

## **Fantasías sexuales femeninas: tipología, actitudes y contenidos. Un estudio cualitativo**

Female sexual fantasies: typology, attitudes and contents. A qualitative study

Almánzar Montás RE<sup>1</sup>, Aranda Torres C<sup>2</sup>, García Álvarez R<sup>1</sup>

1- Instituto de Sexualidad Humana/Universidad Autónoma de Santo Domingo. República Dominicana

2- Universidad de Almería. España.

---

### **Correspondencia**

Ramón Emilio Almánzar Montás

Dirección electrónica: re.almanzar@gmail.com

---

**Fecha de recepción:** 19 de febrero de 2019. **Fecha de aceptación:** 14 de abril de 2019

---

### **Resumen**

El objetivo principal de la presente investigación fue explorar las fantasías sexuales femeninas con relación a su tipología, actitudes, y contenido, a través de una investigación cualitativa, de corte narrativo y teoría emergente. Se escogieron 13 mujeres de diferentes preferencias sexuales, a través de un muestreo intencional mixto: por criterios, bola de nieve, y oportunista, recolectando información mediante a) historias sexuales narradas por escrito; b) fantasías sexuales narradas por escrito; c) entrevistas audio grabadas. **Resultados:** En cuanto a los tipos de fantasías se observan las siguientes: Derivadas del sistema de creencias, evolutivas, realizadas, potenciadoras, no realizadas, prohibidas, bloqueadoras, entre otras. Respecto a las actitudes, las fantasías sexuales son valoradas de forma positiva como parte de la libertad humana y mental, sin embargo, pueden generar frustración en la medida en que no se pueden realizar con la pareja. En los contenidos, se describen fantasías relacionadas con personas, sensaciones, lugares, temporales, evolutivos, objetales, escenarios, curiosidad, y fantasear con la fantasía. **Conclusiones:** El recurso de la fantasía sexual es un proceso que se va dando como un reciclaje entre lo fisiológico y lo psicológico, siendo administrados de manera fascinante por la elaboración de fantasías conscientes o pensamientos automáticos. Puede generar malestar o bienestar, en la medida en que las mujeres expresan sus fantasías a la pareja, pero no son percibidas de manera negativa en términos de valoración personal.

**Palabras clave:** Fantasías sexuales. Tipos. Contenidos. Actitudes.

### **Abstract**

The main objective of the present investigation was to explore the sexual fantasies of women in relation to their typology, attitudes, and content, through qualitative research, narrative and emergent theory. Thirteen women of different sexual preferences chosen, through a mixed intentional sampling: by criteria, snowball, and opportunistic, collecting information through a) sexual histories narrated in writing; b) sexual fantasies expressed in writing; c) recorded audio

interviews. **Results:** Types of fantasies identified were as follows: derived from the belief system, evolutionary, performed, enhancing, unrealized, and prohibited, blocking, among others. Regarding attitudes, sexual fantasies are valued positively as part of human and mental freedom; however, they can generate frustration insofar as they cannot be acted out with the partner. In the contents, we describe fantasies related to people, sensations, places, temporary, evolutionary, objects, scenarios, curiosity, and fantasizing about fantasy. **Conclusions:** The resource of sexual fantasy is a recycling process between physiological and psychological variables, administered by a fascinating way in the elaboration of conscious or automatic thoughts. It can generate discomfort or well-being, to the extent that women express their fantasies to their partner, but not perceived negatively in terms of personal values.

**Keywords:** Sexual fantasies. Types. Contents. Attitudes.

El estudio no ha recibido financiación. No existen conflictos de intereses.

## INTRODUCCIÓN

Las fantasías sexuales son un campo de estudio fascinante. Unas veces de manera controlada y otras, espontánea, algunas permitidas y otras inconfesables, por misteriosos procesos internos de nuestra mente emergen pensamientos sexuales que suelen despertar repentina excitación, y en algunos casos turbación (Estupinyá, 2014). Definitivamente los pensamientos eróticos o antieróticos pueden hacer magia o producir una catástrofe en el territorio del placer (López, 2012).

Las fantasías sexuales son elementos que tiene el ser humano para jugar en su mente, y esto no quiere decir que las actividades sexuales que se imaginan son las que realmente se anhelan. Pueden ayudar a las personas a ponerse en un ánimo erótico durante las actividades sexuales con otra persona o de manera solitaria. Cualquiera que tenga imaginación puede tener fantasías sexuales (Hall, 2004). Son un proceso central en la estimulación sexual, y por ende, en el comportamiento sexual. Se consideran fantasías sexuales cualquier tipo de imagen o pensamiento que para la persona tenga un significado erótico o sexual (Leitenberg y Henning, 1995). La fantasía sexual incluye todos los pensamientos sexuales e imágenes que alteran nuestras emociones, sensaciones o estado psicológico (Matlz y Boss, 1998).

Nuestras fantasías se originan de varias fuentes diferentes. Muchos crean sus

fantasías desde su propia mente, producto de las experiencias tempranas. Otras proceden de relatos que hemos escuchado, visto en una película, revistas, internet, pornografía (Kahr, 2008).

Bader (2002) plantea que las mujeres parecen ser especialmente propensas a la culpa. Son socializadas para ser sensibles a las necesidades de las parejas, para derivar su autoestima y su validación de ser proveedoras y no receptoras, de ser objeto de deseo más que de sujeto deseante. Esto puede hacer que sea difícil rendirse al pulso de la propia excitación, ser despiadado. A veces la misma relación socava la relación sexual. Las fantasías sexuales surgen como soluciones elegantes a los problemas de crueldad, culpa y preocupación.

