

ZONAS ERÓGENAS

En una gran mayoría de mujeres la oreja es siempre sensible. De su estimulación mediante los dedos índice y pulgar o mediante caricias labiales o linguales del lóbulo puede obtenerse un grado inicial de excitación que habrá que intensificar actuando sobre otras zonas de mayor capacidad erógena. Otras mujeres, en cambio, sólo pueden tolerar momentáneamente el jugueteo con sus orejas. Aunque se produce la sensación consiguiente, ésta sólo ocurre en un grado limitado y es de un tipo parecido al del cutis anserino (carne de gallina). Pero, no obstante, tiene el efecto de hacerles desear un beso, de manera que, por lo general, inmediatamente después de retirar su oreja, volverán su boca buscando la del compañero.

Otra zona tan sensible o más que la oreja es la zona del cuello. El cuello femenino es muy sensible en la línea que va directamente desde el extremo del hombro hasta la oreja, y hasta un punto a mitad de distancia entre la garganta y la nuca. La mujer, pues, responderá a los besos o a los ligeros movimientos de la lengua sobre estas regiones del mismo modo que lo hará en el caso de la oreja. La superficie superior del hombro contiene también puntos erógenos.

Una de las zonas erógenas más importantes es la boca, en la que se engloban los labios y la lengua. En consecuencia, el beso es el factor más importante del juego amoroso y de los preliminares del coito. Hay diversos tipos de besos y las clásicas imágenes de besos a que el cine nos tiene acostumbrados no son siempre necesariamente los que más atraen a la mujer. Algunas, por ejemplo, prefieren besar y ser besadas con la superficie interior de los labios. Hay mujeres que besan muy poco y prefieren ser besadas, limitándose a colocar los labios a disposición del cónyuge. Otras, en cambio, gustan de que se las bese en el labio inferior; esto es, el labio inferior queda entre los labios del cónyuge y éste lo acaricia con su lengua. Existen también las mujeres a quienes le agrada un beso en el cual la boca masculina envuelve a ambos labios femeninos, lamiéndolos con la lengua. Otras, finalmente, prefieren siempre el beso de tipo convencional: besar y ser besadas solamente con la cara exterior de los labios apretados. Por supuesto no hay demasiada intimidad en este tipo de beso.

La más íntima de todas las formas, y a la vez una de las más populares, practicada por un 50% de las mujeres, es el "beso francés" o soul kiss, beso del alma, como también se le llama. En él los cónyuges se besan con la boca abierta, introduciendo y sacando la lengua en la boca del cónyuge "partenaire"; ambos crean con sus lenguas un cierto movimiento de vaivén y eventualmente el varón atrae la lengua de la mujer dentro de su propia boca y la retiene allí. Generalmente, la mayoría de las mujeres quieren recibir los besos de un modo suave y tierno, aunque las hay que los prefieren de forma vehemente y casi dolorosa.

Otra zona erógena de especial importancia en el cuerpo femenino es la región mamaria. La sensibilidad de los pezones es suficiente por sí misma para llevar a la mujer a un gran estado de excitación erógena. El tamaño de los senos no tiene ningún influjo sobre la sensibilidad, como tampoco el del pezón. En cualquier circunstancia, el acariciar los senos de una mujer y frotar sus pezones le resulta a ésta placentero y satisfactorio. Aunque los senos son sensibles a las caricias manuales, la excitación que se suscita cuando se los besa o

succiona suele ser mucho más intensa. Muchas mujeres reaccionan con un violento temblor a estas caricias; tempo que las sacude de tal modo, de la cabeza a los pies, que se perciben fácilmente las vibraciones.

Una zona erógena no tan importante es la cintura, de modo primordial ante el contacto de la boca y principalmente en la región que está directamente sobre las caderas y que se extiende hasta la mitad de distancia al centro del vientre. Siguen a esta zona las ingles que, siendo directamente adyacentes a los genitales, son sensibles al contacto de la mano y de la boca. También tienen su importancia erógena la cara interna de los muslos y la zona que esta directamente sobre la rodilla. La cara interna del muslo es particularmente sensible a las caricias manuales y, cuando se la recorre rápidamente con la lengua, desde la rodilla hasta la ingle, puede provocar una gran excitación tanto en el varón como en la mujer. Respecto a la zona que está situada sobre la rodilla, es extraño, pero cierto, que muchas mujeres experimentan un alto grado de excitación cuando se estruja continuamente con la mano esta región. Es interesante observar que las nalgas, así como las piernas por debajo de la rodilla son zonas completamente inútiles como excitantes en lo que respecta a intimidades de alcoba.

