

Experiencias Postsexuales En Estudiantes Universitarios Con Relaciones De Pareja.

Luis Eduardo Sevilla Marquez

(Código 202201993)

Trabajo de Investigación de Maestría

Director: Gabriel Arteaga

Programa Maestría en Psicología

Facultad de Psicología

Universidad del Valle

Santiago de Cali, Enero, 2025

Tabla de contenido

Lista de tablas	5
Lista de figuras	6
Resumen	7
Introducción	8
Planteamiento del problema	10
La influencia de la sexualidad en la relación de pareja	10
Importancia de las experiencias postsexuales	12
Impacto en el bienestar psicológico	13
Relaciones contemporáneas y adaptación	14
Preguntas de investigación	15
Hipótesis de investigación	16
Hipótesis general.	16
Objetivos de la investigación	18
Objetivos generales.	18
Objetivos específicos.	18
Justificación	19
Revisión de la literatura	22
Conceptualización de la sexualidad humana	23
Perspectivas biológicas de la sexualidad.	24
Perspectivas psicológicas de la sexualidad.	25
Teoría de la elección sexual	28
Maximización del éxito reproductivo.	29
Apariencia física.	29

Estatus social y recursos.	29
Fidelidad y compromiso.	29
Perspectivas socioculturales de la sexualidad	30
La Sexualidad en el contexto de la relación de pareja	31
Características de las parejas en la actualidad	34
Experiencias postsexuales	36
Disforia poscoital	39
Rol de las expectativas y satisfacción sexual	40
Influencia de la comunicación en la pareja.	40
Factores socioculturales.	42
Metodología	43
Población y muestra	43
Criterios de inclusión.	44
Criterios de exclusión.	44
Proceso de recolección de datos	44
Fase I: presentación y contacto.	45
Fase II: consentimiento informado.	45
Fase III: recolección de datos.	46
Fase IV: acompañamiento y finalización.	46
Instrumentos	47
Consideraciones éticas	48
Acceso a resultados y beneficios para los participantes.	49
Cumplimiento de normativas y supervisión ética.	50
Estrategias de análisis de información	50
Fase I: estadísticos descriptivos.	50

Fase II: análisis de normalidad.	50
Fase III: contraste de media de muestras independientes.	51
Fase IV: correlación.	51
Cronograma	51
Análisis estadístico	52
Potencia estadística	52
Fiabilidad interna	54
Caracterización sociodemográficas de los participantes	55
Análisis descriptivo	58
Análisis inferencial	62
Prueba de normalidad.	62
Contraste de medias para muestras independientes.	64
Correlación.	65
Discusión	69
Conclusiones y recomendaciones	78
Conclusiones	78
Recomendaciones	81
Limitaciones	82
Bibliografía	84

Lista de tablas

Tabla 1	Coeficientes de alfa de Cronbach para los instrumentos	54
Tabla 2	Características sociodemográficas y psicológicas de los participantes	56
Tabla 3	Estadísticos de distribución de frecuencia de las experiencias postsexuales	58
Tabla 4	Estadísticos de distribución de frecuencia del funcionamiento sexual	61
Tabla 5	Estadísticos de distribución de frecuencia del compromiso hacia la pareja	61
Tabla 6	Estadísticos de distribución de frecuencia del malestar psicológico	62
Tabla 7	Prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov	63
Tabla 8	Prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes en función del sexo biológico	64
Tabla 9	Coeficiente de correlación Rho de Spearman	65

Lista de figuras

Figura 1 Cálculo de potencia

53

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo analizar las experiencias postsexuales en estudiantes universitarios con una relación de pareja, describiendo sus diferencias según el sexo biológico y examinando su relación con variables independientes como funcionamiento sexual, clima relacional y malestar psicológico. Se empleó un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo–correlacional, bajo el método hipotético-deductivo. La muestra estuvo conformada por 129 estudiantes (77 mujeres y 52 hombres) de entre 18 y 46 años, pertenecientes a la Universidad del Valle y con diversidad de orientaciones sexuales. Se aplicaron la Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES), la Escala Kessler K10 de malestar psicológico, la ECIRA-20 para evaluar el clima relacional y el Massachusetts General Hospital Sexual Functioning Questionnaire (MGH-SFQ) para medir el funcionamiento sexual.

Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en las experiencias postsexuales positivas, el funcionamiento sexual y las dimensiones de intimidad y amor. Asimismo, se identificaron correlaciones significativas entre las experiencias postsexuales (positivas y negativas) y el funcionamiento sexual, el clima relacional, el romance y el malestar psicológico en ambos sexos. De manera diferenciada, la intimidad se asoció únicamente con las experiencias postsexuales masculinas, mientras que el amor se vinculó exclusivamente con las experiencias postsexuales positivas en hombres.

Palabras clave: experiencias postsexuales, bienestar emocional, malestar psicológico, satisfacción sexual, clima relacional, relaciones de pareja.

Introducción

El interés en explorar las experiencias postsexuales surge de observaciones clínicas y una revisión de la literatura que dan cuenta de una atención limitada a este tema dentro de la psicología, por lo cual el tema no ha recibido suficiente relevancia teórica. Es un tema que, pese al reducido número de investigaciones y su escaso abordaje en foros y discusiones académicas, parece tener una relevancia clínica y teórica importante.

De manera particular, en algunos contextos terapéuticos, muchos pacientes, especialmente mujeres, refieren en consulta o socializan las experiencias posteriores al sexo y estas emociones lejos de ser placenteras se asocian a otro tipo de pensamientos, sensaciones y comportamientos que pueden tener lugar en otro tipo de diagnósticos psicológicos, aunque estas manifestaciones suelen presentarse tras un acto sexual aparentemente satisfactorio hasta el momento del orgasmo (Schweitzer et al., 2015)

Históricamente, las teorías alrededor de la sexualidad humana, como las propuestas por Masters y Johnson (1966) con su modelo de la respuesta sexual humana (excitación, meseta, orgasmo y resolución), se han encargado de ofrecer explicaciones principalmente fisiológicas, lo que en perspectiva parece reducir la sexualidad en función de sus planteamientos, pero se tiende a omitir en gran medida el componente subjetivo. Esto abre el paso a algunas preguntas interesantes: si el acto sexual aparentemente alcanza todas sus fases con éxito, ¿por qué pueden emerger sentimientos de malestar como culpa, frustración, irritabilidad, ansiedad y vacío?

Una posible respuesta a esta pregunta empezó a tomar forma en 1979 con los aportes de Helen Kaplan, quien integró el deseo sexual como una antesala a las etapas siguientes de la respuesta sexual y enfatizó que el cerebro es, sin lugar a dudas, el principal órgano sexual. A partir de esta perspectiva se revela la complejidad de la función sexual, que se enmarca en un espectro de experiencias significativas, frecuentemente ignoradas por ser consideradas como simples elementos que pertenecen a constructos teóricos más grandes.

En la actualidad, las relaciones interpersonales se ven influidas por un entorno demandante y saturado de estímulos y expectativas a nivel social e individual, dicha situación deja a las personas expuestas a contextos que pueden resultar abrumadores en términos emocionales. Para la terapia de aceptación y compromiso (ACT), por ejemplo, se ha señalado que, frente a estas emociones negativas, el comportamiento evasivo puede ser una respuesta

común, aunque potencialmente problemática (Luciano et al., 2006). Este comportamiento evitativo puede resultar útil en el momento para las personas, en función de su adaptabilidad, pero con la evitación de la experiencia se tiende a reforzar el malestar.

Siguiendo esta misma línea, es prudente entender que cada experiencia humana aporta valor al individuo y desde allí resulta lógico preguntarse: ¿no debería existir también una experiencia relevante después del sexo? Reconocer que el acto sexual no culmina necesariamente con el orgasmo, permite la apertura a una comprensión más amplia de las experiencias emocionales allí presentes y su impacto en la salud mental y relacional.

Así pues, surgen las experiencias postsexuales como un constructo que se constituye dentro de un campo crítico que merece más atención. Dentro de estas experiencias, las emociones más frecuentes suelen ser tristeza, rabia, irritabilidad, melancolía. De esta manera, Burri y Hilpert (2020) destacan que las experiencias postcoitales negativas afectan a personas de ambos sexos, pero su prevalencia y la manifestación de síntomas displacenteros como la tristeza o el llanto son más comunes entre las mujeres, lo cual podría deberse a factores de estrés psicológico o experiencias pasadas.

Este fenómeno clínico puede desafiar las explicaciones fisiológicas convencionales alrededor de la sexualidad humana y subraya la necesidad de buscar una perspectiva más integradora que permita considerar tanto los aspectos fisiológicos como los subjetivos dentro de la sexualidad. La presente investigación buscará abordar estas brechas teóricas y prácticas, explorando las experiencias postsexuales desde un enfoque más amplio. Esto no solo promoverá una comprensión más profunda de la sexualidad humana, sino que también servirá como herramienta en el estudio y abordaje del bienestar en las relaciones sexuales y la salud mental, sexual y de la pareja.

Planteamiento del problema

Las relaciones afectivo-sexuales son fundamentales en la vida de las personas, ya que la sexualidad humana posee una interconexión profunda con la esfera emocional. Esta relación se manifiesta en los comportamientos sexuales y en el impacto que estos tienen a nivel individual e interpersonal. En este sentido, la sexualidad ocupa un lugar central en la vida en pareja. De acuerdo con Salgado (2003), es complicado entender la sexualidad en la pareja sin considerar los componentes afectivos. Este autor sugiere que existen experiencias emocionales implicadas en el

placer, como la repulsión, la atracción o el desagrado, que influyen en la disponibilidad sexual de los individuos. En consecuencia, plantea que mientras mayor sea el contexto afectivo y emocional, mayor será la disponibilidad sexual.

Al comprender que la sexualidad en la pareja no se limita únicamente al acto coital, sino que involucra una amplia gama de experiencias, se reconoce que las relaciones sexuales tienen un impacto significativo en la dinámica de pareja. Para ejemplificar este planteamiento, Campo (2003) refiere que “cuando hablamos de sexualidad, nos referimos a afectividad, apego y desarrollo sexual, no solo a genitalidad y coito. (...) [Estos] son necesarios en el desarrollo normal de cualquier persona” (p. 16). Desde esta perspectiva, la vida sexual en la relación de pareja va más allá del deseo y la acción corporal, ya que integra, además, un conjunto de emociones, pensamientos y comportamientos que pueden influir de manera directa en la calidad de la relación y el bienestar de ambos miembros.

Las relaciones afectivas actuales pueden estar sujetas a múltiples influencias que responden a una visión contemporánea de la sexualidad y a los procesos adaptativos que viven las parejas en función de sus contextos. Por esta razón, una relación amorosa integra factores individuales, que incluyen la afectividad y las emociones, junto con dimensiones socioculturales, como las normas de la época, los valores culturales y los ideales sobre el amor (Tovar, 2012). En este sentido, las experiencias postsexuales cobran una relevancia particular, pues forman parte de las dinámicas afectivas y de los significados que las parejas atribuyen a la intimidad. En consecuencia, podrían influir en la percepción de satisfacción y bienestar dentro de la relación. De esta manera, el análisis de la sexualidad en pareja permite dar paso a un aspecto poco explorado pero igualmente determinante: las experiencias postsexuales, las cuales representan el momento en que se condensan y resignifican muchas de las emociones y percepciones derivadas del encuentro íntimo.

La influencia de la sexualidad en la relación de pareja

La sexualidad en la relación de pareja no opera de manera aislada, sino que se entrelaza ampliamente con la afectividad y el bienestar emocional de los individuos. Las experiencias sexuales satisfactorias no solo contribuyen al mantenimiento de una relación saludable, sino que también refuerzan el vínculo emocional entre los miembros de la pareja. (Pascoal et al., 2013)

En este sentido, las experiencias sexuales positivas favorecen la conexión y la confianza, lo que a su vez facilita la construcción de espacios de intimidad y promueve un mejor entendimiento mutuo. (Andreoli et al., 2024) Así pues, el funcionamiento sexual entendido como la percepción del desempeño y la respuesta sexual en la pareja puede desempeñar un papel clave en la manera en que los individuos experimentan su satisfacción e insatisfacción postsexual. La forma en que una persona evalúa su propio desempeño y el de su pareja puede influir en la percepción general de la relación y, en consecuencia, en las emociones que emergen después del encuentro sexual. (Ilo, 2014)

Por el contrario, las experiencias sexuales negativas pueden generar tensiones y conflictos en la pareja. Dificultades como la disfunción eréctil, la baja libido o la insatisfacción en la relación pueden convertirse en fuentes de frustración y resentimiento, afectando la dinámica de la pareja si no se abordan de manera adecuada. Para Gagnon y Simon (2005), "la sexualidad es una forma de comunicación interpersonal que puede reforzar los lazos emocionales y la intimidad en la pareja" (p. 23). Desde esta perspectiva, la calidad de la vida sexual no solo influye en la satisfacción individual, sino que también impacta directamente en la estabilidad y armonía de la relación.

En este mismo orden de ideas, la salud de una relación de pareja suele reflejarse en su dinámica sexual y en la calidad de la comunicación entre sus miembros. La capacidad de dialogar abiertamente sobre tensiones, inquietudes y expectativas en torno a la intimidad fortalece la conexión emocional y favorece el entendimiento mutuo. En este sentido, la comunicación efectiva sobre la vida sexual ha sido asociada con mayores niveles de satisfacción y estabilidad en la pareja (Gottman & Levenson, 1999). Cuando la expresión de deseos y necesidades sexuales se aborda con apertura y confianza, se generan espacios de intimidad que contribuyen al bienestar de ambos miembros de la relación. Este conjunto de factores emocionales y afectivos que influyen en la relación de pareja puede conceptualizarse como el 'clima relacional', un término que, para efectos de este estudio, agrupa dimensiones como el compromiso, la intimidad, el romance y el amor. Esta agrupación permite analizar de manera integrada el impacto de estos elementos en la calidad de la relación.

Así pues, la revisión de la sexualidad junto a otros aspectos de la relación es un aspecto fundamental para la vida relacional. Por ejemplo, en la terapia sexual, con frecuencia se incluyen

componentes de terapia de pareja, ya que el enfoque no solo reside en los síntomas sexuales, sino también en los aspectos emocionales e interpersonales que pueden estar afectando la vida íntima. Este tipo de intervención ha demostrado ser efectiva para mejorar la comunicación en pareja y proporcionar herramientas para la resolución de conflictos, lo que contribuye a una mayor satisfacción en la relación (Mark & Jozkowski, 2013).

En este sentido, es importante que las parejas reconozcan y aborden su vida sexual como un componente clave del bienestar relacional, ya que este influye directamente en la estabilidad y satisfacción dentro del vínculo afectivo. Cuando uno o ambos miembros de la pareja minimizan la importancia de su sexualidad, puede generarse un deterioro progresivo en la relación, afectando tanto la calidad del vínculo como la satisfacción general (Rusbult et al., 1998).

De tal manera, la sexualidad juega un papel indispensable en la dinámica de las relaciones de pareja. Su influencia va más allá del placer físico, ya que puede afectar profundamente los vínculos emocionales, la comunicación y la satisfacción general en la relación. Cabe destacar, que cuando se abordan estos elementos con el nivel adecuado de atención y cuidado, el resultado puede permitir la construcción de una relación más saludable y armoniosa, donde ambos miembros de la pareja se sientan involucrados en la relación, promoviendo así que puedan sentirse valorados y satisfechos (Mark & Jozkowski, 2013).

Por lo tanto, la sexualidad es un componente esencial en la dinámica de las relaciones de pareja, ya que su influencia trasciende el placer físico y repercute en los vínculos emocionales, la comunicación y la satisfacción general en la relación. Atender estos aspectos con el cuidado adecuado contribuye a construir una relación más saludable y armoniosa, en la que ambos miembros se sientan involucrados, valorados y satisfechos (Mark & Jozkowski, 2013). En consecuencia, comprender la sexualidad en pareja implica no solo atender al funcionamiento sexual y al clima relacional, sino también observar qué ocurre inmediatamente después del encuentro íntimo. Es en este espacio postsexual donde las emociones cobran un peso especial y pueden reforzar o debilitar el vínculo afectivo.

Importancia de las experiencias postsexuales

Dentro del amplio espectro de la sexualidad en pareja, un aspecto que ha sido poco explorado es el de las experiencias postsexuales, a pesar de su potencial impacto en el bienestar emocional y relacional. En este sentido, Schweitzer et al. (2021) señalan que la literatura tiene

una tendencia a asumir que estas experiencias son predominantemente positivas, relajantes o placenteras, razones por las cuales se ha limitado su estudio. Sin embargo, la evidencia clínica y algunas investigaciones han comenzado a mostrar que, en ciertos casos, pueden surgir estados emocionales negativos tras el acto sexual, lo que afecta la percepción de satisfacción en la relación. Estados como la culpa, la ansiedad o la sensación de vacío pueden alterar significativamente el bienestar emocional del individuo y, en consecuencia, la calidad del vínculo de pareja (Schweitzer et al., 2021).

En razón de lo anterior, diversos estudios han señalado que hombres y mujeres pueden experimentar y procesar estas experiencias de manera diferente, lo que subraya la importancia de analizar estas diferencias según el sexo biológico. Sin embargo, aún existen vacíos en la comprensión de cómo estas diferencias pueden influir en la dinámica de pareja y en el bienestar psicológico, lo que hace necesario profundizar en el impacto que estas experiencias pueden tener a nivel individual y relacional.

Conviene resaltar que una de las posibles causas por las cuales se ha subestimado este tema, es porque no es tan común que los individuos expresen preocupación al respecto, pareciera algo normalizado dentro de la experiencia sexual. Al respecto, Villalba & Andrés (2018) resaltan que hablar de sexo es un motivo con el que las personas se pueden sentir incómodas; no siempre es un tema fácil de tratar, debido a que existe un moralismo instaurado socialmente, en el que la sexualidad tiene unas características prohibitivas y que además su disfrute debe mantenerse bajo estrictos códigos de discreción, porque de lo contrario, resultaría en algo impuro. Dado que existe esta incomodidad para hablar abiertamente sobre la sexualidad, se genera la falta de investigación y el vacío de conocimiento en campos como este. Ahora bien, la importancia de investigar estas experiencias postsexuales se vuelve evidente si se conoce que pueden alterar el bienestar psicológico y representar un factor de riesgo que altere la vida sexual.

Esta visión puede generar inhibiciones en la expresión sintomática que dificultan la comunicación abierta sobre el tema y, por ende, la investigación en este campo. En consecuencia, se ha venido perpetuando un vacío de conocimiento que impide un abordaje integral de las experiencias postsexuales. No obstante, su estudio resulta crucial, ya que estas experiencias pueden influir significativamente en el bienestar psicológico y la vida sexual de los individuos.

