

ANORGASMIA

Yo soy una mujer que disfruta mucho de su vida sexual. A pesar de haber sido criada en una familia muy conservadora, me encantaba tener sexo; pero me costaba llegar a tener orgasmos.

La primera vez que tuve un orgasmo fue a los 16 años con mi primer pareja, pero a partir de ahí no recordaba haber jamás tenido otro orgasmo. Decidí ir a terapia cuando empecé a tener una relación seria, pues me sentía frustrada cada vez que tenía sexo con mi pareja y no lograba llegar al clímax con mi pareja.

Fui con un ginecólogo, fui con una psicóloga, pero ninguno pudo ayudarme con mi problema. Fui a Sexualidad Integral, y la primera vez que llegué le dije a la terapeuta que fuera honesta conmigo, y me dijera si había posibilidades de solucionar mi problema; para en caso contrario ni molestarme en perder el tiempo en tener parejas estables, pues el orgasmo se había convertido en algo que iba a arruinar mis relaciones.

Me afirmó que había una solución, y comenzamos con un tratamiento que se enfocaba en el aspecto sexual; ella identificó que una de las causas de mi problema era que antes de tener a casi todas mis parejas, había estado acostumbrada a usar un vibrador, era muy difícil que mis parejas pudieran competir con un vibrador. Pero en la parte que más me ayudó fue en la psicológica, enfocada en la revisión de mi historia y que es lo que me hacía no llegar al orgasmo; otra causa era la poca confianza que tenía en mis parejas.

A las 5 semanas de terapia, logré tener por primera vez en muchos años, un orgasmo sin la necesidad de un vibrador; me sentí tan feliz, y a partir de ahí empecé a confiar en ella y que mi problema se podía resolver. En mi última sesión, se podría decir que ella no me dio de alta, pero me hizo entender que dependía de mi el darle continuidad a mi problema para que pudiera tener orgasmos sin problemas; debía de tener más confianza en mis parejas. La terapia me ayudó a entender mi problema, y logró hacer un gran avance.