

Apego en la infancia y su impacto en las relaciones de pareja y la satisfacción sexual.

Máster Universitario en Terapia Psicológica de
Pareja y Sexualidad

Autor/a: Blanca Margarit Parrondo

Tutor/a de TFM: Carolina Noemi Ángel Ardiaca

Fecha de realización del trabajo: Julio 2025

Nº palabras: 9.445

Resumen

El apego es el vínculo que se establece en la infancia entre el niño y su cuidador principal, el cual tiene una influencia significativa en las relaciones que se desarrollan a lo largo de la vida, especialmente en las de pareja (Puente y Huertas, 2019). Este lazo afectivo no solo impacta en la calidad de la relación de pareja, sino también en la satisfacción sexual dentro de la misma (Dewitte, 2012). El objetivo de la investigación es analizar la relación entre el apego que se desarrolla en la infancia y la forma de vinculación en las relaciones adultas, así como explorar las diferencias en la satisfacción sexual en función del estilo de apego desarrollado en la infancia. Para ello, se ha recogido una muestra de 30 personas con pareja. Los resultados muestran que las personas que desarrollan un apego inseguro en la infancia tienden a vincularse desde la evitación y/o ansiedad en las relaciones de pareja adultas. Asimismo, se ha encontrado que las personas con un estilo de apego evitativo experimentan niveles inferiores de satisfacción sexual en comparación con aquellas personas que poseen un apego ansioso.

Palabras clave: apego, apego ansioso, apego evitativo, relaciones de pareja, satisfacción sexual.

Abstract

Attachment is the bond that is established in childhood between the child and his or her primary caregiver, which has a significant influence on the relationships that develop throughout life, especially in couples (Puente y Huertas, 2019). This affective bond not only impacts the quality of the couple relationship, but also the sexual satisfaction within it (Dewitte, 2012). The aim of the research is to analyze the relation between the attachment developed in childhood and the form of bonding in adult relationships, as well as to explore the differences in sexual satisfaction as a function of the attachment style developed in childhood. For this purpose, a sample of 30 people with a partner was collected. The results show that people who develop an insecure attachment in childhood tend to bond from avoidance and/or anxiety in adult relationships. Likewise, it has been found that people with an avoidant attachment style experience lower levels of sexual satisfaction compared to those with an anxious attachment.

Keywords: attachment, anxious attachment, avoidant attachment, couple relationships, sexual satisfaction.

Índice

Resumen.....	2
<i>Abstract</i>	3
Introducción	7
Justificación del tema.....	7
Apego y teoría del apego	9
Clasificación de los estilos de apego.....	11
Apego, relaciones de pareja y sexualidad.....	13
Objetivos e hipótesis.....	16
Método.....	18
Diseño.....	18
Muestra	18
Instrumentos de medida.....	18
CaMir-R (Cartes, Modèles Individuels de Relation. Versión Española Reducida)	18
Escala Experiences in Close Relationships - Short Form (ECR-S)	21
Escala New Sexual Satisfaction Scale - Short Form (NSSS-S).....	22
Procedimiento	23
Análisis estadísticos	25
Resultados	27
Discusión	38
Resumen de resultados.....	38
Interpretación de resultados.....	39
Comparación con investigaciones similares.....	39
Limitaciones del estudio	41
Futuras líneas de investigación	43

Conclusiones.....	44
Anexos.....	53
Anexo A. Parte 1 del cuestionario. Información sociodemográfica.	53
Anexo B. Parte 2 del cuestionario. CaMir-R (Versión española reducida del CaMir).....	54
Anexo C. Parte 3 del cuestionario. ECR-S (Experiences in Close Relationships - Short Form)....	56
Anexo D. Parte 4 del cuestionario. NSSS-S (New Satisfaction Scale - Short Form).	57

Índice de tablas

Tabla 1. Cuestiones sociodemográficas.....	24
Tabla 2. Género y edad del grupo total de participantes.....	27
Gráfico 1. Gráfico del tiempo con la pareja.....	28
Tabla 3. Tabla cruzada CaMir-R*ECR-S.....	30
Tabla 4. Pruebas de chi-cuadrado de Pearson.....	31
Tabla 5. Estadísticos de las puntuaciones del cuestionario NSSS-S de la muestra total.....	33
Tabla 6. Estadísticos de las puntuaciones del cuestionario NSSS-S del grupo de apego ansioso.....	33
Tabla 7. Estadísticos de las puntuaciones del cuestionario NSSS-S del grupo de apego evitativo.....	34
Tabla 8. Resumen de prueba de hipótesis.....	36
Tabla 9. Prueba de Mann-Whitney.....	36
Tabla 10. Estadísticos de prueba ^a	37