Buckmore (2014) describe un proceso interesante sobre el origen de las fantasías sexuales, y dice que como con algunos animales, nosotros no usamos un olor químico que emane de alguna parte de nuestro cuerpo para atraer la atención del sexo opuesto; no usamos sonidos de emparejamiento, colores, notas musicales, llamadas, o danzas, nuestra especie es única. Utilizamos la fantasía. Mientras crecemos, hay un reloj interno que enciende un programa de computadora para comenzar el proceso que desarrolla la atracción hacia las demás personas.

## Tipos de fantasías sexuales

Las preferencias sexuales son meramente fantasías sexuales que son vividas en el mundo exterior (Bader, 2002). Nuestras fantasías pueden ser extremadamente simples, directas, o sencillas, y pueden resultar asimilables para la mayoría de las personas, aunque otras pueden ser más extrañas y explícitas (Kahr, 2008).

Bader (2002) hace una observación interesante, y es que nuestra imaginación se resiste a la categorización. La gente dice a los investigadores una cosa acerca de las fantasías sexuales y a sus terapeutas otra muy distinta.

Maltz y Boss (1998) plantean que cuando las mujeres describen sus propias fantasías, cuentan historias complejas que no encajan completamente con categorías como actividades con su pareja actual, revivir una experiencia sexual pasada, posturas diferentes, sexo en otras habitaciones, sexo sobre el suelo. Cuentan historias complejas que pierden su valor erótico si se condensan o clasifican por su actividad sexual. Según Bader (2002) las fantasías sexuales de las mujeres tienden a ser más verbales e interactivas, mientras que las de los hombres son más visuales.

Un sistema de clasificación más del gusto de las mujeres incluye la gama completa de experiencias femeninas. Da nombre a los diferentes papeles que las mujeres se ven a sí mismas desempeñando en sus fantasías y presta atención a los elementos sensoriales específicos que las mujeres encuentran más eróticos (Maltz y Boss, 1998).

Para Bader (2002) las personas que inhiben su sexualidad a causa de sentimientos inconscientes de preocupación y culpa acerca de hacer daño a sus parejas, se liberan a través de una gran variedad de fantasías y preferencias sexuales. Es el caso de cuando se reduce algo humano al estatus de un objeto, lo que se conoce como fetiche. La función del fetiche es eliminar la culpa que puede interferir con la excitación sexual eliminando la dimensión humana de la otra persona.

Kahr (2008) caracteriza las fantasías sexuales y las dimensiona de la siguiente manera: ternura/sadismo; activas/pasivas;

simples/complejas; acción/evitación; flexibles/rígidas; constancia/diversidad; conscientes/inconscientes; expansivas/restringidas; egosintónicas /egodistónicas; altamente excitantes/bajamente excitantes. En contraposición, Bader (2002) refiere que las fantasías sexuales no suelen caer en categorías ordenadas. La gente lucha contra muchas creencias irracionales diferentes al mismo tiempo. Como resultado, las fantasías sexuales a menudo tienen que servir para múltiples funciones psicológicas simultáneamente.

### **Actitudes hacia las fantasías sexuales**

Los sexólogos las contemplan como un proceso natural y saludable asociado a una mejor satisfacción sexual. Generalmente las fantasías sexuales se consideran positivas y su presencia se asocia a buenos índices de salud y satisfacción sexual, pero no se ha prestado suficiente atención a los efectos negativos de las fantasías que se viven como emocionalmente perturbadoras (Estupinyá, 2014). Nuestra consideración hacia ellas también varía con el tiempo (Burgos, 2011). Incluso cuando funcionan bien a un nivel puramente sexual y nos conducen a un mayor placer e incremento del deseo, no necesariamente nos hacen felices o mejoran nuestras relaciones. A veces perturban nuestra intimidad, afectando la capacidad para disfrutar del sexo (Maltz y Boss, 1998). Pueden proveernos un inmenso placer, pero también pueden roarnos la mente, causando ansiedad, culpa, vergüenza, o confusión (Kahr, 2008).

Nuestro mundo de fantasías puede ser fijo y rígido, o más fluido y flexible (Kahr, 2008). Señala Morin (1995) que por un lado, despreciamos vigorosamente los tabúes que violamos durante la fantasía, empujándolos fuera de nuestra mente, declarándolos irrelevantes. Sin embargo, perdemos totalmente de vista lo que estamos violando, toda la razón de la fantasía de repente se desmorona. Parece que debemos olvidar y recordar al mismo tiempo. Una situación que podría crear mucha angustia en una persona.

Estupinyá (2014) habla sobre la concordancia sexual, concepto que se refiere a la congruencia entre la respuesta fisiológica y subjetiva de la excitación sexual, argumentando que entender esta conexión permite conocer la respuesta genital en relación a algunas fantasías que pueden atraer sin ser del todo conscientes de ello. Este fenómeno podría explicar por qué muchas mujeres se excitan con fantasías sexuales con otras chicas, sin que esto necesariamente implique una orientación sexual lésbica o bisexual. Para Morin (1995) una de las creencias más destructivas para la salud emocional es que imaginar o sentir algo es lo mismo que hacerlo.

La relación que tenemos con nuestras fantasías sexuales no solo depende de las creencias religiosas y morales, ni del contenido de las fantasías, sino también queda afectada por el momento en que las fantasías surgen (Burgos, 2011), en el entendido de que experimentamos la realidad como si esta fuera también moralidad (Bader, 2002). Muchas mujeres dudan si compartir sus fantasías porque les preocupa la reacción de su pareja (Maltz y Boss, 1998). De igual modo que las fantasías sexuales, las actitudes sexuales estereotipadas representan una estrategia psicológica de seguridad emocional. Las diferencias de género pueden ser entendidas como las diferentes estrategias que hombres y mujeres utilizan para lidiar con los diferentes tipos de creencias y emociones angustiantes (Bader, 2002).

