

SHERE HITE

EL INFORME

HITE



**ESTUDIO DE LA
SEXUALIDAD
FEMENINA**

Hasta la publicación de *El informe Hite*, muchas eran las mujeres que se sentían sexualmente incompletas y se culpaban a sí mismas por no llegar al clímax en sus relaciones de pareja. Shere Hite aborda sin tapujos éste y otros aspectos, como el engaño de la llamada «revolución sexual», en un libro que rompió mitos y conductas femeninas, escandalizó a las mentes conservadoras de la época y devolvió la esperanza a miles de mujeres.

PRÓLOGO

A las mujeres no se les ha preguntado nunca qué piensan y sienten acerca del sexo. Los investigadores, lanzados a la búsqueda de «normas» estadísticas, han formulado todo tipo de preguntas erróneas por toda una serie de falsas razones; y han terminado, con demasiada frecuencia, *dic*iendo a las mujeres qué debían sentir en vez de preguntarlas qué es lo que sienten. La sexualidad femenina se ha considerado, esencialmente, como una respuesta a la sexualidad masculina y al coito. En raras ocasiones se ha llegado a reconocer que la sexualidad femenina pudiera tener una naturaleza compleja por sí misma, que fuera algo más que la mera lógica contrapartida de (lo que nosotros vemos como) la sexualidad masculina.

Lo que estos cuestionarios han pretendido hacer es preguntar a las *mujeres* mismas qué sienten, qué es lo que les gusta, y qué opinan del sexo. Esto no se ha hecho explicando que lo único que cuenta entre una mujer y la sexualidad «satisfactoria» es la comprensión, por parte de ésta, de sus propias necesidades físicas. El «sexo», tal como nosotros lo definimos, es parte de todo el marco cultural; el lugar de una mujer en los dominios del sexo refleja su puesto en el resto de la sociedad.

En este libro se recoge cuanto las mujeres que contestaron a los cuestionarios dijeron, con sus propias palabras, a su manera. Todo se ha hecho con el propósito de familiarizarnos con nuestra sexualidad, de compartir la forma en que hemos experimentado nuestra sexualidad, qué pensamos de ella, y ver nuestras vidas personales más claramente, redefiniendo así nuestra sexualidad y reforzando nuestra identidad como mujeres. Otro de los objetivos de la presente obra es también el de estimular el debate público, evaluando de nuevo la sexualidad. Debemos empezar a idear formas más amables, generosas y personales de relacionarnos, que sean positivas y constructivas para el futuro.

Por otra parte, este libro presenta una nueva teoría de la sexualidad femenina, que se desarrolla gradualmente, capí-

tulo tras capítulo, teoría que se comprenderá mejor leyendo la obra en el mismo orden en que aparece escrita. La primera mitad de la obra se dedica básicamente al tema del orgasmo; la segunda mitad es una crítica a la definición que del sexo hace nuestra cultura.

La experiencia que ha supuesto la recepción de estas contestaciones ha sido enriquecedora, cálida e ilustrativa..., para mí, y espero que lo sea para todos los que la lean. Lo que esas mujeres han compartido (anónimamente), con tanto amor y honestidad, viene de la riqueza de la experiencia femenina que habitualmente se halla escondida, pero que prefigura el gran valor y potencial de las mujeres para el futuro.

Dirigir este proyecto a lo largo de estos cuatro últimos años ha sido para mí un privilegio. Con gran júbilo presento ahora sus resultados.

SHERE HITE
Febrero de 1976

CUESTIONARIO IV

Marzo 1974^[1]

NATIONAL ORGANIZATION FOR WOMEN^[2]

N.Y.C. CHAPTER

47 EAST 19 ST., N.Y.C. 10003

I. El orgasmo

1. ¿Tiene usted orgasmos? En caso negativo, ¿qué cree que contribuiría a producirse los?
2. ¿Es importante para usted tener orgasmos? ¿Gozaría usted lo mismo en la relación sexual sin tenerlos? ¿Tiene algo que ver tener orgasmos con una buena sexualidad?
3. ¿Tiene usted orgasmos durante lo siguiente? (Por favor, utilice las palabras «siempre», «habitualmente», «algunas veces», «en raras ocasiones», o «nunca»):

masturbación:

coito (penetración vaginal):

estimulación clitorica manual por su pareja:

cópula más estimulación manual clitorica:

estimulación oral por su pareja:

nunca tiene orgasmos:

Indique también cuántos orgasmos tiene habitualmente durante cada actividad, y cuánto tarda en alcanzarlos.

Espacio para comentarios, si desea formularlos:

4. Por favor, describa lo que es un orgasmo para usted. ¿Qué sensaciones corporales experimenta?
5. ¿Existe más de un tipo de orgasmo? Si usted experimenta el orgasmo durante la penetración vaginal/coito, ¿es el

mismo o diferente del orgasmo sin penetración? ¿En qué aspecto?