Introducción

Justificación del tema

En muchas ocasiones se puede escuchar la palabra apego sin saber exactamente qué es o cómo de importante es para el desarrollo humano. El apego es un factor determinante en muchos problemas que surgen a nivel afectivo e incluso en algunos trastornos mentales. Tal es su importancia que el apego que se desarrolla en la infancia llega a condicionar en muchas ocasiones cómo es la forma de vincularse en la adultez y tiene una gran implicación en la sexualidad humana (Maticorena, 2022). Por ello, a lo largo de la presente investigación se abordará la importancia de desarrollar un apego seguro, ya que constituye una base esencial en la estabilidad emocional y la adquisición de herramientas que permitan construir relaciones interpersonales saludables.

La necesidad de crear relaciones sanas es cada vez mayor en la sociedad actual, ya que muchas de ellas se ven condicionadas por la incapacidad de crear un vínculo saludable y sólido, sobre todo en las relaciones de pareja. Esto repercute no solo en la satisfacción como pareja, sino también en la satisfacción sexual. Este concepto está vinculado al apego, debido a que la seguridad o inseguridad generada a lo largo de la infancia se mantiene en la etapa adulta afectando así a la respuesta sexual humana (Dewitte, 2012).

Por ello, se considera conveniente realizar la presente investigación para conocer cómo el apego que se desarrolla en la infancia influye en la forma de vincularse en las relaciones de pareja adulta y en la satisfacción sexual.

Son numerosos los estudios que afirman la influencia del apego en las relaciones de pareja. Autores como Iseda y Pinzón (2020) definen el apego como “un lazo afectivo que se desarrolla en la infancia y que persiste en la adultez”; y Puente y Huertas (2019) establecen que el apego desarrollado durante la infancia afecta a la calidad de las relaciones afectivas adultas. Así, el apego se puede considerar un puente entre el desarrollo en la infancia y las relaciones afectivas que se establecen posteriormente, debido al impacto en la elección y las dinámicas de pareja en la etapa adulta (Rodríguez, 2024).

De acuerdo a las investigaciones de Hazan y Shaver (1987, como se citó en Ortiz et al., 2002) y Shaver y Hazan (1988, como se citó en Ortiz et al., 2002), la teoría del apego ha sido utilizada como variable para investigar las relaciones afectivas adultas. Los resultados de estos autores muestran cómo esta teoría permite abordar las relaciones afectivas y sustentan la idea de que el vínculo que se establece en la infancia tiene un impacto en las relaciones que se establecen a lo largo de la etapa adulta. Asimismo, el amor romántico se puede asemejar al vínculo que establece el niño con su figura de apego principal en lo que respecta a la búsqueda y mantenimiento de la proximidad, la percepción de seguridad de la figura principal, y la ansiedad ante la separación. Por ello, el desarrollo de un apego seguro es fundamental en la relación de pareja y, por tanto, en la satisfacción sexual (Maticorena, 2022).

En otras palabras, existe una correlación entre el vínculo afectivo y el deseo erótico. Autores como Chaves et al., (2018) afirman que el estilo de apego es una de las variables que se relaciona con la satisfacción sexual. Estudios como el de Gómez-Zapiain et al. (2009, como se citó en Ibaceta et al., 2020) afirman que, al desarrollar un apego seguro, la respuesta sexual resulta positiva y, por tanto, aumenta la capacidad de respuesta psicofisiológica del deseo, la excitación y el orgasmo. Sin embargo, al desarrollar

un apego inseguro, la ansiedad interfiere en la capacidad de generar una respuesta sexual positiva en las fases de la respuesta sexual humana. Por tanto, un estilo de apego seguro se relaciona con una mayor capacidad de disfrute a nivel sexual y una mayor flexibilidad a la exploración sexual, así como una menor ansiedad por la práctica sexual (Dewitte, 2012).

Conforme se va creciendo, a través del estilo de apego se van desarrollando nuevas relaciones afectivas con personas que se creen convenientes. Estas relaciones sirven de aprendizaje, ya que permiten manejar la intimidad, regular la sexualidad y aportar seguridad en uno mismo (Gijón et al., 2021).

Apego y teoría del apego

Se pueden encontrar diferentes definiciones sobre el apego, entre ellas Bowlby (1986, como se citó en Alca Guillen, 2024) lo define como el vínculo profundo que se establece entre el niño y las figuras de apego principales. La calidad de este vínculo es fundamental debido a su influencia en la percepción y respuestas del niño ante los estímulos del entorno (Alca Guillen, 2024). A su vez, Cevallos (2020, como se citó en Córdova, 2020) considera el apego como la unión emocional entre el niño y su cuidador primario, cuya unión se caracteriza por la reciprocidad, la proximidad e intensidad, afectando a la calidad del vínculo y desarrollo emocional del niño. Ambos autores destacan la importancia de la proximidad entre el niño y la figura de apego primaria como elemento fundamental que constituye el apego.