Impacto en el bienestar psicológico

El bienestar psicológico en la relación de pareja no funciona como un elemento aislado, sino que se encuentra intrínsecamente ligado a diversos factores emocionales y relacionales. Según Ryan y Deci (2001), las perspectivas subjetivas como la función hedónica son fundamentales para comprender el bienestar, ya que este involucra la búsqueda del placer, la felicidad y la ausencia de malestar. En este sentido, la manera en que se gestionan las experiencias postsexuales cobra relevancia, pues su manejo inadecuado puede generar efectos adversos en la estabilidad emocional y en la dinámica de pareja. Así, profundizar en su estudio y comprensión no solo permite visibilizar su impacto en la relación, sino que también puede brindar herramientas para mejorar la calidad de vida de los individuos y fortalecer sus vínculos afectivos.

Además de lo anterior, los autores también enfatizan la importancia de satisfacer las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación como pilares esenciales del bienestar individual y relacional (Deci & Ryan, 2000). En el contexto de las relaciones de pareja, esto implica mantener una comunicación abierta sobre los deseos y necesidades sexuales de cada integrante del vínculo, así como abordar de manera efectiva las emociones y experiencias postsexuales. De esta manera, un diálogo transparente sobre estos aspectos no solo favorece la comprensión mutua, sino que también contribuye directamente al fortalecimiento de la relación y a una mayor satisfacción sexual (Weiss, 1974).

La literatura también sugiere que la capacidad de regular las emociones y mantener un diálogo efectivo dentro de la pareja es un factor determinante para la estabilidad y satisfacción relacional (Gottman & Levenson, 1999). Esto sugiere que no solo la experiencia sexual en sí misma, sino también la calidad del clima relacional previo y posterior al encuentro íntimo, pueden modular el impacto emocional en la pareja, influyendo en la manera en que se interpretan y procesan estas experiencias. De hecho, investigaciones han encontrado que las parejas que abordan los conflictos de manera constructiva y asertiva experimentan niveles más altos de satisfacción sexual y emocional (Gottman, 1994). En esta misma línea, Impett et al. (2014) sostienen que el manejo emocional y la empatía no solo facilitan la negociación de expectativas en la intimidad, sino que también pueden influir en la percepción de la conexión emocional después del encuentro sexual, lo que a su vez impacta en la dinámica de la relación. De este

modo, las experiencias postsexuales no pueden desligarse de los procesos adaptativos de las parejas contemporáneas. Las formas en que cada vínculo maneja el malestar, la comunicación y los cambios culturales condicionan la manera en que se integran estas vivencias en la vida afectiva y sexual.

Relaciones contemporáneas y adaptación

En este sentido, comprender la sexualidad en las parejas implica también analizar su papel en las relaciones contemporáneas. Estas están influenciadas tanto por factores individuales como por estructuras socioculturales, lo que impacta en la forma en que las personas experimentan su afectividad y emociones dentro de la pareja. Para Tovar (2012), una relación amorosa no solo se constituye por elementos personales, sino que también responde a normas culturales, ideales del amor y expectativas sociales propias de cada época. Desde esta perspectiva, la complejidad de un vínculo de pareja radica en la interacción entre estas dimensiones individuales y colectivas, lo que refuerza la necesidad de considerar ambos niveles en el estudio de la sexualidad y las experiencias postsexuales.

En la actualidad, la evitación de experiencias negativas y la búsqueda constante de placer se han convertido en tendencias culturales predominantes, lo que puede dificultar la gestión adecuada de las experiencias postsexuales. Como resultado, muchas personas podrían optar por evadirlas, influenciadas por los mismos factores culturales que refuerzan esta conducta: el temor al conflicto, el miedo a la reacción de la pareja y, posiblemente, la vergüenza de hablar sobre un tema que suele asumirse como inherentemente positivo.

En razón de lo anterior, evitar hablar sobre las experiencias postsexuales puede generar tensiones en la relación, contribuyendo a la persistencia del malestar y, en consecuencia, agravando los conflictos de pareja. Con el tiempo, esta dinámica afecta la calidad del vínculo y compromete la estabilidad de la relación. Por ello, se hace necesario adoptar un enfoque más integrado y consciente en la gestión de la intimidad emocional y sexual en las parejas contemporáneas. Contar con mayor conocimiento sobre estos elementos podría facilitar espacios de diálogo que permitan a las parejas afrontar estas experiencias emocionales de manera más saludable.

En conclusión, la adaptación en las relaciones amorosas contemporáneas exige una comprensión más profunda de cómo los factores socioculturales y personales interactúan y

afectan la dinámica de pareja. Ignorar o suprimir los aspectos desagradables de las experiencias sexuales y postsexuales no solo resulta insostenible, sino que también es contraproducente, ya que limita el desarrollo de mecanismos saludables de comunicación y resolución de conflictos.

Desde esta perspectiva, la presente investigación plantea la necesidad de explorar y comprender mejor las experiencias postsexuales en las relaciones actuales, con el objetivo de diseñar intervenciones que favorezcan un manejo más efectivo de las emociones posteriores al coito y, en consecuencia, contribuyan al bienestar sexual y relacional de las parejas. En particular, este estudio busca analizar cómo estas experiencias pueden diferir según el sexo biológico y cómo se relacionan con variables clave como el funcionamiento sexual y el clima relacional, permitiendo así una comprensión más integral de su impacto en la calidad de la relación de pareja.

En síntesis, aunque la literatura reconoce la centralidad de la sexualidad en el bienestar y la calidad de las relaciones, persiste un vacío en torno a las experiencias postsexuales y sus implicaciones emocionales. La falta de estudios sistemáticos sobre este fenómeno limita la comprensión de cómo el sexo biológico, el funcionamiento sexual y el clima relacional interactúan en la construcción del bienestar psicológico. Este vacío constituye el problema central que orienta la presente investigación y justifica la necesidad de indagar con mayor profundidad en las dinámicas postsexuales en parejas jóvenes.

Desde esta perspectiva, la presente investigación plantea la necesidad de explorar y comprender mejor las experiencias postsexuales en las relaciones actuales, con el objetivo de diseñar intervenciones que favorezcan un manejo más efectivo de las emociones posteriores al coito y, en consecuencia, contribuyan al bienestar sexual y relacional de las parejas.

Pregunta de investigación

¿Cómo se relacionan las experiencias postsexuales (positivas y negativas) con el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico en estudiantes universitarios con una relación de pareja, considerando posibles diferencias según el sexo biológico?

Hipótesis de investigación

Hipótesis nula (H_0):

- No existen diferencias significativas según el sexo biológico en las experiencias postsexuales, el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico en estudiantes universitarios con una relación de pareja, ni se presentan relaciones estadísticamente significativas entre dichas variables.

Hipótesis alternativa (H_1):

- Existen diferencias significativas según el sexo biológico en las experiencias postsexuales, el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico en estudiantes universitarios con una relación de pareja, y dichas variables se relacionan de forma estadísticamente significativa.

Objetivos de la investigación

Objetivo general

- Examinar la relación entre las experiencias postsexuales (positivas y negativas), el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico en estudiantes universitarios con una relación de pareja, considerando posibles diferencias según el sexo biológico.

Objetivos específicos

1. Caracterizar las experiencias postsexuales (positivas y negativas), el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico en estudiantes universitarios con una relación de pareja.
2. Comparar las experiencias postsexuales, el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico según el sexo biológico.
3. Analizar la relación entre las experiencias postsexuales (positivas y negativas) y el funcionamiento sexual.
4. Examinar la relación entre las experiencias postsexuales (positivas y negativas) y el clima relacional.
5. Determinar la relación entre las experiencias postsexuales (positivas y negativas) y el malestar psicológico.

Justificación

La investigación sobre las experiencias postsexuales puede tener múltiples beneficios en el ámbito clínico, debido a su potencial impacto en el bienestar emocional y la calidad de la relación de pareja. Como ya se ha mencionado, aunque estas experiencias son relevantes, han sido históricamente subestimadas en la literatura, bajo la premisa de que dichas experiencias son predominantemente positivas. Sin embargo, las investigaciones existentes reflejan evidencia clínica y empírica que demuestra lo contrario, y sugieren que muchas personas experimentan experiencias emocionales luego del acto sexual, siendo una gran parte de ellas predominantemente negativas.

Además, el presente estudio resalta que el acto sexual en una pareja no concluye necesariamente con el coito, sino que continúa en una dimensión emocional igualmente significativa. Siendo así, se hace énfasis sobre la necesidad de aumentar la investigación y seguir explorando en este campo del conocimiento, con el fin de consolidar una comprensión más completa de la sexualidad humana, las experiencias emocionales asociadas a esta y contribuir al bienestar integral, a nivel individual y de pareja. En este orden de ideas, los aportes que pueda generar la investigación podrían contribuir a la creación de estrategias de afrontamiento más efectivas, que ayuden a reducir la ansiedad, la culpa y aquellos estados de ánimo displacenteros que puedan surgir luego del acto sexual. Así pues, el presente estudio podría ayudar a desmitificar y dar un mejor manejo a estas experiencias, promoviendo un diálogo más abierto y honesto sobre la sexualidad en el contexto terapéutico.

Hay que mencionar que, a nivel teórico, la relación entre sexualidad y bienestar ha sido ampliamente reconocida. Según Ryan y Deci (2001), la sexualidad y el bienestar están interconectados, ya que contribuyen en la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, como la autonomía, la competencia y las relaciones filiales. Por consiguiente, la satisfacción de estas necesidades en el contexto sexual puede conducir a una mayor satisfacción y bienestar general. En este sentido, la presente investigación ofrece una oportunidad para ampliar la comprensión de los factores que contribuyen al bienestar psicológico y a una sexualidad funcional, lo que por supuesto fortalece los vínculos relacionales y la calidad de vida del sujeto.

Desde una perspectiva académica, esta investigación enriquecerá el cuerpo de conocimiento existente sobre la sexualidad humana y las dinámicas de las relaciones de pareja. Aportará datos empíricos sobre un tema poco explorado, proporcionando una base para futuros estudios y teorías sobre las experiencias postsexuales. Este trabajo también puede inspirar a otros investigadores a profundizar en el tema, fomentando un enfoque multidisciplinario que integre dimensiones psicológicas, sociales y biológicas de la sexualidad. La nueva información generada también puede ser incorporada en programas educativos y de formación, preparando a futuros profesionales para abordar de manera más comprensiva y sensible los problemas relacionados con la sexualidad y el bienestar emocional de las parejas.

Las dinámicas sociales en la actualidad también funcionan como base para comprender la necesidad de esta investigación, considerando los desafíos emergentes y las nuevas realidades que enfrentan las parejas en la actualidad. Un informe del National Center for Family & Marriage Research (Schweizer, 2020) indica que las tasas de divorcio en Estados Unidos han cambiado significativamente durante el último siglo. El análisis muestra que el número de divorcios por cada 1,000 mujeres casadas alcanzó su punto máximo en 1980 con una tasa de 22.6, disminuyendo a 15.7 en 2018. Sin embargo, esta tasa sigue siendo considerablemente más alta que a principios del siglo XX, cuando era de solo 3.0 por cada 1,000 mujeres casadas en 1900.

Considerando lo anterior, estos cambios reflejan transformaciones en las expectativas y prioridades dentro de las relaciones de pareja, donde la búsqueda de satisfacción emocional y el desarrollo personal han adquirido un papel central, afectando la estabilidad conyugal y redefiniendo los conceptos tradicionales de matrimonio. Por esta razón, el sociólogo Philip Cohen (2014) destaca que, aunque el número total de divorcios ha disminuido ligeramente en los últimos años, la tasa de divorcios entre personas mayores de 50 años ha aumentado, lo que sugiere que incluso en matrimonios de larga duración, la insatisfacción emocional puede llevar a la separación cuando las necesidades individuales no son satisfechas.

En definitiva, la pertinencia de esta investigación radica en la influencia significativa que pueden tener las experiencias postsexuales sobre el bienestar emocional y la calidad del vínculo de pareja. Al poner la mirada sobre este aspecto de la sexualidad humana, se pueden generar contribuciones significativas para escalar hacia una comprensión más amplia y matizada de las

relaciones humanas, en especial las de pareja, con miras a favorecer un mayor bienestar y estabilidad relacional. Esta investigación no solo tiene el potencial de mejorar los reservorios de conocimiento para la práctica clínica, sino que también puede enriquecer la educación y la teoría en torno a la sexualidad humana y las relaciones interpersonales.

Revisión de la literatura

El propósito de esta revisión de la literatura es proporcionar una base empírica sólida para comprender las experiencias postsexuales y su relación con variables clave del bienestar emocional y la calidad de las relaciones de pareja, como el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico. Aunque tradicionalmente se ha asumido que estas experiencias son mayoritariamente positivas, relajantes o placenteras (Schweitzer et al., 2021), investigaciones recientes han mostrado que también pueden estar acompañadas de estados emocionales negativos, tales como culpa, ansiedad o vacío, los cuales influyen significativamente en la satisfacción individual y en la dinámica relacional (Burri & Hilpert, 2020).

Este capítulo se organiza en cuatro secciones principales: en primer lugar, se presentan los hallazgos empíricos sobre las experiencias postsexuales, tanto positivas como negativas, y los factores que las modulan; en segundo lugar, se examina la relación de estas experiencias con el funcionamiento sexual y el clima relacional; posteriormente, se analiza el papel del malestar psicológico como variable asociada; y finalmente, se discuten las implicaciones clínicas y terapéuticas de su estudio, subrayando su pertinencia para la comprensión del bienestar en las parejas.

Para el desarrollo de esta revisión, se consultaron bases de datos académicas especializadas como PubMed, PsycINFO, Google Scholar y JSTOR, priorizando estudios empíricos y revisiones con resultados de investigación sobre sexualidad humana, experiencias postsexuales y bienestar emocional en las relaciones de pareja. La búsqueda se centró en artículos publicados en los últimos quince años, con énfasis en literatura en inglés debido a la limitada disponibilidad de investigaciones específicas en español. Este proceso permitió identificar hallazgos relevantes y, al mismo tiempo, señalar brechas del conocimiento que justifican la pertinencia de la presente investigación para aportar a una comprensión más integral de las experiencias postsexuales y sus implicaciones emocionales y relacionales.

Perspectivas psicológicas de la sexualidad

Dentro de los enfoques psicológicos, la teoría del apego ha generado evidencia significativa para comprender cómo las características vinculares influyen en la experiencia sexual y en las emociones posteriores al encuentro íntimo. Estudios muestran que las personas

con apego seguro tienden a reportar relaciones sexuales más satisfactorias, con mayor apertura emocional y disposición a la intimidad (Mikulincer & Shaver, 2007). En contraste, quienes presentan un estilo de apego ansioso suelen mostrar mayor dependencia y necesidad de validación durante el sexo, lo que incrementa la ansiedad y la vulnerabilidad emocional posterior (Dewitte, 2011). Por su parte, los individuos con apego evitativo tienden a involucrarse en relaciones sexuales con menor conexión afectiva, lo que se asocia a una vivencia menos gratificante y a un menor intercambio emocional (Birnbbaum, 2007). Estos patrones tienen implicaciones directas en la fase postsexual: Schweitzer et al. (2021) encontraron que los estilos de apego inseguros (ansioso y evitativo) se asociaban con mayores niveles de disforia postcoital, lo cual evidencia que la inseguridad afectiva puede aumentar la probabilidad de experiencias emocionales negativas después del sexo.

De manera complementaria, la teoría de la elección sexual también ofrece hallazgos empíricos relevantes para explicar las diferencias de experiencias postsexuales en función del sexo biológico. Investigaciones derivadas de este enfoque sugieren que hombres y mujeres tienden a priorizar distintos aspectos en el vínculo íntimo: mientras las mujeres otorgan mayor relevancia a la estabilidad y el compromiso, los hombres tienden a centrarse en señales relacionadas con la atracción física y la fertilidad (Buss & Schmitt, 1993; Singh, 1993). Esta diferencia de expectativas podría incidir en las emociones posteriores al acto sexual, de modo que la ausencia de congruencia entre el encuentro íntimo y las metas relacionales puede derivar en sentimientos de vacío, tristeza o frustración postcoital.

Perspectivas socioculturales de la sexualidad

Diversas investigaciones han demostrado que la sexualidad no puede comprenderse únicamente desde un plano individual, pues está fuertemente influenciada por factores socioculturales. En contextos donde el disfrute sexual ha sido históricamente reprimido o asociado con culpa, es común que las personas experimenten emociones negativas después del sexo, incluso cuando el encuentro ha sido consensuado y físicamente satisfactorio.

En este sentido, Villalba y Andrés (2018) encontraron que el moralismo instaurado y los tabúes en torno a la sexualidad conducen a una percepción de esta como algo prohibido, lo cual repercute en la disposición de las personas para explorar y expresar sus experiencias sexuales. Tales condicionamientos culturales pueden generar sentimientos de vergüenza, vacío o

incomodidad postcoital, limitando la vivencia saludable e integrada de la intimidad.

Este tipo de hallazgos permite comprender que las construcciones culturales no solo moldean la forma en que las personas experimentan la sexualidad, sino también las emociones posteriores al acto sexual, configurando un factor clave para entender la diversidad emocional en las experiencias postsexuales.

La Sexualidad en el contexto de la relación de pareja

La sexualidad en el contexto de la relación de pareja es un componente crucial para la intimidad y la satisfacción relacional. Salgado (2003) sostiene que es complicado entender la sexualidad de una pareja sin considerar los aspectos afectivos, ya que las experiencias emocionales; como el placer, la atracción o el desagrado, influyen directamente en la disponibilidad sexual y en la calidad del vínculo. Campo (2003) también subraya que la sexualidad en las relaciones de pareja no se reduce al coito, sino que incluye afectividad, apego y desarrollo sexual. Estas dimensiones son esenciales para el desarrollo integral de las personas y para la construcción de vínculos sanos.

Barón et al. (2002) destacan que las relaciones afectivo-sexuales implican reciprocidad y la búsqueda de seguridad emocional, lo que refuerza la importancia de la sexualidad como un componente integral de la relación de pareja. Este concepto de reciprocidad se articula con la teoría del intercambio social, que sugiere que las relaciones se sostienen en un equilibrio de costos y beneficios, donde la seguridad emocional y la satisfacción sexual son fundamentales para el bienestar de la pareja (Homans, 1958).

Sánchez-Fuentes et al. (2014) encontraron que la satisfacción sexual es un predictor significativo de la estabilidad relacional, lo que destaca la relevancia de una vivencia sexual satisfactoria y recíproca en la construcción de relaciones duraderas. Por su parte, Meltzer et al. (2013) observaron que cuando ambos miembros de la pareja se sienten sexualmente satisfechos, es más probable que experimenten un mayor apego emocional y seguridad en la relación, favoreciendo la estabilidad y el fortalecimiento del vínculo afectivo.

En este sentido, el modo en que las personas interpretan y procesan sus experiencias sexuales y postsexuales podría impactar directamente en este equilibrio emocional. Por tanto, comprender la dinámica sexual en pareja también implica atender a las emociones emergentes tras el encuentro íntimo, ya que estas pueden reforzar o debilitar el vínculo afectivo.

