

1 **Las características clave de**

2 **la respuesta sexual humana**

3

4

5

6

7

8

9 **Autora:** Jane Thomas, BSc

10 **Twitter:** <https://x.com/LrnAbtSexuality>

11 **LinkedIn:** <https://www.linkedin.com/in/learn-about-sexuality/>

12 **ResearchGate:** <https://www.researchgate.net/profile/Jane-Thomas-18>

13 **Sitio web de la autora:** <https://www.nosper.com>

14 **Dirección de correo electrónico:** [jane@nosper.com](mailto:jane@nosper.com)

15 **Ubicación:** Reino Unido

16 **Divulgaciones:** toda la investigación se financia con recursos privados del autora.

17 **Agradecimientos:** a mi marido Peter por su apoyo técnico y moral, así como a mis fieles

18 seguidores en las redes sociales por su incansable apoyo durante muchos años.

## 19 Resumen

20 **Antecedentes:** Actualmente no existe una descripción detallada de la respuesta sexual  
21 masculina que permita evaluar las afirmaciones sobre la respuesta sexual femenina.

22 **Objetivo:** Describir los elementos clave de la respuesta sexual masculina para ayudar a definir  
23 una respuesta femenina equivalente.

24 **Método:** Un nuevo enfoque de investigación consiste en definir la respuesta sexual masculina  
25 en términos de técnicas psicológicas y físicas específicas que permitan la comparación con su  
26 equivalente femenino. Este artículo intenta responder a las siguientes preguntas:

27 ¿Qué provoca la respuesta sexual en una persona?

28 ¿Cuál es el papel de la excitación mental en la respuesta sexual?

29 ¿Cuál es la importancia del clítoris en el orgasmo femenino?

30 ¿Qué entorno favorece la respuesta sexual?

31 ¿Cuál es el papel del deseo sexual masculino?

32 ¿Cuáles son las características clave de la respuesta sexual?

33 **Fortalezas y limitaciones:** Este enfoque proporciona una descripción de la sexualidad que  
34 refleja la realidad. Sin embargo, el interés de los hombres por la sexualidad femenina y la  
35 correspondiente falta de interés de las mujeres implica que se requiere un trabajo significativo  
36 para actualizar las creencias actuales sobre la respuesta sexual femenina.

37 **Conclusión:** Las características clave de la respuesta sexual incluyen la estimulación de una  
38 anatomía consistente con una actividad que finaliza el orgasmo y se centra en alcanzarlo.

39 **Palabras clave:** respuesta sexual, estímulos eróticos, técnicas de estimulación.

- 40 **Lenguaje gobernante:** En caso de cualquier discrepancia o inconsistencia entre esta  
41 traducción y el original, tendrá prioridad la versión en inglés.

|    |   |           |
|----|---|-----------|
| 42 | <b>Tabla de contenido</b>   |           |
| 43 | <b>Introducción</b>   | <b>1</b>  |
| 44 | La capacidad de respuesta es vital para la función reproductiva masculina | 2         |
| 45 | Sólo los hombres responden a los estímulos eróticos del mundo real        | 3         |
| 46 | Las mujeres receptivas alcanzan el orgasmo masturbándose solas            | 5         |
| 47 | Incluso las mujeres receptivas no tienen orgasmos con un amante           | 6         |
| 48 | Sólo los hombres tienen el impulso sexual de tener relaciones sexuales    | 7         |
| 49 | Las características clave de la respuesta sexual humana                   | 9         |
| 50 | <b>Conclusión</b>   | <b>11</b> |
| 51 | <b>Referencias</b>  | <b>12</b> |
| 52 |   |           |

## 53 Introducción

54 La respuesta sexual es un fenómeno del sistema nervioso central (Kinsey et al., 1948). La  
55 receptividad sexual es una capacidad instintiva del cerebro para responder a los estímulos  
56 eróticos. Cuanto más receptivos somos, más frecuentemente llegamos al orgasmo. Los  
57 hombres son mucho más receptivos que las mujeres, en promedio (Kinsey et al., 1953). Si una  
58 persona nunca se excita, es insensible, en lugar de disfuncional. Es completamente normal y  
59 habitual que las mujeres sean insensibles.