Podemos ver que las fantasías producen sufrimiento en muchas ocasiones, placer en otros momentos, pueden ser eventualmente disfrutables, o causar una preocupante adicción (Khar, 2008). En el ámbito de la imaginación sexual, sin embargo, es más probable que rechacemos los efectos restrictivos de las reglas y los tabúes, incluidos los sentidos, a veces sacando una emoción que escandaliza, incluso a nosotros mismos. En consecuencia, muchas personas van mucho más lejos en sus fantasías de lo que lo harían en la vida real (Morin, 1995).

### **Contenido de las fantasías sexuales**

Cuando miramos dentro de la mente, encontramos al mundo. Al mismo tiempo, cuando miramos al mundo, vemos el complejo, exclusivo, y único funcionamiento de la mente (Bader, 2002).

El contenido de nuestras fantasías, al igual que el de los sueños, no se puede evaluar superficialmente o desde afuera como bueno o como malo. Cada mujer es, ella misma, la persona mejor calificada para interpretar sus propias fantasías sexuales de acuerdo con los sentimientos que le suscitan (Maltz y Boss, 1998).

La variable de entrada es siempre la psicología individual de la persona que fantasea. Sólo entendiendo esta psicología se puede explicar la gran variedad de preferencias y fantasías sexuales que las personas disfrutan, desde las más extravagantes hasta las más comunes (Bader, 2002). No hay una pauta común a todas las personas, pues cada cual tiene su propio sistema de creencias que, si bien puede coincidir en mayor o menor medida con el mayoritario, siempre estará lleno de matices personales que compartirán diferencias relevantes a la hora de relacionarnos con las fantasías sexuales que tenemos (Burgos, 2011).

### **METODOLOGIA**

Se realizó una investigación cualitativa, que como dice Alvarez-Gayou (2003) busca la subjetividad, explicar y comprender las interacciones y los significados individuales o grupales. Dentro del marco cualitativo se utilizó un enfoque de análisis narrativo, que como plantea Maxwell (1996) tiene opciones estratégicas como la categorización, que implican la codificación y el análisis temático. En éste mismo orden, Borda, Dabenigno, Freidin y Guelman (2017) refieren que la codificación facilita la construcción de teoría fundamentada, es decir, de nuevos conceptos que se elaboran cuando una situación, idea o categoría aparece de manera recurrente en los datos.

### **Herramientas**

Se utilizaron tres herramientas de recolección de información: a) Guía de

preguntas abiertas para realizar entrevistas; b) Narración de la historia sexual de cada participante, por escrito; c) Narración de las fantasías sexuales de las participantes, por escrito.

### Participantes del estudio

Se seleccionaron 13 participantes, mujeres de diferentes preferencias sexuales (heterosexuales, bisexuales, homosexuales), a través de un muestreo intencional mixto: por criterios, bola de nieve, y oportunista. Las entrevistas fueron realizadas de manera individual en el Instituto de Sexualidad Humana de la Universidad Autónoma de Santo Domingo. La narración de sus historias sexuales y sus fantasías sexuales se enviaron de manera escrita por correo electrónico.

### Plan de análisis

Las entrevistas realizadas fueron transcritas, para junto con las historias sexuales y las fantasías sexuales narradas realizar un análisis de contenido. a) El primer paso fue etiquetar todos los fragmentos de información relacionados con cada uno de los elementos a investigar; b) para luego ser codificados e ir describiendo las categorías emergentes; c) Posteriormente, se procedió a vincular las categorías para elaborar un discurso que diera forma a un todo relacionado con lo descrito.

### Aspectos éticos

A cada participante se le suministró un consentimiento informado donde se explicaba el motivo de la investigación, que para participar en la misma se le iba a realizar una entrevista abierta, y debían enviar las narraciones de su historia sexual y sus fantasías sexuales. De igual modo, se le planteó que la participación en el estudio era de manera voluntaria, y que aun accediendo al mismo, en cualquier momento podían declinar de seguir participando. Estos consentimientos fueron firmados y aprobados por cada participante.

## RESULTADOS

### Tipos de fantasías sexuales

A continuación, se describen las 13 categorías emergentes, relacionadas con los tipos de fantasías sexuales: **Sistema de creencias, Evolutivas, Realizadas, Potenciadoras, No realizadas, Prohibidas, Bloqueadoras, Egocéntricas, Exploratorias, Voyeuristas, Leves/Intensas, Afectivas, Agresivas.**

El **sistema de creencias** de la mujer que fantasea, tiene una influencia importante a la hora de darle significado a sus fantasías sexuales. Esto se puede observar en la manera en que juzgan los elementos con los que se fantasea, como los límites, la extravagancia, simplicidad, dificultad, y lo que se considera como fuerte o complejo:

*“Mis fantasías no van fuera de los límites, por así decirlo, usar objetos o hacer orgías. Es con mi pareja o yo sola. Estar con 2 personas, 1 hembra o 1 varón, siento que aunque sea común hoy en día, para mí se sale de los límites”*. ANG

*“La verdad es que no tengo fantasías sexuales extravagantes como las oigo de otras personas”*. LAU

*“Son tan simples, es como que yo quisiera tener acceso a tener relaciones con mi pareja, en mi hogar, cuando me dé la gana”*. LAU