6. ¿Cuándo está usted más excitada: antes o después de sus orgasmos? ¿Utilizaría la palabra «satisfecha» para describir su sensación tras el orgasmo? ¿«Cariñosa»? ¿«Gozosa»? ¿Una «sensación de bienestar»? ¿Qué expresión emplearía?

7. ¿Es un solo orgasmo físicamente satisfactorio para usted? ¿Son los subsiguientes orgasmos que pueda tener más intensos o más débiles? De un orgasmo a otro, ¿hay que cambiar o alterar ligeramente el punto de estimulación?

8. Describa gráficamente cómo puede ser estimulado idealmente su cuerpo para llegar al orgasmo.

9. Cuando, al estar a punto de experimentar un orgasmo, éste no se presenta, a consecuencia del cese de la estimulación o por una causa similar, ¿se siente frustrada? ¿Cuándo suele sucederle esto?

10. ¿Cuáles son sus «síntomas» corporales en el momento del orgasmo? Por ejemplo: ¿se pone su cuerpo rígido, en tensión, o se mueve? ¿Qué posición adoptan sus piernas? ¿Cuál es su expresión facial?

11. ¿Es el orgasmo algo que «le sucede» a su cuerpo, o se trata de algo que usted misma crea en su propio cuerpo?

II. Actividades sexuales

12. ¿Qué importancia atribuye usted a la masturbación? ¿Ha visto alguna vez a una persona masturbándose? ¿Qué aspecto ofrecía? ¿Puede imaginarse a las mujeres que usted admira masturbándose?

13. ¿Le gusta masturbarse? ¿Físicamente? ¿Psicológicamente? ¿Con qué frecuencia? ¿La lleva eso al orgasmo siempre, habitualmente, a veces, en raras ocasiones, o nunca? ¿Qué tiempo le toma/se toma generalmente usted? ¿Cuántos orgasmos experimenta usted habitualmente?
14. ¿Cómo se masturba usted? Dé, por favor, una descripción detallada. Por ejemplo: ¿usa para estimularse: los dedos, la mano, la cama, etc.? ¿Dónde se toca usted exactamente? ¿Mantiene las piernas juntas o separadas? ¿Cuál es la secuencia de los hechos?
15. ¿Estimula manualmente su(s) pareja(s) su zona clitorica? ¿Cómo? ¿Con el fin de llegar al orgasmo o de producir una excitación? En el primer caso, ¿llega al orgasmo siempre, habitualmente, a veces, en raras ocasiones, o nunca? ¿Es esta forma de sexualidad importante para usted?
16. ¿Es estimulada usted oralmente (*cunnilingus*) por su(s) pareja(s)? ¿Es esta estimulación oral/clitorica u oral/vaginal, o ambas cosas a la vez? ¿Con el fin de llegar al orgasmo o a la excitación? En el primer caso, ¿llega al orgasmo siempre, habitualmente, a veces, en raras ocasiones, o nunca? ¿Le gusta a usted?
17. ¿Tiene importancia para usted la estimulación de los pechos? ¿De qué tipo?
18. ¿Le gusta la penetración vaginal/coito? ¿Físicamente? ¿Psicológicamente? ¿La lleva al orgasmo siempre, habitualmente, a veces, en raras ocasiones, o nunca?
19. Si tiene usted orgasmo durante la penetración vaginal/coito, ¿hay normalmente otros estímulos presentes? ¿Cómo diría usted que es su método de obtener estimulación clitorica durante el coito: a) un largo juego previo, b) estimulación manual simultánea del clitoris, e) estimulación indirecta de la penetración, d) «aplastarse» o presionarse juntos durante la penetración, o e) algún otro método?
20. Si usted experimenta el orgasmo durante el coito, ¿qué clase de movimientos le gusta hacer para incrementar su estimulación: suaves o rudos, lentos o rápidos, penetración

completa o parcial, introducir y retirar, mantenerse quieta, etc.? ¿Qué posturas prefiere para el orgasmo? ¿Mantiene las piernas separadas o juntas durante el orgasmo? ¿Utiliza los músculos vaginales o de otros músculos para poder llegar al orgasmo?

21. ¿Alguna vez se siente usted mal físicamente durante el coito? ¿Tiene habitualmente una «adecuada» lubricación? ¿Se ha sentido a veces progresivamente menos excitada cuanto más se prolonga el coito?

22. ¿Es la relación emocional o psicológica más importante durante la penetración que en el curso de otras formas de sexualidad? ¿Cuál es su reacción emocional ante la penetración?