60 La receptividad se aplica a las personas postadolescentes. Los bebés varones pueden  
61 experimentar erecciones. Pero el ciclo de excitación masculina solo se regulariza a partir de la  
62 adolescencia (la edad de la primera eyaculación). La receptividad masculina implica la  
63 excitación mental (evidenciada por la tumescencia del falo) y el orgasmo (evidenciado por la  
64 eyaculación de espermatozoides). No hay un aumento correspondiente en la receptividad  
65 femenina durante la adolescencia. En la pubertad, las niñas desarrollan los senos (glándulas  
66 mamarias) y comienza la ovulación mensual. Estos cambios se relacionan con la función  
67 reproductiva femenina.

68 La respuesta sexual se inicia cuando la mente responde a estímulos eróticos. La excitación  
69 mental provoca tumescencia (el cerebro aumenta el flujo sanguíneo a los genitales) y nos  
70 motiva a estimular el falo instintivamente. Al concentrarse en los estímulos eróticos, la tensión  
71 sexual aumenta hasta liberarse en forma de orgasmo, que incluye espasmos musculares  
72 pélvicos y una sensación de satisfacción mental. Las técnicas de orgasmo consisten en  
73 estímulos mentales y físicos que nos provocan orgasmos de forma constante. Las sensaciones  
74 placenteras de excitación y orgasmo nos motivan a repetir la actividad.

75 Las conductas instintivas surgen cuando disfrutamos de la excitación que generan los estímulos  
76 eróticos, independientemente de la relación. Las conductas conscientes surgen cuando un  
77 receptor (hombre o mujer) coopera con la relación sexual a cambio de recompensas  
78 emocionales, políticas o económicas. Las respuestas emocionales de las mujeres con una pareja  
79 no se equiparan a las respuestas eróticas de los hombres, pero pueden motivarlas a ofrecer  
80 relaciones sexuales regulares que incentivan a los hombres a entablar relaciones de apoyo.

## 81 **La capacidad de respuesta es vital para la función 82 reproductiva masculina**

83 La respuesta sexual masculina es vital para la supervivencia de la especie, ya que el orgasmo  
84 masculino desencadena la eyaculación. La respuesta sexual femenina no afecta la  
85 reproducción. Una mujer puede quedar embarazada mediante el coito independientemente de  
86 su respuesta sexual (excitación y orgasmo).

87 El desarrollo en el útero y en la adolescencia no favorece la receptividad femenina.  
88 Inicialmente, cada embrión tiene un falo externo (razón por la cual no se puede determinar el  
89 sexo del bebé en las primeras semanas de embarazo). Posteriormente, el falo femenino se  
90 integra en el cuerpo, dejando solo visible el glande. Dado que el clítoris es un órgano interno,  
91 la tumescencia ( posible evidencia de excitación mental) no es fácil de confirmar en las mujeres.  
92 Al igual que un hombre no puede evitar ser receptivo, una mujer no puede evitar ser insensible.  
93 Incluso una mujer receptiva, que se masturba hasta el orgasmo, solo es consciente de su  
94 excitación al masturarse. El clítoris solo es tumescente (no rígido como el pene), ya que la  
95 mujer carece de los músculos equivalentes que mantienen el pene erecto. Las mujeres no sufren  
96 de "huevos azules" (debido al cansancio de los músculos masculinos que mantienen la  
97 erección).

98 Las mujeres tienen un rol sexual pasivo: cooperan con la penetración. Su único rol proactivo  
99 es estimular el orgasmo masculino, lo que reduce el tiempo que la mujer necesita invertir. Dado  
100 que el rol femenino implica ofrecer un orificio para que el hombre eyacule, las mujeres pueden  
101 continuar la actividad sexual casi indefinidamente. Las mujeres reciben pago por sexo con más  
102 frecuencia que los hombres porque, al no tener la distracción de su propia excitación, pueden  
103 concentrar sus esfuerzos en facilitar el orgasmo masculino. Los hombres no pueden pasar horas  
104 disfrutando de la actividad sexual debido a su intensa excitación con una pareja.