Por su parte, Vittorio Guidano (1994, como se citó en Florez et al., 2009), psicoterapeuta posracionalista, considera el apego como un elemento fundamental a lo largo de la vida, ya que permite

explicar durante la infancia el proceso de autoconocimiento, y en la edad adulta la formación de la identidad personal como un proceso intersubjetivo. Este autor propuso el apego como factor fundamental para el éxito del tratamiento psicológico, lo que llevó a un aumento del interés en la investigación. En este ámbito, Shaver y Mikulincer (2004, como se citó en Florez et al., 2009), proponen la estabilidad a lo largo del tiempo del estilo de apego, o “estilo general de apego”, examinando cómo funciona en las relaciones de pareja y qué consecuencias tiene en la regulación emocional.

La teoría del apego, desarrollada por John Bowlby a finales de los años 60, establece la existencia de un sistema motivacional que explica la predisposición del niño a permanecer junto a sus cuidadores primarios para promover su supervivencia. Esto ofrece una perspectiva biológica del apego que dio lugar a una mayor interpretación en la que el autor no solo habla de la proximidad física con la figura de apego, sino también de la “disponibilidad permanente” de la misma (Bowlby, 1988). Esta disponibilidad no es únicamente física, sino que requiere una respuesta emocional adecuada ante las necesidades del niño para que este identifique a la figura de apego como disponible emocionalmente (Burutxaga et al., 2018).

Esta teoría surge a raíz de las observaciones de Bowlby sobre la evolución de las relaciones tempranas en los niños. Este autor se centra en dar una explicación de cómo y por qué los niños generan un vínculo emocional con la figura de apego y el sentimiento de angustia cuando se separan de ellos. Bowlby establece como un elemento específicamente humano el deseo de crear vínculos emocionalmente estrechos. Esta relación especial entre el niño y la figura de apego le proporciona un sentimiento de seguridad que permite al niño explorar el entorno separándose de sus figuras principales. Por ello, esta relación emocional estrecha constituye un elemento que aumenta a medida que crecen las

interacciones entre el niño y la madre siendo el vínculo más sólido del ser humano (López y Ramírez, 2005).

Cabe destacar las aportaciones de Ainsworth sobre la teoría del apego a través de un paradigma experimental llamado “La situación extraña”, desarrollado en 1970, la cual se ha convertido en un elemento fundamental para la explicación de la teoría del apego. El experimento está formado por ocho sesiones en las que se llevan a la madre y el niño a una sala de juegos y, posteriormente, se incorpora una persona desconocida. A lo largo de esas ocho sesiones, la madre y la persona desconocida entran y salen de la sala. Se encuentra que, cuando la madre está presente en la sala, los niños exploran y juegan más; sin embargo, las conductas de exploración se reducen cuando la persona desconocida entra en la sala y, sobre todo, cuando la madre abandona la sala. Esto supone que la madre sirve de base segura para que el niño explore el entorno, y ante la amenaza de una persona desconocida se inician las conductas de apego, retirando cualquier conducta de exploración. En algunos casos, cuando la madre vuelve a la sala, puede suceder que la figura de apego no consiga calmar al niño y se genere un vínculo de mala calidad y, por consiguiente, un apego inseguro. Por ello, es importante que el niño interiorice a su figura principal como disponible y emocionalmente capaz de responder para que desarrolle un apego seguro (Florez et al., 2009).

Clasificación de los estilos de apego

Como se adelantaba en el apartado anterior, el experimento de Ainsworth permitió generar una clasificación de los diferentes estilos de apego. El apego seguro se caracteriza por aquellos niños que presentan malestar en el momento de separación con la figura de apego y vuelven con ella tras el

reencuentro para sentirse seguros (Benítez et al., 2019). En este caso, los niños presentan la confianza de que ante una situación amenazante o de peligro, la figura de apego (normalmente la madre) va a estar disponible y responderá de manera eficaz a sus necesidades y emociones (Florez et al., 2009).