Naturalmente, las zonas erógenas fundamentales en la mujer son la vulva o genitales externos: clítoris, labios menores, la zona que los rodea y la entrada vaginal. De todas éstas, el clítoris es con mucho la región más importante de todo el cuerpo femenino en la inducción erógena y en la producción de la gratificación sexual.

El clítoris es un pequeño órgano peniforme cuya longitud varia por lo general de 18 a 25 milímetros. En su mayor parte está bajo la superficie dejando descubierta sólo una parte en forma de borla que es el glande o extremo del clítoris. Está ubicado de modo aproximado en la parte superior de la unión de los labios menores. En estado normal este pequeño órgano es blanco e insensible y su glande difícilmente sobresale de la piel. A menos que uno sepa exactamente dónde está, el dedo recorriendo esta zona podría pasarlo por alto muy fácilmente. Muchos hombres y mujeres ignoran su existencia, y también es curioso que varios que han oído hablar de él, no sepan dónde localizarlo.

Tan pronto como una mujer se excita sexualmente, se produce la erección del clítoris y este pierde su blanca flexibilidad, de modo parecido a como reacciona el pene masculino en su excitación. Entonces se puede percibir claramente el glande y se puede provocar en él la sensación más deliciosa, culminando finalmente en el orgasmo. Si bien habitualmente el glande del clítoris abulta sólo sobre la superficie, en muchos casos dicho órgano sobresale mucho más; en cambio a veces sólo se puede percibir el glande presionando en este lugar. No es difícil comprender por qué tantos hombres y mujeres no se percatan de la existencia de este importante órgano. Dado que la mayoría de los hombres se inclinan a iniciar el coito antes de que ellas hayan sido suficientemente excitadas por los preliminares eróticos, el clítoris no se encuentra en estado erecto y no se percibe como diferente a cualquier otro tejido cercano a la vagina. Además, a pesar de su sensibilidad, con frecuencia se requieren algunos minutos de suave frotamiento no sólo para causar la erección de l clítoris sino para producir una sensación agradable.

Mientras que en todas las mujeres este órgano es asiento principal del orgasmo, en por lo menos el 40% de ellas la sensación orgástica está localizada exclusivamente allí. Estas mujeres no muy sensibilizadas eróticamente presentan las otras zonas de la vulva, así como el interior de la vagina, completamente insensibles. Las mujeres medianamente sensibilizadas en sus zonas erógenas poseen una moderada sensibilidad en la vulva. Este conjunto de mujeres es capaz de tener un orgasmo independientemente del contacto del clítoris con el dedo o el pene. Su dinámica sexual descansa en un ritmo rápido y violento que provoca una perturbación en toda el área genital. Este movimiento violento caracterizado por profundas penetraciones en la vagina tiene también el poder, por la fuerza de su impulso, de colocar la zona que está encima del pene en contacto con el clítoris y de crear una fuerte inervación en las partes musculares que cubren la vagina y que puede extenderse hasta la zona del clítoris. Este tipo de mujeres se entrega característicamente a un violento meneo genital llegando a ir al encuentro del varón en su impulso como para hacer que el clítoris choque contra el pene, y en ocasiones lo logran haciendo flexional el pene.

Finalmente hay mujeres muy sensibilizadas erogénicamente que, además de la sensibilidad tan acusada del clítoris, tienen igualmente sensibles los labios menores, las zonas adyacentes, la entrada vaginal y la zona interna del canal vaginal, donde sobresale el cuello del útero. Entonces se puede lograr un orgasmo sin participación del clítoris.

También hay que considerar las zonas erógenas del varón. Estas reducen en la mayor parte de los componentes del sexo masculino a la zona genital y a la boca. De un modo general la boca de la mujer puede estimular al varón en cualquier parte, pero su mano sólo lo hace en los genitales. Específicamente responden solamente al contacto oral el cuello, la boca, las tetillas, la cintura, la ingle, los genitales y la cara interna de los muslos. La oreja y el hombro están fuera de consideración. Prácticamente pues, las únicas zonas erógenas del varón que entran en juego son la boca y los genitales.

Transcrito por: [Marco A. Macías](#)