*“Simplemente no me he puesto para eso, son un poco difíciles diría yo”*. XAV

*“Quizá sería un poco más fuerte, un poquito más compleja”*. YAM

Las fantasías sexuales no son recursos que permanecen estáticos en el tiempo, y por diversas razones van **evolucionando**. Dentro de las razones por las cuales ocurre esto es por la poca frecuencia o ausencia de relaciones sexuales y por haberlas realizado. Un dato interesante, es el que tiene que ver con la identidad sexual, que al parecer marca un cambio en las fantasías. De igual manera, en la medida en que las mujeres van adquiriendo compromisos académicos, laborales, familiares, también sus fantasías sexuales van tomando otros matices:

*“Pienso que mis fantasías también han evolucionado más por falta de un contacto continuo, por ejemplo con mi pareja”*. ANG

*“Ni siquiera lo reciclo disque para agregarle más, por eso es que ella sigue evolucionando y se pone como media complicada”*. CAR

*“Luego que descubrí mi sexualidad y decidí ser lesbiana, las fantasías cambiaron”*. LIS

*“Antes era más fácil para mí fantasear y sentir lo que sentía. Era muy fácil encender mi cuerpo, excitarme de una forma tal que quisiera explotar, ahora ha disminuido mucho, quizás por las tareas del día a día, o del ser madre, por los compromisos”*. MAR

La categoría de las fantasías **realizadas**, tienen un significado que resulta curioso, ya que cuando se realiza una fantasía sexual, al parecer deja de considerarse como fantasía sexual, aunque se siga pensando en esas imágenes. Por otro lado, hay fantasías que se van realizando o se han realizado por partes, dependiendo de la situación que se pueda presentar. Resalta el hecho de que la fantasía sexual resulta más excitante en la imaginación que cuando realiza, debido a que es complicado poder tener a la mano todos los elementos en la realidad que como se viven a nivel de la imaginación:

*“Las que he tenido las he cumplido, por tanto, creo que no caen en la categoría de fantasías”*. CAR

*“Ya con lo que yo hice no. No es que eventualmente no lo pueda volver a hacer, pero ya en mi mente como que ya”*. CAR

*“Entonces quizá hay partes de la fantasía, y tú la pueda llevar, sin cumplirla toda, a tu escenario”*. CAR

*“Pienso que las fantasías se disfrutan más imaginándolas que haciéndolas. La fantasía hay que dejarla como tal, porque cuando la fantasía se realiza, como que no es la misma. Es más excitante, pensar en la fantasía que realizarla”*. LIS

*“Es como si no fuese como lo pensara, entonces al no darse como yo lo pienso, me frustra”*. MAR

Las fantasías **no realizadas** son una categoría que tiene que ver con falta de elementos óptimos para realizar las fantasías, en este caso personas, el momento para realizarlas, y por los tabúes que tiene cada

mujer en relación a la sexualidad aprendida. De igual modo, estas fantasías que no se realizan podrían extinguirse para dar paso a otras fantasías:

*“Las que no he realizado es porque no he encontrado la persona adecuada para eso. Como implica no solamente una persona sino varias, es difícil encontrar todas esas personas y que se dé la situación”*. CRI

*“Sé que no es tan difícil de hacer pero no se ha dado el chance”*. FAR

*“Como no las estoy materializando, yo entiendo que podrían desaparecer”*. KAR

*“Por los tabúes y todo lo que la gente dice que podría ocurrir, como que me bloqueo y digo: ¡no, olvídale!”*. MAR

La categoría de **potenciadoras** evidencia el uso de las fantasías sexuales como un recurso utilizado por la mente para aumentar la sensibilidad fisiológica de la respuesta sexual. Es utilizada tanto en los momentos de la masturbación, como en las relaciones sexuales con otras personas, inclusive es interesante como este elemento de potenciar se observa cuando se fantasea con la misma escena que se está viviendo conductualmente. Un dato curioso es ver como experiencias traumáticas pueden derivar en fantasías sexuales de igual modo excitantes:

*“Cuando no puedo lograr un orgasmo, empiezo a imaginarme cosas para así poder conseguirlo”*. FAR

*“No necesito un hombre para satisfacerme, si quiero lo hago, fantaseo y me toco”*. MAR

*“Mi mente estaba pensando en el roce de su pene, yo no estaba por hablar”*. ROB

*“No me bloqueo para nada, al contrario, yo siento que eso es como un motorcito”*. XAV

*“Como mi proceso de sexualidad empezó un poco precoz por la situación de que a los 5 años, cuando mi cuerpo fue abusado, comencé a fantasear desde los 8 años. Era tanto así que no entendía por qué mi cuerpo reaccionaba de esa forma. No podía estar sola, porque automáticamente comenzaba a fantasear, a sentir cosas en mi cuerpo que no entendía porque era muy niña. Fantaseaba porque yo quería sentir lo mismo que sentía en ese momento”*. MAR

La categoría relacionada con la **prohibición** se relaciona con la censura que la mujer se pone a sí misma. Por esta razón se puede observar que tiene que ver con una falta de atrevimiento, que probablemente se relaciona con las cosas que considera como algo que no estaría bien visto, lo que a su vez le proporciona seguridad psicológica al mantenerse dentro de su zona de seguridad comportamental:

*“Tengo una fantasía, creo que muy básica, un trío conformado por mí, otra fémica y el masculino (aunque esa se quedará en mi mente porque yo no creo que me atreva nunca”*. CAR

*“En mi mente es así, un factor extra, que yo sé que no va a causar ningún daño, que se va a quedar ahí, podemos hacer y deshacer y se va a quedar ahí”*. CAR