23. ¿Le resulta más fácil experimentar un orgasmo mediante la estimulación clitorica cuando no hay coito? Si usted tuviera que escoger entre coito y la estimulación clitorica con su pareja, ¿por qué se decidiría? ¿Por qué?

24. ¿Le gusta la penetración rectal? ¿De qué tipo?

25. ¿Qué formas de relación sexual no genital son importantes para usted? Por ejemplo: ¿abrazarse y besarse?, ¿hablarse íntimamente?, ¿mirarse mutuamente?, ¿sonreírse?, ¿olerse? ¿Le gustan estas actividades tanto como la sexualidad genital corriente? ¿La mejor sexualidad es la genital?

III. Relaciones

26. Responda a lo que le afecta o afectó a usted:

Si está usted casada, ¿cuántos años lleva como tal? ¿Está contenta de haberse casado? ¿Qué efecto ha tenido esto sobre su vida sexual? ¿Ha vivido, experiencias «extramatrimoniales» (diga cuántas y durante cuánto tiempo)? En caso

afirmativo, ¿cuál fue su efecto sobre usted como individuo, y sobre su matrimonio? ¿Fueron del tipo de «matrimonio abierto», o desconocidas para su marido? ¿Qué opina del concepto de «matrimonio abierto»?

Si es *soltera*, ¿le gusta ser «soltera»? ¿O es difícil? ¿Ve la soltería como una forma de vida temporal o básica? ¿Tiene actividades sexuales muy a menudo? ¿De qué clase?

Si tiene usted relación sexual regular con alguien (sin matrimonio), ¿qué comparaciones hace con otros estilos de vida por usted probados? ¿Preferiría casarse? ¿Ve usted esto como algo temporal o permanente? ¿Se siente a gusto?

Si es usted *lesbiana* (se relaciona sexualmente con mujeres), conteste por favor a las preguntas precedentes aplicables a su caso, y también a las siguientes: ¿cuántos años lleva relacionándose físicamente con mujeres? ¿Qué comparación establecería entre las relaciones sexuales con otras mujeres y las sostenidas con hombres (o qué comparación establecería, si no ha tenido nunca relación heterosexual)? ¿Físicamente? ¿Psicológicamente? Por favor, explique cómo relacionarse con otra mujer físicamente, ya que esta información no es siempre fácil de obtener.

Si usted todavía vive en casa, con sus padres, en familia, ¿en qué forma la afectan las reglas en contra de las actividades sexuales de las mujeres más jóvenes? ¿Le sirven de protección? ¿Le causan algún perjuicio? ¿Le producen alguna otra cosa? ¿Le agradecería que hubiese menos restricciones en cuanto al sexo? ¿Más? ¿Están dispuestos sus padres o parientes a abordar de una manera realista los temas sexuales con usted? ¿Y los amigos? ¿Y los profesores? ¿Constituye un problema para usted obtener información? Finalmente, en el caso de que tenga relación sexual con alguien, ¿están enterados de esto sus padres? ¿Cómo reaccionaron al enterarse? Si usted todavía no ha tenido relación sexual con nadie, ¿cómo se imagina que será la sexualidad? ¿De qué sensaciones físicas ha gozado más hasta ahora?

Si está usted en una etapa asexual o célibe (es decir, si no ha desarrollado actividades sexuales, excepto, quizá, la de la masturbación), ¿le gusta esta forma de vida? ¿Se la recomendaría a otras mujeres? ¿Durante cuánto tiempo se propone usted seguir siendo asexual?

27. ¿Qué «estilo de vida» considera que sería mejor para usted? ¿Prolongados periodos de monogamia? ¿Dos, tres o cuatro amantes regulares? ¿Relaciones sexuales fortuitas? ¿Periodos relativamente largos sin ninguna clase de relación sexual? ¿Intercambios de parejas? ¿Escogería otro estilo de vida todavía no inventado?

28. Numere, por orden de importancia en cuanto al sexo los siguientes conceptos, añadiendo comentarios, si lo desea:

pasión

idilio

amistad

amor no romántico (profundo cariño).

compromiso a largo plazo, matrimonio

enamoramiento

economía

hostilidad y sentimientos de violencia

29. Describa la primera vez que se enamoró. ¿Cómo se sentía? ¿Cómo se desarrolló tal relación, cómo prosperó o murió? En el caso de que usted se haya enamorado más de una vez, ¿cree que existe una pauta de acontecimientos emocionales en las relaciones sexuales románticas?

30. ¿Cómo han sido sus relaciones más profundas, con hombres y mujeres? ¿Le produjeron satisfacción o insatisfacción? ¿Emocionalmente? ¿Físicamente?

31. ¿Qué es lo que más ansia al pensar en una relación con otra(s) persona(s)?

