

Noticias anteriores

Sugerimos...

Con la FMC

Protagonista

Quehaceres

Criterios

Reflexiones

Hablemos francamente

En familia

Salud

Cultura

Deportes

Globalicemos la
solidaridad

La mujer en el mundo

Mujeres con historia

Famosas en La Habana

Eventos

Mil ideas

Comer y beber a la
cubana

La página verde

Hablemos Francamente

Sexo por obligación

Por [Aloyma Ravelo](#)

Vamos a partir del principio de que, por razones obvias, el sexo en la pareja nunca debe ser una obligación.

Sin embargo, todavía existen algunos ejemplares masculinos y femeninos que, sin el menor pudor, alegan: «Si estamos casados estás en la obligación de satisfacerme cuando yo lo desee».

No pocas personas se han visto atrapadas en situaciones similares. A veces suceden discusiones en la pareja y, al final, uno de ellos lo último que desea es tener sexo, mientras el otro lo busca con insistencia como una fórmula para hacer las paces.

En otros momentos, algunas mujeres y hombres asienten y sin interés comienzan a ver si los deseos sexuales aparecen como por arte de magia. No son pocos los matrimonios y uniones que se «arreglan» aliándose a una relación sexual, cuando en realidad debían sentarse a hablar de los desacuerdos y motivos que los llevaron a una discusión o alejamiento.

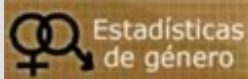
Otras mujeres y hombres no ceden ante las solicitudes del otro. Veamos qué opina sobre el particular el doctor Miguel Lugones, de gran experiencia en la ginecología y la sexología: «Cuando hay deseo sexual, se le pone más ganas e interés a cada encuentro, reforzando lo que se siente por la pareja, de esta forma se demuestra también deseo y gusto por el otro».

«El placer que cada encuentro deja se relaciona más con la entrega completa de ambos a la relación, por lo que cuando se tiene una cita sexual solo por 'cumplir', hay que evaluar qué es lo que no está funcionando. Lo importante en una relación sexual no es si hubo o no orgasmo, sino el placer que se siente luego de cada encuentro, el gozo o lo bien que se pasa compartiendo su intimidad con la pareja».

Algunas personas a veces presionan a su pareja aludiendo: «hace rato no hacemos nada». Sobre este particular, el profesor Lugones sostiene: «Llevar un conteo de cuántos encuentros se tienen puede volverse una competencia personal y hacer que la



Otros vínculos



Masculinidades en cuba



NO a la violencia contra la Mujer

Observatorio



Directorio
Prensa

pareja no disfrute». Mucho más importante que la frecuencia sexual es la forma en que se tiene intimidad emocional, juegos y picardía; besos apasionados y caricias íntimas. Si existen estos elementos, sigue siendo muy saludable la unión, ya que la sexualidad en pareja se refiere a cualquier demostración física que se tenga, donde se demuestren que se gustan, que se quieren y cuidan mutuamente, agrega el especialista.

Puede darse el caso de que ni siquiera haya penetración y sea una pareja maravillosamente armónica, comenta el doctor, y añade que el encuentro sexual es algo más que penetración y orgasmo, que la vida sexual es clave en una relación, y que cada pareja sabe cómo y cuánto es «lo necesario» y lo que quieren y pueden hacer.

Para complacer a quienes gustan de las cifras, las estadísticas relacionadas con la frecuencia habitual para tener sexo coincide con un promedio de 100 coitos al año. ¿Cuántos a la semana?

Saca tus propias cuentas

Hay situaciones específicas en que la frase «hoy te toca» sirve de marco para un buen propósito. La psicóloga Yunileydis Pérez, del Servicio de Reproducción Asistida del Hospital González Coro, habla sobre su experiencia: «En estas consultas, como parte del tratamiento, está el coito dirigido, que sería algo así como «hoy deben hacerlo», ya que ella está ovulando o a punto de ovular (fisiológicamente, están en apariencia las condiciones creadas para que pueda suceder el supuesto embarazo)».

«Cuando a las parejas se les dice esto, a pesar de que es para lograr el tan ansiado embarazo, se desaniman un poco y lejos de hacer el amor con gusto y bríos, llegan a un punto en que lo que están haciendo es la ‘tarea’».

En estos casos, la psicóloga insiste en que tienen que pensar y armar ese encuentro erótico sin que lleve un trazo de obligación, ya que el orgasmo también influye en la concepción. Por ello es punto clave la disposición mental de lograr una fecundación donde existe compromiso, compenetración, complicidad, entrega y esa necesaria conexión física y espiritual.

«Otro de los tratamientos con las parejas infértiles son las inseminaciones artificiales, que se complementan, al otro día de habersele realizado el proceder, con un coito dirigido», comenta.

Tener relaciones sexuales en tal situación es parte del plan de fecundación. No en balde la psicóloga se afana en orientar a las parejas que den rienda suelta a sus fantasías sexuales, sean espontáneos, cambien el horario, la posición, y les sugiere juegos sexuales para la excitación. «Según mi experiencia, estos consejos ayudan a la pareja a olvidarse de la obligatoriedad de la tarea», refiere.

¿Por qué tenemos sexo?

Un estudio de la universidad de Toronto, Canadá, revela que cuando lo hacemos por placer eso es lo que obtenemos; si es por obligación, seguramente no llegaremos a sentirnos satisfechos. Esto, que parece una verdad de Perogrullo, fue el pie forzado de la investigación para replantearse dos motivaciones para tener sexo:

—Enfoque: Incrementar la intimidad y experimentar gradualmente mayor placer.

—Obligación: La preocupación de no satisfacer a nuestra pareja sexual.

Se reclutaron 517 participantes que acababan de tener sexo y les presentaron ocho posibles escenarios con los que se podían

identificar en su relación de pareja. Un grupo dijo que había tenido sexo para «sentirse más cerca de su pareja» (Enfoque), mientras otros confesaron haber tenido relaciones sexuales para «no decepcionar a su pareja» (Obligación).

Luego se les pidió a todas las personas que calificaran su satisfacción sexual, en una escala del uno al siete. Los más satisfechos sexualmente fueron quienes asumen el sexo con libertad y disposición, tanto individual como del otro. Así las cosas, lo mejor es el sexo que se hace cuando se «quiere y cuando se necesita», concluye este estudio publicado en la web Diario de un chismoso.com

Pienso que intentar involucrar a la pareja en una relación sexual seducida, con ardides, inteligencia, picardía y con buen apoyo en las fantasías sexuales, es tan válido que muchas veces quien empezó desmotivado se va enganando al lograr excitación e interés. Pero traspasar esta línea y exigir una relación sexual vulnerando el deseo del otro —algo tan íntimo—, pasa el lindero de la desconsideración para tornarse en un acto de maltrato. Y la violencia, en este caso como en otros, no es posible aceptarla bajo ninguna circunstancia.

Publicado: 14/8/2014

[Escribenos](#)

[Correspondencia](#)

[Galería de Fotos](#)

[Dossier Especial](#)