERIA:** \_\_\_\_\_

**OBSERVACIONES:** MUJERES REALIZANDO DISTINTAS ACTIVIDADES. PAREJAS CAMINANDO. MUJERES CARGANDO A SUS NIÑOS. EMBARAZADAS PLATICANDO, ETC.

**MÓDULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIA DE PRODUCCION	1
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC.	ENTREVISTA	INT.	EXT. X
DURACION		DIA	X NOCHE

**LOCACION:**  
FEDERACION MEXICANA DE EDUCACION  
SEXUAL Y SEXOLOGIA, A.C. (FEMESS)

**PERMISOS:**  
MANDARLE UN BEEP UN DIA ANTES CONFIRMANDO LA  
ENTREVISTA, CLAVE 13249

**DIRECCIONES:**  
TEZOQUIPA NO. 26 COL. LA JOYA TLALPAN C.P.  
14000 TEL. 573-3460

**REQUISITOS:**

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
MTRA. ALMA ALDAN	513-0445		LILIA FLORES	715-81-78	15:40
			ALEX ROMERO	526-21-06	15:40

**PRODUCCION:**  
LLEVAR GUIA DE ENTREVISTA, TEMA ANORGASMIA  
FEMENINA

**EQUIPO ESPECIAL:**  
MICROFONO INALAMBRICO

**UTILERIA:** \_\_\_\_\_

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

**MODULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIAS DE PRODUCCION	2
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC	ENTREVISTA	INT	EXT. X
DURACION		DIA	X NOCHE

<b>LOCACION:</b> ASOCIACION MEXICANA DE PSICOTERAPIA ANALITICA DE GRUPO (AMPAG)	<b>PERMISOS:</b> CONFIRMAR LA ENTREVISTA UN DIA ANTES LLAMAR A (AMPAG): 515-1041 ANTES DE LAS 20:00
<b>DIRECCIONES:</b> CALLE MOLINO DEL CAMPO NO. 64 COL. SAN MIGUEL CHAPULTEPEC	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
DRA. ROSA DORING	515-1041 516-7885	9:30	LILIA FLORES ALEX ROMERO	715-81-78 526-21-06	8:00 8:00

<b>PRODUCCION:</b> LLEVAR GUIA DE ENTREVISTA. TEMA ANORGASIA FEMENINA	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b> MICROFONO INALAMBICO
---	---

UTILERIA: \_\_\_\_\_

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**MODULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIAS DE PRODUCCION	2
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC	TESTIMONIOS	INT	X EXT.
DURACION		DIA	X NOCHE

<b>LOCACION:</b> CASA DE ALEJANDRO	<b>PERMISOS:</b> CONFIRMAR A TODOS LOS QUE VAN A DAR SU TESTIMONIO UN DIA ANTES
<b>DIRECCIONES:</b> CALLE LA LUNA NO. 6 COL. GUERRERO TEL. 526-2106	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
TERESA	620-1730	14:00	LILIA FLORES	715-81-78	13:00
IRENE	644-0512	14:30	ALEX ROMERO	526-21-06	13:00
MONICA	714-1820	15:00			
ALEJANDRA	826-2150	15:30			
CLAUDIA	718-2020	16:00			

<b>PRODUCCION:</b> LLEVAR GUIA DE ENTREVISTA, TEMA ANORGASIA FEMENINA, TENER CAFE, GALLETAS Y REFRESCOS	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b> MICROFONO INALAMBICO
--	---

UTILERIA: CAMARA NEGRA \_\_\_\_\_

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

**MODULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIA DE PRODUCCION	2
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC	TESTIMONIOS	INT.	X
DURACION		DIA	X
			EXT. NOCHE

<b>LOCACION:</b> CASA DE ALEJANDRO	<b>PERMISOS:</b> CONFIRMAR A TODOS LOS QUE VAN A DAR SU TESTIMONIO UN DIA ANTES
<b>DIRECCIONES:</b> CALLE LA LUNA NO. 6 COL. GUERRERO TEL. 526-2106	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
SOL	513-0445	16:30	LILIA FLORES	715-81-78	13:00
ALEX	822-2356	17:00	ALEX ROMERO	526-21-06	13:00
BETO	715-9115	17:30			
EDGAR	711-0711	18:00			

<b>PRODUCCION:</b> LLEVAR GUIA DE ENTREVISTA. TEMA ANORGASMIA FEMENINA. TENER CAFE, GALLETAS Y REFRESCOS	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b> MICROFONO INALAMBRICO Y MICAS AMBAR
---	--

**UTILERIA:** CAMARA NEGRA \_\_\_\_\_

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

**MODULO PREPRODUCCION  
BREAK DOWN**

TITULO	CUERPO DE MUJER	DIA DE PRODUCCION	3
DIRECTOR	LILIA FLORES LEON	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEON	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC.	CONDUCCIONES	INT.	EXT. X
DURACION		DIA	X NOCHE

<b>LOCACION:</b> 1. ZONA ROSA 2. MONUMENTO A LA DIANA Y 3. ALVARO OBREGON	<b>PERMISOS:</b> PERMISOS DE LA DELEGACION CUAUHEMOC A AUTORIDADES CIVILES Y MILITARES
<b>DIRECCIONES:</b> 1. HAMBURGO, FLORENCIA Y AMBERES 2. REFORMA 3. ALVARO OBREGON E INSURGENTES	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
CLAUDIA F.	564-4594	9:00	LILIA FLORES	715-81-78	8:00
			ALEX ROMERO	526-21-06	8:00

<b>PRODUCCION:</b> RECORDARLE A LA CONDUCTORA QUE NO HAY APUNTADOR PARA QUE LLEVE SU GRABADORA	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b> MICROFONO INALAMBRICO, ESPEJOS DE SOL BLANDOS Y DUROS
--	---

UTILERIA: \_\_\_\_\_

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

**MÓDULO PREPRODUCCIÓN  
BREAK DOWN**

TÍTULO	CUERPO DE MUJER	DÍA DE PRODUCCIÓN	5
DIRECTOR	LILIA FLORES LEÓN	FECHA	
PRODUCTOR	LILIA FLORES LEÓN	TIEMPO PANTALLA	
BLOQUE O SEC	LEVANTAMIENTO DE IMAGEN	INT	EXT X
DURACIÓN		DÍA	X NOCHE

<b>LOCACION:</b> CENTRO HISTORICO	<b>PERMISOS:</b> PERMISOS DE LA DELEGACION CUAUHTEMOC A AUTORIDADES CIVILES Y MILITARES
<b>DIRECCIONES:</b> PLAZA DE LA CONSTITUCION COL. CENTRO	<b>REQUISITOS:</b>

**IDENTIFICACIONES Y LLAMADOS**

NOMBRE PARTICIP.	DIR. Y TEL.	HORA	NOMBRE CREW	DIR. Y TEL.	HORA
			LILIA FLORES	715-81-78	2:00
			ALEX ROMERO	526-21-06	2:00

<b>PRODUCCION:</b>	<b>EQUIPO ESPECIAL:</b>
--------------------	-------------------------

**UTILERIA:** \_\_\_\_\_

**OBSERVACIONES:** ASPECTOS DE MUJERES Y HOMBRES DE DISTINTAS EDADES PLATICANDO.

CAMINANDO MUJERES EMBARAZADAS PAREJAS, ETC.

## PLAN DE PRODUCCION

Como se trata de rentabilizar al máximo las inversiones en cuanto a personal y los materiales conviene que las previsiones del plan de trabajo se hagan con criterios realistas, lo más amplio posibles, considerando que normalmente surgen dificultades imprevistas.