*“Antes yo fantaseé con que mi mejor amigo sea mi compañero, pero no se dio, y me alegro que no pasara”*. ROB

En contraposición, surge una categoría de fantasías, que son las **bloqueadoras**. Tienen el efecto contrario a las potenciadoras, ya que cuando surgen, inhiben la respuesta sexual, como si fuera una especie de ruido que se interpone entre la estimulación sexual y la respuesta de excitación y la orgásmica. Al parecer esto tiene mucho que ver con experiencias traumáticas, o con otras experiencias sexuales con personas que aún siguen suscitando interés en la mujer:

*“Yo quiero concentrarme con la persona que estoy, pero esas imágenes o el recuerdo de con quien estuve no sale de mi cabeza, me bloquea y no deja que llegue al orgasmo”*. FAR

*“Realizando la fantasía me he bloqueado”*. LIS

*“Cuando me llega este tipo de pensamiento de mi primera experiencia, me bloqueo completamente, me cierro, y me pongo tensa, mal y no puedo seguir adelante”*. ROB

Otro tipo de fantasía es la **egocéntrica**, que plantea a la mujer que fantasea como elemento central del contexto de sus propias fantasías sexuales, o como parte del escenario de una acción voyeurista llevada a cabo por otra persona:

*“Yo soy la protagonista”*. CAR

*“Hacerlo con una mujer mientras un hombre nos observa”*. CRI

Las fantasías **exploratorias** son una categoría que surge como necesidad de construir expectativas de cómo serán las actividades sexuales y como un proceso inherente a la condición de la mente humana, la posibilidad de pensar en todo cuanto se le antoja de manera voluntaria:

*“Antes mis fantasías, eran más abiertas porque era menos quisquillosa, también eran un poquito más exploratorias. Ahora no, quiero estar en un lugar tranquila con mi pareja”*. LAU

*“Fantaseando tú puedes lograr cualquier cosa”*. LIS

Las fantasías sexuales **voyeristas** es un tipo de fantasía que tiene que ver con el rol expectante que plantea excitación en ciertas personas:

*“Ver a un hombre haciéndoselo a una mujer y yo sólo ver”*. LIS

Dependiendo del grado de impulso sexual que genera una fantasía en particular, se describen como **leves o intensas**:

*“Fantasías que son leves y uno las deja así tranquilitas, pero ya cuando son fantasías intensas uno busca con quien realizarlas”*. LIS

Las fantasías de tipo **afectivas** son aquellas que vinculan el placer sexual con la sensación de afecto que se desea tener a través de las relaciones sexuales con otra persona:

*“Mis fantasías siempre son, que después del sexo, quedarse abrazados, o sea, mis fantasías son más del tipo afectivas”*. PAT

Por último, la categoría de tipo **agresiva** plantea una vivencia sexual donde voluntariamente se quiere acceder a una actividad sexual que denote situaciones agresivas como parte del placer sexual.

*“Tener relaciones de una forma bastante agresiva”*. YAM

### Actitudes

Respecto a las actitudes que las mujeres entrevistadas tienen hacia sus propias fantasías sexuales, emergieron cuatro

categorías: **Libertad, Lo que no se fantasea no existe, Cuestionante, Frustración.**

La categoría relacionada con la **libertad** alude al sentimiento que se tiene respecto a no juzgarse a sí mismas ni a las demás personas respecto a lo que quiera fantasear. De igual modo, a la conciencia del derecho que se tiene como ser humano y la libertad de ejercer ese derecho de pensamiento, independientemente de que tenga un contenido sexual. Por otro lado, la libertad de poder escapar del aburrimiento cuando la vida sexual se torna monocromática:

*“Opino que cada fantasía, o sea, cada persona debe hacer lo que plazca. No lo veo mal, ni lo veo bien, o sea, está”*. CRI

*“Yo soy un ser humano, libre, y claro, me doy mis libertades de pensar en lo que yo quiera o en quien yo quiera”*. LAU

*“Llega un momento donde tener sexo es aburrido”*. CRI

La categoría de **fantasear para existir**, al parecer le da vigencia al pensamiento de Descartes, *Cogito Ergo Sum*. A través de la magia de las fantasías sexuales le podemos dar vida a las cosas que ocurren en la realidad, en dos vías posibles: se imagina lo que se quiere y se ve como algo posible por el mismo proceso de imaginación, o imaginar cosas que ya han pasado le dan la validez a lo ocurrido:

*“No pensaba en contacto físico con nadie, es como si eso no existiera para mí”*. ALB

La actitud **cuestionante** surge como un elemento de autoobservación, en la que la mujer se juzga a sí misma respecto a las cosas que está fantaseando. Sin embargo, independientemente de la parte negativa del resultado de este auto-juzgarse, se mantiene viva la curiosidad que suscitan las fantasías sexuales, o sea que, al parecer, el hecho de valorar la fantasía sexual como algo malo, eso no elimina la necesidad voluntaria, ni el surgimiento involuntario de dichas fantasías:

*“Hay momentos que pienso que tengo problemas, que son cosas sucias, indebidas, pero la curiosidad existe”*. FAR

Por último, surge una categoría motivada por no poder realizar una fantasía sexual, y es la **frustración**. Esto pasa cuando se quieren realizar las fantasías sexuales con la pareja,

pero no es posible por la negativa de la persona, o en otros casos, porque la mujer piensa que si le dice la fantasía a su pareja puede ser cuestionada:

*“Frustrante, porque quiero hacer una cosa, entonces no puedo y me conformo con la otra, pero realmente yo quisiera más, y no lo estoy recibiendo”*. KAR

