**De qué hablamos cuando hablamos de orgasmos**

* *De acuerdo a un estudio, los hombres heterosexuales alcanzan el orgasmo durante un encuentro sexual el 95% de las veces, mientras que las mujeres heterosexuales sólo el 65%.*

Los orgasmos han permanecido en las sombras durante mucho tiempo; han sido mitificados y hubo teorías sobre ellos que rayaban en lo divertido y hasta en lo conspirativo, pero nada más alejado de la verdad. A través del tiempo y de las investigaciones médicas y científicas se ha sabido que el orgasmo es la liberación placentera de la tensión de la región pélvica que incluye los órganos sexuales, que se experimenta en muchas partes del cuerpo y puede estar acompañada de eyaculación.

“Los orgasmos son naturales y parte de nuestra sexualidad y se necesita hablar de él para conocer de qué hablamos, qué sí y qué no, y sobre todo, ir comprendiendo que para llegar a ellos también se requiere de autoconocimiento”, explicó Karimme Reyes, sexóloga de [Platanomelón](https://www.platanomelon.mx/), la marca de juguetes eróticos en línea líder en México y pionera en compartir información sexual profesional.

La estimulación sexual física es lo que ayuda a llegar a él, pero también el sistema nervioso está involucrado, pues transmite impulsos que estimulan los aparatos y sistemas orgánicos, donde la mayoría de las acciones son involuntarias. En el cerebro, por otro lado, se produce una inhibición de la parte que se encarga de la razón y del control, por lo que en el momento del clímax esta zona entra en modo de reposo.

De acuerdo con un [estudio](https://link.springer.com/article/10.1007/s10508-017-0939-z?wt_mc=Affiliate.CommissionJunction.3.EPR1089.DeepLink&utm_medium=affiliate&utm_source=commission_junction&utm_campaign=3_nsn6445_deeplink&utm_content=deeplink) realizado por las universidades de Indiana, Chapman y Claremont Graduate en Estados Unidos, los hombres heterosexuales son quienes más alcanzan un orgasmo durante un encuentro sexual con el 95% de las veces, seguidos por los hombres homosexuales con un 89%, los hombres bisexuales con un 88%, las mujeres lesbianas con el 86%, las mujeres bisexuales con el 66% y, por último, las mujeres heterosexuales con un 65%.

A continuación, el equipo de Platanomelón comparte algunos puntos básicos que debemos conocer para entrarle con todo a este tema:

* **Dale a tu cuerpo alegría**

En personas con vulva, el clítoris, cuya única función es dar placer, es el órgano con el que se puede llegar de forma más placentera, aunque la penetración vaginal y la zona G, junto a los senos, son otras partes a explorar y que por supuesto que traen sensaciones satisfactorias y goce. En personas con pene, estimular éste, junto a los testículos, el glande o, de forma interna, el punto P, son algunas de las zonas más explosivas, pero recordemos que en todos los casos, lo más importante es saber qué te o le gusta al otrx.

**¿Qué no es el orgasmo?**

* El orgasmo no es, en todo los casos, el fin último de los encuentros sexuales. Algunas personas han mencionado incluso que estamos en la era del orgasmocentrismo, debido a la invisibilización de otros aspectos importantes sobre el placer sexual. Hay quienes no han experimentado aún un orgasmo, ya sea porque la estimulación no ha sido la correcta, porque apenas se está descubriendo el autoplacer o porque, en algunos casos, hay anorgasmia, y esto no significa que su vida sexual esté mal o sea insatisfactoria, de hecho se estima que el 40% de las mujeres alcanza el orgasmo sólo en 10 de cada 100 encuentros sexuales.
* **Multiorgasmos a mí**

Experimentar multiorgamos es posible, y aunque puede ocurrir sin esperarlo porque todo ha marchado bastante bien en ese encuentro sexual, el autoconocimiento es fundamental para hacerse *master* del tema. Explorar y conocer lo que nos gusta ayuda a generar confianza y a ganar herramientas para llegar a vivirlos. De hecho, todxs pueden lograrlo, pues la práctica debe dirigirse a vivir el orgasmo, sin eyacular.

* **Los orgasmos como las flores, no esperes que te los den**

La masturbación y el autoconocimiento son una herramienta importante para alcanzar orgasmos épicos e incluso hay estudios que muestran que la brecha de orgasmos disminuye con esto. Además, hay muchas y diferentes opciones para experimentar nuevas sensaciones, un ejemplo es el succionador de [clítoris Mambo de Platanomelón](https://www.platanomelon.mx/products/mambo-succionador-clitoris-estimulador?variant=34372031807625), que cuenta con la tecnología Oh! Tech.®, desarrollada por especialistas y sexólogas, proporcionando estimulación progresiva del clítoris, sin contacto directo.

Vivir una vida sexual placentera depende mucho de los gustos de cada persona, pero tener conocimientos y buscar información profesional es importante para todxs y en todas las edades, pues eso ayuda a empoderarse en distintos aspectos, vivir al máximo nuestra vida sexual y a experimentar el placer sin miedos ni inhibiciones.

**Acerca de Platanomelón**

Platanomelón es la marca de juguetes eróticos online líder en México que nace con el propósito de fomentar una vida sexual plena al romper los tabúes relacionados al sexo. Esta *startup,* además de diseñar, fabricar y comercializar juguetes sexuales en línea de la mejor calidad, resuelve dudas y brinda información a través de expertxs y artículos divulgativos acerca de la sexualidad. Su equipo de sexólogxs atiende con profesionalidad y de forma clara las cientas de consultas diarias de su comunidad virtual mexicana de más de un millón de seguidorxs en redes sociales. Platanomelón tiene como objetivo ayudar a mejorar la sexualidad de las personas, aumentar su autoestima, inspirar la complicidad con la pareja, y que se diviertan mientras obtienen un mayor bienestar en su salud sexual y emocional. Para obtener más información y todas las herramientas necesarias para disfrutar de más y mejor diversión visita [www.platanomelon.mx](http://www.platanomelon.mx), [Facebook](https://www.facebook.com/Platanomelon/) e [Instagram](https://www.instagram.com/platanomelonmx/).