<b>NOMBRE DE LA SERIE:</b> Con todos tus sentidos...		
<b>NOMBRE DEL PROGRAMA:</b> Cuerpo de mujer		
<b>TEMA:</b> anorgasmia femenina		
NECESIDADES DE PRODUCCION	No. DE DIAS	No. DE HORAS
GRABACION CON CAMARA PORTATIL	3	
TRANSFER DE VHS A BÉTACAM		1 HORA
GRABACION DE VOZ EN OFF		1 HORA
EDICION EN BETACAM		15 HORAS
POST-PRODUCCION		15 HORAS
MUSICALIZACION		2 HORAS
TRANSFER DE BETACAM A VHS		1 HORA

**PRESUPUESTO  
DE  
PRODUCCION**

**ESTA TESIS HA SIDO  
SALIDA DE LA BIBLIOTECA**

**NOMBRE DE LA SERIE:** CON TODOS TUS SENTIDOS...

**NOMBRE DEL PROGRAMA:** CUERPO DE MUJER

**TEMA:** ANORGASMIA FEMENINA

**No. DE PROGRAMA:** 1 **DURACION:** 27'00

**FECHA DE REALIZACION:** 17-SEP-96

**PRODUCTOR:** LILIA FLORES

**REALIZADOR:** LILIA FLORES

CONCEPTOS	P/PROGRAMA	P/SERIE
A. EQUIPO DE PRODUCCION	\$29.325.00	
B. EQUIPO TECNICO	\$35.073.75	
C. MATERIAL DE GRABACION	\$7.682.00	
D. GASTOS DE PRODUCCION	\$5.750.00	
<b>GRAN TOTAL</b>	<b>\$77.830.75</b>	

## PRESUPUESTO

A. CONTENIDO		P/PROGRAMA
GUIONISTA		\$3,000.00
INVESTIGADOR		\$2,000.00
ASESOR		\$2,000.00
MECANOGRAFA		\$400.00
	SUB TOTAL	\$7,400.00
	15% IVA	\$1,110.00
	TOTAL	\$8,510.00

A. PRODUCCION		
PRODUCTOR		\$4,000.00
REALIZADOR		\$5,000.00
COORDINADOR DE PROD.		\$2,200.00
ASIST. DE PRODUCCION		\$2,000.00
ASIST. DE REALIZACION		\$2,000.00
MUSICALIZADOR		\$700.00
	SUB TOTAL	\$15,900.00
	15% IVA	\$2,385.00
	TOTAL	\$18,285.00

A. LOCUCION		
CONDUCTOR		\$1,600.00
LOCUTOR		\$600.00
	SUB TOTAL	\$2,200.00
	15% IVA	\$330.00
	TOTAL	\$2,530.00

**PRESUPUESTO**

<b>B. EQUIPO PORTATIL BETACAM</b>	<b>COSTO X DIA</b>	<b>No. DE DIAS</b>	<b>P/PROGRAMA</b>
CANCORDER DXC 537-A			
MONITOR PORTATIL			
TRIPIE CON CABEZA HIDRAULICA			
KIT BASICO DE ILUMINACION LOWEL			
3/3 CUARZOS DE 650 WATTS. TRIPIES			
CORTADORA (Y FILTROS)			
ESPEJOS DE SOL DURO Y BLANDO			
MICROFONO INALAMBRICO			
BATERIAS PARA MONITOR Y CAMARA			
CARGADORES CON BATERIAS			
4 LINEAS AC			
LINEAS DE VIDEO Y AUDIO			
TRANSPORTE CON CHOFER			
CAMAROGRAFO Y ASISTENTE	\$2.000.00	4	\$8.000.00
		<b>SUBTOTAL</b>	\$8.000.00
		15% IVA	\$1.200.00
		<b>TOTAL</b>	\$9.200.00

<b>B. GRABACION DE AUDIO</b>	<b>COSTO X HR.</b>	<b>No. DE HORAS</b>	<b>P/PROGRAMA</b>
CABINA DE AUDIO	\$150.00	1	\$150.00
		<b>SUBTOTAL</b>	\$150.00
		15% IVA	\$22.50
		<b>TOTAL</b>	\$172.50

<b>B. EDICION</b>	<b>COSTO X HRS.</b>	<b>No. DE HORAS</b>	<b>P/PROGRAMA</b>
OFF LINE BETACAM SP CON MAQUINAS PVW 2800. EDITOR BUE 200	\$325.00	15	\$4.875.00
		<b>SUBTOTAL</b>	\$4.875.00
		15% IVA	\$731.25
		<b>TOTAL</b>	\$5.606.25

**PRESUPUESTO**

B. POSTPRODUCCION	COSTO X HORA	No. DE HORAS	P/PROGRAMA
SALA BETACAM SP			
PLAYER PVW 2600L			
PLAYER PVW 2650			
C/DYNAMIC TRAKING			
RECORDER PVW 2800			
EDITOR SONY BUE 2800			
GENERADOR DE EFECTOS ESPECIALES DFS 500			
MONITORES DE ALTA RESOLUCION			
VECTOSCOPIO Y MONITOR DE ONDA			
MIXER DE AUDIO 8 CANALES			
GENERADOR DE CARACTERES			
CD. DAT	\$650.00	15	\$9.750.00
		<b>SUBTOTAL</b>	\$9.750.00
		15% IVA	\$1.462.00
		<b>TOTAL</b>	\$11.212.00

B. ANIMACIONES	COSTO X PROYECTO	P/PROGRAMA
ANIMACIONES 2D	\$5.000.00	\$5.000.00
	<b>SUBTOTAL</b>	\$5.000.00
	15% IVA	\$750.00
	<b>TOTAL</b>	\$5.750.00

B. EDICION	COSTO X HORAS	No. DE HORAS	P/PROGRAMA
DE VHS A BETACAM	\$200.00	12	\$2.400.00
TIEMPO DE VACIADO DE VHS A BETACAM	\$300.00		\$300.00
		<b>SUBTOTAL</b>	\$2.725.00
		15% IVA	\$408.00
		<b>TOTAL</b>	\$3.133.00

**PRESUPUESTO**

<b>C. MATERIAL DE GRABACION</b>	<b>COSTO X CASETE</b>	<b>Nº. DE CASETE</b>	<b>P/PROGRAMA</b>
VIDEOCASETE BETACAM 20 MIN.	\$200.00	25	\$5,000.00
VIDEOCASETE BETACAM 30 MIN.	\$300.00	2	\$600.00
VIDEOCASETE BETACAM 60 MIN	\$420.00	1	\$840.00
VIDEOCASETE VHS T-120	\$20.00	12	\$240.00
		<b>SUBTOTAL</b>	<b>\$6,680.00</b>
		<b>15% IVA</b>	<b>\$1,002.00</b>
		<b>TOTAL</b>	<b>\$7,682.00</b>

<b>D. GASTOS DE PRODUCCION</b>	<b>P/PROGRAMA</b>
PERMISOS	
CAFE Y BOCADILLOS	
DESAYUNOS Y COMIDAS	
GASOLINA	
FOTOCOPIAS	
TELEFONO	
FAX	
PAPELERIA	
IMPREVISTOS	\$5,000.00
<b>SUBTOTAL</b>	<b>\$5,000.00</b>
<b>15% IVA</b>	<b>\$750.00</b>
<b>TOTAL</b>	<b>\$5,750.00</b>

## 4.2 PRODUCCION

La producción es el inicio de la realización del programa, es el proceso mediante el cual una idea se va transformando hasta llegar a plantearse en términos reales de audio y video, de comunicar un mensaje a través de sonidos e imágenes.

La realización del programa, **“Con todos tus sentidos... Cuerpo de mujer”** implicó la grabación de conducciones en distintas locaciones, todas exteriores, con el fin de hacer más rico visualmente el programa, cuidando siempre el contenido con lo expresado en la imagen, encuadre, el movimiento y el ritmo de la misma.

En las entrevistas fue necesario grabar en exteriores por considerar los consultorios de los especialistas muy fríos: se realizaron distintos planos para darle más ritmo a la edición.

Debido a que los entrevistados no estaban muy convencidos de hablar ante la cámara de un aspecto tan personal como es su vida sexual, los testimonios se grabaron de perfil y a contra luz, dando una atmósfera de intimidad y de misterio, que permitió tanto expresarse con mayor confianza a las personas como acercarnos a ellas visualmente. Dadas las características del tema, se realizaron planos muy cerrados c.u. ojos, boca etc., con el objetivo de darle al espectador la impresión de estar siendo participe de algo muy íntimo.

En el levantamiento de imagen se generaron aspectos tanto de mujeres como de hombres realizando distintas actividades en la vía pública, caminando, platicando con sus parejas, mujeres de distintas edades, señoras con sus hijos mujeres embarazadas etc. Las tomas

fueron en diferentes planos cuidando de captar la expresión de las personas.

Durante los días de grabación fue indispensable llevar una calificación de los videocassettes en una bitácora a través del código de tiempo (Time code). Es un sistema mediante el cual se puede medir la cantidad de señal de video y audio grabada a una cinta, expresadas en horas, minutos, segundos y cuadros.