### **Contenidos de las fantasías sexuales**

En los contenidos emergieron 9 categorías: **Personas, Sensaciones, Lugares, Temporales, Evolutivos, Objetos, Escenarios, Curiosidad, Fantasear con la fantasía.**

La mayoría de los contenidos están relacionados con **personas**, en sus diferentes formas de vinculación, con personas del sexo opuesto y del mismo sexo. También existen contenidos que hacen referencia a la pareja y a personas fuera de la relación:

*“Disfrutar mientras ambos me besan y me llenan de caricias, que no haya una parte de mi cuerpo que se quede sin recibirlas. Quiero que uno de ellos se siente detrás de mí en la cama, mientras abre mis piernas para que el otro hombre me penetre, uno con el pene, el otro con los dedos por mi ano”*. KAR

*“Que me besen completa, de repente sentir dos bocas en mi cuerpo recorriéndolo, lentamente por cada punto de placer. Los labios de R en mi boca, luego los de la otra persona en mis senos, y que R me haga sexo oral y me penetre”*. ALB

*“Tener sexo con dos hombres al mismo tiempo”*. YAM

*“Bueno yo que me encuentro entre acostada y sentada en la cama, mientras mi pareja parado y yo dándole un magnifico sexo oral, mientras la novia de la noche se encuentra dándome sexo oral a mí”*. CAR

*“Hacerlo con una mujer mientras un hombre nos observa”*. CRI

*“La mayor parte de mis fantasías son con mujeres”*. FAR

*“Acercarme a uno de los hombres, mirándolo a los ojos y mostrarle parte de mi cuerpo, cuando vaya a tocarme, me alejo y voy hacia donde otro que está mirando y desea que esté a su lado; repito la acción y*

*me aparto hasta el centro de la tarima*". KAR

*"Siendo penetrada con fuerza y mucha pasión"*. KAR

*"Quiero que el hombre me pegue de la pared, agarrando mis manos sobre mi cabeza"*. KAR

*"Lo que más me excita es poder tener con mi pareja todo el sexo que quiero, en un lugar llamado hogar, sin molestias, sin tapujos, libremente y cuando quiera"*. LAU

*"Mis fantasías siempre son con otras personas, nunca con mi pareja"*. XAV

Respecto a las fantasías que tienen que ver con **sensaciones**, estas se centran en el disfrute de los orgasmos y en dar/recibir placer:

*"Hasta que llegue a un orgasmo y me quite la venda y vea que la otra persona es otra chica. Comenzar con mi pareja a darle placer a ella, la otra chica y yo, luego ambas a la otra chica"*. ALB

*"Yo me imagino obteniendo un placer súper, y dando placer también, algo que sea súper fluido"*. ALB

*"Desnudar su cuerpo, besarla, tocarla suavemente, acariciar su piel y besar cada centímetro de su piel, mientras ella me deja disfrutar de su cuerpo"*. CRI

*"Que comiencen a acariciarme los muslos, luego pararme y que me recuesten de la pared pero de espalda y continúen acariciándome los muslos y me besen el cuello, luego recostarme en el escritorio, que me hagan sexo oral y después me penetre"*. FAR

*"Le permito que me toque, que me bese; el cuello, los senos, mi vientre, más abajo; tomo sus manos y las llevo a mi vulva, hago que me toque con sus dedos, que los introduzca en mi interior"*. KAR

*"Que bese mis labios apasionadamente, mi cuello, por detrás de las orejas... y yo con las manos arriba, sin poder bajar los brazos. Seguir besando todo mi cuerpo y quitarme la ropa muy despacio. Besar mi vulva sobre mi ropa interior mientras la frota con sus dedos, finalmente quitarla, abrirme más las piernas e ir introduciendo sus dedos, dos en mi vagina y uno en mi ano, hasta alcanzar el tan anhelado orgasmo"*. KAR

*"Comienzo a besarle suavemente los labios, se los mordía. Luego comencé a besar su cuello hasta llegar a la oreja; comencé a lamerle, darle pequeñas mordiditas, y le decía palabras bien calientes"*. MAR

Concerniente a la categoría de **lugares**, hay dos grandes temas que son los interiores y exteriores:

*"Que hiciéramos el amor todo el tiempo y en lugares públicos tipo baño de una plaza, cine, el auto"*. ANG

*"En la oficina vistiendo falda o vestido"*. FAR

*"La que más recurrente tengo es esa, de hacerlo en una oficina"*. YAM

*"Una fantasía que siempre he deseado cumplir es tener sexo en una carretera en la noche, muy lejana de la ciudad y poco iluminada. Específicamente en una jeepeta, con la puerta de atrás abierta, yo acostada boca arriba, desnuda de la cintura hacia abajo, con las piernas bien abiertas"*. KAR

*"En lugares específicos como, como la naturaleza, montes, bahías"*. MAR

*"En un piso bastante alto, digamos el 15 de alguna torre"*. XAV

Otra categoría de contenido es la que tiene que ver con el **tiempo**, en particular con la frecuencia en que se tiene relaciones sexuales, la etapa de desarrollo de la persona, el pasado planteado como recuerdos, y el futuro planteado como deseos:

*"Que hiciéramos el amor todo el tiempo"*. ANG

*"Experimenté todo lo que incluía mi fantasía de adolescente"*. ANG

*"Cuando era adolescente tenía la fantasía de estar con una mujer mayor que yo"*. ANG

*"Antes simplemente era un poco de curiosidad, en yo ver que pasaría, pero ahora, es más que quiero hacerlo, antes pensaba en eso, pero no en cumplirlas, ahora sí quiero cumplirlas"*. CRI