En los apegos inseguros, predominan estrategias de vinculación deficientes que derivan en problemas de regulación emocional durante el desarrollo (Melero, 2008). Dentro de estos, podemos encontrar el apego ansioso o ambivalente caracterizado por la inseguridad respecto a las respuestas de la figura de apego, la cual en algunas ocasiones responde con excesiva sensibilidad a las necesidades del niño y en otras muy insensiblemente. Esto genera un vínculo inestable, debido a que el niño no es capaz de saber si su figura de apego estará accesible, tanto física como emocionalmente, en caso de que se encuentre en una situación de angustia o miedo (Florez et al., 2009). En la etapa adulta, esto genera un comportamiento hipervigilante debido al miedo a que su pareja no se encuentre disponible para cubrir sus necesidades (Masapanta-Solís y Núñez, 2023). Por otro lado, el apego evitativo se caracteriza por la indiferencia del niño ante la separación y el regreso de la figura de apego. Los niños con este tipo de apego han generado cierto rechazo, debido a la no disponibilidad emocional de sus figuras de apego para cubrir sus necesidades (Baena, 2021). Ante estas situaciones, no esperan la proximidad y la accesibilidad emocional de la madre, sino un rechazo (Florez et al. 2009).

Posteriormente, Main y Solomon (1986, como se citó en Gayá et al., 2014) identificaron un cuarto estilo de apego denominado apego desorganizado. Este estilo de apego se caracteriza por relaciones disfuncionales entre las figuras de apego y el niño, definidas, en muchos casos, por la negligencia, el maltrato o el abuso infantil (Gayá et al., 2014). Estos estilos de apego que se desarrollan durante la

infancia se incorporan de manera inconsciente como modelos de vinculación para establecer relaciones de pareja en la etapa adulta (Vizcay et al., 2025).

Apego, relaciones de pareja y sexualidad.

De acuerdo con lo expuesto anteriormente, el apego que desarrollan los niños en la infancia influye significativamente en las relaciones que establecen a lo largo de su vida. Para una mejor comprensión de esta relación entre el apego y las relaciones afectivas, se debe mencionar los modelos operantes internos. A través de estos, el niño forma su propio modelo relacional en función de las vivencias y comportamientos de sus figuras de apego (Bowlby, 2014). Este modelo permite al niño crear ciertos conocimientos y expectativas sobre cómo debe ser tratado y cómo debe tratar a los demás (Pinedo y Santelices, 2006), influyendo en la elección y consolidación de la relación de pareja (Barroso, 2014), así como en la regulación del deseo sexual y la calidad de las experiencias eróticas en la etapa adulta (Maticorena, 2022). Estos modelos operantes internos se componen de dos dimensiones: la dimensión de ansiedad, que se relaciona con la representación de sí mismo e indica cómo de segura se encuentra la persona en función de la disponibilidad de los otros y el nivel de preocupación ante el rechazo o abandono; y la dimensión de evitación, que corresponde a la representación de los otros e indica el nivel de comodidad ante los acercamientos y la dependencia de los otros (Watson et al., 2024).

Las experiencias en la infancia suponen el punto de referencia para la construcción del deseo de desarrollar futuras relaciones íntimas (Gijón et al., 2021). Como se mencionaba anteriormente, durante el desarrollo del apego en la infancia también se producen los primeros esquemas mentales que permiten

procesar las relaciones afectivas. Estos esquemas influyen a la hora de establecer relaciones de parejas adultas, ya que se mantienen estables a lo largo de la vida (Melero, 2008).

Los estilos de apego funcionan como patrones de comportamiento que nos facilitan diferentes formas de interacción emocional con los demás (Lastra et al., 2016). Por consiguiente, cada estilo de apego se asocia con un patrón de comportamiento diferente que influye en las relaciones interpersonales. En esta línea, un estilo de apego inseguro ansioso o evitativo se relaciona con una menor satisfacción sexual (Bennett et al., 2019; Gewirtz-Meydan y Finzi-Dottan, 2018, como se citó en Ibaceta et al., 2024). Asimismo, Kanaganayagam (2024) encontró una correlación entre ambos estilos y la satisfacción dentro de la pareja.

Por otro lado, Lois Verbrugge y James House (2002), llevaron a cabo un trabajo de investigación en el que demostraron que una pareja con baja satisfacción en su relación presenta una mayor probabilidad de padecer enfermedades (Gottman y Silver, 2012). De igual forma, autores como Gottman y Silver sostienen que la satisfacción en la pareja puede ser una variable de protección ante diferentes patologías y trastornos psicológicos, como la ansiedad o la depresión, e incluso puede beneficiar el sistema inmunológico de la pareja (Martorell, 2022).