105 La sexualidad masculina tiene ventajas clave. En primer lugar, el orgasmo masculino  
106 desencadena la eyaculación, vital para la reproducción. En segundo lugar, el impulso sexual  
107 masculino inicia la intimidad entre adultos. Normalmente, una mujer responde al interés sexual  
108 de un hombre por ella (porque su cuerpo lo excita). En tercer lugar, el impulso sexual masculino  
109 proporciona a la mujer los medios para incentivar a un hombre a mantener una familia.

## 110 **Sólo los hombres responden a los estímulos eróticos 111 del mundo real**

112 Erótico implica una asociación con los genitales o el sexo con penetración. Los estímulos  
113 eróticos se perciben mediante los sentidos o se imaginan. Los desencadenantes de la excitación  
114 pueden ser reales (estímulos como los genitales que sugieren sexo con penetración) o  
115 conceptuales (fantasías, recuerdos eróticos o anticipación). La excitación masculina puede  
116 ocurrir espontáneamente debido a las hormonas (erecciones matutinas y sueños húmedos). Pero  
117 los hombres se excitan principalmente por desencadenantes eróticos visuales (como la  
118 presencia de una pareja que indica una oportunidad para el coito). Los hombres heterosexuales  
119 que viven separados de las mujeres experimentan poca excitación (Kinsey et al., 1948). Los

120 desencadenantes del mundo real son muy efectivos para los hombres, pero ineficaces para las  
121 mujeres, ya que se relacionan con oportunidades relevantes para un hombre con penetración.

122 No elegimos qué tipo de estímulos eróticos nos excitan. Un adolescente no elige excitarse con  
123 las chicas. Simplemente sucede, o no, sin explicación alguna. Los hombres se excitan  
124 mentalmente mucho antes de tener relaciones sexuales, por lo que una mujer tiene la impresión  
125 (al observar a los hombres) de que el orgasmo depende únicamente de la estimulación física.  
126 La estimulación física puede causar excitación masculina debido a la respuesta mental  
127 masculina a la estimulación. Pero incluso la felación o la masturbación (que no dependen de  
128 una erección) requieren la excitación mental del hombre antes de que su pene responda a la  
129 estimulación. Dada la prevalencia del orgasmo masculino, cabría esperar que cualquier  
130 respuesta sexual femenina tuviera características en común con la experiencia masculina.

131 Los hombres heterosexuales pueden aceptar que ser el receptor de la eyaculación masculina  
132 (en la boca o el ano) no les resulte excitante. Pero asumen que la función sexual de las mujeres  
133 es responder a la necesidad sexual masculina (independientemente de la inercia de la vagina).  
134 No hay nada erótico en ser el receptor de la eyaculación masculina. Solo el rol del hombre que  
135 penetra es erótico, razón por la cual la mente masculina responde a muchos más estímulos  
136 eróticos que la femenina. La excitación femenina es en gran medida subconsciente. Una mujer  
137 receptiva genera excitación mental a partir de fantasías eróticas surrealistas al identificarse  
138 (física y psicológicamente) con el hombre que la penetra.

139 **Las mujeres receptivas alcanzan el orgasmo**

140 **masturbándose solas**

141 ¿Cómo pueden las mujeres alcanzar el orgasmo con estímulos diferentes (conexión emocional  
142 y estimulación indirecta del clítoris) a los que utilizan los hombres (excitaciones eróticas y  
143 estimulación directa del pene)? No es creíble que cada mujer tenga orgasmos de maneras  
144 completamente distintas, ni que la misma mujer tenga orgasmos de formas distintas en distintas  
145 ocasiones. El orgasmo no ocurre por casualidad. Sabemos cómo ocurre porque hemos  
146 descubierto técnicas fiables para alcanzar el orgasmo, tanto con estímulos eróticos como con  
147 estimulación genital.

148 Las características de la respuesta sexual masculina incluyen: (1) Excitación mental por  
149 estímulos eróticos; (2) Masaje rítmico del cuerpo del falo; (3) Empujes pélvicos rítmicos  
150 instintivos; y (4) Una liberación sexual única resultante de la concentración mental y los  
151 empujes, que finaliza al alcanzar el orgasmo. Estas características se reflejan en las técnicas  
152 que utiliza una mujer receptiva para masturbarse hasta el orgasmo. Los empujes pélvicos son  
153 comunes entre los mamíferos. Una mujer receptiva adopta instintivamente una posición que  
154 facilita los empujes pélvicos hasta el orgasmo.