En la bitácora de calificación se anota la locación, la fecha, el tiempo de secuencia, la descripción y el número de videocassettes. Esta información es esencial y de mucha ayuda en la edición, ya que permite el manejo del material en un tiempo exacto cuadro por cuadro (ver ejemplo de formato anexo).

Al concluir las grabaciones con la cámara portátil, se grabó la voz en off con una locutora en una cabina de audio. Este recurso desde un principio se planteó utilizarlo al mínimo para no perder veracidad, pues resulta más creíble para el televidente ver y escuchar a los propios entrevistados exponer sus opiniones o experiencias que poner sus mismas palabras en voz de una locutora. Por ello solo se grabó para el programa una información muy concreta acerca de las investigaciones científicas de Masters y Johnson sobre el orgasmo femenino, cuidando siempre la calidad de la voz, es decir, el tono, el énfasis y la entonación, lo cual determina la eficacia del mensaje.

Antes de entrar a la edición fue necesario realizar el transfer de las películas "La letra escarlata", "Luna amarga" y "El precio del deseo" en VHS a formato Betacam, a fin de utilizarlas como stock para la ilustración de algunas partes del programa. Durante el transfer se calificó el material, para tenerlo listo en la edición.



## EDICION

La edición consiste en unir imágenes aisladas, previamente seleccionadas de una cinta original (original tape o master de grabación) a una cinta nueva que llamaremos master tape o pista de edición, con el fin de transmitir una idea o sentimiento.

**Los objetivos de la edición son:**

**\*Buscar imágenes acordes con lo que se está hablando**

**\*Reordenar la estructura**

**\*Ajustar el tiempo del programa**

Las imágenes deben ser utilizadas de la mejor manera posible para mantener la atención del espectador. Sin olvidar que el lenguaje audiovisual comunica las ideas a través de las emociones. "La televisión aporta conocimientos por lo que se ve y se siente. Su epistemología comienza y generalmente termina en el plano de lo visceral".<sup>15</sup>

Para el programa "Con todos tus sentidos... cuerpo de mujer" se contó con 15 horas de edición.

En la edición fue armado el programa (entrevistas, testimonios voz en off y stock) en dos pistas A y B dejando colas de entrada y de salida para poder realizar los pases (efectos, disolvencias etc.) en la cabina de postproducción.

---

<sup>15</sup> Ferrés Joan, Video y educación, p. 27

## GUION DE EDICION

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**  
**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TOMA	Nº. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
1	FOLL 20-016	11 18'14	ENTRADA LOGO UNAM
2	FOLL 20-009	09 07'20	C.U.P. TESTIMONIO IRENE
3	FOLL 20-003	03 19'20	M.S. MTRA. ALMA ALDANA
4	FOLL 20-010	10 02'02	C.P. TESTIMONIO TERE
5	FOLL 20-001	01 12'54	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
6	FOLL 20-004	04 11'54	M.S. DRA. ROSA DORING
7	FOLL 20-016	16 01'12	ANIMACIONES ENTRADA
8	FOLL 20-012	12 06'14	CONDUCCION
9	FOLL 20-008	08 03'12	M.S. TESTIMONIO MONICA
10	FOLL 20-008	08 13'15	M.C.U. TESTIMONIO CLAUDIA
11	FOLL 20-008	08 19'13	M.S. TESTIMONIO SOL.
12	FOLL 20-012	12 03'47	CONDUCCION
13	FOLL 20-017	17 01'06	VOZ EN OFF LOCUTORA
	UTE 60-191	12 03'47	STOCK MAR.
14	FOLL 20-016	16 13'14	ANIMACIONES SUPER
			"ORGASMO FEMENINO"
15	FOLL 20-012	12 16'00	CONDUCCION
16	FOLL 20-002	02 11'02	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
17	FOLL 20-001	01 17'30	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
18	FOLL 20-002	02 13'00	P.M. MTRA. ALMA ALDANA
19	FOLL 20-015	15 03'00	STOCK VACIADO DE PELICULA

## GUION DE EDICION

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**  
**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TOMA	No. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
20	FOLL 20-001	01 18'06	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
	FOLL 20-017	17 02'10	VOZ OFF LOCUTORA
21	FOLL 20-017	15 02'10	STOCK VACIADO DE PELICULAS
22	FOLL 20-017	15 03'09	
23	FOLL 20-017	15 07'06	
24	FOLL 20-009	09 01'05	M.C.U. TESTIMONIO IRENE
25	FOLL 20-011	11 02'08	M.C.U. BETO
26	FOLL 20-004	10 05'30	P.A. DRA. ROSA DORING
27	FOLL 20-016	16 18'16	ANIMACION SUPER RESPUESTA SEXUAL HUMANA
28	FOLL 20-012	12 13'24	CONDUCCION
29	FOLL 20-002	02 04'18	F.S. DR. CESAR VELASCO
30	FOLL 20-015	15 09'15	STOCK VACIADO DE PELICULAS
		15 11'06	
		15 12'08	
31	FOLL 20-016	16 03'12	ANIMACIONES GENITALES EXTERNOS MOSTANDO LUBRICACION
32	FOLL 20-016		ANIMACION CRECIMIENTO DE PEZON
33	FOLL 20-015	15 12'10	STOCK VACIADO DE PELICULAS

## GUION DE EDICION

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**  
**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TOMA	No. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
		15 13'00	
34	FOLL 20-016	16 03'24	ANIMACION GENITALES EXTERNOS LOS LABIOS MAYORES Y EL CLITORIS SE AGRANDAN
35	FOLL 20-016	16 07'16	ANIMACION TRANSVERSAL EL UTERO SE LEVANTA Y ABRE LA VAGINA
36	FOLL 20-015	15 11'10	STOCK DE PELICULAS
37	FOLL 20-016	16 04'00	ANIMACION GENITALES EXTERNOS EL CLITORIS SE RETRAE
38	FOLL 20-016	16 08'01	ANIMACION TRANSVERSAL SE CONTRAE LA VAGINA Y EL UTERO
39	FOLL 20-002	02 12'00	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
40	FOLL 20-016	16 14'00	ANIMACION SUPER EL CLITORIS
41	FOLL 20-012	12 01'11	CONDUCCION
42	FOLL 20-009	09 02'15	M.S. TESTIMONIO IRENE
43	FOLL 20-009	09 11'18	C.U. ALEJANDRA
44	FOLL 20-004	04 10'07	M.C.U. DRA. ROSA DORING
45	FOLL 20-003	03 03'16	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA
46	FOLL 20-002	02 01'24	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
47	FOLL 20-003	03 02'00	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA
48	FOLL 20-004	04 10'07	M.C.U. DRA. ROSA DORING

## GUION DE EDICION

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**  
**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TEMA	No. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
49	FOLL 20-016	16 14'18	ANIMACION SUPER "PUNTO G"
50	FOLL 20-012	12 02'12	CONDUCCION
51	FOLL 20-009	09 02'50	M.C.U. TESTIMONIO IRENE
52	FOLL 20-010	10 19'20	C.U. TESTIMONIO BETO
53	FOLL 20-003	03 03'15	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
54	FOLL 20-002	02 03'15	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
55	FOLL 20-004	04 14'30	P.A.DRA. ROSA DORING
56	FOLL 20-003	03 04'15	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
57	FOLL 20-016	16 09'02	ANIMACION CORTE TRANSVERSAL MOSTRANDO DONDE ESTA EL PUNTO G"
58	FOLL 20-016	16 04'20	ANIMACION GENITALES EXTERNOS MOSTRANDO EYACULACION
59	FOLL 20-003	01 04'12	M.S. MTRA. ALMA ALDANA
60	FOLL 20-007	03 03'18 07 11'22 07 03'18	ASPECTOS DE MUJERES CAMINANDO, PLATICANDO
61	FOLL 20-003	13 17'00 13 16'14	M.S. MTRA. ALMA ALDANA
62	FOLL 20-002	01 04'20	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
63	FOLL 20-014	14 04'20 14 05'26 14 09'04	ASPECTOS DE MUJERES