IV. Etapas vitales

32. ¿Qué edad tenía usted cuando se masturbó por vez primera? ¿Llegó al orgasmo? ¿Descubrió la masturbación por sí misma, o se la enseñó alguien o algo?
33. ¿Qué edad tenía usted cuando experimenté su primer orgasmo con otra persona? ¿En el curso de qué actividad?
34. ¿Qué sensaciones experimentó con motivo de la «pérdida de su virginidad»? ¿Sufrió dolor o hemorragia? ¿Qué edad tenía usted?
35. ¿Recuerda usted sus sensaciones sexuales durante la infancia? ¿En la escuela primaria? ¿Durante la segunda enseñanza? Descríbalas.
36. ¿Cree usted que debe existir una represión sexual durante la infancia y/o la adolescencia? ¿Por qué? ¿Por qué no? ¿Por qué existe actualmente tal represión?
37. ¿Ha sentido usted inclinaciones de tipo sexual por miembros de su familia? ¿Hermanos o hermanas? ¿Padres? De tener usted hijos, ¿han mostrado éstos respuestas sexuales con motivo de cualquier contacto con su persona? ¿Le han hecho experimentar ellos sensaciones sexuales? ¿Cómo ha reaccionado usted?
38. ¿Tuvieron el embarazo y el parto aspecto sexuales para usted?
39. ¿Ha tenido contactos sexuales con personas más jóvenes o mayores que usted? Físicamente o psicológicamente, ¿fueron estas experiencias diferentes de otras vividas anteriormente?
40. ¿En qué aspecto afecta la edad al sexo? Con la edad, ¿se incrementa o disminuye el deseo sexual, o bien no ocurre una cosa ni otra? ¿El goce del sexo? ¿Tiene esto algo que ver con la edad de sus parejas?
41. ¿Afecta la menopausia («cambio de vida») a la sexualidad, física o psicológicamente? ¿Cómo? ¿Ha afectado a las reacciones de su(s) pareja(s) con respecto a usted?

42. De haber sido sometida a una histerectomía, ¿afectó esto a sus actividades o sensaciones sexuales? ¿Físicamente? ¿Psicológicamente? ¿Cómo?
43. ¿Cuál es su edad, su formación e historial? Hable de su trabajo, de su educación, medio en que creció, raza, etc. Cite todo aquello que usted considera importante.

V. Final

44. ¿Sus relaciones físicas sexuales con los hombres han seguido algunas pautas particulares? ¿Cuáles eran? ¿En qué forma han tenido la mayoría de los hombres relación sexual con usted?
45. ¿Es su pareja (o parejas) sensible a la estimulación que usted necesita? En caso negativo, ¿la pide, o se estimula usted misma? ¿Le resulta embarazoso?
46. ¿Necesita usted a veces masturbarse para llegar al orgasmo después de «hacer el amor»?
47. ¿Ha notado a menudo que su pareja (o parejas) no se halla emocionalmente implicado durante el intercambio sexual? O bien, ¿qué respuestas emocionales descubre usted a menudo en su pareja (o parejas)?
48. ¿Finge usted a veces el orgasmo? ¿Durante qué actividades sexuales? ¿En qué condiciones? ¿Con qué frecuencia?
49. ¿Ha temido usted alguna vez decir que «no» a alguien por miedo a «hacer una escena» o enfriarlo? En caso afirmativo, ¿qué sintió durante el intercambio sexual? ¿Lo definiría como una violación?
50. ¿Qué piensa acerca de la práctica de la *fellatio* (estimulación con la boca del pene)? ¿Para llegar al orgasmo?

¿Qué opina acerca de la práctica del *cunnilingus* (relación sexual oral) con otra mujer?

51. ¿Cree usted que su vagina y zona genital son feas o bellas? ¿Huelen bien o mal? ¿Qué otras partes de su cuerpo le gustan o le disgustan? ¿Se siente a gusto desnuda en compañía de otra persona?

52. ¿Deja usted en libertad a su imaginación? (¿Durante la masturbación, o durante su relación sexual con otra persona?). ¿Lo hace para llegar al orgasmo, o sólo por puro placer? ¿Piensa en secuencias argumentadas, o sólo visualiza imágenes concretas? ¿Cuáles son éstas?

53. ¿Qué opina del sadomasoquismo (dominio-sumisión)? ¿Lo ha experimentado alguna vez?

54. ¿Qué libros sobre temas sexuales ha leído usted? ¿Qué opinó de ellos?

55. ¿Qué opina de la «revolución sexual»?

56. ¿Cree usted que el sexo tiene alguna implicación política?

57. ¿Hay en su mente algo de lo cual le gustaría hablar y que no ha sido mencionado en este cuestionario? En caso afirmativo, añádalo aquí.

58. ¿Por qué contesta a este cuestionario (¡Gracias!)? ¿Dónde lo consiguió? ¿Le ha gustado?