Aquellas personas con un estilo de apego evitativo muestran una mayor dificultad a la hora de establecer relaciones de pareja, ya que tienden a la lejanía emocional y presentan dificultades para controlar la intimidad y la confianza necesarias para establecer un vínculo sólido (Gómez-Zapiain et al., 2012; Ortiz et al., 2002). En este sentido, Medina et al. (2016) señalan, a raíz de su investigación, que las

personas con apego evitativo se caracterizan por una autosuficiencia a nivel emocional y una tendencia a minimizar la importancia de las relaciones afectivas, lo cual repercute en una mayor dificultad para generar compromiso y confianza en la relación de pareja. En el ámbito sexual, diversos estudios han evidenciado que la incomodidad ante el acercamiento físico y las conexiones con la pareja se relaciona con una menor satisfacción en personas con este estilo de apego (Ibaceta et al., 2023; Valdez et al., 2020, como se citó en De la Hoz, 2022). En la misma línea, Heresi et al. (2014) muestran que variables como la incomodidad ante el acercamiento y la intimidad con la pareja generan un impacto negativo en la satisfacción sexual.

Por otra parte, las personas con apego ansioso tienden a formar relaciones marcadas por la dependencia emocional, las constantes búsquedas de aprobación y las muestras de afecto por parte de la pareja. Estas conductas suelen originarse a raíz de experiencias de la infancia donde las figuras de apego se mostraban inaccesibles ante las demandas de atención emocional por parte del niño, lo que genera un sentimiento de abandono y queda reflejado en las relaciones afectivas adultas (Melero, 2008). En consecuencia, otros autores observan una tendencia a conductas de preocupación, dependencia y obsesión con el objetivo de obtener la atención de su pareja. No obstante, la investigación muestra que estas conductas son menos perjudiciales para la calidad de la relación en comparación con las del apego evitativo (Medina et al., 2016). En el ámbito sexual, este estilo de apego se relaciona con una mayor preocupación por la práctica sexual, lo cual se ve reflejado en una menor satisfacción sexual (Ibaceta et al., 2023). Asimismo, Mark et al. (2018) afirman que las personas con apego ansioso pueden presentar un deseo sexual elevado, relacionado con esa necesidad de buscar la conexión emocional profunda y

proximidad con la pareja, lo que, contradictoriamente, puede suponer una menor satisfacción en el área sexual.

Sin embargo, en las personas con apego seguro, se observa una mayor satisfacción de pareja y niveles más bajos de ansiedad, ya que son capaces de desarrollar una intimidad sana en sus relaciones afectivas (Guzmán-González et al., 2014). Aquellas personas con un apego seguro tienden a visualizar de manera más positiva las relaciones y tener una mayor autonomía en la elección de la pareja, sin la urgencia por formar un vínculo que cubra necesidades emocionales no satisfechas (López, 1997 como se citó en De la Hoz, 2022).

Siguiendo la línea de lo expuesto anteriormente, el apego que se desarrolla en la infancia influye en las relaciones de pareja que se establecen en la etapa adulta y, por tanto, influyen también en la sexualidad. Por ende, esta investigación pretende proporcionar información sobre la relación entre el apego, las relaciones de pareja y la sexualidad, aportando nuevos datos para seguir investigando esta correlación y avanzar en la exploración del campo de las relaciones de pareja y la sexualidad debido a la escasez de estudios que se centran en el área de la sexualidad y el apego.

Objetivos e hipótesis

El objetivo principal de la investigación es analizar la relación entre el estilo de apego que se desarrolla en la infancia y la forma de vinculación en las relaciones de pareja adultas. Como segundo objetivo de la investigación se plantea explorar las diferencias en la satisfacción sexual en función del estilo de apego desarrollado en la infancia. Ambos objetivos se analizan a partir de datos recogidos de manera anónima mediante cuestionarios validados, en el marco de un estudio con fines exclusivamente



Se plantean las siguientes hipótesis para la investigación:

1. Hipótesis 1: Se prevé encontrar cómo las personas que generan un apego inseguro en la infancia se vinculan desde la ansiedad y/o evitación con sus parejas adultas.
2. Hipótesis 2: Se prevé encontrar una menor satisfacción sexual en personas con apego inseguro evitativo en comparación con las personas con apego inseguro ansioso

Método

Diseño

Se trata de una investigación correlacional, no experimental y transversal en la que la variable predicadora (VP) es el apego que se desarrolla en la infancia y las variables dependientes (VD) son la forma de vinculación con la pareja en la etapa adulta y la satisfacción sexual.

Muestra

La muestra de la investigación está formada por 30 participantes, en concreto 7 hombres y 23 mujeres, mayores de 18 años, con pareja. Se reclutó mediante la difusión del cuestionario por diferentes vías de comunicación y redes sociales para llegar a la máxima población y con la mayor heterogeneidad posible. Se excluyeron a aquellos participantes que tenían menos de 18 años y que no poseían una pareja actualmente, debido a que estos criterios son fundamentales para la investigación.