155 “the techniques of masturbation usually offer the female the most  
156 specific and quickest means for achieving orgasm. For this reason  
157 masturbation has provided the most clearly interpretable data which  
158 we have on the anatomy and the physiology of the female’s sexual  
159 responses and orgasm.” [Las técnicas de masturbación suelen ofrecer  
160 a la mujer el medio más específico y rápido para alcanzar el orgasmo.

161 Por esta razón, la masturbación ha proporcionado los datos más  
162 claramente interpretables que tenemos sobre la anatomía y la  
163 fisiología de las respuestas sexuales femeninas y el orgasmo.] (Kinsey  
164 et al, 1953, p. 132)

165 Cuando un hombre está excitado pero no puede tener relaciones sexuales, puede experimentar  
166 una frustración sexual significativa. Sin embargo, los hombres no consideran su dependencia  
167 de la penetración y, en consecuencia, de una pareja como una limitación debido a la excitación  
168 y liberación sexual óptimas que disfrutan del coito. Un hombre se excita mental y físicamente  
169 con la penetración. El impulso sexual de los hombres los hace dependientes de la actividad  
170 sexual social. Las mujeres no tienen esta dependencia.

171 Incluso una mujer receptiva no puede alcanzar el orgasmo con el coito porque no puede adoptar  
172 la posición correcta que le permita el empuje pélvico necesario para el orgasmo. La penetración  
173 vaginal le impide estimular correctamente el clítoris interno. La presencia de una pareja le  
174 impide concentrarse en la fantasía necesaria para generar su excitación mental desde cero.

175 **Incluso las mujeres receptivas no tienen orgasmos con  
176 un amante**

177 Se asume que las mujeres responden a diversos tipos de estimulación directa e indirecta. Toda  
178 esta estimulación es proporcionada por su pareja, ya que a la mayoría de las mujeres les  
179 desagrada tocarse los genitales (incluso los propios), ya que los consideran feos y malolientes.  
180 Normalmente, el hombre debe insertar el pene para iniciar el acto sexual. Al hablar de sexo con  
181 penetración (vaginal y anal), así como de felación, podemos diferenciar entre los roles del  
182 hombre que penetra y el receptor (masculino o femenino). En el caso del receptor, la anatomía  
183 varía según el orificio por el que eyacula el penetrador. Si las mujeres tuvieran orgasmos, la  
184 anatomía y la técnica de estimulación serían consistentes, y las mujeres comprenderían el papel  
185 de los factores excitantes en la respuesta sexual.

186 “Female sexuality has been seen essentially as a response to male  
187 sexuality and intercourse. There has rarely been any

188 acknowledgement that female sexuality might have a complex nature  
189 of its own which would be more than just the logical counterpart to  
190 (what we think of as) male sexuality.” [La sexualidad femenina se ha  
191 visto esencialmente como una respuesta a la sexualidad masculina y a  
192 las relaciones sexuales. Rara vez se ha reconocido que la sexualidad  
193 femenina podría tener una naturaleza compleja propia, que sería más  
194 que la contraparte lógica de (lo que consideramos) la sexualidad  
195 masculina.] (Hite, 1976, p. 11)

196 Las características propuestas en otros estudios para la respuesta sexual femenina incluyen (1)  
197 la excitación derivada de respuestas emocionales; (2) el glande del clítoris siendo arrastrado  
198 rítmicamente por el pene que penetra o el pene golpeando el clítoris a través de las paredes de  
199 la vagina; (3) la mujer yace inerte mientras el hombre penetra; y (4) el orgasmo no afecta la  
200 capacidad de la mujer para continuar la actividad sexual.

201 El orgasmo es una liberación espontánea que coincide con el punto máximo de la excitación.  
202 Sin embargo, la mujer no puede controlar la duración de la estimulación del coito (el tiempo  
203 entre la erección masculina y la eyaculación). La mejor manera de demostrar que una receptora  
204 no puede alcanzar el orgasmo durante el coito es hablar de la mecánica. Si un hombre alcanza  
205 el orgasmo primero, la estimulación que se presume causa el orgasmo femenino cesa. Si una  
206 mujer alcanzara el orgasmo primero, querría que la estimulación cesara. Solo un orgasmo  
207 fingido puede cronometrarse para que coincida con el orgasmo de un amante.