Dimensiones relacionales y afectivas en la pareja

Diversos estudios han mostrado que la consolidación de una relación de pareja ocurre a través de etapas críticas, en las que la comunicación, la reciprocidad emocional y la vivencia de la sexualidad cumplen un papel central. Solomon y Knobloch (2004) encontraron que, después de los primeros seis meses, las parejas tienden a establecer expectativas más realistas y a reducir la incertidumbre sobre el vínculo, lo que contribuye a fortalecer la estabilidad relacional. En la misma línea, Arriaga (2001) evidenció que los niveles iniciales de satisfacción y compromiso predicen la duración y estabilidad de la relación a largo plazo, ya que es en esta fase temprana donde se comienzan a proyectar metas compartidas.

Por otro lado, investigaciones de Kurdek (1999) y Stanley et al. (2006) sugieren que la consolidación plena del vínculo puede requerir lapsos más prolongados, entre dos y cinco años, dependiendo de las dinámicas de la pareja y el contexto en el que se desarrolla. Estas diferencias temporales muestran que la estabilidad relacional no responde a un único patrón, sino a la interacción de factores emocionales, comunicativos y contextuales. En conjunto, estos hallazgos permiten comprender la relación de pareja como un escenario complejo, donde los elementos afectivos, sexuales y temporales influyen directamente en la vivencia subjetiva de la intimidad y en la configuración de las experiencias postsexuales.

Características de las parejas en la actualidad

Las relaciones de pareja en la actualidad se desarrollan en un contexto sociocultural distinto al de generaciones anteriores. Factores como la globalización, la digitalización y los cambios en los roles de género han dado paso a modelos de relación más flexibles, menos anclados en estructuras tradicionales y con un enfoque creciente en la satisfacción emocional y el desarrollo personal (Finkel et al., 2014). Este cambio ha reformulado las prioridades dentro de las relaciones afectivas, donde el amor romántico, la autonomía y la realización individual tienden a ocupar un lugar central.

En este sentido, la igualdad de género y la independencia económica han redefinido la manera en que se establecen y sostienen los vínculos. Bauman (2003), desde su concepto de “modernidad líquida”, sugiere que los lazos afectivos tienden a ser más frágiles y transitorios, lo que exige mayores recursos emocionales para gestionar la intimidad y la incertidumbre

relacional. Además, el uso de tecnologías digitales ha transformado las formas de conocer, vincularse y comunicarse, lo que influye directamente en las dinámicas sexuales y emocionales de las parejas jóvenes. Además, el uso de tecnologías digitales ha transformado las formas de conocer, vincularse y comunicarse, lo que influye directamente en las dinámicas sexuales y emocionales de las parejas jóvenes. Las parejas de hoy tienden a esperar mucho más de sus relaciones en términos de satisfacción personal y emocional, una expectativa que contrasta con épocas pasadas, cuando el matrimonio era concebido principalmente como un contrato social orientado a la estabilidad y al cumplimiento de roles tradicionales (Smock, 2000).

Las nuevas configuraciones relacionales, como la cohabitación sin matrimonio, las relaciones abiertas o los vínculos no monógamos consensuados, reflejan una mayor diversificación en las formas de amar. Sin embargo, esta libertad también plantea desafíos: la gestión de expectativas individuales, la comunicación afectiva y la negociación del deseo se vuelven aspectos clave para sostener el vínculo.

En contraste con los modelos tradicionales, donde la estabilidad se asociaba al cumplimiento de roles familiares o religiosos, hoy el bienestar emocional se ha convertido en un criterio central para valorar la permanencia de una relación (Cherlin, 2004). Giddens (1993) propone que las relaciones actuales se orientan más hacia el ideal de una “relación confluyente”, basada en la negociación y el mutuo reconocimiento, donde los vínculos se mantienen en tanto brinden satisfacción emocional recíproca.

De la misma manera, algunos estudios sugieren que la presión social y las expectativas familiares eran tan fuertes que muchos matrimonios se mantenían intactos a pesar de la insatisfacción emocional, principalmente debido a la imposibilidad de considerar la separación como una opción viable (Coontz, 2006). Debido a esto, las relaciones de la época podían ser duraderas, pero muchas veces estaban caracterizadas por la ausencia de una conexión emocional profunda, ya que el énfasis estaba en cumplir con los roles sociales esperados.

No obstante, la estabilidad obtenida en esos contextos no implicaba necesariamente satisfacción afectiva. En contraste, las parejas contemporáneas tienden a priorizar la realización emocional, la reciprocidad y la comunicación, lo que ha transformado la forma en que se evalúa el éxito de una relación.

Este cambio ha contribuido al aumento de separaciones y divorcios, pero también ha permitido relaciones más igualitarias y emocionalmente conscientes. En Estados Unidos, por ejemplo, la tasa de divorcios era de aproximadamente 2,5 por cada 1,000 personas en 1950, alcanzando su punto máximo en la década de 1980 con alrededor de 5,3 por cada 1,000 personas (Amato, 2010). Aunque esta tasa ha disminuido ligeramente en las últimas décadas, sigue siendo considerablemente más alta que en épocas anteriores.

Estos cambios reflejan una transformación cultural donde la satisfacción emocional y sexual ha adquirido un papel central. En este nuevo marco, las experiencias postsexuales pueden convertirse en indicadores significativos del bienestar de la relación, revelando tensiones emocionales no siempre expresadas verbalmente. Comprenderlas permite visibilizar aspectos sutiles pero fundamentales del vínculo, como el nivel de conexión, la comunicación afectiva y la percepción de reciprocidad emocional.

Experiencias postsexuales

En este contexto de relaciones cada vez más complejas y emocionalmente exigentes, las experiencias que siguen al encuentro sexual pueden adquirir un valor interpretativo importante. Las emociones que emergen tras la intimidad física no solo hablan del momento vivido, sino también del tipo de vínculo, de la seguridad emocional percibida y del grado de conexión afectiva entre los miembros de la pareja.

Las experiencias postsexuales no solo están influenciadas por factores fisiológicos, sino también por una amplia gama de factores psicológicos y emocionales que afectan el bienestar de los individuos y la dinámica de la relación de pareja. Este tema ha cobrado mayor relevancia en años recientes, gracias a investigaciones que destacan su potencial impacto en el bienestar emocional y relacional.

Por ejemplo, el estudio de Burri y Hilpert (2020) encontró que más del 90% de los participantes reportaron haber experimentado al menos un síntoma postcoital desde su primera actividad sexual, siendo los más frecuentes los cambios de humor, tristeza, infelicidad y baja energía. Las mujeres, en particular, informaron mayores niveles de frustración, inutilidad y síntomas emocionales negativos en comparación con los hombres. Además, estos síntomas se presentaban no solo después del coito, sino también tras la masturbación, lo que sugiere que la respuesta emocional postsexual no depende exclusivamente de la interacción con otra persona,

sino que puede estar vinculada con procesos individuales de autoevaluación y significado personal.

A su vez, Fernandes et al. (2016), en un estudio multinacional, encontraron que entre el 79% y el 89% de los participantes había experimentado emociones postsexuales negativas al menos una vez en la vida, independientemente de la calidad del acto sexual. Este hallazgo sugiere que dichas emociones podrían no ser necesariamente patológicas, sino que podrían tener raíces evolutivas relacionadas con estrategias de vinculación, reputación o evaluación del vínculo.

Uno de los aportes más significativos en este campo ha sido el desarrollo de la Escala de Experiencia Postsexual (P-SES) por Schweitzer et al. (2021), la cual permite operacionalizar este fenómeno desde un enfoque psicométrico. En esta investigación se identificaron distintas dimensiones emocionales asociadas a la fase postcoital, con diferencias importantes entre hombres y mujeres. Por ejemplo, en los hombres predominaron factores como la conexión positiva consigo mismos y el sentimiento de conexión con la pareja, mientras que en las mujeres aparecieron con más fuerza factores como el autodesprecio y el sentimiento de estar emocionalmente abrumadas.

Estos hallazgos refuerzan la idea de que las experiencias postsexuales no son homogéneas ni universalmente placenteras, sino que responden a una compleja interacción entre el vínculo afectivo, el contexto relacional y las variables individuales. Comprenderlas permite visibilizar aspectos muchas veces invisibles en la dinámica íntima de las parejas, abriendo nuevas rutas para el abordaje clínico y el fortalecimiento del bienestar emocional.

Disforia poscoital

La disforia poscoital (DPC) constituye una de las manifestaciones más intensas y clínicas dentro del espectro de experiencias postsexuales negativas. Este fenómeno se caracteriza por la aparición de emociones como tristeza, llanto, ansiedad, irritabilidad o sensación de vacío, inmediatamente después de una relación sexual que, en principio, ha sido consensuada y físicamente satisfactoria (Sadock & Sadock, 2011; Bird et al., 2011). Estas respuestas emocionales contrastan con la expectativa común de bienestar tras el encuentro sexual, lo que puede generar confusión o culpa en quienes las experimentan.

Según Frohlich y Meston (2002), aproximadamente un 10% de las mujeres reportan haber sentido tristeza o melancolía después del sexo, incluso cuando califican el acto como

satisfactorio. En una línea similar, Bird et al. (2011) hallaron que cerca del 46% de las mujeres universitarias encuestadas afirmaron haber experimentado disforia poscoital al menos una vez, mientras que un 5% reportó padecerla de manera recurrente. Estos datos evidencian que la DPC no es un fenómeno aislado, sino una experiencia más común de lo que podría pensarse, y que puede mantenerse invisibilizada debido a su carga emocional y social.

Los estudios también han evidenciado una relación entre la DPC y factores como la ansiedad, la depresión y los estilos de apego ansioso, lo cual sugiere que esta disfunción no está necesariamente relacionada con la calidad del encuentro sexual, sino más bien con características psicológicas del individuo y del vínculo (Schweitzer et al., 2021). En este sentido, personas con mayor inseguridad relacional podrían experimentar con más frecuencia este tipo de respuestas emocionales, al interpretar el sexo como una amenaza a su estabilidad afectiva o como una instancia de evaluación personal.

Reconocer la disforia poscoital como parte del espectro de las experiencias postsexuales es esencial para desmitificar la idea de que el sexo siempre debe culminar en satisfacción y bienestar. Su estudio permite abrir nuevas vías para la intervención clínica, facilitando espacios de validación emocional, mejora en la comunicación de pareja y abordajes terapéuticos más integrales.

Expectativas, comunicación y autopercepción corporal en las experiencias postsexuales

La literatura ha mostrado que las expectativas sexuales cumplen un papel central en la vivencia posterior al encuentro íntimo. Byers (2005) señala que la satisfacción no depende únicamente del acto en sí mismo, sino de la congruencia entre lo esperado y lo experimentado; cuando dicha congruencia falla, es común que surjan sentimientos de frustración, desilusión o vacío que afectan tanto el bienestar individual como la percepción del vínculo. De forma complementaria, Impett et al. (2014) evidencian que expectativas poco realistas, a menudo configuradas por la pornografía o los medios, incrementan la probabilidad de emociones negativas como ansiedad o vergüenza en la etapa postcoital. Estos hallazgos permiten comprender que la brecha entre ideal y realidad constituye un factor crítico en la emergencia de experiencias postsexuales negativas.

Ahora bien, dichas expectativas no operan de manera aislada, sino que se ven moduladas por la calidad de la comunicación en la pareja. Estudios como el de Sprecher y Cate (2004) han

mostrado que cuando existe un diálogo abierto sobre deseos, inseguridades o necesidades sexuales, la satisfacción tiende a ser mayor, mientras que los silencios o malentendidos refuerzan la insatisfacción. Hertlein y Webster (2008) añaden que la falta de comunicación en torno a la intimidad puede alimentar sentimientos de rechazo o desconexión, dificultando el procesamiento emocional después del sexo. Aunque no se ha explorado de manera sistemática la relación directa entre comunicación y experiencias postsexuales, la evidencia sugiere que un canal afectivo basado en la validación emocional favorece una interpretación más saludable de lo vivido en la intimidad.

A su vez, factores individuales como la autoestima y la imagen corporal condicionan la manera en que se procesa la experiencia sexual. Pujols et al. (2010) encontraron que quienes poseen baja autoestima suelen presentar mayor ansiedad y vergüenza en contextos íntimos, mientras que Grogan (2018) resalta que una percepción positiva del propio cuerpo facilita la conexión y el disfrute. En consecuencia, la forma en que un individuo se valora a sí mismo y percibe su atractivo influye directamente en las emociones emergentes después del sexo, actuando como un filtro que puede inclinar la experiencia hacia el bienestar o el malestar.

Finalmente, las experiencias sexuales pasadas también dejan una huella significativa en la vivencia postcoital. Investigaciones de Briere y Elliott (2003) señalan que quienes han atravesado situaciones de abuso sexual presentan niveles más altos de ansiedad o vergüenza luego del sexo, incluso en contextos consensuados y seguros. De manera similar, Meston y Buss (2007) advierten que las experiencias negativas previas tienden a generar asociaciones persistentes entre el sexo y emociones displacenteras como culpa o rechazo, lo que puede reactivarse tras el encuentro íntimo. Estos resultados permiten considerar la historia sexual como un factor de riesgo que condiciona las respuestas emocionales posteriores, aun cuando el presente no reproduzca aquellas condiciones adversas.

En conjunto, la evidencia revisada muestra que las experiencias postsexuales están atravesadas por la interacción entre expectativas, comunicación de pareja, autoestima, imagen corporal y antecedentes sexuales, lo cual resalta la importancia de considerar estos elementos en el estudio de las vivencias emocionales posteriores al sexo.

Metodología

El presente estudio sigue un enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo y

correlacional. Se aplicó el método hipotético-deductivo, que permite comprobar hipótesis a partir de la observación y el análisis estadístico de datos empíricos.

El diseño fue transversal y no experimental, ya que los datos se recolectaron en un único momento temporal, sin manipulación de variables. Este diseño resulta pertinente para comparar las experiencias postsexuales según el sexo biológico y, al mismo tiempo, analizar su relación con variables contextuales como el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico.

Se consideran variables contextuales aquellas que complementan la comprensión de la variable principal (experiencias postsexuales), sin constituir el foco central del estudio. Dado que estas pueden verse influidas por la vivencia postsexual, fueron tratadas como variables dependientes en los análisis correlacionales.

En consecuencia, el estudio integra un doble enfoque: comparativo (para examinar diferencias en función del sexo biológico) y correlacional (para explorar la asociación entre las experiencias postsexuales y las variables contextuales). Este planteamiento se alinea con las pautas metodológicas propuestas por Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), quienes recomiendan los diseños transversales y no experimentales para investigaciones que buscan describir fenómenos en un momento específico, sin requerir control de variables ni seguimiento longitudinal.

Población y muestra

La población objetivo de este estudio está compuesta por estudiantes de la Universidad del Valle y sus seccionales, con edades comprendidas entre los 18 y 45 años. Los participantes deben estar en una relación de pareja con una duración mínima de seis meses, criterio sustentado en Solomon y Knobloch (2004), quienes señalan que la incertidumbre relacional tiende a disminuir significativamente en ese periodo, favoreciendo procesos de consolidación del vínculo y proyección futura.

La muestra será no probabilística y por conveniencia, considerando la accesibilidad a la población universitaria y la voluntariedad en la participación. Dado que se trata de un estudio correlacional y comparativo en un campo poco abordado empíricamente, no se establecerá un tamaño muestral exacto desde el inicio. El objetivo es recopilar la mayor cantidad posible de respuestas, buscando diversidad de experiencias que enriquezcan los análisis. Se considerará que

la muestra es suficiente una vez se alcance un número que permita realizar análisis estadísticos significativos sobre las vivencias postsexuales en la población objetivo.

Criterios de inclusión.

- **Edad.** Los participantes deberán ser mayores de 18 años y menores de 45 años.
- **Relación de pareja.** Se incluirán únicamente estudiantes que estén en una relación de pareja, con una duración mínima de 6 meses.
- **Vida sexual activa.** Los participantes deberán haber tenido actividad sexual con su pareja en las últimas 6 a 8 semanas, dado que la actividad sexual reciente tiene un impacto más inmediato en las experiencias postsexuales y el bienestar emocional (Muisse et al., 2015).

Criterios de exclusión.

- **Incapacidad para proporcionar consentimiento informado.** Se excluirá a cualquier persona que, por razones cognitivas o lingüísticas, esté imposibilitada para comprender o responder de manera adecuada el cuestionario o proporcionar un consentimiento informado.
- **Relación no monogámica o poliamorosa.** Se excluirá a personas que se encuentren en relaciones de pareja no monógamas o poliamorosas, dado que las dinámicas y características de este tipo de relaciones pueden introducir variables adicionales no contempladas en el presente estudio.

Proceso de recolección de datos

La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta. Los cuestionarios fueron sistematizados en un formulario digital (Google Forms) para facilitar su acceso y permitir una participación cómoda y segura. Considerando el carácter anónimo y sensible del estudio, se evitó el abordaje presencial directo, priorizando que cada participante pudiera responder en su propio contexto de privacidad, reforzando así la confidencialidad de sus respuestas.

El procedimiento se organizó en las siguientes fases:

- **Fase I: Presentación y contacto**

Se socializó el proyecto a través de plataformas virtuales de la Universidad del Valle, como grupos de clase, redes internas y canales institucionales, con la debida autorización de los docentes. Además, se diseñó un código QR acompañado de una invitación abierta que incluía un mensaje dirigido al público objetivo, generando curiosidad e interés sobre el estudio. Al escanear el código, los estudiantes accedían a una presentación general del proyecto, incluyendo sus objetivos, alcances, beneficios y datos de contacto del investigador, reforzando la idea de participación voluntaria y confidencial.

- **Fase II: Consentimiento informado**

La primera sección del formulario presentó el consentimiento informado, el cual detallaba la naturaleza del estudio, las pruebas aplicadas, el tiempo estimado de diligenciamiento y los derechos del participante. En coherencia con el principio de anonimato y siguiendo la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales en Colombia, no se requirió la firma o ingreso de información identificable. El consentimiento se operacionalizó mediante una opción de selección: “Acepto participar” o “No deseo participar”. En caso de seleccionar la segunda opción, el formulario se cerraba automáticamente. Asimismo, al finalizar cada instrumento, se incluía una opción que permitía al participante decidir si deseaba continuar o retirarse, reforzando el carácter libre, informado y voluntario de su participación.

- **Fase III: Aplicación del cuestionario**

La recolección se llevó a cabo de forma virtual, utilizando el formulario mencionado, que contenía:

- Una encuesta sociodemográfica.
- La Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES), adaptada al español (véase Anexo 3).
- La Escala ECIRA-20, para evaluar el clima relacional.
- El Massachusetts General Hospital Sexual Functioning Questionnaire (MGH-SFQ), para medir el funcionamiento sexual.
- La Escala K10, para evaluar malestar psicológico.