## GUION DE EDICION

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**  
**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TOMA	No. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
64	FOLL 20-003	03 06'56	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA
65	FOLL 20-004	04 13'50	P.A. DRA. ROSA DORING
66	FOLL 20-016	16 14'30	ANIMACION SUPER "ANORGASMIA"
67	FOLL 20-012	12 17'33	CONDUCCION
68	FOLL 20-002	02 10'30	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
69	FOLL 20-001	01 18'30	M.C.U. DR. CESAR VELASCO
70	FOLL 20-003	03 01'50	M.S. MTRA. ALMA ALDANA
71	FOLL 20-007	07 10'01 07 10'56 07 11'16 07 12'20	ASPECTOS DE MUJERES
72	FOLL 20-002	02 07'30 02 16'00	M.C.U. MTRA. ALMA ALDANA
73	FOLL 20-001	01 03'04	M.C. U. DR. CESAR VELASCO
74	FOLL 20-013	13 02'05 13 04'54 13 06'07	ASPECTOS DE MUJERES
75	FOLL 20-010	10 03'18	C. U. TESTIMONIO TERE
76	FOLL 20-011	11 13'59	C.U. TESTIMONIO ALEJANDRO
77	FOLL 20-004	04 01'20	M.C.U. DRA. ROSA DORING
78	FOLL 20-002	02 14'07	P.A. MTRA. ALMA ALDANA

## GUIÓN DE EDICIÓN

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**

**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TOMA	No. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
79	FOLL 20-015	15 16'01 15 16'40 15 18'10	STOCK PAREJA HACIENDO EL AMOR
80	FOLL 20-013	13 10'11 13 11'05 13 18'14	ASPECTOS DE MUJERES
81	FOLL 20-001	11 16'17	C.U. TESTIMONIO ALEX
82	FOLL 20-003	03 19'30	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
83	FOLL 20-010	10 02'39	C.U. TESTIMONIO TERE
84	FOLL 20-010	10 16'51	C.U. BETO
85	FOLL 20-012	12 17'54	CONDUCCION
86	FOLL 20-002	02 18'14	P.A. MTRA. ALMA ALDANA
87	FOLL 20-015	15 16'54	STOCK VACIADO DE PELICULA
88	FOLL 20-002	02 18'50	M.S. MTRA. ALMA ALDANA
89	FOLL 20-005	05 06'18	P.A. DRA. ROSA DORING
90	FOLL 20-002	02 18'09	M.S. DR. CESAR VELASCO
91	FOLL 20-013	13 03'50 13 18'10	ASPECTOS DE MUJERES

## GUIÓN DE EDICIÓN

**PROGRAMA: CON TODOS TUS SENTIDOS... CUERPO DE MUJER**

**TEMA: ANORGASMIA FEMENINA**

TEMA	No. DE CINTA	TIEMPO	VIDEO
		13 18'56	
		13 19'04	
	FOLL 20-006	06 18'44	ASPECTOS DE MUJERES
		06 19'03	
92	FOLL 20-002	02 17'40	M.S. DR. CESAR VELASCO
93	FOLL 20-009	09 05'30	C.U. TESTIMONIO IRENE
94	FOLL 20-011	11 03'53	C.U. TESTIMONIO BETO
95	FOLL 20-012	12 14'17	CONDUCCION
96	FOLL 20-016	16 10'11	ANIMACION SUPER ASOCIACION MEXICANA PARA LA SALUD SEXUAL (AMSSAC)
97	FOLL 20-016	16 12'00	SUPER ASOCIACION MEXICANA DE PSICOTERAPIA ANALITICA DE GRUPO (AMPAG)
98	FOLL 20-016	16 13'04	CREDITOS
99	FOLL 20-016	16 19'00	LOGO UNAM

## **.POSTPRODUCCION**

La postproducción es el acabado final de la edición, es el último filtro en el proceso de la realización de un programa donde se mezclan las pistas de audio y añaden los efectos especiales a través de la manipulación electrónica de la imagen. Al igual que la edición la postproducción requiere un toque artístico.

**Los propósitos de este proceso son:**

- \*Eliminar errores que quizá se hayan ido en la edición.**
- \*Utilizar efectos especiales con la idea de hacer más atractivo visualmente el programa.**
- \*Ajustar el tiempo del programa.**
- \*Elevar en términos generales la calidad del mismo.**

Con la introducción de las computadoras hoy se cuenta con una amplia variedad de equipos para la producción de efectos especiales de video, lo cual permite enriquecer el contenido de los programas durante la postproducción.

Las computadoras utilizadas para la animación de los esquemas (genitales externos, internos y pezón) así como en la entrada, los backs y los supers de las cortinillas, fueron una Amiga 1200 y 2000.

El trabajo de animación es muy laborioso. Para hacer las animaciones se capturaron los esquemas de un libro de sexología (ver anexos 4, 5 y 6) con la ayuda de una cámara Hi-8 conectada a una computadora. Se limpiaron los esquemas, fue elegida la paleta, coloreados (esto

requiere de muchas pruebas) tratando de dar volumen a través de varias mezclas de colores, una vez obtenida la brocha (cuadro sin movimiento) fueron recortadas las zonas que iban a animarse para grabar estos movimientos cuadro por cuadro.

Terminadas las animaciones se dejaron sobre negro para ser montadas en la postproducción.

En la cabina de postproducción fueron transferidas las animaciones, backs y supers a una cinta Betacam.

Al concluir el vaciado se generaron backs con movimiento para montar las animaciones y los supers de las cortinillas.

Al stock de las películas también fue preciso darle un tratamiento para suavisar el contenido de las imágenes.

Después de haber montado todo lo necesario en tres cintas que llamaremos pistas de postproducción.

- 1) Pista C: grabación de los backs con movimiento.
- 2) Pista D: animación y cortinillas montadas en backs.
- 3) Pista E: stock con efectos.

Se inició el armado final del programa en un videocassette virgen (master), donde fueron incorporados los efectos y los super deseados.

## MUSICALIZACION

Al concluir el armado del programa en la cabina de postproducción este se musicalizó a través de la selección de los tracks musicales con el objetivo de reforzar y dar la intención adecuada a las imágenes.

La música utilizada fue la siguiente:

- \* Andreas Vallenweider "TRILOGIA"  
Track: 10
- \* Enya "WATER MARK"  
Track: 1
- \* Enya "SHEPHERD MOONS"  
Track: 6
- \* Miguel Bose "BAJO EL SIGNO DE CAIN"  
Track: 1
- \* Ray Linch "NO BLUE THING"  
Track: 3

Terminado el programa se realizó el transfer del formato Betacam a VHS

---

\* Se refiere a la sala donde hay 3 máquinas Betacam, 2 para reproducir y una para grabar, un manipulador de imagen y un generador de caracteres.

## CONCLUSIONES

Producir el programa “**Con todos tus sentidos... cuerpo de mujer**” fue una experiencia muy completa, el hecho de partir de una idea, plasmarla en un guión, hasta concretarla en un video, me permitió involucrarme en todo el proceso que implica comunicar un mensaje a través de la televisión.

En las distintas etapas de la producción del programa llegué a las conclusiones siguientes:

### **Investigación :**

La investigación fue esencial para crear el proyecto, ya que me permitió cierto dominio del tema, determinó mi postura y así mismo me ayudo a elegir cuál y cómo sería la información que estructuraría en el guión, pues el proceso de la investigación va aportando elementos para afinar el esquema del programa, permite decidir por elección y no por ignorancia.

El investigar significó recabar información por distintas fuentes especializadas tanto vivas como documentales y sobre todo, tener un acercamiento de la situación y de las personas, más tratándose de un tema tan íntimo y delicado como es la vida sexual de la gente.

### **Guión:**

Con la elaboración del guión, considero da inicio la parte creativa del programa que será concluida al finalizar la realización del mismo.

El punto de partida es la escaleta o preguión donde se señala: los puntos a tratar dentro del tema, la manera en que estará distribuida la información y cómo se abordará televisivamente. Para ello siempre es importante tener presente que el guión televisivo es una historia

contada en imágenes y palabras. El acierto de cada programa radicará en saber dar con el tratamiento más adecuado para un tema y para un auditorio en concreto.

El guión debe plantearse de una forma flexible pero sin perder los objetivos del programa, ya que durante la realización pueden darse modificaciones como eliminar algunos aspectos del tema o bien enriquecer otros.

Por consiguiente es importante que en la práctica profesional siempre estén retroalimentadas el área de guionismo y la de producción para crear un producto de calidad.