Instrumentos de medida

CaMir-R (Cartes, Modèles Individuels de Relation. Versión Española Reducida)

Para medir el tipo de apego se utilizó el cuestionario CaMir-R, el cual mide las representaciones del apego y la idea del funcionamiento de la familia en la adolescencia y principios de la edad adulta. Está formado por 32 ítems de tipo *Likert* de 5 puntos (1= Totalmente en desacuerdo, 5= Totalmente de acuerdo). Presenta buenas propiedades psicométricas, adecuada consistencia interna y un α de Cronbach de entre .60 y .85, a excepción del factor “Permisividad parental”. Asimismo, posee unas correlaciones test-retest superiores a .56 excepto en el factor “Permisividad parental”, el cual tiene un valor de .45 (Balluerka et al., 2011).

A continuación, se describen con más detalle las dimensiones de las representaciones del apego del cuestionario CaMir-R:

1. Dimensión 1. Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego. Este factor se centra en el sentimiento de seguridad que tiene la persona de que las figuras de apego le han hecho sentirse querido y lo siguen haciendo, así como de que están disponibles en el caso de que las necesite. Está formado por los ítems 1 al 7 (Lacasa y Muela, 2014).
2. Dimensión 2. Preocupación familiar. Hace referencia al sentimiento de angustia que presenta ante la separación de las figuras de apego y el miedo a que les ocurra algo malo tanto a ellos como a sí misma. Está formado por los ítems 8 al 13 (Lacasa y Muela, 2014).
3. Dimensión 3. Interferencia de los padres. Este factor alude a la percepción que tiene el niño de haber sido una persona miedosa y preocupada ante el abandono durante su infancia, así como el refuerzo de esta conducta por parte de los padres sobreprotegiéndole. Está formado por los ítems 14 al 17 (Lacasa y Muela, 2014).
4. Dimensión 6. Autosuficiencia y rencor contra los padres. Hace referencia al esfuerzo que realiza la persona por desactivar el sistema de apego. Se llevan a cabo dos estrategias para ello. Por un lado, niegan los sentimientos de dependencia y la necesidad de apego. Por otro lado, recalcan su autosuficiencia para afrontar las dificultades sin necesidad de acudir a las figuras de apego. Está formado por los ítems 24 al 27 (Lacasa y Muela, 2014).

5. Dimensión 7. Traumatismo infantil. Este factor alude al recuerdo de haber sufrido algún trauma durante la infancia como violencia, falta de disponibilidad o amenazas de las figuras de apego. Está formado por los ítems 28 al 32 (Lacasa y Muela, 2014).

En relación con las dimensiones de las representaciones de la estructura familiar encontramos las siguientes:

6. Dimensión 4. Valor de la autoridad de los padres. Hace referencia a cómo la persona evalúa de manera positiva los valores de autoridad y jerarquía de la familia. En el caso del estilo de apego ansioso, es característico el reconocimiento de la autoridad, pero con resentimiento. Está formado por los ítems 18 al 20 (Lacasa y Muela, 2014).

7. Dimensión 5. Permisividad parental. Este factor se centra en el establecimiento de límites y cómo las figuras de apego han servido de guías durante la infancia. Está formado por los ítems 21 al 23 (Lacasa y Muela, 2014).

Para calcular las puntuaciones en los estilos de apego se debe tener en cuenta la puntuación T. En el caso de que la puntuación T sea igual o superior a 50 en la dimensión seguridad del apego se considera que la persona tiene un apego seguro. Por el contrario, si la puntuación es inferior a 50 se considera que la persona tiene un apego inseguro. Entre las personas con apego inseguro, si la persona obtiene puntuaciones mayores en las dimensiones de preocupación (2 y 3) que en la dimensión de evitación (6), se considera que la persona tiene un estilo de apego inseguro- ansioso. En el caso contrario, en el que la persona obtenga puntuaciones mayores en la dimensión de evitación (6) que en las dimensiones de

preocupación (2 y 3), se considera que la persona tiene un estilo de apego inseguro-evitativo. Cabe destacar que el cuestionario CaMir-R no evalúa el estilo de apego desorganizado, sin embargo, una alta puntuación en la dimensión 7 (Traumatismo infantil) podría dar pie a considerar que la persona presenta rasgos de apego desorganizado (Lacasa y Muela, 2014).