- **Fase IV: Acompañamiento y finalización**

Se dispuso un canal de contacto directo con el investigador en caso de inquietudes, y se ofreció la posibilidad de acceder a los resultados generales del estudio al finalizar el análisis. Esta estrategia buscó fortalecer la transparencia investigativa y ofrecer una retroalimentación académica a los participantes que así lo desearan.

Instrumentos

Para la presente investigación, se emplearon los siguientes instrumentos, que fueron seleccionados con base en su relevancia para la evaluación de las experiencias postsexuales, como variable dependiente y el compromiso en la relación, el funcionamiento sexual y el malestar psicológico, como variables independientes.

- **Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES).** Este es el instrumento de la variable principal del estudio, diseñado para medir las emociones y pensamientos que surgen después de la actividad sexual consensuada con la pareja. Fue adaptado al español siguiendo un proceso de traducción y retraducción para garantizar su validez y equivalencia cultural (véase Anexo 3). La escala incluye preguntas sobre las emociones positivas y negativas experimentadas tras el acto sexual, lo que permite analizar el impacto inmediato de estas experiencias en el bienestar emocional.
- **Escala ECIRA-20.** La Escala de Compromiso, Romance, Intimidad y Amor (ECIRA-20) mide el clima emocional y afectivo dentro de la relación de pareja. Evalúa aspectos como el afecto, apoyo emocional, confianza y reciprocidad entre los miembros de la pareja, proporcionando una comprensión de cómo el entorno relacional afecta las experiencias postsexuales. Este instrumento ha demostrado ser confiable para evaluar la calidad del vínculo emocional y su influencia en el bienestar general.
- **Massachusetts General Hospital-Sexual Functioning Questionnaire (MGH-SFQ).** Este cuestionario se utilizó para evaluar el funcionamiento sexual de los participantes en áreas clave como el deseo sexual, la excitación, la satisfacción sexual y la frecuencia de la actividad sexual. La escala ha sido adaptada al español y su uso está validado en investigaciones que abordan la funcionalidad

sexual en relación con el bienestar emocional y la calidad de las relaciones.

- **Escala de Kessler de Malestar Psicológico (K10).** El K10 es un cuestionario que mide el nivel de malestar psicológico de los participantes en los últimos 30 días. Está compuesto por 10 ítems que evalúan los síntomas de ansiedad y depresión, proporcionando una medida general de la salud mental. Este instrumento permitió observar cómo el malestar psicológico, como variable contextual, se correlaciona con las experiencias postsexuales, como variable principal.
- **Encuesta sociodemográfica.** La encuesta incluye preguntas sobre edad, género, estado civil, orientación sexual, duración de la relación, y presencia de trastornos psicológicos, entre otras variables. Esta información fue utilizada para contextualizar las respuestas obtenidas en las otras escalas y para realizar análisis comparativos entre diferentes grupos de la población.
- **Tiempo de aplicación.** Se estima que la aplicación completa de los instrumentos tomará alrededor de 30 minutos, con asistencia técnica disponible para resolver dudas y supervisar el proceso en caso de ser necesario.

Consideraciones éticas

El protocolo ético de esta investigación se ha diseñado para garantizar la protección y el respeto hacia los participantes, cumpliendo con los estándares internacionales de ética en la investigación psicológica. Estas consideraciones son fundamentales para mantener la integridad de la investigación y proteger los derechos de los individuos involucrados.

La participación en el estudio es completamente voluntaria y está limitada a personas mayores de edad. Antes de la recolección de datos, cada participante recibirá una explicación detallada sobre el propósito del estudio, los procedimientos involucrados, los posibles riesgos y beneficios, y cómo se utilizarán sus datos. Este proceso sigue las recomendaciones de la Declaración de Helsinki y las Normas de Ética de la Asociación Americana de Psicología (APA), que enfatizan la importancia de obtener un consentimiento informado claro y voluntario (Andrea et al., 2014)

Después de recibir la información, los participantes deberán aceptar un consentimiento informado, autorizando explícitamente el uso de sus datos para los fines de la investigación. Este documento también informará a los participantes de su derecho a retirarse del estudio en cualquier momento, sin necesidad de dar explicaciones y sin que esto afecte de ninguna manera su relación con la universidad o el investigador.

La confidencialidad de los datos de los participantes es una prioridad absoluta en este estudio. No se registrará ningún dato que permita identificar a los participantes, como nombres, direcciones de correo electrónico u otra información personal. La recolección de datos será completamente anónima y se limitará a información relevante para los fines de la investigación.

Todos los datos recopilados serán almacenados en archivos encriptados y protegidos con contraseñas seguras. Solo el investigador principal tendrá acceso a estos archivos a través de una computadora protegida y actualizada con sistemas de seguridad confiables. Los datos serán gestionados mediante Google Drive, una plataforma reconocida por sus estándares avanzados de seguridad y protección de datos. Este enfoque sigue las normas del Reglamento General de Protección de Datos (GDPR) de la Unión Europea, que regula estrictamente la recopilación, almacenamiento y tratamiento de datos personales (European Parliament and Council, 2016).

En el contexto colombiano, el manejo de datos personales se ajusta a la Ley 1581 de 2012, que establece normas para la protección de datos personales en el país. Esta ley garantiza los derechos de los participantes, incluyendo la confidencialidad, la integridad y la protección de sus datos. En conformidad con esta normativa, los datos serán utilizados exclusivamente para fines académicos y de investigación, y no serán compartidos con terceros sin el consentimiento previo de los participantes.

Los análisis de datos se realizarán en función de estadísticas agregadas y anónimas, sin referencias individuales. Los resultados serán presentados en publicaciones académicas y conferencias de manera global y no identificable. En caso de que algún participante desee obtener información sobre el manejo de sus datos o ejercer su derecho a acceder, rectificar o eliminar su información, podrá contactar al investigador principal mediante los datos proporcionados en el consentimiento informado.

Acceso a resultados y beneficios para los participantes.

En reconocimiento del tiempo y la contribución de los participantes, se ofrecerán talleres gratuitos en la universidad sobre temas relacionados con la salud sexual y el bienestar emocional. Estos talleres serán opcionales y no estarán condicionados a la participación en el estudio, proporcionando un beneficio adicional sin coaccionar la participación.

Además, los participantes que lo deseen podrán solicitar los resultados generales de la investigación una vez concluida. Este acceso está diseñado para fomentar la transparencia y satisfacer la curiosidad académica o personal de los participantes sin comprometer la confidencialidad de los datos individuales.

Cumplimiento de normativas y supervisión ética.

La investigación se llevará a cabo en conformidad con las directrices éticas establecidas por la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013) y las Normas de Ética de la APA (2017), así como con los lineamientos nacionales e institucionales aplicables. La propuesta del estudio será revisada y aprobada por el Comité de Ética de Investigación de la Universidad del Valle antes de la recolección de datos, asegurando así que todas las prácticas cumplan con los estándares éticos pertinentes.

En resumen, este protocolo ético establece un marco claro y riguroso para proteger los derechos y el bienestar de los participantes, garantizando al mismo tiempo la integridad y calidad de la investigación. Al adherirse a estas pautas, el estudio se asegura de cumplir con las mejores prácticas y normativas éticas internacionales y nacionales.

Estrategias de análisis de información

Una vez recolectada la información, se aplicaron análisis tanto descriptivos como inferenciales para comprender los datos en profundidad y responder las preguntas de investigación.

Fase I: estadísticos descriptivos.

Los análisis descriptivos, en concreto las tablas de distribución de frecuencias, se utilizaron para resumir los datos sociodemográficos, la variable principal del estudio y sus variables contextuales, con sus dimensiones, de modo de poder categorizar la muestra, entendiendo si la misma tiene características homogéneas, heterogéneas o mixtas, de la misma

manera que valorando si existen tendencias específicas en las respuestas de los participantes. Además, se calcularon medidas de tendencia central (media) y de dispersión (desviación estándar) como parte previa al análisis inferencial de contraste de media para muestras independientes.

Fase II: análisis de normalidad.

Se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, para verificar si la variable principal del estudio (experiencias postsexuales) y las variables contextuales (funcionamiento sexual, compromiso en la relación y malestar psicológico) siguen una distribución normal. A partir de los resultados de este análisis, se decidieron las pruebas inferenciales que fueron empleadas.

Fase III: contraste de media de muestras independientes.

Se aplicó la prueba U de Mann-Whitney, estadístico no paramétrico que permite valorar si dos muestras independientes tienen valores promedios diferentes en una más variables, y si esa diferencia es estadísticamente significativa. Este estadístico toma como variable de contraste solo a variables dicotómicas, mientras que para las variables de contraste politómicas el estadístico paramétrico a usar es el Kruskal-Wallis. Sin embargo, en este caso se decidió presentar solo los resultados en los que se utiliza como variable de contraste el sexo biológico, pues fue la única variable sociodemográfica que generó resultados estadísticamente significativos. Ante ello, se utilizó únicamente la prueba U de Mann-Whitney. El contraste de medias en función del sexo biológico de los participantes se hizo tanto para la variable principal como para las variables secundarias.

Fase IV: correlación.

Según los resultados de la prueba de normalidad, se aplicó el coeficiente de correlación Rho de Spearman (en tanto que los datos no son normales). Este análisis permitirá examinar la relación entre las experiencias postsexuales positivas y negativas, en hombres y mujeres (medido por la P-SES), como variable principal, con el funcionamiento sexual (medido por la MGH-SFQ), el compromiso en la relación (medido por la Escala ECIRA-20), y el malestar emocional (medido por la prueba K10), como variables secundarias. Esto ayudará a identificar asociaciones significativas entre estas variables clave.

Análisis estadístico

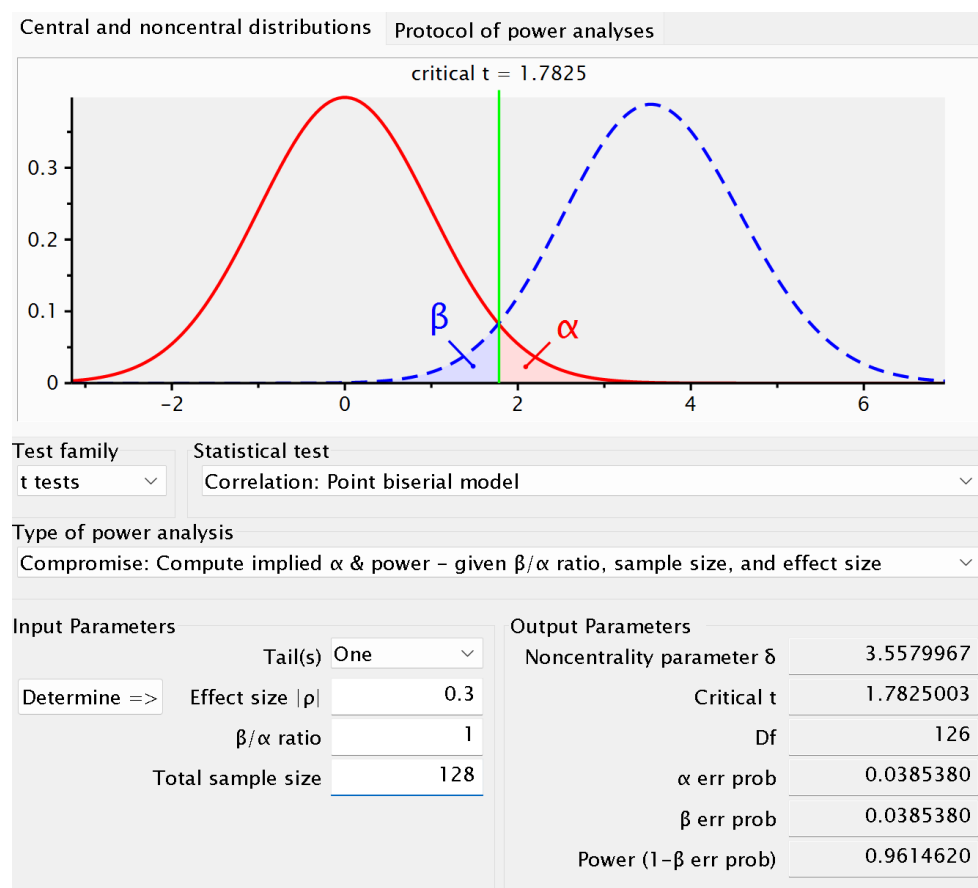
Tras haber realizado la evaluación pertinente mediante los instrumentos diseñados y validados para esta investigación, se procedió al análisis estadístico de los datos recolectados. Este capítulo presenta los principales hallazgos del estudio, organizados de acuerdo con los objetivos planteados y las hipótesis formuladas previamente. Se ofrecen descripciones detalladas de las características de la muestra, comparación de medias y análisis de las relaciones entre la variable principal y las variables contextuales, destacando las tendencias y patrones observados en las experiencias postsexuales, el malestar psicológico, funcionamiento sexual y el clima relacional en la población estudiada.

Este apartado constituye un pilar fundamental para comprender las implicaciones prácticas y teóricas del estudio, abriendo camino para la discusión de los resultados en el contexto del marco teórico propuesto y nuevas perspectivas posibles.

Potencia estadística

La calidad de los datos es un pilar fundamental en la investigación científica, ya que asegura la validez y confiabilidad de las conclusiones obtenidas. Según Cohen (1988), la potencia estadística adecuada garantiza que los resultados reflejen la verdadera relación entre las variables estudiadas y que las conclusiones sean estadísticamente sólidas. En las ciencias sociales, se recomienda que la potencia estadística alcance al menos un 80%, lo que reduce la probabilidad de cometer errores tipo II, es decir, no detectar un efecto significativo cuando realmente existe (Marcoulides & Chin, 2013).

En este estudio, se priorizó la coherencia metodológica y la precisión en las mediciones para asegurar la fiabilidad de los datos y la capacidad de detectar relaciones significativas entre las variables. Este enfoque metodológico refuerza la validez de los análisis inferenciales realizados y garantiza que las interpretaciones derivadas de los resultados sean representativas y generalizables dentro del contexto de las experiencias postsexuales y su relación con las variables adicionales propuestas (Field, 2008).

Figura 1*Cálculo de potencia*

Nota. Tomado de GPower.

La potencia estadística de la muestra obtenida se calculó en un 96.14% (0.9614), superando ampliamente el umbral recomendado del 80% en la literatura científica para garantizar una adecuada capacidad de detección de efectos reales (Cohen, 1988). Este resultado indica una alta probabilidad de rechazar correctamente la hipótesis nula cuando esta es falsa, minimizando así el riesgo de error tipo II (β).

Inicialmente, la recolección de datos no contemplaba una cantidad exacta de participantes, dado el carácter exploratorio del estudio. Sin embargo, se logró recopilar un total de 129 encuestas, superando las expectativas iniciales. Estos datos reflejan una muestra suficiente para obtener resultados sólidos y representativos, garantizando la validez de los análisis inferenciales realizados. De acuerdo con Johnson y Christensen (2020), la calidad metodológica y la precisión en la recolección de datos son fundamentales para asegurar la fiabilidad de los hallazgos en

investigaciones de este tipo. Con una potencia estadística elevada, se garantiza que las inferencias sobre la relación entre las variables de estudio poseen una alta precisión y fiabilidad, consolidando la robustez del diseño metodológico adoptado.

Fiabilidad interna

Antes de realizar un análisis estadístico basado en encuestas, es fundamental evaluar la fiabilidad de las respuestas obtenidas. El análisis de fiabilidad interna permite determinar la consistencia de los datos recopilados, garantizando que los instrumentos utilizados midan de manera precisa y confiable los constructos de interés.

El coeficiente alfa de Cronbach es una de las métricas más utilizadas para evaluar la fiabilidad interna de los instrumentos, ya que estima la consistencia de los ítems diseñados para medir el mismo constructo o dimensión teórica. Según George y Mallery (2003), los coeficientes alfa de Cronbach se interpretan de la siguiente manera: (1) Alfa > 0.9: Excelente; (2) Alfa > 0.8: Bueno; (3) Alfa > 0.7: Aceptable; (4) Alfa > 0.6: Cuestionable; (5) Alfa > 0.5: Pobre; y (6) Alfa < 0.5: Inaceptable.

Para garantizar la consistencia interna de los instrumentos aplicados en este estudio, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach para cada constructo, subdimensión y para el instrumento en su conjunto. Los resultados se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1

Coeficientes de alfa de Cronbach para los instrumentos

Instrumento	Género	Dimensión – Escala	Alfa de Cronbach	Elementos
P-SES	Mujeres	Global	0.941	26
		Autodesprecio	0.979	8
		Conexión positiva con uno mismo	0.968	6
		Sentirse emocionalmente abrumada	0.904	6
		Conexión con la pareja	0.932	6
	Hombres	Global	0.945	19
		Sentido de alineación sexual	0.941	8
		Conexión positiva conmigo mismo	0.925	7
		Conexión con la pareja	0.960	4
MGH-SFQ	Mujeres	Global	0.887	4
	Hombres	Global	0.925	5
ECIRA-20	-	Global	0.966	20
	-	Compromiso	0.954	5
	-	Intimidad	0.941	5
	-	Romance	0.914	5
	-	Amor	0.943	5
K10	-	Global	0.938	10

Según la Tabla 1, el instrumento P-SES reflejó altos niveles de fiabilidad en todas sus dimensiones. En mujeres, la escala global presentó un alfa de Cronbach de 0.941 con 26 ítems, lo que se considera excelente. Las dimensiones autodesprecio (0.979), conexión positiva con uno mismo (0.968), sentirse emocionalmente abrumada (0.904) y conexión con la pareja (0.932) mostraron también una consistencia interna sólida.

Para los hombres, la escala global obtuvo un alfa de 0.945 con 19 elementos, con altos coeficientes en las dimensiones sentido de alineación sexual (0.941), conexión positiva conmigo mismo (0.925) y sentirme conectado con mi pareja (0.960), lo que confirma la fiabilidad del instrumento en esta población. El MGH-SFQ, que mide el funcionamiento sexual, demostró una buena consistencia interna tanto en mujeres (0.887) como en hombres (0.925), evidenciando su adecuación para evaluar la satisfacción sexual en ambos grupos.

Por otro lado, el instrumento ECIRA-20, utilizado para medir el compromiso, la intimidad, el romance y el amor, presentó un coeficiente alfa global de 0.966 con 20 ítems. Las subdimensiones compromiso (0.954), intimidad (0.941), romance (0.914) y amor (0.943) reflejan una excelente fiabilidad, lo que garantiza la precisión en la evaluación de estos constructos.

Finalmente, la escala K10, diseñada para evaluar el malestar psicológico, obtuvo un coeficiente de fiabilidad de 0.938 en su dimensión global con 10 ítems, clasificándose como excelente y asegurando su confiabilidad en la medición del malestar emocional. En conclusión, los coeficientes alfa de Cronbach de todos los instrumentos analizados confirman que las mediciones realizadas son altamente confiables y permiten un análisis robusto de los constructos investigados.