### **Preproducción:**

Cada opción a nivel creativo conducen unas exigencias a nivel organización y a su vez, todas las posibilidades y las limitaciones de tipo organizativo condicionan las opciones creativas. Por esto ambos niveles deben llevarse al unísono.

Durante la preproducción se dieron algunas complicaciones en cuanto a coordinar el tiempo de los entrevistados con los días de grabación, ya que se contaba con sólo 3 días de cámara y no había posibilidad de extensión para adecuarme al tiempo de los especialistas.

Por otro lado, también hubo dificultades para obtener los testimonios de personas que estuviesen en tratamiento de anorgasmia, no obstante no fue algo imposible de solucionar, siempre es indispensable tener otras opciones.

En cuanto al presupuesto presentado me pareció indicado aún cuando recibí apoyo con algún equipo (cámara y tiempos de edición) poner los costos reales así como el personal que generalmente es requerido para un programa de estas características.

En el presupuesto se requiere prever toda clase de necesidades, por ejemplo a nivel personal hay una serie de exigencias como guionista, asesor, conductores, locutores, equipo de producción y técnicos, pues lo ideal, es que haya especialistas cubriendo cada una de estas facetas. A nivel material, tiempo de servicios, equipo y costos económicos. Al calcular un presupuesto, de acuerdo a las posibilidades, siempre es preferible excederse por un 10% para evitar parar la producción por haber agotado el presupuesto.

### **Realización:**

En la realización de un programa hay demasiadas personas implicadas, un realizador puede escribir, dirigir y producir su propio programa, pero no puede representar todas las funciones en el proceso de la producción, depende de los demás para llevar su visión a la pantalla. Hacer televisión implica un trabajo en equipo, en colaboración.

Por ello es importante aclarar que contaba con parte del equipo más no con el personal y esto trajo ciertas limitantes en la grabación, algunas cosas no se controlaron como hubiese deseado, sin embargo considero que el producto final es bueno, gracias a la ayuda de algunos amigos en la grabación, conducción y voz en off.

En términos generales realizar el programa **“Con todos tus sentidos... cuerpo de mujer”**, significó un reto importante, en primera instancia porque abordó un tema difícil de la sexualidad femenina que fácilmente puede ser pretexto para el morbo o el escándalo, en segunda porque pretendí crear un programa útil y confiable en base a información científica y a la vez ofrecer un producto audiovisual lo más atractivo posible para el espectador. Esto requirió un esfuerzo en dos sentidos:

Presentar información objetiva usando un lenguaje claro y directo, sin perder profundidad y seriedad e ir introduciendo poco a poco al espectador con el tema, a través de la selección de entrevistas a especialistas, testimonios, así como la intervención de la conductora y la representación gráfica en animación.

Y por otro lado mostrar un programa rico visualmente mediante el uso adecuado de los recursos televisivos como imágenes con algún tratamiento o efecto, animaciones y backs en movimiento.

Finalmente espero que el programa cumpla con su función de la mejor manera posible. La sexualidad en nuestros días sigue siendo un tema tabú. sin embargo se han conquistado espacios a pesar de los temores, la inexperiencia y hasta la censura pero aún lo recorrido dista hoy mucho de la meta.

**ANEXOS**

**ANEXO 1  
ENTREVISTA A  
MAESTRA ALMA ALDANA  
MIEMBRO DE LA MESA DIRECTIVA DE LA FEDERACION  
MEXICANA  
DE EDUCACION SEXUAL Y SEXOLOGIA (FEMESS)  
COORDINADORA DEL DIPLOMADO DE SEXUALIDAD DE  
LA UNAM  
PSICOTERAPEUTA  
DE AMSSAC Y AMPAG**

**¿Qué es la anorgasmia femenina?**

La anorgasmia es para hombres y mujeres el término, porque hay hombres anorgásmicos, pero son los menos, entonces el término se utiliza para mujeres anorgásmicas, es decir, aquella mujer que no ha experimentado un orgasmo o le llamamos preorgásmica, que todavía no ha tenido esa experiencia orgásmica.

Para entender la anorgasmia, tendríamos que definir primero que es un orgasmo, el orgasmo sería el clímax, el momento más importante de la relación.

**¿Me podrías describir fisiológicamente un orgasmo?**

En realidad fisiológicamente son las contracciones musculares del tercio externo de la vagina, involuntariamente, aproximadamente cada 8 décimas de segundo, las cuales se dan, porque cuando hay deseo, hay una vasocongestión en los genitales sexuales externos e internos.

**¿Cuáles son las causas principales de la anorgasmia?**

Desde mi punto de vista, en la mayoría de los casos es psicológico, social o de género, es como aprendimos por el hecho de ser mujeres, no debes, no te toques,

## **MTRA. ALMA ALDANA**

tu cuerpo no te pertenece, hay que complacer a los demás, es decir, hay una separación de la mujer, de su cuerpo y su sexualidad.

**¿Consideras que la anorgasmia es la incapacidad personal de sólo unas cuantas mujeres o corresponde más a un problema social de educación y cultura?**

La anorgasmia no es una incapacidad personal, es una cuestión social definitivamente, es una cuestión que tiene que ver con los géneros, de como nos educan a ser mujer y como nos educan a ser hombres. Es una necesidad de educación.

**¿Cómo nos afecta tanto a hombres como mujeres esta cuestión de género?**

Es como partimos en dos, tanto hombres como mujeres, tenemos las mismas facultades de hacer las mismas cosas a excepción de menstruar, embarazarnos y fecundar, esa serían las tres únicas grandes diferencias. Todo lo demás lo podemos hacer si lo aprendemos y para aprenderlo, necesitamos de una educación. Si nosotros vemos las estadísticas, la eyaculación precoz y la anorgasmia son muy altos en nuestro país y no se ve como un problema.

Todo porque desde pequeños nos mutilan, porque a los hombres los hacen incapaces de sentir, de manifestar el llorar, el placer de otra manera, a los varones los dejan de acariciar a muy temprana edad y después quieren que los hombres sientan, que sea un preámbulo muy largo. Pero desde pequeños no aprendieron que su cuerpo siente, se genitaliza la sexualidad masculina y las mujeres al revés se desgenitaliza su sexualidad, expresan con mayor facilidad su afecto, pero genitalmente la mayoría de las mujeres nunca han visto sus propios genitales

**¿Podrías hablarme de algunos porcentajes sobre anorgasmia femenina de acuerdo a tu experiencia?**

Aquí únicamente tenemos los porcentajes de AMSSAC. Estamos hablando de un 24% de las mujeres que acuden, porque saben que son anorgásmicas y de un

## **MTRA. ALMA ALDANA**

23,27% de hombres, porque saben que son eyaculadores precoces, pero podríamos hablar de un 70% de la población en México, que son anorgásmicas y son eyaculadores precoces.

### **¿Cómo se refleja en la vida cotidiana de una mujer el no tener orgasmos?**

En primer lugar, se manifiesta con frustración, depresión, algo muy importante hay una baja autoestima y una enorme falta de comunicación con la pareja, que hacen que se den problemas a nivel familiar, en el trabajo, a nivel de cómo se ve la vida.

### **¿Cómo puede aprender la mujer a tener orgasmos?**

Aprendiendo como es su cuerpo perfectamente bien, sus sentidos, su sensaciones, aprendiendo lo que siente sin que le de miedo de sentirlo, aprendiendo a apropiarse de sus genitales, apropiarse de su cuerpo, de sus sensaciones, con ella misma primero y después con la pareja. Lo más importante es quitarle los miedos, los tabús, las culpas en una terapia, esta puede ser individual, de pareja o de grupo.

### **¿Es más fácil tener orgasmos por la estimulación del clítoris?**

Sí, la mayoría de las mujeres estadísticamente en el mundo, no nada mas las mexicanas, tienen más placer, reportan más orgasmos a través de la estimulación del clítoris. Cuando somos embriones se forma el glande o se forma el clítoris con las mismas terminaciones nerviosas y para la misma función, el placer. Si el compañero no lo estimula, es como no estimular el glande y estimular la vagina, es como estimular el punto p o sea la próstata del hombre.