Escala Experiences in Close Relationships - Short Form (ECR-S)

Para medir la forma de vinculación en la pareja, se utilizó la escala Experiences in Close Relationships-Short Form (ECR-S). Este instrumento evalúa el apego romántico en adolescentes y adultos desde la perspectiva de Bartholomew y Horowitz (1991). Estos autores plantean un Modelo del self y un Modelo del otro. El Modelo del self se crea a partir de las representaciones que se tienen sobre el propio valor para ser cuidado y recibir afecto; asimismo, está relacionado con la ansiedad que puede generar la falta de la figura de apego principal. Por otro lado, el Modelo del otro está formado por las representaciones de disponibilidad y predisposición de los demás hacia él, y se relaciona con la evitación de la intimidad. Estos modelos dan lugar a los cuatro estilos de apego en las relaciones de pareja: (Díaz-Mosquera et al., 2022)

1. Seguro. Posee un modelo positivo del self y de los otros.
2. Ansioso o preocupado. Posee un modelo negativo del self y positivo de los otros.
3. Evitativo o alejado. Posee un modelo positivo del self y negativo de los otros.
4. Desorganizado o temeroso. Posee un modelo negativo del self y de los otros.

La ECR-S está formada por 12 ítems de tipo Likert de 7 puntos (1 = Totalmente en desacuerdo, 7 = Totalmente de acuerdo) divididos en dos subescalas (ansiedad y evitación). Presenta unas propiedades

psicométricas similares y, en algunos casos superiores, a la escala original ECR. Ambas subescalas cuentan con una buena consistencia interna y un alpha de Cronbach de .77 a .86 en el caso de la subescala de ansiedad, y de .78 a .88 en el caso de la subescala de evitación. Las dos subescalas están mínimamente correlacionadas entre sí ($r = .25$ a $.28$), lo cual muestra que miden distintos dominios. Asimismo, las subescalas presentan una alta fiabilidad test-retest, con correlaciones que oscilan entre .80 y .82 en la subescala de ansiedad, y entre .83 y .89 en la subescala de evitación (Brasch, 2018).

Escala New Sexual Satisfaction Scale - Short Form (NSSS-S)

En relación a la satisfacción sexual en la pareja, se utilizó la escala New Sexual Satisfaction Scale (NSSS), la cual mide la satisfacción sexual global sin importar el género, la orientación sexual o el estatus de la relación. La escala se basa en el marco teórico del enfoque de las “tres ventanas” de Bancroft, Loftus y Long (2003), en el que la primera ventana se centra en los hábitos, percepciones y sentimientos personales; la segunda en los cambios emocionales con la pareja; y la tercera se centra en las actividades sexuales. Se compone de 12 ítems de tipo Likert de 5 puntos (1 = Nada satisfecho/a, 5 = Totalmente satisfecho/a) y está formada por dos subescalas: el enfoque individual y el enfoque interpersonal/actividad (Strizzi et al., 2016). Los ítems del 1 al 6 se corresponden a la subescala del enfoque individual y los ítems del 7 al 12 se corresponden a la subescala del enfoque interpersonal/actividad. La escala se puntúa aditivamente, es decir, a mayor puntuación, mayor satisfacción sexual. Además, presenta una buena consistencia interna y un alpha de Cronbach entre .90 y .93, así como una alta fiabilidad test-retest con correlaciones que oscilan entre .72 y .84 (Cuadros-León y Peralta-Eugenio, 2024).

Tras la comparación con otros cuestionarios y la exposición de las propiedades psicométricas de cada escala, se consideró que estas eran las más indicadas para recoger los datos acerca del estilo de apego, la forma de vinculación y la satisfacción sexual en la pareja necesarios para llevar a cabo la investigación.

Procedimiento

En primer lugar, tras la elección de los cuestionarios para evaluar cada variable, se desarrolló el cuestionario conjunto formado por una primera parte de cuestiones sociodemográficas y, una segunda parte formada por las tres escalas mencionadas anteriormente.

Posteriormente, se procedió a la aplicación de la primera parte del cuestionario que atiende a cuestiones sociodemográficas como la edad, el género o el tiempo que lleva con su pareja entre otros factores. A continuación, se pueden observar las cuestiones del apartado de información sociodemográfica en la Tabla 1.

Tabla 1.

Cuestiones sociodemográficas.

