

INVESTIGA UN ESTUDIO

# Cambios en el deseo sexual entre parejas casadas



Por Lázaro Castillo, Jr.

[lcastjr@outlook.com](mailto:lcastjr@outlook.com)

La capacidad de mantener un sentido de identidad y autonomía mientras se invierte en una relación cercana predice aumentos en el deseo sexual con el tiempo, según una nueva investigación publicada en la revista *Sexual and Relationship Therapy*.

**Los nuevos hallazgos brindan información sobre cómo el apego y la diferenciación del yo están relacionados con el funcionamiento de la relación entre las parejas casadas.**

“Algunas personas piensan que es mejor centrarse en la unión de pareja, lo que los investigadores llaman apego. Otros piensan que es mejor concentrarse en equilibrar el sentido de uno mismo y la autonomía con el apego, lo que los investigadores llaman diferenciación. Queríamos ver si es mejor para las relaciones sexuales de las parejas centrarse en la unión de pareja o, por el contrario, centrarse en equilibrar el sentido individual de sí mismo y la autonomía con la unión de pareja”.

Allsop y sus colegas examinaron dos oleadas de datos recopilados por el Proyecto Familias Florecientes, un estudio longitudinal de la vida familiar interna. La muestra incluyó a 286 parejas casadas, que completaron evaluaciones de diferenciación de sí mismos, calidad de la comunicación, calidad de la relación, satisfacción sexual, deseo sexual y estilo de apego en 2010 y nuevamente en 2011.

Contrariamente a las expectativas, los investigadores no encontraron evidencia de que los niveles de apego ansioso o evitativo predijeran cambios en el deseo sexual a lo largo del tiempo. Sin embargo, encontraron que dos aspectos de la diferenciación de los cambios en el deseo sexual de hombres y mujeres.

Para los hombres, el límite emocional más bajo se asoció con aumentos posteriores en su propio deseo sexual. Los hombres con niveles más bajos de corte emocional no estaban de acuerdo con afirmaciones como "Tengo dificultades para expresar mis sentimientos a las personas que me importan" y "Cuando las cosas van mal, hablar de ellas suele empeorar las cosas".

Para las mujeres, la menor reactividad emocional se asoció con aumentos posteriores en su propio deseo sexual. Las mujeres con niveles más bajos de reactividad emocional no estuvieron de acuerdo con afirmaciones como "A veces mis sentimientos se apoderan de mí y tengo problemas para pensar con claridad" y "Si alguien está molesto conmigo, parece que no puedo dejarlo pasar fácilmente".

"Descubrimos que la diferenciación predijo aumentos en el deseo sexual a lo largo del tiempo de manera más singular que la unión", dijo Allsop a PsyPost. "Entonces, encontrar el equilibrio entre su sentido de identidad y autonomía con el nivel de vínculo de pareja en su relación puede relacionarse con aumentos en el deseo sexual con el tiempo más que el vínculo de pareja solo".

Los investigadores también encontraron que las mujeres con mayor satisfacción sexual en 2010 tendían a tener menor reactividad emocional en 2011, mientras que los hombres con mayor deseo sexual en 2010 tendían a tener menor apego ansioso y reactividad emocional en 2011. Un mayor corte emocional tendía a aumentar el apego evitativo entre las mujeres, mientras que los hombres con mayor apego evitativo tendían a tener parejas con un corte emocional reducido.

"También descubrimos que los niveles de apego y diferenciación de las parejas se predecían entre sí a lo largo del tiempo", señaló Allsop. "Entonces, una mejor diferenciación puede relacionarse con un mejor apego y viceversa".

**Sin embargo, como con cualquier estudio, la nueva investigación incluye algunas limitaciones.**

"Las parejas de nuestra muestra eran de mediana edad, en matrimonios mixtos y eran de una ciudad del noroeste de los Estados Unidos, por lo que es posible que nuestros resultados no se apliquen tan bien a las personas mayores o jóvenes, en otros tipos de relaciones o de diferentes lugares.", explicó Allsop. "Sería interesante volver a realizar el estudio con parejas más jóvenes porque las parejas más jóvenes a menudo se centran tanto en el apego, por lo que los resultados podrían diferir entre este grupo".

"Es importante recordar que el vínculo de la pareja sigue siendo muy importante para los niveles de deseo sexual de la pareja", agregó. "Lo que agrega nuestro estudio es que tratar de equilibrar el vínculo de pareja con su sentido de sí mismo y su propio crecimiento puede ser incluso mejor para el deseo sexual que centrarse solo en el vínculo de pareja".

Fuentes: El estudio, "Asociaciones longitudinales entre el apego, la diferenciación de uno mismo y los resultados sexuales y relacionales de la pareja", fue escrito por Allsop de la Universidad de Dalhousie, Amber A. Price, Verónica Hanna-Walker, Chelom E. Leavitt, Emily H. Milius y Shayla M. Driggs. Otras investigaciones conductistas fueron realizadas por la University of West Georgia y la Universidad de Nevada, en Las Vegas.



## **PUBLICACIONES**

**Crisis Marital**

**Infidelidad**

**5 señales**

**Síndrome**

**Narcisista**

**Mentira**

**El perdón**

**Infidelidad**

**Inseguridad**

**Importancia del  
ejercicio físico para  
la mente**

**Carl Jung y el  
concepto de  
conciencia colectiva**

**Del Pensamiento a la  
palabra... y por ende  
somos**

**¿Cómo cambiar  
nuestros hábitos?**

**Baja autoestima I**

**Ley de la  
atracción: Mente  
positiva**