Caracterización sociodemográficas de los participantes

A continuación, se presenta la Tabla 2, en la cual se exponen todos los datos sociodemográficos de la muestra de estudio, encontrados por medio de la encuesta sociodemográfica realizada. Así pues, la tabla de distribución de frecuencias permite comprender cómo se categorizan los participantes y si esto devela una muestra de tipo homogénea, heterogénea o mixta.

Tabla 2*Características sociodemográficas y psicológicas de los participantes*

Rasgo sociodemográfico	Categorías	N	%
Sexo biológico	Femenino	77	59.7%
	Masculino	52	40.3%
Género	Hombre	50	38.8%
	Hombre trans	1	0.8%
	Mujer	74	57.4%
	No binario	4	3.1%
Edad	18 a 21 años	20	15.5%
	22 a 26 años	31	24.0%
	27 a 31 años	37	28.7%
	32 a 35 años	15	11.6%
	36 a 45 años	26	20.2%
Orientación sexual	Heterosexual	85	65.9%
	No heterosexual	44	34.1%
Estado civil	Noviazgo	73	56.6%
	Casado	17	13.2%
	Unión libre	37	28.7%
	Otro	2	1.6%
Tiempo de relación actual	Menos de 1 año	36	27.9%
	1 a 3 años	46	35.7%
	3 a 5 años	27	20.9%
	Más de 5 años	20	15.5%
Etnia	Afrodescendiente	15	11.6%
	Indígena	5	3.9%
	Otros	12	9.3%
	Ninguna	97	75.2%
Práctica de religión o creencia espiritual	No practica	73	56.6%
	Si practica	50	38.8%
	Prefiere no responder	6	4.7%
Condición psicológica o psiquiátrica	Estrés postraumático	12	9.3%
	Ninguna de las anteriores	53	41.1%
	Trastornos de personalidad	4	3.1%
	Trastornos del estado ánimo	47	36.4%
	Trastornos del neurodesarrollo	13	10.1%
TOTAL		129	100.0%

Como se observa en la tabla 2, la muestra total del estudio estuvo conformada por 129 personas, con una mayor representación del sexo biológico femenino (59.7%) en comparación con el masculino (40.3%). En términos de género autoidentificado, el 57.4% de los participantes se identifican como mujeres, el 38.8% como hombres, mientras que un 3.9% se reconocen como no binarios y hombres trans, reflejando una ligera discrepancia entre el sexo biológico y la identidad de género. Con relación a la edad, hay una distribución relativamente equitativa, con una mayor representación de personas de 27 a 31 años, con un 28.7%; seguidos del grupo de 22

a 26 años, con un 24.0%; y del grupo de 36 a 45 años, con un 20.2%. Entre los dos grupos restantes suman un 27.1%.

En relación con la orientación sexual, la mayoría de los participantes se identifican como heterosexuales (65.9%), mientras que el 34.1% corresponde a personas no heterosexuales. Para efectos analíticos del estudio, y considerando que el foco de interés principal no se centra en la orientación sexual, se categorizó esta variable en dos grupos: heterosexual y no heterosexual. Dentro de esta última categoría se incluyen orientaciones como homosexual, bisexual, lesbiana y pansexual. La categorización no busca generar distinciones discriminatorias, sino más bien facilitar el análisis estadístico y su interpretación en el contexto de la investigación, resaltando la diversidad presente en la muestra.

En cuanto al estado civil, se observa que el 56.6% de los participantes se encuentran en una relación de noviazgo, mientras que un 28.7% están en unión libre, un 13.2% están casados y el 1.6% se encuentran en un tipo de relación no especificada. Por otro lado, respecto a la duración de las relaciones de pareja, el 35.7% lleva entre 1 y 3 años, el 27.9% lleva menos de un año (considerando que el criterio mínimo de inclusión era una relación de al menos 6 meses), el 20.9% entre 3 y 5 años, y el 15.5% más de 5 años. Esto sugiere una distribución relativamente balanceada en términos de estabilidad relacional dentro de la muestra.

Desde una perspectiva cultural, la mayoría de los participantes (75.2%) no se identifican con ninguna etnia específica. Sin embargo, el 11.6% se reconoce como afrodescendiente, el 3.9% como indígena y el 9.3% se agrupa en otras categorías étnicas no especificadas en el cuestionario o no asociadas directamente con el contexto sociopolítico colombiano. Estos resultados permiten identificar tanto la diversidad cultural de la muestra como posibles limitaciones en la representatividad de ciertas comunidades étnicas.

En relación con las prácticas religiosas, el 56.6% de los participantes declara no practicar ninguna religión o creencia espiritual, mientras que el 38.8% sí practica alguna religión o creencia, y un 4.7% ha optado por no responder esta pregunta. Esto sugiere una inclinación moderada hacia el laicismo o la no afiliación religiosa en la muestra evaluada.

En cuanto a la salud mental, el 41.1% de los participantes no reporta haber tenido ninguna condición psicológica o psiquiátrica en el pasado o en la actualidad, mientras que el 58.9% presenta o ha presentado algún diagnóstico en el pasado. Entre las condiciones más reportadas se

encuentran los trastornos del estado de ánimo, como depresión, ansiedad, trastorno bipolar y ciclotimia, afectando al 36.4% de la muestra. Le siguen los trastornos del neurodesarrollo, como el autismo y el TDAH (10.1%), el estrés postraumático (9.3%) y los trastornos de personalidad (3.1%). Para facilitar su análisis y comprensión, los diagnósticos se agruparon en categorías amplias sin enfocarse en una nomenclatura psicopatológica específica. Estos elementos resaltan la importancia de considerar la salud mental como un factor clave en los análisis posteriores, ya que una proporción significativa de participantes reporta afectaciones psicológicas actuales o pasadas.

Análisis descriptivo

El análisis descriptivo principal de la variable principal, las variables contextuales y las dimensiones atendidas en el presente estudio se llevó a cabo por medio de estadísticos de frecuencia, pues son los que permiten valorar las tendencias que pueden presentarse en las respuestas de la muestra de estudio a los instrumentos de recolección de datos. Sin embargo, para fines del análisis inferencial comparativo, también se debe incorporar, como parte del análisis descriptivo, los estadísticos de tendencia central y de dispersión, más concretamente, la media y la desviación estándar. Sin embargo, como estos se utilizaron únicamente con el fin de hacer uso de los estadísticos inferenciales, serán presentados en la sección de análisis inferencial.

Así pues, a continuación, la Tabla 3 muestra los estadísticos de frecuencia para la variable experiencias postsexuales; la Tabla 4, la variable funcionamiento sexual; la Tabla 5, la variable compromiso hacia la pareja; y la Tabla 6, la variable malestar psicológico.

Tabla 3

Estadísticos de distribución de frecuencia de las experiencias postsexuales

Instrumento	Dimensión	Categorías	N	%
P-SES Mujer	Autodesprecio	Percentil 25	38	50.0%
		Percentil 50	12	15.8%
		Percentil 75	12	15.8%
		Percentil 90	7	9.2%
		Percentil 95	7	9.2%
	Conexión positiva con uno mismo	Percentil 25	21	27.6%
		Percentil 50	19	25.0%
		Percentil 75	13	17.1%
		Percentil 90	7	9.2%
		Percentil 95	16	21.1%
	Sentirse emocionalmente abrumada	Percentil 25	41	53.9%
		Percentil 50	15	19.7%

Instrumento	Dimensión	Categorías	N	%
P-SES Hombre	Sentimiento de conexión con la pareja	Percentil 75	6	7.9%
		Percentil 90	5	6.6%
		Percentil 95	9	11.8%
		Subtotal mujeres	76	58.9%
		Percentil 25	72	94.7%
		Percentil 50	3	3.9%
		Percentil 75	1	1.3%
	Conexión positiva con uno mismo	Percentil 90	0	0.0%
		Percentil 95	0	0.0%
		Percentil 25	23	43.4%
		Percentil 50	12	22.6%
		Percentil 75	7	13.2%
		Percentil 90	7	13.2%
		Percentil 95	4	7.5%
	Sentimiento de conexión con la pareja	Percentil 25	12	22.6%
		Percentil 50	5	9.4%
		Percentil 75	4	7.5%
		Percentil 90	7	13.2%
		Percentil 95	25	47.2%
		Percentil 25	17	32.1%
		Percentil 50	10	18.9%
		Percentil 75	8	15.1%
		Percentil 90	5	9.4%
		Percentil 95	13	24.5%
	Subtotal hombres		53	41.1%
	TOTAL		129	100.0%

La Tabla 3 muestra los estadísticos de distribución de frecuencia de las experiencias postsexuales, diferenciadas por sexo biológico y divididas según las dimensiones propuestas en la Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES).

En el caso de las mujeres, se observa que en la dimensión de autodesprecio, la mayoría de la muestra (50.0%) se ubicó en el percentil 25, lo cual indica un nivel muy bajo de este tipo de experiencias negativas. A este grupo le sigue un 15.8% en los percentiles 50 y 75, respectivamente, mientras que solo un 18.4% de las participantes se encuentra en los percentiles superiores (90 y 95). Este hallazgo resulta coherente con la hipótesis que plantea que las experiencias postsexuales negativas varían según el sexo, y con estudios previos que han encontrado que el malestar emocional posterior puede estar influido por factores como el estilo de apego, la autoimagen y las expectativas de reciprocidad afectiva (Schweitzer et al., 2021; Dewitte, 2011).

Un patrón similar se repite en la dimensión de sentirse emocionalmente abrumada, donde el 53.9% de la muestra femenina se ubica nuevamente en el percentil 25, es decir, con un nivel muy bajo de esta experiencia. El resto de la distribución se encuentra disperso entre los

percentiles 50 (19.7%), 75 (7.9%), 90 (6.6%) y 95 (11.8%). Esto puede vincularse a factores emocionales previos al encuentro, como el malestar psicológico general (evaluado por la escala K10), o a expectativas no cumplidas en la intimidad, aspectos abordados en la literatura sobre el papel del apego ansioso o la disonancia entre deseo y conexión emocional (Birnbaum, 2007; Mikulincer & Shaver, 2007).

Respecto a las experiencias positivas, la dimensión conexión positiva con uno mismo presenta una distribución más dispersa. Un 27.6% se ubica en el percentil 25, lo que señala un bajo nivel de esta experiencia, mientras que un 25.0% se encuentra en el percentil 50 y un 17.1% en el 75. Sin embargo, destaca que el 21.1% de la muestra alcanza el percentil 95, es decir, una conexión positiva muy alta. Esto puede interpretarse desde la teoría del aprendizaje social y el impacto de las creencias internalizadas sobre el cuerpo y el desempeño sexual (Grogan, 2018; Pujols et al., 2010), y también puede estar vinculado a la autoestima general, una variable mediadora clave en la vivencia postsexual.

Por el contrario, la dimensión sentimiento de conexión con la pareja muestra una tendencia clara hacia valores bajos, con un 94.7% de la muestra femenina ubicada en el percentil 25. Este hallazgo resulta especialmente relevante, ya que sugiere que la mayoría de las mujeres no experimentan una fuerte conexión emocional con su pareja después del sexo, lo cual podría estar relacionado con una dificultad para comunicar necesidades emocionales o con expectativas no cumplidas respecto al encuentro. Desde la teoría del apego, podría pensarse que estos resultados reflejan cierto distanciamiento emocional en la pareja, o una vivencia sexual centrada en el desempeño físico más que en el vínculo afectivo (Sprecher & Cate, 2004; Mikulincer & Shaver, 2007). Esto refuerza la importancia de estudiar no solo la satisfacción sexual sino también la calidad del clima relacional como contexto de las emociones postsexuales.

En cuanto a los hombres, la dimensión negativa alienación sexual presenta una distribución centrada en los percentiles bajos: 43.4% en el 25, 22.6% en el 50 y 13.2% tanto en el 75 como en el 90. Solo un 7.5% se ubica en el percentil 95. Estos resultados muestran una tendencia general a no experimentar alienación sexual tras el encuentro, lo cual puede explicarse por diferencias de género en la construcción de la intimidad o por una menor disposición a identificar y verbalizar malestar emocional en contextos sexuales. Desde una perspectiva evolutiva y de socialización, los hombres suelen asociar el sexo con logro o validación, más que

con conexión afectiva, lo que podría explicar esta diferencia (Buss & Schmitt, 1993; Meston & Buss, 2007).

En la dimensión conexión positiva con uno mismo, los resultados son más alentadores: el 47.2% se ubica en el percentil 95 y un 13.2% en el 90, lo que indica que la mayoría de los hombres experimenta una sensación positiva consigo mismos tras el sexo. Esto refuerza la idea de que el acto sexual puede funcionar como un reforzador de autoestima y validación personal en esta población, y podría estar relacionado con un funcionamiento sexual adecuado, tal como será explorado en los análisis correlacionales con la MGH-SFQ.

Finalmente, la dimensión sentimiento de conexión con la pareja muestra una distribución más equilibrada. Si bien un 32.1% se encuentra en el percentil 25 (bajo nivel de conexión), un 24.5% está en el percentil 95. Esto indica una mayor diversidad en la forma en que los hombres interpretan emocionalmente el vínculo posterior al sexo, lo que puede estar influenciado tanto por el tipo de relación como por el estilo de comunicación afectiva. Esta variabilidad confirma la necesidad de no asumir una vivencia homogénea de las experiencias postsexuales, y refuerza el valor de considerar el contexto relacional como un moderador clave.

En conjunto, los hallazgos de esta tabla permiten sostener que las experiencias postsexuales, tanto positivas como negativas, se distribuyen de forma diferenciada entre hombres y mujeres. Las mujeres tienden a experimentar menores niveles de conexión emocional posterior al sexo, mientras que los hombres se sienten más validados personalmente. Esta diferencia responde parcialmente a lo planteado en la hipótesis sobre las diferencias por sexo, y plantea interrogantes relevantes para futuras intervenciones que busquen fortalecer la comunicación emocional y el bienestar sexual en las parejas jóvenes.

Tabla 4

Estadísticos de distribución de frecuencia del funcionamiento sexual

Instrumento	Categorías	N	%
MGH-SFQ Mujer	Posibles problemas sexuales	28	36.8%
	Sin problemas sexuales	48	63.2%
Subtotal mujeres		76	58.9%
MGH-SFQ Hombre	Posibles problemas sexuales	6	11.3%
	Sin problemas sexuales	47	88.7%
Subtotal hombres		53	41.1%
Total		129	100.0%

En la Tabla 4, se observa que porcentaje de mujeres con posibles problemas en su funcionamiento sexual es más alto que el de los hombres, presentando estas un 36.8%, en contraste con el 11.3% de los participantes masculinos.

En la Tabla 4 se observa que el 36.8% de las mujeres presenta posibles problemas en el funcionamiento sexual, en comparación con un 11.3% de los hombres. Esta diferencia es notable y da cuenta de una mayor vulnerabilidad en las participantes femeninas en lo que respecta a la vivencia de su sexualidad.

Desde una perspectiva psicobiológica y relacional, este hallazgo puede interpretarse a la luz de factores como la ansiedad de desempeño, la presión social sobre el cuerpo femenino, o la dificultad para comunicar necesidades sexuales en contextos íntimos, todos aspectos que han sido señalados en investigaciones previas como factores que afectan el bienestar sexual femenino (Sánchez-Fuentes et al., 2014; Grogan, 2018).

Además, esta diferencia puede estar relacionada con el estilo de apego o con experiencias sexuales previas no satisfactorias, como lo sugieren Dewitte (2011) y Briere & Elliott (2003), lo que podría repercutir no solo en la respuesta sexual, sino también en las emociones posteriores al acto sexual. Así, este resultado apoya la hipótesis que sugiere diferencias por sexo en las variables contextuales, en este caso el funcionamiento sexual.

Tabla 5

Estadísticos de distribución de frecuencia del clima relacional en la pareja

Instrumento	Dimensiones	Categorías	N	%
ECIRA-20	Compromiso	Nivel bajo	85	65.9%
		Nivel medio	21	16.3%
		Nivel alto	23	17.8%
	Romance	Nivel bajo	2	1.6%
		Nivel medio	0	0.0%
		Nivel alto	127	98.4%
	Intimidad	Nivel bajo	16	12.4%
		Nivel medio	7	5.4%
		Nivel alto	106	82.2%
	Amor	Nivel bajo	42	32.6%
		Nivel medio	46	35.7%
		Nivel alto	41	31.8%
Total			129	100.0%

La Tabla 5 presenta los resultados del instrumento ECIRA-20, que evalúa el clima emocional y afectivo de la relación de pareja. En la dimensión de compromiso, se observa que el

65.9% de la muestra se ubica en un nivel bajo, mientras que solo un 17.8% alcanza un nivel alto. Este dato resulta especialmente significativo, ya que sugiere que, aunque las relaciones estudiadas tienen una duración mínima de seis meses, una proporción importante de los participantes no percibe una vinculación sólida o proyectada a largo plazo.

Este hallazgo puede interpretarse desde la propuesta de Giddens (1993) sobre la “relación confluyente”, donde los vínculos se sostienen en la medida en que satisfacen emocionalmente a ambos miembros, sin necesariamente implicar compromisos a largo plazo. También puede explicarse por el contexto universitario de la muestra, donde las relaciones tienden a estar marcadas por la exploración personal y el desarrollo de autonomía, como sugiere Finkel et al. (2014).

En contraste, las dimensiones de romance (98.4% en nivel alto) e intimidad (82.2% en nivel alto) presentan resultados significativamente más positivos, lo que indica que las relaciones analizadas sí cuentan con afecto, cercanía emocional y expresiones románticas activas, aunque no necesariamente con un proyecto de vida compartido. Este desbalance es coherente con lo planteado por Sternberg (1986), cuya teoría triangular del amor diferencia entre los componentes del vínculo, sugiriendo que las relaciones pueden presentar altos niveles de intimidad y pasión, pero bajos niveles de compromiso, como ocurre en el amor romántico o en el amor de compañía.

En la dimensión amor, los niveles están repartidos de forma equitativa: bajo (32.6%), medio (35.7%) y alto (31.8%), lo que sugiere una heterogeneidad importante en la percepción subjetiva del vínculo, posiblemente asociada a diferencias individuales en la expectativa del rol de la pareja, la historia de apego o el estado emocional actual. En conjunto, estos resultados apoyan la idea de que el clima relacional en la pareja no es homogéneo y que puede existir un alto grado de afectividad sin que necesariamente se consolide un compromiso firme, lo cual podría influir en la manera en que se vivencian las experiencias postsexuales.