208 **Sólo los hombres tienen el impulso sexual de tener  
209 relaciones sexuales**

210 En la naturaleza, el hombre es el agente proactivo de la reproducción. Sin embargo, la  
211 excitación masculina (erección) y el orgasmo (eyaculación) por sí solos no pueden garantizar  
212 la reproducción. Un hombre también debe estar motivado para eyacular en la vagina. Los  
213 hombres disfrutan del placer mental y físico del coito, pero también son profundamente

214 conscientes de la necesidad de utilizarlo para completar su ciclo de excitación. El orgasmo  
215 masculino es el resultado de la penetración y el empuje, y pone fin al placer erótico masculino.

216 El impulso sexual es un impulso biológico masculino significativo para tener relaciones  
217 sexuales. El impulso sexual depende de la psicología sexual propia del hombre (una persona  
218 que nace con pene). Los hombres homosexuales tienen un impulso equivalente para penetrar a  
219 su pareja. Rosemary Basson (2000) afirmó: "To some degree, men experience their desire as  
220 independent of context - often choosing to use the word 'drive'." [Hasta cierto punto, los  
221 hombres experimentan su deseo como independiente del contexto, y a menudo optan por  
222 utilizar la palabra "impulso".] (p. 52)

223 El impulso sexual masculino garantiza la estimulación de una anatomía masculina consistente.  
224 Una mujer receptiva también estimula una anatomía consistente al masturarse. La anatomía  
225 femenina es diferente en un amante masculino, ya que el hombre estimula la anatomía que lo  
226 excita. Las mujeres no se sienten motivadas a obtener estimulación con un amante debido a su  
227 falta de excitación mental. Los mamíferos utilizan la posición del perrito (entrada trasera) para  
228 el apareamiento. Esta posición (el hombre de pie detrás de la mujer) proporciona una excitación  
229 visual masculina, pero enfatiza el rol subyugado de la mujer como receptora de la eyaculación  
230 masculina.

231 La posición del misionero (la mujer boca arriba con el hombre encima) es la posición por  
232 defecto para hacer el amor. El hombre controla su propia estimulación y embestidas, mientras  
233 que la mujer requiere un esfuerzo mínimo. Sin embargo, esta posición hace evidente su falta  
234 de respuesta a su amante. Mientras que los hombres se centran en las recompensas eróticas del  
235 coito, las mujeres disfrutan de las recompensas emocionales de hacer el amor con la parte  
236 superior del cuerpo (besos y caricias) como una actividad de conexión emocional en las  
237 relaciones a largo plazo (debido a la falta de estimulación física y erótica que el coito

238 proporciona al receptor). Las mujeres no tienen impulso sexual. Nadie puede sentir el impulso  
239 de ser penetrado por un pene u otro objeto. Tampoco podemos sentir el impulso de que otra  
240 persona nos haga algo. Basson (2000) dijo: “compared to men whose responses are influenced  
241 more by testosterone, women have a lower biological urge to be sexual for release of sexual  
242 tension” [En comparación con los hombres, cuyas respuestas están más influenciadas por la  
243 testosterona, las mujeres tienen un menor impulso biológico de ser sexuales para liberar la  
244 tensión sexual.] (p. 52). El éxito reproductivo depende no solo de las relaciones sexuales, sino  
245 también de que la mujer críe una familia. La falta de respuesta de una mujer con un amante y  
246 su falta de deseo sexual le permiten una mayor objetividad al elegir las circunstancias en las  
247 que se embaraza. Optimiza su éxito reproductivo al elegir una pareja que probablemente la  
248 apoye durante las décadas necesarias para criar a un hijo hasta la madurez.