*"Recuerdos y deseo, básicamente. Me acuerdo de algo que pasó, o que quiero que pase, y me enciendo (excito)"*. LAU

La categoría relacionada con la **evolución** de los contenidos, hace referencia al cambio de los mismos en el tiempo. Por otro lado en el momento en que se define la identidad

sexual, y cuando la persona cambia de estatus conyugal:

*“Yo fantaseaba con besar a una chica. Después de besar a una chica, entonces yo quería ver a una chica desnuda, después fantaseaba con acostarme con una, y ahora me quiero acostar con 2”*. ALB

*“Después que tú tienes una idea, le vas agregando más detallitos, y por ahí uno empieza”*. CAR

*“Anteriormente fantaseaba con una sola persona, y ahora, después que fui influenciada, porque leí unos libros, ya estaba pensando en tríos, en cosas que involucraran más personas”*. KAR

*“Luego que descubrí mi sexualidad y decidí ser lesbiana, las fantasías cambiaron”*. LIS

*“Antes fantaseaba con tener relaciones con más de un hombre, eso me excitaba mucho. Ya solamente con mi pareja”*. MAR

La siguiente categoría está vinculada a los **objetos** con los que se fantasea, con una marcada preponderancia a la ropa que se usa dentro del contenido de las fantasías y como se usan los atuendos:

*“En la oficina vistiendo falda o vestido”*. FAR

*“Salir detrás de las cortinas con un bata color negra, cubierta y amarrada con una cinta por el medio, tacones altos color rojo”*. KAR

*“Flojo su ropa para hacerle caricias íntimas y sexo oral. Luego me siento sobre él cara a cara, con el vestido puesto, porque todo se dio así “de repente” y además estamos en el balcón. La velada termina con un coito muy básico y de poca duración, pero felices y sonrientes*. XAV

*“Hacerlo con mi novio, pero que él no tuviera toda la ropa y que yo no tuviera nada puesto, no sé porque eso siempre, y viceversa eso es algo que me excita”*. ROB

Los **escenarios** en que se desarrollan las fantasías sexuales, son construcciones elaboradas de manera contextual:

*“Cual película, yo miro a lo lejos dentro del mismo salón y veo cual mujer que hay que admitir que está muy bonita”*. CAR

*“Bailar en un club nocturno, en un escenario con pocas luces”*. KAR

*“Fabricar fantasías, pongo a imaginar mi mente, como quisiera que fuese, que ropa me pondría, que lencería me pondría, con qué me bañaría”*. MAR

*“Llegar a un bar tipo swinger, elegir dos hombre que sean muy atractivos para mí; altos, cuerpo atlético, barba, uno calvo y otro no. Hacerles la sugerencia de que quiero estar con ellos”*. KAR

La **curiosidad** surge como una categoría interesante, ya que denota la anticipación de lo que se desea en las actividades sexuales, tanto de manera general, como acciones más específicas:

*“Uno empieza a imaginarse cosas, pero siempre me he preguntado cómo sería eso que yo describí antes de tener relaciones sexuales”*. ALB

*“Una de mis fantasías es tener sexo anal”*. MAR

Algo que resulta fascinante, es el proceso mediante el cual se fantasea con la fantasía. Esta categoría sirve de motivación para tener sexo o realizar la fantasía misma. De igual modo, plantean el anhelo que se tiene de realizar la fantasía en algún momento:

*“Imaginarme lo que se sentiría estar cumpliendo esa fantasía, eso, eso me motiva”*. CRI

*“Algunas son un poco difíciles de lograr, obviamente, de hecho yo casi ninguna las he logrado, se han quedado siendo fantasías, pero, me gustaría que se hiciera en algún momento”*. XAV

### Vinculación de las categorías

Los tipos de fantasías sexuales que tienen las mujeres entrevistadas se pueden ver determinadas, en gran magnitud, por causales que motivan al cambio en el imaginario mental, y por otro lado las motivaciones para explorar de manera abierta todo lo que se considere como sexualmente excitante. Esto se ve expresado en el orden de las experiencias sexuales que agotan la energía de las fantasías o por la ausencia de experiencias que aumentan las expectativas mentales respecto a tal o cual actividad.

Algo importante, aunque pueda parecer evidente, la identidad de quien fantasea juega un papel básico, ya que es la persona

encargada de producir las fantasías sexuales, por una interacción subjetiva de diversos elementos que se integran en su mente, lo que a la vez va categorizando de manera automática tipificaciones inherentes a la forma en que se fantasea. Este aspecto de la identidad sexual está relacionado con los significados que cada mujer le da a lo que fantasea sexualmente, ya que es la conciencia, como parte de la esfera mental del yo, quien determina las etiquetas de las fantasías basado en un sistema de creencias muy particular, que en consecuencia decide cuáles fantasías realizar y cuáles no.

Todo esto va delineando la forma en que lo mental excita o inhibe la fisiología que está relacionada con la respuesta sexual. Observándose, como algunos elementos pueden ser en ocasiones motivo de bloqueo y en otras de excitación.

La experiencia de fantasear sexualmente, por el significado que se le da, podría generar actitudes contradictorias. Esto plantea un conflicto que en ocasiones podría causar malestar, ya que por un lado se establece claramente el derecho que se tiene a la libertad de pensamiento, y por otro lado el contraste de lo fantaseado con el sistema de creencias, generando malestar. Es importante destacar, que de igual modo se puede producir malestar por el hecho de tener impulsos sexuales originados por las fantasías y no poder desarrollar un comportamiento sexual que libere dichos impulsos, lo que lleva a evidenciar que la fantasía le da motivos de ser a la realidad.