Tabla 6

Estadísticos de distribución de frecuencia del malestar psicológico

Instrumento	Categorías	N	%
K-10	Sin malestar psicológico	29	22.5%
	Malestar psicológico leve	18	14.0%
	Malestar psicológico moderado	22	17.1%
	Malestar psicológico extremo	60	46.5%
Total		129	100.0%

En la Tabla 6 se observa que el 46.5% de la muestra presenta malestar psicológico extremo, seguido de un 17.1% con malestar moderado y un 14.0% con malestar leve. Solo un 22.5% de los participantes reporta no presentar malestar psicológico relevante. Estos datos son particularmente significativos al tratarse de una muestra no clínica, conformada por estudiantes universitarios.

La alta prevalencia de malestar psicológico puede explicarse en parte por las exigencias académicas, la presión social, la construcción de identidad y los cambios emocionales propios del rango etario de la muestra (18 a 45 años). Estos niveles de malestar también podrían impactar directamente en la vivencia sexual, la interpretación de las emociones posteriores al sexo y la percepción del vínculo afectivo.

Desde la hipótesis planteada en este estudio, estos resultados son coherentes con la expectativa de que el malestar psicológico esté correlacionado negativamente con las experiencias postsexuales positivas y positivamente con las experiencias negativas. Además, investigaciones como las de Schweitzer et al. (2021) y Sadock & Sadock (2011) han vinculado directamente los estados de disforia postcoital con síntomas de ansiedad y depresión, lo que sugiere una interrelación significativa entre salud mental y sexualidad en contextos de pareja. En este sentido, comprender el malestar psicológico como una variable contextual relevante permite visibilizar cómo el estado emocional general de los participantes puede influir o amplificar la interpretación de sus experiencias postsexuales.

Análisis inferencial

Prueba de normalidad.

Antes de realizar los cálculos inferenciales específicos, tanto de contraste de media como de correlación, es necesario aplicar una prueba de normalidad, que permita valorar si la muestra se distribuye o no de forma paramétrica, tanto en su variable principal, como en sus variables contextuales y dimensiones. Esto permitirá escoger los instrumentos estadísticos más apropiados para cada caso. Así pues, a continuación, se presenta la Tabla 7, con los resultados de la prueba Kolmogorov-Smirnov, que es la recomendada para muestras de más de 50 sujetos.

Tabla 7*Prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov*

	N	Parámetros normales ^{a,b}		Máximas diferencias extremas			Estadístico de prueba	Sig. asin. (bilateral) ^c	Sig. Monte Carlo (bilateral) ^d Intervalo de confianza al 99%		
		Media	Desv. Desviación	Absoluta	Positivo	Negativo			Sig.	Límite inferior	Límite superior
P-SES Mujer (experiencias positivas)	76	4.1419	.82499	.098	.081	-.098	.098	.071	.074	.067	.080
P-SES Mujer (experiencias negativas)	76	1.9386	1.18606	.247	.247	-.214	.247	.000	.000	.000	.000
P-SES Hombre (experiencias positivas)	53	4.6003	1.07052	.129	.096	-.129	.129	.027	.028	.024	.032
P-SES Hombre (experiencias negativas)	53	1.8407	1.05691	.213	.210	-.213	.213	.000	.000	.000	.000
MGH-SFQ Mujer	76	2.6316	1.28418	.185	.143	-.185	.185	.000	.000	.000	.000
MGH-SFQ Hombre	53	3.1434	.89990	.171	.171	-.166	.171	.001	.001	.000	.002
ECIRA-20 Compromiso	129	3.6620	1.07203	.120	.106	-.120	.120	.000	.000	.000	.000
ECIRA-20 Romance	129	10.7287	2.07384	.197	.197	-.180	.197	.000	.000	.000	.000
ECIRA-20 Intimidad	129	6.2362	1.66909	.129	.104	-.129	.129	.000	.000	.000	.000
ECIRA-20 Amor	129	3.5364	1.03742	.107	.079	-.107	.107	.001	.001	.000	.002
K10 Malestar psicológico	129	28.24	9.904	.078	.078	-.055	.078	.054	.049	.044	.055

Notas. a. La distribución de prueba es normal. b. Se calcula a partir de datos. c. Corrección de significación de Lilliefors. d. El método de Lilliefors basado en las muestras 10000 Monte Carlo con la semilla de inicio 2000000.

En la Tabla 7, se observa que todos los valores de significancia derivados de la prueba Kolmogorov-Smirnov, excepto para las experiencias postsexuales positivas en mujeres y el malestar psicológico, se encuentran por debajo de 0.05, que es el valor de referencia para determinar si una muestra se distribuye de forma normal o paramétrica. En este caso, puntuaciones superiores al valor de referencia indican una distribución normal o paramétrica, mientras que puntuaciones inferiores al valor de referencia indican una distribución no normal o no paramétrica. Cuando la mayoría de las variables y/o dimensiones de un estudio se distribuyen de forma no paramétrica, corresponde utilizar estadísticos no paramétricos. Es por esta razón que, para el cálculo inferencial de la comparación de medias, se ha utilizado la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes, y para el cálculo correlacional, se ha utilizado el coeficiente de correlación Rho de Spearman.

Contraste de medias para muestras independientes.

Tomando en consideración las diferentes variables sociodemográficas recabadas en el presente estudio, se decidió valorar las diferencias de muestras sobre la variable principal y las contextuales, en función de estas variables sociodemográficas. Se aplicó el estadístico U de Mann-Whitney para muestras independientes para las variables sociodemográficas dicotómicas (sexo y orientación sexual), y la prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes para las variables sociodemográficas politómicas (género, edad, estado civil, tiempo de relación actual, etnia, práctica de religión o creencia espiritual y condición psicológica o psiquiátrica), ambos de tipo no paramétrico. Así pues, a continuación, se muestra la Tabla 8, con los mencionados resultados.

Tabla 8

Prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes en función del sexo biológico

Instrumento	Dimensión	Media Mujer	Media Hombre	Dif.	D.E. Mujer	D.E. Hombre	Sig.
P-SES	Experiencias positivas	4.142	4.600	-.458	.825	1.071	.010
P-SES	Experiencias negativas	1.939	1.841	.098	1.186	1.057	.631
MGH-SFQ	Global	2.632	3.143	-.512	1.284	.147	.014
ECIRA-20	Compromiso	3.6974	3.6113	.0861	1.05905	1.09854	.697
	Romance	10.8092	10.6132	.196	2.08960	2.06538	.330
	Intimidad	6.4982	5.8604	.6378	1.63853	1.65555	.018
	Amor	3.6842	3.3245	.3597	1.01154	1.04677	.048
K10	Global	28.50	27.87	.63	10.045	9.782	.777

En la Tabla 8 se presentan los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes, con el objetivo de identificar diferencias significativas entre hombres y mujeres

en las variables principales y contextuales del estudio. Se consideró como valor de referencia un nivel de significancia de $p < .05$ para establecer si las diferencias eran estadísticamente relevantes.

Los resultados muestran diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuatro dimensiones:

- Experiencias postsexuales positivas ($p = .010$): Las mujeres obtuvieron una media de 4.14, mientras que los hombres alcanzaron una media de 4.60. Esta diferencia sugiere que los hombres tienden a reportar mayores niveles de experiencias positivas posteriores al sexo, lo cual podría estar influenciado por factores como la autoimagen, el estilo de apego y la percepción del desempeño sexual, como lo han sugerido autores como Mikulincer y Shaver (2007) y Pujols et al. (2010).
- Funcionamiento sexual global ($p = .014$): Las puntuaciones promedio también favorecen a los hombres ($M = 3.14$) frente a las mujeres ($M = 2.63$), lo cual refuerza la tendencia observada previamente en los análisis descriptivos (Tabla 4). Este hallazgo puede relacionarse con el mayor reporte de dificultades sexuales entre las mujeres, posiblemente asociado a factores emocionales, culturales o de autoestima, tal como se ha documentado en estudios sobre el desempeño sexual femenino (Grogan, 2018; Sánchez-Fuentes et al., 2014).
- Dimensión de intimidad ($p = .018$): En esta dimensión del clima relacional, las mujeres reportan mayores niveles de intimidad ($M = 6.49$) que los hombres ($M = 5.86$), lo cual podría estar asociado a una mayor inclinación femenina hacia el establecimiento de vínculos afectivos profundos dentro de la relación, coherente con los planteamientos de la teoría del apego (Birnbaum, 2007) y la teoría triangular del amor (Sternberg, 1986).
- Dimensión de amor ($p = .048$): Aunque las diferencias son más sutiles, las mujeres también reportan mayores niveles de amor ($M = 3.68$) en comparación con los hombres ($M = 3.32$), lo que sugiere una vivencia emocional más fuerte del vínculo afectivo.

Por otro lado, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en las siguientes variables:

- Experiencias postsexuales negativas ($p = .631$): Ambos grupos reportan niveles similares, lo cual puede indicar que las emociones negativas posteriores al sexo no se distribuyen de manera diferenciada por sexo biológico, sino que responden a otros factores individuales o contextuales.
- Dimensión de compromiso ($p = .697$) y romance ($p = .330$): Estas dimensiones del clima relacional no difieren significativamente entre hombres y mujeres, lo que sugiere que, al menos en esta muestra, la forma en que se vive el compromiso o la expresión romántica tiende a ser similar entre sexos.
- Malestar psicológico global ($p = .777$): Tampoco se evidencian diferencias relevantes entre hombres y mujeres en el nivel de malestar emocional, lo que indica que esta condición puede afectar a ambos grupos de manera comparable, independientemente del sexo.

Correlación.

Se llevó a cabo un análisis correlacional mediante el coeficiente Rho de Spearman, con el objetivo de explorar la relación entre las experiencias postsexuales tanto positivas como negativas y las variables contextuales del estudio: funcionamiento sexual, clima relacional (compromiso, romance, intimidad y amor) y malestar psicológico.

Tabla 9

Coeficiente de correlación Rho de Spearman

		P-SES Mujer Experiencias positivas	P-SES Mujer Experiencias negativas	P-SES Hombre Experiencias positivas	P-SES Hombre Experiencias negativas
P-SES Mujer	Rho	1.000	-.606	.	.
Experiencias positivas	Sig. (bilateral)	.	.000	.	.
	N	76	76	0	0
P-SES Mujer	Rho	-.606	1.000	.	.
Experiencias negativas	Sig. (bilateral)	.000	.	.	.
	N	76	76	0	0
P-SES Hombre	Rho	.	.	1.000	-.715
Experiencias positivas	Sig. (bilateral)	.	.	.	.000
	N	0	0	53	53
P-SES Hombre	Rho	.	.	-.715	1.000
Experiencias negativas	Sig. (bilateral)	.	.	.000	.
	N	0	0	53	53
MGH-SFQ Mujer	Rho	.604	-.509	.	.

		P-SES Mujer Experiencias positivas	P-SES Mujer Experiencias negativas	P-SES Hombre Experiencias positivas	P-SES Hombre Experiencias negativas
Funcionamiento sexual	Sig. (bilateral)	.000	.000	.	.
	N	76	76	0	0
MGH-SFQ Hombre	Rho	.	.	.472	-.334
Funcionamiento sexual	Sig. (bilateral)	.	.	.000	.014
	N	0	0	53	53
ECIRA-20	Rho	.387	-.269	.627	-.359
Compromiso	Sig. (bilateral)	.001	.019	.000	.008
	N	76	76	53	53
ECIRA-20	Rho	.461	-.441	.558	-.339
Romance	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.013
	N	76	76	53	53
ECIRA-20	Rho	.204	.010	.482	-.398
Intimidad	Sig. (bilateral)	.077	.930	.000	.003
	N	76	76	53	53
ECIRA-20	Rho	-.007	.174	.517	-.211
Amor	Sig. (bilateral)	.953	.134	.000	.130
	N	76	76	53	53
K10	Rho	-.443	.650	-.370	.530
Malestar psicológico	Sig. (bilateral)	.000	.000	.006	.000
	N	76	76	53	53

La Tabla 9 presenta los resultados correlacionales de la presente investigación, donde se puede observar que se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre casi todos los pares de variables y/o dimensiones. A continuación, se analizarán con más detalle.

1. Consistencia interna de la escala P-SES

Las primeras correlaciones significativas se observan entre las dimensiones de la propia escala de experiencias postsexuales (P-SES). En mujeres, se encontró una correlación inversa de fuerza moderada-alta entre las experiencias positivas y negativas ($Rho = -.606, p = .000$), mientras que en hombres esta relación fue aún más fuerte ($Rho = -.715, p = .000$). Estos resultados confirman la consistencia teórica del instrumento, sugiriendo que los dos tipos de experiencias tienden a comportarse de manera opuesta: a mayor vivencia de emociones positivas tras el sexo, menor presencia de emociones negativas, y viceversa.

2. Relación con el funcionamiento sexual

En cuanto al funcionamiento sexual, se evidenció una correlación positiva y moderada-alta entre este y las experiencias postsexuales positivas en mujeres ($Rho = .604, p = .000$) y una correlación moderada en hombres ($Rho = .472, p = .000$). Esto sugiere que quienes reportan un

mejor funcionamiento sexual tienden también a experimentar emociones más agradables tras el sexo.

De forma inversa, el funcionamiento sexual se relacionó negativamente con las experiencias postsexuales negativas, tanto en mujeres ($Rho = -.509, p = .000$) como en hombres ($Rho = -.334, p = .014$)

3. Relación con el clima relacional

Respecto al compromiso en la relación, se observaron correlaciones positivas entre este y las experiencias postsexuales positivas en ambos sexos (mujeres: $Rho = .387, p = .001$; hombres: $Rho = .627, p = .000$), siendo más fuerte en hombres. También se hallaron correlaciones inversas entre compromiso y experiencias negativas (mujeres: $Rho = -.269, p = .019$; hombres: $Rho = -.359, p = .008$).

En cuanto al romance, se hallaron correlaciones positivas con las experiencias positivas (mujeres: $Rho = .461$; hombres: $Rho = .558; p = .000$ en ambos casos) y negativas con las experiencias negativas (mujeres: $Rho = -.441, p = .000$; hombres: $Rho = -.339, p = .013$).

En la dimensión intimidad, no se encontraron correlaciones significativas en mujeres. Sin embargo, en hombres se reportó una correlación positiva moderada con las experiencias positivas ($Rho = .482, p = .000$), y una correlación negativa similar con las experiencias negativas ($Rho = -.398, p = .003$). En cuanto a la dimensión amor, únicamente los hombres mostraron una correlación positiva significativa ($Rho = .517, p = .000$) con las experiencias positivas.

4. Relación con el malestar psicológico

Finalmente, en lo relativo al malestar psicológico, se encontró una correlación inversa y significativa con las experiencias positivas (mujeres: $Rho = -.443, p = .000$; hombres: $Rho = -.370, p = .006$), así como una correlación directa y significativa con las experiencias negativas (mujeres: $Rho = .650, p = .000$; hombres: $Rho = .530, p = .000$). Estos hallazgos refuerzan la hipótesis de que el bienestar emocional posterior al sexo puede estar modulado por el estado psicológico general, y que una vivencia negativa postsexual puede actuar como indicador o reflejo de malestar emocional previo o latente.

Este conjunto de correlaciones confirma que la experiencia postsexual está profundamente influenciada por factores emocionales, vinculares y sexuales, en línea con el enfoque integrador propuesto en esta investigación. Las asociaciones halladas no solo validan las dimensiones evaluadas, sino que también ofrecen una visión más profunda del vínculo entre sexualidad, salud mental y dinámica relacional, aspecto crucial para el abordaje clínico y preventivo en población joven.

Discusión

La discusión de los hallazgos de este estudio permite comprender cómo las experiencias postsexuales se articulan con el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico, a la luz de teorías y estudios previos. En primer lugar, los resultados descriptivos evidenciaron que las mujeres reportaron más experiencias negativas y menos positivas en comparación con los hombres, destacando especialmente la baja percepción de conexión con la pareja (94.7% en el percentil 25). Este patrón contrasta con lo señalado por Burri y Hilpert (2020), quienes no encontraron distribuciones tan marcadas.

Una posible explicación teórica radica en los guiones sexuales de género: mientras las mujeres suelen experimentar una mayor carga emocional y evaluativa asociada al desempeño sexual, los hombres tienden a reportar mayor autoafirmación tras el encuentro (Byers, 2005; Sánchez-Fuentes & Santos-Iglesias, 2016). De este modo, la autopercepción femenina podría estar más vinculada a la validación de la pareja y, en consecuencia, a una mayor vulnerabilidad a experiencias negativas cuando dicha conexión se percibe debilitada.

Por otro lado, en los hombres se observaron niveles más altos de experiencias positivas, en particular en la conexión consigo mismos (47.2% en el percentil 95) y en la conexión con la pareja, aunque con mayor variabilidad que en las mujeres. Teóricamente, estos hallazgos pueden interpretarse a partir de las diferencias en socialización emocional: los hombres suelen asociar la actividad sexual con refuerzo de autoestima y autoimagen (Impett & Tolman, 2006), lo que explicaría la mayor intensidad de experiencias positivas en ellos.

En cuanto a las diferencias por sexo, los análisis mostraron significación únicamente en las experiencias postsexuales positivas, el funcionamiento sexual y las dimensiones de intimidad y amor. No se hallaron diferencias en las experiencias negativas ni en el malestar psicológico. Este

resultado es relevante a la luz de la teoría del apego y el clima relacional (Feeney & Collins, 2015): tanto hombres como mujeres pueden experimentar malestar emocional o sentimientos de desconexión luego del sexo, pero la forma en que estos se manifiestan no difiere significativamente cuando se considera la sintomatología general de angustia. Es decir, la calidad del vínculo relacional pesa más que el sexo biológico en la explicación de estas dimensiones.

Las correlaciones también aportan matices relevantes. Las experiencias postsexuales positivas se asociaron directamente con el funcionamiento sexual, el compromiso y el romance en ambos sexos. No obstante, solo en los hombres hubo asociación significativa con intimidad y amor. Esto sugiere que, para los hombres, las experiencias postsexuales se integran más directamente a la percepción de cercanía emocional y de vínculo amoroso, mientras que en las mujeres estas vivencias parecen estar moduladas por factores adicionales como expectativas de reciprocidad o comunicación de la pareja (Mark & Lasslo, 2018). A la luz de la teoría de inversión en las relaciones (Rusbult et al., 1998), los hombres tenderían a consolidar el sentimiento de intimidad a partir de los refuerzos positivos de la experiencia sexual, mientras que las mujeres lo harían de manera más compleja, integrando aspectos de validación y reconocimiento afectivo.

Por su parte, el malestar psicológico se correlacionó de manera inversa con las experiencias positivas y directamente con las negativas, lo que coincide con investigaciones previas (Schweitzer et al., 2021). Este hallazgo respalda la noción de que la regulación emocional juega un papel central en la vivencia postsexual: mayores niveles de angustia o síntomas de distrés psicológico tienden a amplificar percepciones negativas, al tiempo que reducen la posibilidad de experimentar efectos positivos.