## 249 **Las características clave de la respuesta sexual 250 humana**

251 Los hombres podrían pensar que es increíble que muchas mujeres se estimulen sin alcanzar el  
252 orgasmo (Kinsey et al., 1953) y, sin embargo, los hombres, familiarizados con la naturaleza de  
253 la respuesta, estimulan a mujeres que nunca llegan al orgasmo durante décadas. De igual  
254 manera, los hombres pueden aceptar que las mujeres hablen de hacer el amor y describan su  
255 excitación en términos de factores emocionales, pero saben que la excitación depende de  
256 estímulos eróticos y que una relación no tiene nada que ver con la respuesta sexual.

257 La estimulación mental y física que provoca el orgasmo debe continuar hasta el orgasmo, pero  
258 preferiblemente no más allá, por varias razones. Primero, si el objetivo de la actividad era el  
259 orgasmo, lo hemos logrado. Segundo, la fantasía u otro estímulo mental ya no es efectivo  
260 porque se ha liberado la excitación resultante. Tercero, el aumento del flujo sanguíneo que

261 causó la tumescencia del falo también se ha liberado y la estimulación continua ya no es  
262 cómoda ni relevante. Por estas razones, se requiere un período de descanso antes de intentar  
263 otro orgasmo. Propongo que los siguientes elementos clave definen la respuesta sexual (el ciclo  
264 de excitación, desde la excitación mental inicial hasta la liberación sexual final), siendo la  
265 receptividad sexual un prerequisito:

266 (1) **Receptividad sexual:** El cerebro de una persona receptiva responde positivamente a los  
267 estímulos eróticos enviando sangre al órgano eréctil, motivándola a estimular el falo.

268 (2) **Excitación mental:** La excitación psicológica se desarrolla cuando el cerebro responde a  
269 estímulos eróticos (una persona, un objeto o una fantasía). La excitación masculina es  
270 espontánea; la excitación femenina debe generarse.

271 (3) **Anatomía consistente:** El flujo sanguíneo dentro del falo se masajea en combinación con  
272 empujes rítmicos mientras la persona disfruta de la excitación por la estimulación física y  
273 mental.

274 (4) **El orgasmo finaliza la actividad:** La excitación mental y física acumulada se libera en  
275 forma de contracciones pélvicas placenteras. La calidad del orgasmo varía. Idealmente, nos  
276 sentimos relajados y saciados.

277 **Conclusión**

278 (1) Una descripción detallada de la respuesta sexual masculina (que incluye estímulos eróticos,  
279 así como una anatomía y una técnica de estimulación consistentes) ayuda a identificar un  
280 equivalente femenino.

281 (2) La capacidad de respuesta es el primer requisito para que una persona alcance el orgasmo,  
282 que es una respuesta fiable y repetible de la mente y el cuerpo, independientemente del sexo y  
283 la orientación sexual.

284 (3) El orgasmo pone fin a la capacidad de mantener relaciones sexuales, y se requiere un  
285 período de descanso antes de que un adulto pueda alcanzar otro orgasmo.

286 (4) No tiene lógica suponer que la respuesta sexual femenina se produce de forma común o  
287 frecuente, ya que no influye en la función reproductiva femenina.

288 **Referencias**

- 289 Kinsey, Alfred, Pomeroy, Wardell, & Martin, Clyde. *Sexual Behavior in the Human Male*.  
290 Indiana University Press. 1948.
- 291 Kinsey, Alfred, Pomeroy, Wardell, Martin, Clyde & Gebhard, Paul. *Sexual Behavior in the*  
292 *Human Female*. W.B. Saunders Company. 1953.
- 293 Shere Hite; *The Hite report*; Macmillan Publishing Company; 1976.
- 294 Basson, Rosemary. The female sexual response: A different model. *Journal of Sex & Marital*  
295 *Therapy* 26.1 (2000): 51-65.
- 296 Thomas, Jane. *A Research Approach based on Empirical Evidence for Female Sexual*  
297 *Response*. Nosper.com. 2024
- 298 Thomas, Jane. *Interpreting the Previous Research Findings Relating to Female Sexual*  
299 *Response*. Nosper.com. 2025.
- 300 Thomas, Jane. *Biological Precedents that Provide Evidence of Female Sexual Response*.  
301 Nosper.com. 2025.
- 302 Thomas, Jane. *Men and Women's Sexual Behaviours that Reflect Responsiveness*. Nosper.com.  
303 2025.