### **¿Qué es el punto G y dónde está?**

No es un punto así como un timbre, esta en el tercio externo de la vagina si dividimos la vagina en tres partes, está en el tercio externo hacia delante hay una

## **MTRA. ALMA ALDANA**

rugosidad, es una zona muy sensible al estímulo que además puede dar lo que se le llama la eyaculación femenina, un líquido blanco, transparente, no es la lubricación que sale por la vagina, sino sale por la uretra como un chisquete y la sensación es como con ganas de orinar, entonces por temor a la sensación, no vaya ser que me orine, reprimen esta experiencia. Hay mujeres que son unas cuantas gotas y otras un charco, y eso también se aprende.

### **¿Existen posiciones mejores para encontrar el punto G?**

Yo creo que si hay posiciones, pero no es una posición igual para todo mundo, en esto de la sexualidad, cada persona, cada pareja, tiene que buscar que es lo mejor para esa relación y cada relación en esa pareja, es diferente a otra.

### **¿En tus pacientes, qué cambios notas en su persona cuando ingresan a la terapia y cuando salen de ésta?**

Tenemos grupos, parejas y mujeres en tratamiento individual en edades desde 18 hasta 60 años. Son gente que se informa de la existencia de una terapia y se dan el permiso de tomarla, de empezar a hablar de su problema. Es muy fuerte cuando te das cuenta que hay parejas que tienen 12 años de casadas y nunca han tenido un orgasmo.

Llegan con miedo, con vergüenza, pero por ejemplo en grupo se ven en espejo, ven que a ella le pasa lo mismo que a otras y esto hace que la mujer no se sienta sola, aislada. Y bueno si se nota el temor de llegar a la primera sesión hasta la última, el cambio es radical, en la autoestima lo notas inmediatamente desde como caminan, la que no sonreía ahora sonríe y esto se manifiesta en la relación de pareja, con sus hijos, en su vida cotidiana porque mejora enormemente.

**ANEXO 2**  
**ENTREVISTA A**  
**DOCTORA ROSA DORING**  
**TERAPEUTA SEXUAL**  
**ASOCIACION MEXICANA DE PSICOTERAPIA ANALITICA**  
**DE GRUPO**  
**(AMPAG)**

**¿Consideras que la anorgasmia es una incapacidad personal de sólo unas cuantas mujeres o corresponde más a un problema social de educación y de cultura?**

Pues ambas cosas, es una incapacidad personal, puesto que es una persona que padece esta disfunción y es un problema social, en el sentido de que el padecimiento lo encontramos por ejemplo en México, tal vez en dos de cada cinco mujeres, al estar tan extendido y teniendo raíces con lo cultural, se vuelve también un problema social.

**¿Cuáles son las principales causas de la anorgasmia?**

Pues son bastantes, en general tiene que ver con la vergüenza, con el miedo a disfrutar, con experiencias infantiles, pueden referirse a la educación de la familia, pero también a otras experiencias que pueden haber sido traumáticas y que hayan ocurrido dentro o fuera de la familia, como haber sido abusadas sexualmente, como haber sido violada por algún pariente o por alguna persona ajena, todas estas cosas hacen también muy fácilmente una anorgasmia. Pero no tenemos que pensar en cuadros tan patéticos de un tío o un padrastro que abusa de las niñas, en general en muchas casas no permiten a la niña ni tocarse sus genitales, ni mirar sus genitales y esto va haciendo que toda el área genital vaya siendo prohibida, evitada y a veces ni a nombre llega.

**¿Cuáles son los efectos principales en la vida cotidiana de la mujer, el no tener orgasmos?**

Mira, seguramente la autoestima está bastante baja, hay depresión y la relación con su pareja si es que tiene, no debe ser muy buena. Yo pienso que la comunicación es muy amplia, parte de la comunicación en una pareja es la vida

## **DRA. ROSA DORING**

sexual, lo que se comparte íntimamente, entonces si no se habla de esto, generalmente provoca frustración en la persona.

### **¿Cómo puede ir abriendo esa comunicación?**

Para empezar tendría que partir de ella misma, como una verdadera aceptación de su cuerpo, un conocimiento de su cuerpo, un respeto por su cuerpo, pero no me refiero únicamente a lo sexual, sino a lo que la gente come, a cuánto la persona se dedica a descansar, el disfrutar del sexo es mucho más amplio que lo sexual.

Entonces cuando una mujer empieza a respetarse, a pedir y a exigir sus espacios, empieza a sentir que tiene derecho a muchas cosas y empieza a darse permiso de tener placer sexual.

### **¿Cómo puede ir aprendiendo a conocer su cuerpo y obtener placer?**

Si está en tratamiento de terapia sexual y ha venido por un problema de anorgasmia, entonces tenemos una serie de estrategias que son casi todas pertenecientes a lo que se llama nueva terapia sexual, es toda la escuela de Helen Kaplan que se instaló en Nueva York, fue ella una psiquiatra, psicoanalista y terapeuta sexual. En base a esta técnica, vamos llevando a las personas paso a paso, si no hay un problema demasiado grande, la primera estrategia que usamos, le llamamos recreos para que haga en su casa, es que se vea en un espejo completamente desnuda y que vaya girando, para que se vea por delante, de perfil, por la espalda, si este trabajo lo puede hacer con cierta facilidad y lo ha hecho tres a cuatro veces, puedes pasar a una siguiente cosa que es un poco más complicada, consiste también en verse al espejo y empezar a hacer un dibujo de su imagen, de color azul, todo lo que no le gusta, y rojo, todo lo que sí le gusta. Vamos viendo después con esta persona, como puede ir teniendo poco a poco una aceptación mayor de su cuerpo, siempre les decimos que hay cosas que no le gustan y no las pueden cambiar, por ejemplo la estatura, si quisieran tener 15 cm. más, no se va a poder y mejor que vayas haciéndose a la idea, pero hay cosas que sí se pueden cambiar, algunas personas si hacen gimnasia pueden reducir centímetros en alguna parte del cuerpo.

## **DRA. ROSA DORING**

### **¿Y en el caso de las mujeres que no se sienten con derecho de tener una vida sexual satisfactoria?**

Si la persona que viene a buscar ayuda esta demasiado bloqueada, podemos comenzar por cosas que no tengan que ver con lo sexual, como que vienen para tener el permiso de pasarla bien, por ejemplo les decimos que de ahora en adelante tienes que tener una tarde completamente para ti, pero qué voy a hacer preguntan, pues puedes ir al cine, puedes tomar café con una amiga que no has visto desde hace mucho tiempo, a hacer algo que sea para ti y muchas mujeres realmente sienten que no tienen permiso de hacer nada que no sea trabajo. Otras personas que no están tan bloqueadas, pueden empezar con tareas directamente que tengan que ver con su cuerpo, por ejemplo pedirles que tres veces a la semana, quiero que tomes cualquier cantidad de tiempo para ponerte una loción o un poco de crema en tu cuerpo, o quiero que separes media hora en la noche para que te des un masaje, tócate por donde quieras, siente tus manos, siente tu cuerpo, así las personas empiezan a irse motivando, a la misma vez que tiene mayor permisividad.

### **¿Cómo motivas a las mujeres a dejar ese sentido de sacrificio y a interesarse por su sexualidad, por su cuerpo, por su placer?**

Les pregunto si creen que su madre tenía razón y cuando se centran en lo que oyeron, dicen pues no, bueno y entonces por qué tienes que seguir tan obediente 30 años después, tu ya estás segura que lo que te dijo tu mamá es un poco tonto, que tú no cuentas, que tú no vales, que tú no tienes necesidades, que tú no vas a gozar, te parece qué es injusto, bueno basta de obedecer a mamá y entonces empiezan a obedecerme a mí, como yo les empiezo a dar permiso y cada vez las llevamos a situaciones más audaces por decirlo así, empiezan a tener gratificaciones y a pasarla bastante mejor.

### **¿A qué situaciones audaces te refieres? ¿Qué ejercicios les vas dejando?**

Hay unas tareas que hacen en casa que consiste en observar sus propios genitales, jugar con ellos, meter un dedo por donde quieran, de lo que se trata es

## **DRA. ROSA DORING**

de investigar. Siempre les explicamos que cuando eran niñas o que muchos bebés o todos los bebés están urgándose la nariz, se tocan las axilas, se tocan otras partes del cuerpo y que también los genitales tienen que ser explorados, muchísimas mujeres de más de 30, 40 y 50 años casadas y con hijos, pueden encontrar esto como una verdadera novedad, de pronto han tenido seis hijos y no tienen idea por donde salieron esos niños.