La comparación con estudios previos también permite identificar divergencias. Por ejemplo, Fernandes et al. (2016) reportaron que los hombres experimentaban más disforia poscoital que las mujeres, mientras que en este estudio fueron ellas quienes señalaron mayor frecuencia de experiencias negativas. Una posible explicación teórica está en la influencia del contexto sociocultural latinoamericano, donde las normas de género siguen atribuyendo a las mujeres mayores expectativas de cuidado, entrega emocional y responsabilidad en el mantenimiento del vínculo. Estas exigencias podrían incrementar la vulnerabilidad femenina a experimentar malestar postsexual, particularmente si la experiencia no cumple con dichas

expectativas.

Finalmente, aunque los hallazgos confirman tendencias descritas en la literatura, también ponen de relieve especificidades. La elevada proporción de participantes que reportaron malestar extremo (46.5%) resalta la necesidad de considerar las experiencias postsexuales como un fenómeno clínicamente relevante incluso en muestras no clínicas, lo que coincide con los planteamientos de Bird et al. (2011) sobre el impacto inmediato del sexo en la salud emocional.

En síntesis, los resultados muestran que las experiencias postsexuales no solo reflejan diferencias entre hombres y mujeres, sino también la forma en que el funcionamiento sexual, el clima relacional y el malestar psicológico median estas vivencias. A la luz de las teorías del apego, de inversión en la relación y de los guiones sexuales de género, puede comprenderse por qué los hombres tienden a asociar más directamente lo sexual con la intimidad y el amor, mientras que las mujeres integran factores adicionales de validación afectiva, lo que incrementa su vulnerabilidad a experiencias negativas. Estos hallazgos subrayan la relevancia de incorporar el componente postsexual en la comprensión del bienestar y la satisfacción relacional.

Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

Los hallazgos de este estudio permiten afirmar que las experiencias postsexuales constituyen un eje fundamental en la articulación entre la vida íntima y el bienestar psicológico, pues reflejan no solo la satisfacción o el malestar individual después del acto sexual, sino también el modo en que se configuran los vínculos de pareja y la percepción de sí mismo.

Se encontró que estas experiencias se relacionan significativamente con el funcionamiento sexual, con dimensiones centrales del clima relacional (compromiso, intimidad, romance y amor) y con el malestar psicológico, mostrando patrones diferenciales entre hombres y mujeres. Esto sugiere que la vivencia postsexual no es un simple epílogo de la actividad sexual, sino un espacio emocional cargado de significado, capaz de reforzar vínculos afectivos o, en su defecto, de profundizar malestares psicológicos. Tales hallazgos abren un campo de investigación poco explorado que demanda ser considerado dentro de la salud sexual y mental.

En este sentido, las implicaciones trascienden el plano académico y pueden ser llevadas a

escenarios concretos de intervención. En el contexto universitario donde se desarrolló este estudio, por ejemplo, se hace evidente la necesidad de programas institucionales que aborden la salud sexual desde una perspectiva integral, que no se limite a la prevención de infecciones o embarazos, sino que incluya el acompañamiento emocional asociado a la sexualidad. Talleres psicoeducativos que fomenten la comunicación en pareja, la gestión de expectativas sexuales y la validación de las emociones posteriores al acto sexual podrían convertirse en estrategias protectoras frente al malestar psicológico. Estas iniciativas, además, permitirían visibilizar la dimensión afectiva de la sexualidad, reduciendo el estigma que aún rodea las manifestaciones negativas de la experiencia postsexual.

Desde una perspectiva más amplia, las universidades podrían integrar estas reflexiones en sus programas de bienestar, considerando la salud sexual y emocional como un componente inseparable de la formación integral de los estudiantes. De igual forma, los resultados plantean un llamado a considerar variables contextuales que, aunque no fueron controladas en este estudio, podrían enriquecer futuras aproximaciones. Factores como el estilo de apego, los antecedentes culturales, el nivel socioeconómico, la comunicación en la pareja o incluso la religión que se profesa, constituyen elementos clave para entender cómo se configuran las experiencias postsexuales.

Incorporar la diversidad sexual y de género también resulta indispensable para captar la pluralidad de vivencias que escapan al modelo heteronormativo, ampliando así el alcance de la investigación. En esta línea, se sugiere avanzar hacia diseños longitudinales y metodologías mixtas que permitan captar la evolución y complejidad de la vivencia postsexual, integrando tanto la perspectiva cuantitativa como el testimonio cualitativo de quienes atraviesan estos procesos.

Es preciso reconocer, sin embargo, las limitaciones del presente estudio: la naturaleza transversal de su diseño, la focalización en estudiantes universitarios de una región específica y el uso de autoinformes que pueden haber introducido sesgos de deseabilidad social. Pese a ello, este trabajo ofrece un punto de partida valioso al visibilizar una dimensión poco explorada de la sexualidad humana, aportando evidencias que respaldan la necesidad de considerar las experiencias postsexuales como una categoría operativa en la investigación psicológica y en las intervenciones clínicas y educativas.

En definitiva, los resultados aquí expuestos abren la posibilidad de diseñar estrategias de prevención y acompañamiento que reconozcan las experiencias postsexuales como un campo legítimo de estudio y de acción profesional. El cierre de esta investigación no es, por tanto, un punto final, sino una invitación a repensar la sexualidad en clave de bienestar, en la que cada vivencia postsexual, ya sea positiva o negativa, sea reconocida como una oportunidad para fortalecer los vínculos afectivos, resignificar la relación con uno mismo y construir relaciones más conscientes, saludables y auténticas.

Bibliografía

- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Andreoli, G., Rafanelli, C., Gremigni, P., Hofmann, S. G., & Casu, G. (2024). Positive sexuality, relationship satisfaction, and health: a network analysis. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1420148>
- Andrea, D., Péter, K., & Judit, S. (2014). World Medical Association Declaration of Helsinki (WMA) - Ethical principles for medical research involving human subjects. *LAM (Lege Artis Medicinæ)*, 24(03), 133-136. http://www.elitmed.hu/kiadvanyaink/lam_lege_artis_medicin/helsinki_nyilatkozat_a_z_orvos_vilagszovetseg_wma_az_embereken_vegzett_orvosi_kutatasok_etikai_alapelveir_ol_12170/
- Aranguren, M. (2010). Adaptación argentina de la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (K10). *Revista de Psicología*, 28(2), 308-340. <https://doi.org/10.18800/psico.201002.005>
- Arriaga, X. B. (2001). The ups and downs of dating: Fluctuations in satisfaction in newly formed romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(5), 754-765. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.5.754>
- Barón, M. J. O., Zapiain, J. G., & Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*, 14(2), 469-475. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72714244.pdf>
- Bird, B. S., Schweitzer, R. D., & Strassberg, D. S. (2011). The Prevalence and Correlates of

- Postcoital Dysphoria in Women. *International Journal Of Sexual Health*, 23(1), 14-25. <https://doi.org/10.1080/19317611.2010.509689>
- Birnbaum, G. E. (2007). Attachment orientations, sexual functioning, and relationship satisfaction in a community sample of women. *Journal Of Social And Personal Relationships*, 24(1), 21-35. <https://doi.org/10.1177/0265407507072576>
- Bravo, M. L., Sandoval, S., & Rodríguez, P. (2007). Función sexual y satisfacción marital: Una revisión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3), 395-406.**
- Briere, J., & Elliott, D. M. (2003). Prevalence and psychological sequelae of self-reported childhood physical and sexual abuse in a general population sample of men and women. *Child Abuse & Neglect*, 27(10), 1205-1222. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2003.09.008>
- Brown, J. D., Halpern, C. T., & L'Engle, K. L. (2005). Mass media as a sexual super peer for early maturing girls. *Journal of Adolescent Health*, 36(5), 420-427. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2004.06.003>
- Burri, A., & Hilpert, P. (2020). Postcoital Symptoms in a Convenience Sample of Men and Women. *The Journal Of Sexual Medicine*, 17(3), 556-559. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2019.12.009>
- Byers, E. S. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *Journal of Sex Research*, 42(2), 113-118. <https://doi.org/10.1080/00224490509552264>
- Byers, E. S. (2011). Beyond the birds and the bees and was it good for you?: Thirty years of research on sexual communication. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 52(1), 20-28. <https://doi.org/10.1037/a0022048>
- Calvillo, C., Sánchez-Fuentes, M. del M., & Sierra, J. C. (2018). Revisión sistemática sobre la satisfacción sexual en parejas del mismo sexo. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(2), 115–136. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.02.018>
- Campo, M. I. (2003). Aspectos de las relaciones afectivas y sexuales en personas con discapacidad intelectual. *Informació Psicològica/Informació Psicològica*, 83, 15-19. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4534510>

- Carrasco, P., & Montenegro, C. (2024). Efectos del consumo de pornografía en la sexualidad de los jóvenes adultos. *Revista de Psicología Contemporánea*, 45(2), 101-119.
- Cherlin, A. J. (2004). The deinstitutionalization of American marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 848-861. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00058.x>
- Cohen, J. (1998). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2.^a ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cohen, P. N. (2014). Recession and Divorce in the United States, 2008–2011. *Population Research And Policy Review*, 33(5), 615-628. <https://doi.org/10.1007/s11113-014-9323-z>
- Collins, R. L., Elliott, M. N., Berry, S. H., Kanouse, D. E., & Hunter, S. B. (2003). Entertainment Television as a Healthy Sex Educator: The Impact of Condom-Efficacy Information in an Episode of Friends. *PEDIATRICS*, 112(5), 1115-1121. <https://doi.org/10.1542/peds.112.5.1115>
- Congreso de la República de Colombia. (2012). *Ley 1581 de 2012. Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales*. Diario Oficial No. 48.587. <https://www.funcionpublica.gov.co/documents/418537/502505/LEY+1581+DE+2012.pdf>
- Coontz, S. (2006). Marriage, a history: how love conquered marriage. En *Penguin Books*. <http://ci.nii.ac.jp/ncid/BB00257766>
- Dewitte, M. (2011). Different Perspectives on the Sex-Attachment Link: Towards an Emotion-Motivational Account. *The Journal Of Sex Research*, 49(2-3), 105-124. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.576351>
- European Parliament and Council. (2016). *Regulation (EU) 2016/679 of the European Parliament and of the Council of 27 April 2016 on the protection of natural persons with regard to the processing of personal data and on the free movement of such data (General Data Protection Regulation - GDPR)*. Official Journal of the European Union, L119, 1-88.
- Fernandes, H. B. F., Kennair, L. E. O., Hutz, C. S., Natividade, J. C., & Kruger, D. J. (2016). Are negative postcoital emotions a product of evolutionary adaptation? Multinational relationships with sexual strategies, reputation, and mate quality. *Evolutionary Behavioral*

- Sciences*, 10(4), 219-244. <https://doi.org/10.1037/ebs0000050>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5.^a ed.). SAGE.
- Finkel, E. J., Hui, C. M., Carswell, K. L., & Larson, G. M. (2014). The suffocation of marriage: Climbing Mount Maslow without enough oxygen. *Psychological Inquiry*, 25(1), 1-41. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.863723>
- Frohlich, P., & Meston, C. (2002). Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women. *The Journal Of Sex Research*, 39(4), 321-325. <https://doi.org/10.1080/00224490209552156>
- Gangestad, S. W., & Simpson, J. A. (2000). The evolution of human mating: Trade-offs and strategic pluralism. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(4), 573-587. <https://doi.org/10.1017/S0140525X0000337X>
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference* (4.^a ed., actualización 11.0). Allyn & Bacon.
- Gimenez, M. E., & Giddens, A. (1993). The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies. *Social Forces*, 72(1), 271. <https://doi.org/10.2307/2580173>
- Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. Lawrence Erlbaum Associates.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1999). How stable is marital interaction over time? *Family Process*, 38(2), 159-165. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1999.00159.x>
- Grogan, S. (2018). Body image and the exercising female. En *The Exercising Female* (1^a ed., pp. 12). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351200271>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (Ed. 6). McGraw Hill Education.
- Hertlein, K. M., & Webster, M. (2008). Technology, relationships, and problems: A research synthesis. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34(4), 445-460. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2008.00087.x>
- Homans, G. C. (1958). Social Behavior as Exchange. *American Journal Of Sociology*, 63(6),

597-606. <https://doi.org/10.1086/222355>

<https://doi.org/10.1080/00926230591006719>

Impett, E. A., Muise, A., & Peragine, D. (2014). Sexuality in the context of relationships.

En *American Psychological Association eBooks* (pp. 269-315). <https://doi.org/10.1037/14193-010>

Ilo, C. I. (2014). Perception of Contributory Factors to Marital Sexual Satisfaction among Married Persons in Ebonyi State University, Abakaliki, Nigeria: Implications for Family Health. *Journal of Community Medicine & Health Education*, 4(5). <https://doi.org/10.4172/2161-0711.1000313>

Johnson, R. B., & Christensen, L. (2020). *Educational research: Quantitative, qualitative, and mixed approaches* (7.^a ed.). SAGE.

Kaplan, H. S. (1979). Disorders of sexual desire and other new concepts and techniques in sex therapy. En *Brunner/Mazel eBooks*. <https://ci.nii.ac.jp/ncid/BA22949937>

Kurdek, L. A. (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first 10 years of marriage. *Developmental Psychology*, 35(5), 1283-1296. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.35.5.1283>

LeVay, S. (2011). Gay, straight, and the reason why: the science of sexual orientation. *Choice Reviews Online*, 48(08), 48-4777. <https://doi.org/10.5860/choice.48-4777>

Litzinger, S., & Gordon, K. C. (2005). Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction. *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 31(5), 409-424.

Luciano, M. C., Valdivia, S., Gutiérrez, O., & Páez-Blarina, M. (2006). (2006). Avances desde la terapia de aceptación y compromiso (ACT= Advances from the acceptance and commitment therapy (ACT) /. *Edupsykhé Revista de Psicología y Educación*, 5(2). <https://doi.org/10.57087/edupsykhé.v5i2.3782>

Luisi Frinco, V. (2018). Sexualidad, género y educación sexual. *Extramuros: revista de la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación*, 17, 97-107. <https://doi.org/10.35524/extramuros.v17i0.318>

- Maczkowiack, J., & Schweitzer, R. (2019). Postcoital Dysphoria: Prevalence and Correlates Among Males. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 45(2), 128–140.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2018.1488326>
- Marchal-Bertrand, L., Espada, J. P., Morales, A., Gómez-Lugo, M., Soler, F., & Vallejo-Medina, P. (2016). Adaptation, validation and reliability of the Massachusetts General Hospital-Sexual Functioning Questionnaire in a Colombian sample and factorial equivalence with the Spanish version. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 48(2), 88-97. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2016.01.001>
- Marcoulides, G. A., & Chin, W. W. (2013). You can trust me: The essential trustworthiness of introspective self-reports. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 41(5), 591–612.
<https://doi.org/10.1007/s11747-012-0315-4>
- Mark, K. P., & Jozkowski, K. N. (2013). The Mediating Role of Sexual and Nonsexual Communication Between Relationship and Sexual Satisfaction in a Sample of College-Age Heterosexual Couples. *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 39(5), 410-427.
<https://doi.org/10.1080/0092623x.2011.644652>
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. <http://ci.nii.ac.jp/ncid/BA78879439>
- Maureira Cid, F. (2022). ECIRA-20: ADAPTACIÓN DE LA ESCALA DE COMPROMISO, INTIMIDAD, ROMANCE Y AMOR EN UNA MUESTRA DE CHILE. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 25(2). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/82925>
- Meltzer, A. L., McNulty, J. K., Jackson, G. L., & Karney, B. R. (2013). Sex differences in the implications of partner physical attractiveness for the trajectory of marital satisfaction. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 106(3), 418-428. <https://doi.org/10.1037/a0034424>
- Meston, C. M., & Buss, D. M. (2007). Why humans have sex. *Archives Of Sexual Behavior*, 36(4), 477-507. <https://doi.org/10.1007/s10508-007-9175-2>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Muise, A., Schimmack, U., & Impett, E. A. (2015). Sexual Frequency Predicts Greater Well-Being, But More is Not Always Better. *Social Psychological And Personality*

- Science*, 7(4), 295-302. <https://doi.org/10.1177/1948550615616462>
- Pascoal, P. M., Narciso, I., & Pereira, N. M. (2013). What is Sexual Satisfaction? Thematic Analysis of Lay People's Definitions. *The Journal of Sex Research*, 51(1), 22. <https://doi.org/10.1080/00224499.2013.815149>
- Pfaus JG. Pathways of sexual desire. *J Sex Med*. 2009 Jun;6(6):1506-1533. doi: 10.1111/j.1743-6109.2009.01309.x. Epub 2009 Apr 30. PMID: 19453889.
- Pierce, W. D., & Bandura, A. (1977). Social learning theory. *The Canadian Journal Of Sociology*, 2(3), 321. <https://doi.org/10.2307/3340496>
- Pujols, Y., Meston, C. M., & Seal, B. N. (2010). The Association Between Sexual Satisfaction and Body Image in Women. *The Journal Of Sexual Medicine*, 7(2_Part_2), 905-916. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2009.01604.x>
- Rodrigues, I., Porto, M., Pimenta, F., Costa, M., & Passie, T. (2023). Development and Validation of a Measure of the Resolution Phase of the Sexual Response Cycle: The Sexual Resolution Scale (SRS). *The Journal of Sex Research*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/00224499.2024.2424414>
- Rodríguez, G. G., & Loving, R. D. (2011). Predictores psicosociales del comportamiento sexual. *DOAJ (DOAJ: Directory Of Open Access Journals)*. <https://doaj.org/article/e0d114c493fd4c4ab8019ee0a84a003c>
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5(4), 357-387. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sadock, B. J., & Sadock, V. A. (2008). *Kaplan & Sadock's Concise Textbook of Clinical Psychiatry*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Salgado, C. (2003). *El desafío de construir una relación de pareja*. Editorial Norma.
- Sánchez-Fuentes, M. M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(1), 67-75.

