



EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL ORGASMO EN LAS RELACIONES HETEROSEXUALES

SUBJECTIVE ORGASM EXPERIENCE IN THE HETEROSEXUAL RELATIONSHIPS

Ana Isabel Arcos-Romero, Ana Álvarez-Muelas, Óscar Cervilla, Laura Elvira Muñoz-García y Pablo Mangas

aiar@correo.ugr.es

orgasmo, experiencia subjetiva, relaciones heterosexuales

orgasm, subjective experience, heterosexual relationships

RESUMEN

La experiencia orgásmica subjetiva hace referencia a la valoración de la intensidad del orgasmo, es decir, a la percepción de sus cualidades psicológicas. La experiencia del orgasmo se puede examinar teniendo en cuenta la estimación subjetiva de su intensidad. Para su evaluación, la *Orgasm Rating Scale* emplea un listado de 25 adjetivos descriptivos de esta experiencia que se valoran a través de una escala tipo Likert desde 0 “no lo describe en absoluto” a 5 “lo describe perfectamente”. Mayores puntuaciones en la escala indican mayor intensidad de la experiencia orgásmica. Estudios previos han examinado la experiencia subjetiva del orgasmo específicamente en el contexto de las relaciones sexuales en pareja. Se ha observado su asociación significativa con variables sociodemográficas, de la salud sexual y del funcionamiento sexual. En las relaciones heterosexuales, la experiencia orgásmica subjetiva es reportada como más intensa en mujeres. En cuanto a la edad, se ha encontrado que la intensidad de la experiencia orgásmica disminuye a medida que se envejece.

EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL ORGASMO EN LAS RELACIONES HETEROSEXUALES

Mayor intensidad de la experiencia orgásmica se relaciona de forma significativa con mayor excitación sexual, mayor deseo sexual, mayor satisfacción sexual y actitudes sexuales más positivas, entre otros. Además, las personas con dificultades en la capacidad orgásmica muestran menor intensidad de la experiencia subjetiva del orgasmo.

ABSTRACT

The subjective orgasm experience refers to the valuation of the intensity of orgasm, that is to say, the perception of its psychological characteristics. The orgasm experience could be examined considering the subjective estimate of its intensity. For assessment it, the Orgasm Rating Scale consisted of a list of 25 adjectives that describe the experience. The instrument uses a Likert scale from 0 “does not describe it” to 5 “describe it perfectly”. Higher scores indicate higher intensity of the orgasm experience. Previous studies have examined the subjective experience of orgasm specifically in the context of sexual relationships with a partner. It has been shown the significant association between orgasm experience and sociodemographic, sexual health and sexual functioning variables. Within the heterosexual relationship, the subjective orgasm experience is reported as higher intense in women. Regarding age, it has been observed that the intensity of orgasm experience decreases when people get older. Higher intensity of orgasm experience has significantly correlated with higher sexual excitation, higher sexual desire, higher sexual satisfaction, and more positive sexual attitudes. Furthermore, individuals with difficulties in the orgasm capacity show less intensity of the subjective orgasm experience.

EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL ORGASMO EN LAS RELACIONES HETEROSEXUALES

MANUSCRITO

La experiencia orgásmica subjetiva hace referencia a la sensación y valoración de la intensidad del orgasmo, es decir, a la percepción de sus cualidades psicológicas (Arcos-Romero y Sierra, 2019, 2020). La experiencia del orgasmo se puede evaluar y examinar teniendo en cuenta la estimación subjetiva de su intensidad. Tanto en el ámbito clínico como en el de la investigación, se puede emplear la versión española de la *Orgasm Rating Scale* (ORS; Arcos-Romero et al., 2018; Mah y Binik, 2011), una herramienta compuesta por 25 ítems adjetivos que describen cuatro dimensiones de la experiencia orgásmica en el contexto de las relaciones sexuales en pareja: afectiva, sensorial, intimidad y recompensa. La dimensión afectiva se refiere a las emociones percibidas durante el orgasmo, la sensorial a la valoración fisiológica, la de intimidad alude al componente íntimo orgásmico y la recompensa se refiere a los efectos que tiene el orgasmo. Emplea una escala de respuesta tipo Likert desde 0 “no lo describe en absoluto” a 5 “lo describe perfectamente”, en la que mayores puntuaciones indican mayor intensidad de la experiencia orgásmica. Este instrumento ha sido validado para evaluar la experiencia subjetiva del orgasmo en dos contextos sexuales diferentes: masturbación en solitario (Cervilla et al., 2022) y relaciones sexuales en pareja. También, ha sido validado en relaciones heterosexuales (Arcos-Romero et al., 2018) y homosexuales (Mangas et al., 2022).

En las relaciones heterosexuales, la experiencia orgásmica se ha asociado significativamente con variables sociodemográficas, del funcionamiento sexual, así como de la salud sexual general. En cuanto a las variables sociodemográficas, estudios previos han observado que la edad podría ser un factor de riesgo para la valoración subjetiva de la experiencia orgásmica, disminuyendo la intensidad con los años tanto en hombres como en mujeres (Arcos-Romero y Sierra, 2019). Por su parte, se han encontrado diferencias por sexo en la percepción del orgasmo a nivel psicológico. En un estudio reciente, se ha observado que las mujeres muestran mayor intensidad orgásmica que los hombres (Arcos-Romero y Sierra, 2022), esto es, se valora de forma más intensa la experiencia subjetiva del orgasmo femenino. Sobre la orientación sexual, según García et al. (2014), las mujeres homosexuales muestran mayor probabilidad de experimentar el orgasmo que las mujeres heterosexuales y bisexuales.

EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL ORGASMO EN LAS RELACIONES HETEROSEXUALES

La percepción de la intensidad del orgasmo en las relaciones sexuales en pareja difiere entre hombres y mujeres heterosexuales (Arcos-Romero y Sierra, 2022). Hasta hoy, otras variables como el nivel educativo, el nivel socioeconómico e incluso variables ideológicas como la práctica religiosa, no han mostrado resultados significativos en su asociación con el orgasmo (Arcos-Romero y Sierra, 2020).

Sobre la relación entre la experiencia orgásmica en las relaciones heterosexuales y otras dimensiones del funcionamiento sexual, se ha observado que una mayor intensidad de la experiencia del orgasmo se relaciona de forma significativa con mayor excitación sexual y con menor inhibición sexual. Además, la experiencia orgásmica se ha asociado a mayor deseo sexual diádico hacia la pareja, mayor deseo sexual hacia una persona atractiva y a mayor deseo sexual en solitario (Arcos-Romero et al., 2022). Sobre la satisfacción sexual y la satisfacción con la relación de pareja heterosexuales, también se han asociado a mayores niveles de intensidad orgásmica (Arcos-Romero y Sierra, 2020).

Además, la experiencia del orgasmo se ha asociado a actitudes sexuales más positivas o erotofilia y al rasgo de búsqueda de nuevas experiencias sexuales. También, la intensidad orgásmica se ha relacionado con la asertividad sexual para iniciar relaciones heterosexuales deseadas y con la asertividad sexual para rechazar actividades sexuales no deseadas. En el plano social, la percepción de un mayor apoyo social se ha asociado con mayor intensidad orgásmica (Arcos-Romero y Sierra, 2020).

Finalmente, en el estudio de Arcos-Romero et al. (2018) se demostró que las personas con dificultades en la capacidad orgásmica mostraban menor intensidad de la experiencia subjetiva del orgasmo. Las personas que reportaron que su capacidad orgásmica no había sido normal en el último mes, informaron de menor percepción de la experiencia orgásmica a nivel psicológico.

Como conclusión, la experiencia subjetiva del orgasmo en las relaciones heterosexuales ha sido ampliamente investigada en los últimos años y se ha asociado a múltiples variables individuales, del funcionamiento sexual y de la salud sexual en general.

EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL ORGASMO EN LAS RELACIONES HETEROSEXUALES

BIBLIOGRAFÍA

1. Arcos-Romero, A. I., Expósito-Guerra, D. y Sierra, J.C. (2022). Sexual desire and its relationship with subjective orgasm experience. *International Journal of Impotence Research*, 34, 93–99. <https://doi.org/10.1038/s41443-020-00375-7>
2. Arcos-Romero, A. I., Moyano, N. y Sierra, J. C. (2018). Psychometric properties of the Orgasm Rating Scale (ORS) in context of sexual relationship in a Spanish sample. *The Journal of Sexual Medicine*, 15, 741-749. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2018.03.005>
3. Arcos-Romero, A. I. y Sierra J. C. (2019). Factorial invariance, differential item functioning, and norms of the Orgasm Rating Scale (ORS). *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 19, 57-66. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2018.11.001>
4. Arcos-Romero, A. I. y Sierra, J. C. (2020). Factors associated with subjective orgasm experience in heterosexual relationships. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(4), 314-329. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2019.1711273>
5. Arcos-Romero, A. I. y Sierra, J. C. (2022). How do heterosexual men and women rate their orgasms in a relational context? *International Journal of Impotence Research*. <https://doi.org/10.1038/s41443-022-00558-4>
6. Cervilla, O., Vallejo-Medina, P., Gómez-Berrocal, C., de la Torre, D. y Sierra, J. C. (2022). Validation of the Orgasm Rating Scale in the Context of Masturbation. *Psicothema*, 34, 151-159. <https://doi.org/10.7334/psicothema2021.223>
7. Garcia, J. R., Lloyd, E. A., Wallen, K. y Fisher, H. E. (2014). Variation in orgasm occurrence by sexual orientation in a sample of US singles. *The Journal of Sexual Medicine*, 11, 2645-2652. <https://doi.org/10.1111/jsm.12669>
8. Mah, K. y Binik, Y. M. (2011). Orgasm Rating Scale. En T. D. Fisher, C. M. Davis, W. L. Yarber y S. L. Davis (Eds.), *Handbook of Sexuality-Related Measures* (pp. 500-502). Nueva York: Routledge.
9. Mangas, P., Granados, R., Cervilla, O. y Sierra, J. C. (2022). Validation of the Orgasm Rating Scale in Context of Sexual Relationships of Gay and Lesbian Adults. *International Journal*

EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL ORGASMO EN LAS RELACIONES HETEROSEXUALES

of Environmental Research and Public Health, 19, Artículo 887.

<https://doi.org/10.3390/ijerph19020887>