### **¿Una mujer cómo puede ir explorando sus genitales?**

Primero no le pedimos que toque realmente, sólo que observe, que coloque un espejo pequeño entre las piernas y que vea, la vamos llevando a que se familiarice con esta parte de su cuerpo, para que después los explore y logre estimularse.

### **¿Cómo podemos aprender a tener orgasmos?**

Pues yo creo que hay que empezar de poco en poquito, siendo audaces, no teniendo miedo, dejando atrás la vergüenza, atreviéndose a disfrutar y cuando digo disfrutar, no hablo solo de lo sexual, estamos hablando del tiempo, del uso de las prioridades, de las cosas que vamos libidizando, generalmente todas las mamás son bastante buenas madres, muchas son buenas parejas, pero muchas no son individuos, entonces cuando cada una vaya aceptando todo lo que ella representa, lo que tiene derecho, lo que puede disfrutar, pues entre esas cosas va a venir la sexualidad, en el mismo paquete, en el paquete de ser.

**ANEXO 3**  
**ENTREVISTA A**  
**DOCTOR CESAR VELASCO**  
**PSICOTERAPEUTA**  
**ASOCIACION MEXICANA PARA LA SALUD SEXUAL A.C.**  
**(AMSSAC)**  
**MIEMBRO DE LA FEDERACION MEXICANA**  
**DE SEXOLOGIA A.C.**  
**(FEMESS)**

**¿Qué es la anorgasmia?**

La anorgasmia es una disfunción sexual, hay que entender, la función sexual en hombres y mujeres esta comprendida en tres etapas básicas, la fase de deseo en primer lugar, la fase de excitación y la fase del orgasmo. En este sentido la dificultad para alcanzar o conseguir los orgasmos o la imposibilidad de ello, es la anorgasmia.

La anorgasmia no solo se da en mujeres, sino también en los hombres, pero es más frecuente en la mujer.

Durante mucho tiempo, se incluía a las mujeres que tenían ese problema dentro del concepto de frigidez.

Pero este concepto incluía a todas las mujeres con toda las disfunciones, es decir, mujeres con problemas de deseo, problemas de excitación, pero que no podían tener orgasmos.

De 20 años a la fecha, se ha cambiado la conceptualización y se ha separado a las mujeres de acuerdo a la fase de la función sexual donde tiene el problema.

**¿La anorgasmia es una incapacidad personal de sólo unas cuantas mujeres o corresponde más a un problema social?**

Por supuesto que es un problema individual de la mujer que lo sufre, también podría ser un problema en la relación de pareja, en muchas ocasiones el que una

## **DR. CESAR VELASCO**

mujer no tenga orgasmos en las relaciones sexuales con su pareja, con lleva a tener dificultades matrimoniales.

Y en otro sentido, si es un problema social, de acuerdo a que las causas más frecuentes de la anorgasmia están ancladas en patrones culturales equivocados, entonces en ese sentido, la anorgasmia si es un problema individual, pero también puede llegar a ser un problema social.

La cultura, por supuesto no promueve el desarrollo sexual de las personas, no solamente de las mujeres sino también de los hombres, pero yo creo que si, las víctimas con más frecuencia han sido las mujeres que los hombres.

### **¿Cuáles son los efectos de la anorgasmia?**

En términos generales, lo que causa la anorgasmia en una mujer en concreto, es en principio, una sensación de minusvalía, es decir, las mujeres con dificultades para alcanzar al orgasmo, se sienten menos mujeres que aquella que todos los demás llamamos entre comillas normales.

En segundo lugar, produce mucha inseguridad personal, es frecuente que las mujeres con anorgasmia tienen la fantasía o el temor que sus parejas busquen otras mujeres que si pueden tener orgasmos.

En otras ocasiones, depositan la culpa del problema en la pareja, pero no se lo dicen y la agreden, lo cual provoca un distanciamiento y muchas dificultades en su relación. Es común también, encontrar que las mujeres con anorgasmia, finjan que tienen orgasmo para no causar, eso piensan ellas, dificultades en su relación y mientras más mientan a ellas o a su compañero, la posibilidad de ayuda está aún más lejana.

### **¿Cómo las mujeres pueden aprender a tener orgasmos?**

En principio, se requiere un conocimiento del cuerpo y este conocimiento incluye los genitales, uno de repente se sorprende que algunas mujeres que llegan a nosotros con el problema, nunca en su vida han visto sus propios

## **DR. CESAR VELASCO**

genitales, como si fuese una parte que tienen ahí pegada a su cuerpo, pero que no es de ellas, eso es en primer paso.

En segundo lugar, sabemos que la gran mayoría de las mujeres que tienen orgasmos han aprendido solitas, esto se da en la infancia mediante la exploración del cuerpo y lo que se llama autoerotismo o masturbación, es un proceso normal y natural que se da en todos los seres humanos, se ha encontrado que las mujeres con anorgasmia no pasaron por esta etapa. Por eso durante el tratamiento, se dan una serie de ejercicios encaminados a reconocer su cuerpo y la búsqueda de sus sensaciones, con el objeto de que vayan encontrando su gratificación sexual.

**¿Se puede clasificar un orgasmo como clitoriano o vaginal, puede dividirse la experiencia orgásmica así?**

Esto es una discusión que empezó a raíz de que Freud dividió artificialmente la experiencia orgásmica en dos, actualmente sabemos gracias a los estudios de Masters y Johnson en relación a la función sexual, que lo anterior es un error, hay solo un orgasmo y durante la experiencia orgásmica responde todo el cuerpo, lo que cambia es la manera de alcanzar el orgasmo.

**¿Es más fácil llegar al orgasmo por la estimulación del clitoris?**

Si, la mayor parte de las mujeres requiere de la estimulación de su clitoris para alcanzar el orgasmo, esta estimulación puede ser a través de algunas posiciones, por sexo oral, la masturbación de ellas mismas o del compañero. De hecho parecería ser que la única función que tiene el clitoris en el cuerpo femenino, es la de proveerlas de placer sexual.

**¿Todas las mujeres tenemos la potencialidad de ser multiorgásmicas?**

Si, yo creo que esa es la manera adecuada de conceptualizarlo, es decir, una potencialidad, pero no quiere decir que todas las mujeres necesariamente tengan que ser multiorgásmicas, de hecho las experiencias pueden variar, hay mujeres

## **DR. CESAR VELASCO**

que con un solo orgasmo tienen suficiente y hay mujeres que algunas veces con uno no es suficiente y necesitan de tres o cuatro o más.

### **¿Realmente existe un punto G?**

Se ha discutido mucho al respecto a raíz de la aparición del libro, pero no se han replicado sus hallazgos. El punto G supuestamente es un área específica de la vagina de la mujer, más o menos de cinco centímetros de la entrada de la pared superior o anterior de la vagina, que aparece en situaciones de excitación sexual y es un punto de gran estimulación, de gran producción de sensaciones placenteras.

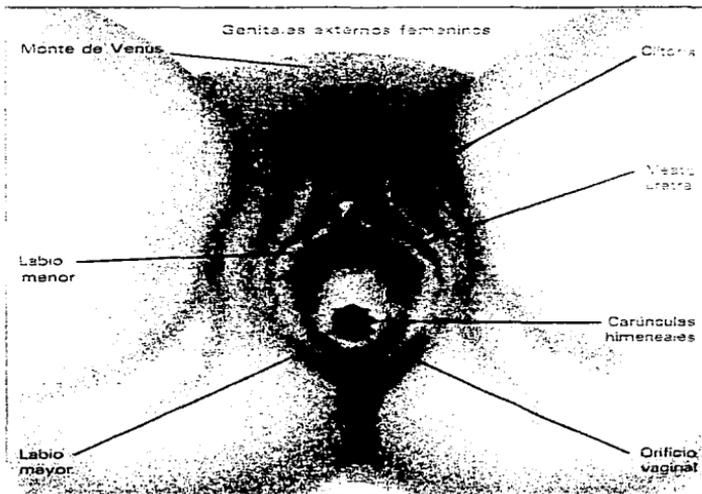
### **¿Las mujeres eyaculan?**

Si, existe la eyaculación femenina. Durante mucho tiempo se pensó que las mujeres que eyaculaban no tenían un buen control sobre la orina, de hecho muchas de las mujeres que eyaculan la sensación anterior a la eyaculación, es muy parecida, que no igual y no la misma, a la sensación de querer orinar, sabemos de hecho, este líquido tiene características especiales distintas a la de la orina u otras secreciones, es un líquido claro, de un olor muy característico, que no mancha la ropa de cama y la cantidad de eyaculación puede variar. Entonces una mujer que tiene eyaculación al momento del orgasmo, es algo completamente normal de lo cual no tendría que preocuparse o asustarse, si una mujer no eyacula, también es normal, es una variación biológica.