El contenido de las fantasías sexuales es el agente aglutinante que le da forma y contexto a todos los elementos causales, relacionales, temporales, e individuales que estimulan sexualmente a la conciencia y al cuerpo.

## **DISCUSION**

Generalmente se encuentran estudios sobre las fantasías sexuales elaborados con un enfoque cuantitativo, por tal motivo el presente trabajo de investigación tuvo el interés de mostrar aspectos cualitativos de las fantasías. En tal sentido se investigaron tres grandes aspectos de las mismas, como son los tipos, las actitudes y los contenidos, para

encontrar significados que partieran de las mismas personas que construyen estos pensamientos sexuales, en este caso en particular, las mujeres.

Los problemas relacionados con la respuesta sexual humana son más prevalentes en las mujeres (43%) que en los hombres (31%) y están asociadas con diferentes características demográficas, incluyendo la edad y el nivel educacional (Laumann, Paik & Rosen, 1999). En muchos casos se observa que hay una deficiencia en la expresión del material imaginario, ya que les crea culpa y vergüenza, pero esto no quiere decir que no tengan fantasías sexuales. Este déficit, en muchos casos, podría estar asociado con dichos problemas sexuales, por lo que resulta de interés profundizar sobre estos procesos de elaboración mental fantasiosa, con el objetivo de entender mejor algunas problemáticas que se presentan en la psicoterapia sexual.

En la presente investigación se pudo observar cómo se entrelazan los tipos de fantasías sexuales, las actitudes a las mismas y sus contenidos, girando como un todo en una línea temporal y cambiante, determinada en gran medida por los agentes causales de la historia sexual de cada mujer. Esto va configurando un sistema de creencias que le da un significado importante a la forma en que se plantea cada fantasía en la vida de quien fantasea. Tal como lo expresa Burgos (2011) no hay una pauta común a todas las personas, pues cada cual tiene su propio sistema de creencias que, si bien puede coincidir en mayor o menor medida con el mayoritario, siempre estará lleno de matices personales que compartirán diferencias relevantes a la hora de relacionarnos con las fantasías sexuales que tenemos.

Un punto relevante se aprecia cuando en esta investigación las tipificaciones no necesariamente caen en categorías planteadas por la acción de lo que se fantasea, sino más bien como una conciencia reguladora entre la parte mental y las respuestas del cuerpo. De igual modo, las actitudes que reafirman la experiencia de libertad de un yo que se siente en constante intercambio de información con las prohibiciones del mundo externo. Todo

esto volcado en formas de contenidos que van guiando la expresión de la vivencia de los impulsos sexuales a modo antojadizo en algunos casos, y en otros de forma automática. Sobre este aspecto Bader (2002) refiere que las fantasías sexuales no suelen caer en categorías ordenadas. La gente lucha contra muchas creencias irracionales diferentes al mismo tiempo. Como resultado, las fantasías sexuales a menudo tienen que servir para múltiples funciones psicológicas simultáneamente.

En conclusión, se puede decir que las fantasías sexuales le permiten a las mujeres entrevistadas tener un sentido de libertad sexual, regulado por la forma en que van decidiendo qué y cómo fantasear, al mismo tiempo que deciden cuáles fantasías actúan en la realidad y cuáles no. La fantasía le da sentido a la realidad, como también, fantasear con la fantasía sexual en sí, es motivo de anhelo de lo vivido y de deseo por lo que se quiere vivir.

#### **BIBLIOGRAFIA**

Álvarez-Gayou, J. (2003) *Cómo hacer investigación cualitativa, fundamentos y metodología*. Editorial Paidós, 1ra. Ed. México

Bader, M. (2002) *Arousal: the secret logic of sexual fantasies*. St. Martin's press, 1ra. Edición. EEUU

Kahr, B. (2008) *Who's been sleeping in your head? : the secret world of sexual fantasies*. Basic books. EEUU

Borda, P.; Dabenigno, V.; Freidin, B.; Guelman, M. (2017) *Estrategias para el análisis de datos cualitativos*. Instituto de

investigaciones Gino Germani, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Argentina

Buckmore, A. (2014) *The power of human sexual fantasy*. Ed. Strategic Book Publishing and Rights. EEUU

Burgos, G. (2011) *Proyecto tabú, todas nuestras fantasías sexuales al descubierto*. Ed. Fundamentos, 2da. Edición. España.

Estupinyá, P. (2014) *La ciencia del sexo*. 1ra. Ed. Vintage Español. EEUU

Hall, K. (2004) *Reclaiming your sexual self: how you can bring desire back into your life*. John Wiley & Sons, Inc. EEUU

Kahr, B. (2008) *Who's been sleeping in your head? : the secret world of sexual fantasies*. Basic books. EEUU

Laumann, E.; Paik, A.; Rosen, R. (1999) *Sexual dysfunction in the United States: prevalence and predictors*. *JAMA*. Feb 10;281(6):537-44

López, E. (2012) *El erotismo infinito: un viaje desde la motivación sexual hacia el increíble mundo del erotismo*. Colombia: Grijalbo, 1ra. Edición.

Maxwell, J. (1996) *Qualitative Research Design. An Interactive Approach*. Thousand Oaks: SAGE.

Leitenberg, H.; Henning, K. (1995) *Sexual Fantasy*. *Psychological Bulletin*. Vol. II7, No. 3,469-496

Maltz, W. & Boss, S. (1998) *El mundo íntimo de las fantasías sexuales femeninas*. Ed. Paidós, 1ra. Edición. España

Morin, J. (1995) *The erotic mind*. E. Harper Collins. EEUU

## Esquema de vinculación de categorías