[https://doi.org/10.1016/S1697-2600\(14\)70038-9](https://doi.org/10.1016/S1697-2600(14)70038-9)

- Schweitzer, R., O'Brien, J., & Burri, A. (2015). Postcoital Dysphoria: Prevalence and Psychological Correlates. *Sexual Medicine*, 3, 235-243. <https://doi.org/10.1002/sm2.74>
- Schweitzer, R. D., Du Plessis, G., Maczkowiack, J., & Connolly, V. (2021). Development and Validation of the Postsex Experience (P-SES) Scale. *Sexual Medicine*, 9(1), 100291. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2020.100291>
- Schweizer, V. (2020). *Divorce in the last century: Change from 1900-2018 (FP-20-22)*. National Center for Family & Marriage Research. Recuperado de <https://www.bgsu.edu/ncfmr/resources/data/family-profiles/schweizer-divorce-century-change-1900-2018-fp-20-22.html>.
- Singh, D. (1993). Adaptive significance of female physical attractiveness: Role of waist-to-hip ratio. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 65(2), 293-307. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.2.293>
- Smock, P. J. (2000). Cohabitation in the United States: An Appraisal of Research Themes, Findings, and Implications. *Annual Review Of Sociology*, 26(1), 1-20. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.26.1.1>
- Solomon, D. H., & Knobloch, L. K. (2004). A model of relational turbulence: The role of intimacy, relational uncertainty, and interference from partners in appraisals of irritations. *Journal Of Social And Personal Relationships*, 21(6), 795-816. <https://doi.org/10.1177/0265407504047838>
- Sprecher, S., & Cate, R. M. (2004). Sexual Satisfaction and Sexual Expression as Predictors of Relationship Satisfaction and Stability. *Apa Psycnet*, 245-266. <https://doi.org/10.4324/9781410610249-18>
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal Of Family Psychology*, 20(1), 117-126. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.1.117>
- Toussaint, D., Schweitzer, R., & Mitchell, R. (2024). Discrimination, Internalized Sexual Prejudice and the Post-Sex Experience Among Members of Sexual Minorities. *Journal of*

Homosexuality. <https://doi.org/10.1080/00918369.2024.2364881>

- Tovar, N. T. (2012). Repensando el amor y la sexualidad: una mirada desde la segunda modernidad. *Sociologia*, 27(76), 7-52. <https://biblat.unam.mx/es/revista/sociologica-mexico-d-f/articulo/repensando-el-amor-y-la-sexualidad-una-mirada-desde-la-segunda-modernidad>
- Villalba, M., & Andrés, J. (2018). El tabú sexual más allá de la moral. *Info:Eu-repo/Semantics/bachelorThesis*. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/10077>
- Ward, L. M., & Wyatt, G. E. (1994). The Effects of Childhood Sexual Messages on African-American and White Women's Adolescent Sexual Behavior. *Psychology Of Women Quarterly*, 18(2), 183-201. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1994.tb00450.x>
- Weiss, R. S. (1974). *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. <http://psycnet.apa.org/record/1974-22306-000>
- West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125-151. <https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>

Anexo 1: Adaptación de la Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES) al Castellano

Proceso de Adaptación

La adaptación de la Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES), originalmente desarrollada en inglés, al castellano se llevó a cabo siguiendo las recomendaciones de la *International Test Commission (ITC)* y las guías metodológicas propuestas por expertos como Hambleton (2005) y Muñiz et al. (2013). Este proceso se realizó con el objetivo de garantizar la validez, confiabilidad y aplicabilidad de la escala en contextos hispanohablantes. A continuación, se describen detalladamente las etapas realizadas.

1. Traducción Directa

Se realizó una traducción literal de los ítems del cuestionario original del inglés al castellano, teniendo en cuenta no solo la fidelidad al contenido sino también la equivalencia conceptual y cultural. Este proceso fue realizado por un investigador con dominio avanzado de ambos idiomas y con conocimiento de la temática de estudio.

2. Revisión por Expertos y Modificación

La versión traducida fue revisada por un panel de expertos en psicología bilingües con experiencia en adaptación de pruebas. Los expertos evaluaron:

- La claridad y pertinencia de cada ítem.
- La adecuación cultural de las preguntas para la población hispanohablante.
- La coherencia conceptual con el instrumento original.

Las sugerencias fueron integradas en una segunda versión revisada del cuestionario, garantizando así la validez de contenido.

3. Traducción Inversa

Se realizó una traducción inversa del cuestionario adaptado al inglés por un profesional distinto al que realizó la traducción inicial. Este procedimiento permitió identificar discrepancias conceptuales o semánticas, que fueron corregidas para asegurar la equivalencia con la versión original.

4. Evaluación de la Equivalencia Semántica y Conceptual

Se comparó la versión traducida con la versión original mediante un análisis detallado de las diferencias semánticas. Se realizaron ajustes necesarios para mantener la coherencia conceptual de cada ítem.

5. Evaluación Cognitiva

Se realizó un proceso de evaluación cognitiva con una pequeña muestra ($n = 18$) de participantes hispanohablantes. Durante esta fase, se solicitó a los participantes que completaran el cuestionario y verbalizaran sus pensamientos en voz alta para identificar problemas de comprensión o interpretación. Este procedimiento permitió detectar ítems ambiguos o poco claros, que fueron posteriormente corregidos.

6. Prueba Piloto

Se aplicó la escala adaptada en una muestra piloto de 18 participantes. El objetivo de esta etapa fue evaluar la consistencia interna y la validez de constructo del cuestionario mediante el cálculo del alfa de Cronbach y otros análisis estadísticos.

- **Consistencia interna:** El alfa de Cronbach general para toda la escala fue de **0.943**, lo cual indica un excelente nivel de confiabilidad.
- **Estructura factorial:** Se exploró la estructura factorial del instrumento para asegurar que mantuviera la dimensionalidad original.

7. Análisis Psicométrico y Validación Final

Los análisis estadísticos realizados confirmaron la validez convergente y discriminante de la escala. Además, se revisó la consistencia interna por dimensiones, arrojando alfas de Cronbach elevados en cada una de ellas.

Versión Final del P-SES Adaptado al Castellano

La versión final de la Escala de Experiencias Postsexuales (P-SES) adaptada al castellano contiene ítems específicos para hombres y mujeres, distribuidos en diversas dimensiones que evalúan tanto experiencias positivas como negativas tras una actividad sexual consensuada.

Instrucciones Generales

En la siguiente escala encontrará una serie de preguntas orientadas a explorar sus experiencias postsexuales. Todas las respuestas serán completamente anónimas, y los datos recopilados se utilizarán exclusivamente con fines investigativos. Le invitamos a responder con total sinceridad y sin sentir ninguna presión.

Su participación es voluntaria, por lo que tiene la libertad de retirarse en cualquier momento si así lo desea. Las preguntas que verá a continuación se responden en una escala de 1 a 6, donde 1 significa "nunca" y 6 "todo el tiempo." Le recomendamos responder de manera honesta y sin reflexionar demasiado.

- 1 = Nunca
- 2 = Raramente
- 3 = Algunas veces
- 4 = A menudo
- 5 = Todo el tiempo

Inmediatamente después de una relación sexual consensuada, yo generalmente. . .

Versión Adaptada para Hombres (19 Ítems)

- 1. Siento arrepentimiento.
- 2. Tengo pensamientos que no me gustan.
- 3. Siento depresión.
- 4. Siento irritabilidad.
- 5. Siento ganas de llorar.
- 6. Siento soledad.
- 7. Siento vacío.
- 8. Me siento rechazado.
- 9. Siento nostalgia.
- 10. Me siento deseado.
- 11. Experimento bienestar.
- 12. Me siento alegre.
- 13. Siento seguridad.
- 14. Siento calma.
- 15. Siento satisfacción.
- 16. Siento apertura emocional a mi pareja.
- 17. Me siento enamorado.
- 18. Me gusta que me sostengan o me acaricien.
- 19. Siento cercanía con mi pareja.

Versión Adaptada para Mujeres (26 Ítems)

- 1. Siento que he hecho algo mal.
- 2. Siento asco hacia mí misma.
- 3. Siento vergüenza.
- 4. Siento culpa.
- 5. Siento arrepentimiento.
- 6. Siento enfado conmigo misma.
- 7. Me siento sucia.
- 8. Me siento utilizada para el sexo.
- 9. Me siento empoderada.
- 10. Me siento segura.

11. Me siento orgullosa.
12. Me siento conectada conmigo misma.
13. Me siento positiva con respecto a mi cuerpo.
14. Me siento deseable.
15. Experimento una sensación de bienestar.
16. Me siento contenta.
17. Siento que podría llorar.
18. Necesito que me consuelen.
19. Me siento confundida acerca de mis emociones.
20. Me siento perdida.
21. Me siento enamorada.
22. Me siento cerca de mi pareja.
23. Me siento emocionalmente abierta a mi pareja.
24. Me siento amada.
25. Evito comunicarme.
26. Evito hablar acerca de mis sentimientos.

Consideraciones Finales

La adaptación del P-SES al castellano cumple con estándares internacionales de adaptación de instrumentos psicológicos y ha demostrado un alto nivel de confiabilidad y validez en sus resultados preliminares. Aunque el presente trabajo no se centra específicamente en la validación de la escala, se sugiere su uso como un recurso adecuado para evaluar experiencias postsexuales en población hispanohablante.

Anexo 2

Instrumento: MGH-SFQ (Adaptación Colombiana, Marchal-Bertrand et al. (2016)).

Instrucciones:

Esta escala tiene como propósito evaluar la percepción o consideración que usted tiene de sí mismo a nivel general. Recuerde que ninguna respuesta es correcta o incorrecta, así que responda tranquila y sinceramente. En la presente escala se le preguntará por algunos aspectos relacionados con el funcionamiento sexual. Por favor responda con sinceridad cada una de las preguntas, seleccionando una de las opciones disponibles.

Ítem Pregunta

- 1 ¿Cómo ha estado su interés sexual durante el último mes?
- 2 ¿Cómo ha estado su capacidad para conseguir excitación sexual en el último mes?
- 3 ¿Cómo ha estado su capacidad para alcanzar el orgasmo en el último mes?
- 4 ¿Cómo ha estado su capacidad para conseguir y mantener una erección en el último mes?
(Sólo hombres)
- 5 ¿Cómo calificaría su satisfacción sexual general en el último mes?

Escala de Respuesta:

- 0 = Totalmente disminuido/a
 1 = Marcadamente disminuido/a
 2 = Moderadamente disminuido/a
 3 = Mínimamente disminuido/a
 4 = Normal

Dimensiones de la Escala:

1. **Deseo Sexual:** Impulso apetitivo necesario para provocar cambios físicos anteriores a la excitación sexual. (*Ítem 1*)
2. **Excitación Sexual:** Preparación fisiológica para el contacto sexual. (*Ítem 2*)
3. **Orgasmo:** Sensación de intenso placer acompañada por contracción de la musculatura genitourinaria. (*Ítem 3*)
4. **Erección (Hombres únicamente):** Capacidad para alcanzar y mantener una erección. (*Ítem 4*)
5. **Satisfacción General:** Valor subjetivo otorgado a lo placentero de la actividad sexual. (*Ítem 5*)

Interpretación:

- **Mujeres:** Sumar las puntuaciones de los ítems 1, 2, 3 y 5, y dividir el resultado entre 4.

- **Hombres:** Sumar las puntuaciones de los ítems 1, 2, 3, 4 y 5, y dividir el resultado entre 5.

Puntuaciones iguales o inferiores a 2 en alguna subescala o en el total pueden indicar problemáticas sexuales.

Anexo 3: ECIRA-20 (Escala de Compromiso, Intimidad, Romance y Amor)

(Adaptación Chilena - Maureira Cid, 2022)

Instrucciones: A continuación se presenta un listado de afirmaciones relacionadas con la relación de pareja. Lea cada afirmación con atención y marque el número que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo con cada afirmación en una escala de 1 (Totalmente en desacuerdo) a 5 (Totalmente de acuerdo).

Dimensiones Evaluadas:

1. Compromiso (Ítems: 1 - 5)
2. Intimidad (Ítems: 6 - 10)
3. Romance (Ítems: 11 - 15)
4. Amor (Ítems: 16 - 20)

Ítems:

1. Me siento comprometido/a con mi pareja.
2. Considero que nuestra relación es estable.
3. Estoy dispuesto/a a seguir adelante con nuestra relación a pesar de las dificultades.
4. Planeo seguir con mi pareja a largo plazo.
5. Siento que mi relación es importante y valiosa.
6. Siento que mi pareja me comprende emocionalmente.
7. Disfruto de la cercanía emocional con mi pareja.
8. Me siento emocionalmente conectado/a con mi pareja.
9. Puedo compartir mis pensamientos y sentimientos más profundos con mi pareja.
10. Existe confianza mutua entre mi pareja y yo.
11. Siento atracción física hacia mi pareja.
12. Disfruto de momentos románticos con mi pareja.
13. Me siento apasionado/a por mi pareja.
14. Considero que mi relación tiene un componente romántico importante.
15. Me gusta demostrar afecto físico a mi pareja.
16. Amo profundamente a mi pareja.
17. Me siento amado/a por mi pareja.
18. Mi amor por mi pareja es fuerte y genuino.

19. Siento que nuestro amor es incondicional.
20. Amo a mi pareja por lo que es, no por lo que hace o tiene.

Anexo 4: Escala de Malestar Psicológico de Kessler (K10) - Versión Adaptada al Español (Adaptación Argentina - Aranguren, 2010)

Instrucciones:

A continuación se presentan algunas preguntas sobre cómo se ha sentido usted en las últimas cuatro semanas. Lea cada pregunta con atención y seleccione la opción que mejor describa la frecuencia con la que experimentó cada uno de los siguientes estados emocionales.

Escala de Respuesta:

1. Nunca
2. Rara vez
3. Algunas veces
4. A menudo
5. Siempre

Ítems:

1. ¿Con qué frecuencia se sintió cansado/a sin razón aparente?
2. ¿Con qué frecuencia se sintió nervioso/a?
3. ¿Con qué frecuencia se sintió tan nervioso/a que nada podía calmarlo/a?
4. ¿Con qué frecuencia se sintió desesperanzado/a?
5. ¿Con qué frecuencia se sintió inquieto/a o agitado/a?
6. ¿Con qué frecuencia se sintió tan inquieto/a que no podía quedarse quieto/a?
7. ¿Con qué frecuencia se sintió deprimido/a?
8. ¿Con qué frecuencia se sintió que todo requería mucho esfuerzo?
9. ¿Con qué frecuencia se sintió triste?
10. ¿Con qué frecuencia se sintió que nada le ilusionaba?

Anexo 5. Encuesta Sociodemográfica

El cuestionario sociodemográfico fue diseñado para recabar información relevante sobre las características de la muestra estudiada. Los datos recolectados incluyen:

- Edad
- Sexo biológico (Hombre / Mujer)
- Identidad de género (Cisgénero / Transgénero / No binario / Otro)
- Orientación sexual (Heterosexual / Homosexual / Bisexual / Otro)
- Estado civil (Soltero/a, En relación de pareja, Casado/a, Divorciado/a, Otro)
- Tiempo de relación
- Religión
- Existencia de trastornos o afecciones psicológicas.

Esta información fue utilizada para caracterizar la muestra y realizar análisis comparativos entre distintos grupos.

Anexo 6.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN INVESTIGACIÓN

Título del Estudio: Experiencias postsexuales en estudiantes universitarios con relaciones de pareja.

Objetivo del Estudio:

El presente estudio tiene como objetivo explorar y comprender las experiencias emocionales, cognitivas y comportamentales que ocurren inmediatamente después de la actividad sexual consensuada entre adultos. La investigación busca identificar cómo estas experiencias pueden influir en el bienestar emocional y la calidad de las relaciones de pareja.

Descripción del Procedimiento:

Como participante, se le solicitará completar un cuestionario en línea que incluye una escala de evaluación de experiencias postsexuales, junto con preguntas sociodemográficas. La duración estimada para completar el cuestionario es de aproximadamente 30 minutos. Su participación es voluntaria y se realizará de forma anónima para proteger su privacidad.

Posibles Riesgos y Beneficios:

Riesgos: La participación en este estudio implica un riesgo mínimo. Es posible que algunas preguntas despierten recuerdos o emociones sensibles. En cualquier momento, puede decidir no responder a alguna pregunta o retirarse del estudio sin ninguna penalización.

- **Beneficios:** No se esperan beneficios directos para usted como participante, sin embargo, su participación contribuirá al conocimiento científico sobre las experiencias postsexuales y su impacto en el bienestar emocional, lo que puede beneficiar a la práctica clínica y a futuras investigaciones en el área. Además, se ofrecerán talleres gratuitos sobre salud sexual y bienestar emocional en la universidad como un incentivo adicional.

Confidencialidad:

Toda la información que proporcione será tratada de manera confidencial y anónima. No

se recopilarán nombres ni información de identificación personal. Los datos se almacenarán de forma segura en un archivo encriptado y serán accesibles únicamente para el investigador principal. Los resultados se presentarán de manera agregada, sin referencias a individuos específicos.

Derechos del Participante:

- Su participación en este estudio es completamente voluntaria.
- Puede retirarse en cualquier momento sin necesidad de dar explicaciones y sin que esto afecte su relación con la universidad o con el investigador.
- Puede solicitar más información o hacer preguntas antes de decidir participar.
- Puede acceder a los resultados generales del estudio una vez finalizado si así lo desea.

Contacto del Investigador:

Si tiene preguntas o inquietudes sobre este estudio, puede comunicarse con:

Luis Sevilla- Correo: sevilla.luis@correounivalle.edu.co

Consentimiento:

He leído y comprendido la información proporcionada sobre el estudio. Sé que mi participación es voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento sin penalización. Acepto participar en el estudio bajo las condiciones descritas.

Anexo 7. QR para participar en el estudio.



¿Y tú cómo te sientes después del sexo?

Te invitamos a participar en esta investigación. Es completamente anónima.

Escanea el QR y forma parte de este estudio.

O ingresa al siguiente link:

¡Participa!

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSca1IPj-RfO8eVmbWxtumVQg7HgdUDKmWo22cefW76kKQ07Vg/viewform?usp=sf_link

Anexo 8: Pagina principal del cuestionario.

Sección 1 de 9

Evaluación de experiencias postsexuales en la pareja.

B I U ↺ ↻

Un saludo, mi nombre es Luis Sevilla, y este estudio forma parte de un pilotaje para un proyecto de investigación que busca explorar las experiencias postsexuales y su impacto en el bienestar emocional y la calidad de las relaciones de pareja. Agradezco profundamente su tiempo y disposición para participar en esta investigación, cuyo objetivo es contribuir al conocimiento científico en el ámbito de la psicología y generar información valiosa para el desarrollo de prácticas e intervenciones que favorezcan la salud emocional y relacional.

Consentimiento Informado para Participar en la Investigación

Objetivo del Estudio

Este estudio tiene como propósito comprender las experiencias emocionales, cognitivas y conductuales que ocurren después de la actividad sexual consensuada entre adultos. Se busca identificar cómo estas experiencias influyen en el bienestar emocional y la calidad de las relaciones de pareja.

Estas vivencias, aunque cotidianas para muchas personas, han sido poco estudiadas desde un enfoque psicológico, a pesar de su impacto en el bienestar general y la dinámica relacional. Comprenderlas permitirá aportar conocimiento valioso para abordar aspectos como la satisfacción sexual, la comunicación en la pareja y la salud emocional. Tu participación contribuye al avance de la ciencia y a la posibilidad de diseñar intervenciones que promuevan relaciones más saludables y equilibradas.

Procedimiento:

Se le invita a completar un cuestionario en línea que incluye:

- Escala de Experiencias Postsexuales (adaptada).
- Cuestionario MGH-SFQ (funcionamiento sexual).
- Escala ECIRA-20 (compromiso en la relación).
- Escala de Malestar Psicológico K10.
- Encuesta sociodemográfica.

+

↺

Tt

🖼️

▶

☰

16