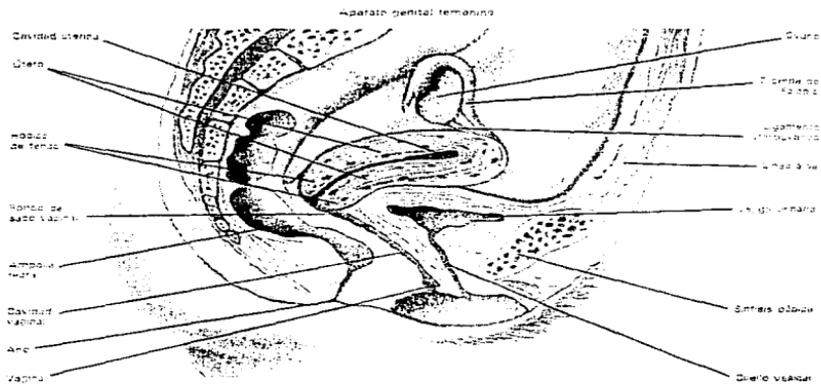
### **¿Qué perspectiva tiene la anorgasmia siendo una disfunción tan frecuente en la mujer?**

Es una de las disfunciones sexuales con mejor pronóstico cuando se entra a un tratamiento de terapia sexual, el promedio de tratamiento es alrededor de seis. Pero el primer paso para superar la anorgasmia, es saber que uno tiene el problema, mientras no se hable de esto, la posibilidad de solucionarlo es imposible.

## ANEXO 4

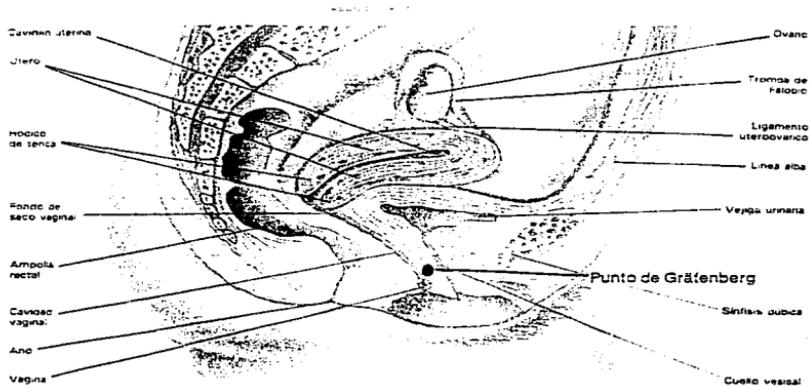


## ANEXO 5



*Estado normal de los órganos*

## ANEXO 6



El punto de Gräfenberg (órganos genitales femeninos internos)

## BIBLIOGRAFIA

- \* CARRILLO, MARIA ANA. ANALISIS FEMINISTA, FEM. MEXICO, VOL. 12, NO. 71, 1988.
- \* CETE-JICA. MANUAL DE EDICION Y POSTPRODUCCION PARA TELEVISION, SEP. MEXICO, 1996.
- \* CETE-JICA. PRODUCCION AVANZADA PARA TELEVISION, SEP. MEXICO, 1992.
- \* CONAPO. ANTOLOGIA DE LA SEXUALIDAD HUMANA, VOL. I. II. III, ED. PORRUA, MEXICO, 1995.
- \* C. SANCHEZ, RAFAEL. MONTAJE CINEMATOGRAFICO, ARTE DEL MOVIMIENTO, ED. POMAIRES, ESPAÑA, 1976.
- \* FIELD SYD. EL LIBRO DEL GUION, FUNDAMENTOS DE ESTRUCTURA DE GUIONES, ED. PLOT, ESPAÑA, 1995.
- \* GUTIERREZ VEGA, HUGO. INFORMACION Y SOCIEDAD, ED. FONDO DE CULTURA ECONOMICA, MEXICO, 1987.
- \* HEIMAN R., JULIA; LOPICCOLO, JOSEPH. PARA ALCANZAR EL ORGASMO, ED. GRIJALBO, MEXICO, 1990.
- \* HITA DUSSEL, M. GRACIELA, MUJER, SEXO Y RELIGION, FEM, MEXICO, VOL. 33, NO. 84, 1989.
- \* KAHN L., ALICE; WHIPPLE, BERVEL.. EL PUNTO G Y OTROS DESCUBRIMIENTOS RECIENTES DE SEXOLOGIA, ED. GRIJALBO, MEXICO, 1983.

- \* LAMAS, MARTHA. SEXUALIDAD FEMENINA. FEM. MEXICO, VOL. 13, NO. 82, 1989.
- \* LAMAS, MARTHA. PLACER O REPRESIÓN. FEM. MEXICO. VOL. 11, NO. 16, 1988.
- \* MASTERS H, WILLIAM; JOHNSON E. VIRGINIA. EL VINCULO CON EL PLACER. ED. GRIJALBO, MEXICO, 1983.
- \* MASTERS H., WILLIAM; JOHNSON E. VIRGINIA. HETEROSEXUALITY, FEMALE SEXUAL DYSFUNCTIONS. HEPER COLLINS. NEW YORK. 1994.
- \* MASTERS H., WILLIAM. JOHSON E. VIRGINIA. RESPUESTA SEXUAL HUMANA. ED. INTERMEDIA, BUENOS AIRES. 1970.
- \* MAZA PEREZ. MAXIMILIANO. GUIÓN PARA MEDIOS AUDIOVISUALES CINE, RADIO Y TELEVISION. ED. ED. ALHAMBRA MEXICANA. MEXICO. 1996.
- \* MELENDEZ CRESPO, ANA. T.V. EDUCATIVA, UN MODO DE PLANEAR PROGRAMAS. UAM AZCAPOZALCO. MEXICO., 1970.
- \* KAPLAN. HELEN. MANUAL ILUSTRADO DE TERAPIA SEXUAL. ED. GRIJALBO, MEXICO. 1983.

## FUENTES

- \* **ASOCIACION MEXICANA PARA LA SALUD SEXUAL A.C.**  
(AMSSAC)  
TEXOQUIPA -26  
COL. LA JOYA TLALPAN.  
TEL. 573-3460.
  
- \* **ASOCIACION MEXICANA DE PSICOTERAPIA ANALITICA DE GRUPO.**  
(AMPAG)  
MOLINO DEL CAMPO -64  
COL. SAN MIGUEL CHAPULTEPEC  
TEL. 515-1041
  
- \* **FEDERACION MEXICANA DE EDUCACION SEXUAL Y SEXOLOGIA A.C.**  
(FEMESS)  
TEZOQUIPA -26  
COL. LA JOYA TLALPAN  
TEL (52-5) 573-3460.
  
- \* **EL COLEGIO DE MEXICO. PROGRAMA INTERDISCIPLINARIO DE ESTUDIOS DE LA MUJER.**  
(PIEM)  
PERIFÉRICO SUR  
COL. FUENTES DEL PEDREGAL.
  
- \* **UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO.**  
**FACULTAD DE PSICOLOGIA.**

## **ENTREVISTAS**

- \* **MTRA ALMA ALDANA, PSICOTERAPEUTA.**  
ENTREVISTA REALIZADA EN FEMESS, EL 17 DE SEP. DE 1996. TEMA ANORGASMIA FEMENINA.
- \* **DRA. ROSA DORING, PSICOTERAPEUTA.** ENTREVISTA REALIZADA EN AMPAG, EL 19 DE SEP. DE 1996. TEMA ANORGASMIA FEMENINA.
- \* **DR. CESAR VELASCO, PSICOTERAPEUTA.** ENTREVISTA REALIZADA EN AMSSAC. EL 17 DE SEP. DE 1996. TEMA ANORGASMIA FEMENINA.
- \* **TESTIMONIALES DE MUJERES Y HOMBRES REALIZADOS**  
EL 19 DE SEP. DE 1996. EN DOMICILIO PARTICULAR.