Pregunta	Opciones de respuesta
¿Cuántos años tienes?	Abierta.
Elige el género con el que te sientas identificado/a.	Hombre/ Mujer/ No binario.
¿Cuánto tiempo llevas con tu pareja?	Menos de 1 año/ Entre 1 y 2 años/ Entre 2 y 5 años/ Entre 5 y 10 años/ Más de 10 años.
¿Vivís tu pareja y tú en la misma casa?	Sí/ No.
¿Tenéis hijos tu pareja y tú?	Sí, ambos/ Solo él o ella/ No.
Actualmente, ¿tienes alguna enfermedad física o dificultad sexual (por ejemplo, problemas de erección o eyaculación, dolor vaginal...) que influya en tu vida sexual?	Sí, una enfermedad física/ Sí, una dificultad sexual/ Ambas/ No.
¿Podrías especificar cuál es esa enfermedad física y/o dificultad sexual?	Abierta.

Tras esto, los participantes completaron la segunda parte del cuestionario que se compone por el cuestionario CaMir-R para la evaluación del apego, la escala ECR-S para la evaluación de la forma de vinculación en la pareja, y la escala NSSS-S para la evaluación de la satisfacción sexual en la pareja. Una vez se obtuvieron las puntuaciones de las tres escalas, se procedió a su corrección y posterior

interpretación de los resultados obtenidos. En el cuestionario CaMir-R, aquellos participantes con una puntuación T inferior a 50 en la dimensión de seguridad del apego (dimensión 1) y puntuaciones mayores en las dimensiones de preocupación (dimensiones 2 y 3) en comparación con la dimensión 6 se les clasificó como apego inseguro-ansioso. Por el contrario, aquellos con una puntuación T inferior a 50 en la dimensión de seguridad del apego (dimensión 1) y puntuaciones mayores en la dimensión de evitación (dimensión 6) en comparación con las dimensiones de preocupación (dimensiones 2 y 3) se les clasificó como apego inseguro-evitativo. Asimismo, en la escala ECR-S se seleccionó la mayor puntuación de las dos subescalas, y en la escala NSSS-S, como se ha mencionado con anterioridad, se puntuó aditivamente.

Finalmente, se realizaron los análisis estadísticos a través del programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 25, una herramienta de análisis cuantitativo. Mediante este programa se analizaron las relaciones entre el apego en la infancia, la forma de vinculación y la satisfacción sexual en la pareja.

Análisis estadísticos

En primer lugar, se realizaron los análisis estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas para recoger los porcentajes, así como las medias de cada una de las variables. En segundo lugar, se utilizó la prueba de chi-cuadrado de Pearson para analizar si existía una relación estadísticamente significativa entre el estilo de apego que se desarrolla en la infancia (VP) y la forma de vinculación en las relaciones de pareja adultas (VD). Las puntuaciones que se utilizaron son aquellas obtenidas a través del cuestionario CaMir-R para medir el tipo de apego en la infancia y aquellas

obtenidas mediante el cuestionario ECR-S para medir la forma de vinculación con la pareja. Ambas variables son categóricas y sus valores indican 1= Estilo de apego ansioso y 2 = Estilo de apego evitativo. No se estableció una categoría de apego seguro debido a la inexistencia de casos en la muestra de la investigación. Asimismo, se realizó la prueba de chi-cuadrado de Pearson para analizar la influencia de diferentes variables, como la duración de la relación o la convivencia de la pareja, en la asociación entre el tipo de apego desarrollado en la infancia y la vinculación con la pareja.

En relación a la satisfacción sexual, se realizaron los análisis estadísticos descriptivos respecto a las puntuaciones obtenidas en la escala NSSS-S para observar la media de la muestra total. Tras esto, se segmentó la muestra para obtener los análisis estadísticos descriptivos correspondientes al grupo de apego ansioso y al grupo de apego evitativo.

Posteriormente, se procedió a analizar la relación entre la satisfacción sexual y el tipo de apego en la infancia. En primer lugar, se realizó la prueba de Shapiro-Wilk para comprobar si la variable NSSS-S seguía una distribución normal. Los resultados mostraron que el grupo de apego ansioso ($p=0,000$) no seguía una distribución normal. Por lo tanto, se realizó la prueba no paramétrica Mann-Whitney U, la cual permitió comparar los dos grupos independientes (ansioso y evitativo) en relación con una variable continua, la satisfacción sexual, a pesar de la no normalidad.

Resultados

En primer lugar, según los datos sociodemográficos recogidos, la investigación contó con la participación de un total de 30 personas, cuyas edades oscilaban entre los 18 y los 37 años. En la tabla 2 se presentan los datos correspondientes al género y la edad del total de participantes. La muestra estuvo integrada mayoritariamente por mujeres, con un total de 23, cuya edad media fue de 24,52 años. Por su parte, el grupo de hombres estuvo formado por 7 participantes, con una media de edad de 24,86 años, ligeramente superior a la de las mujeres.

Tabla 2.

Estadísticos descriptivos del grupo total de participantes.

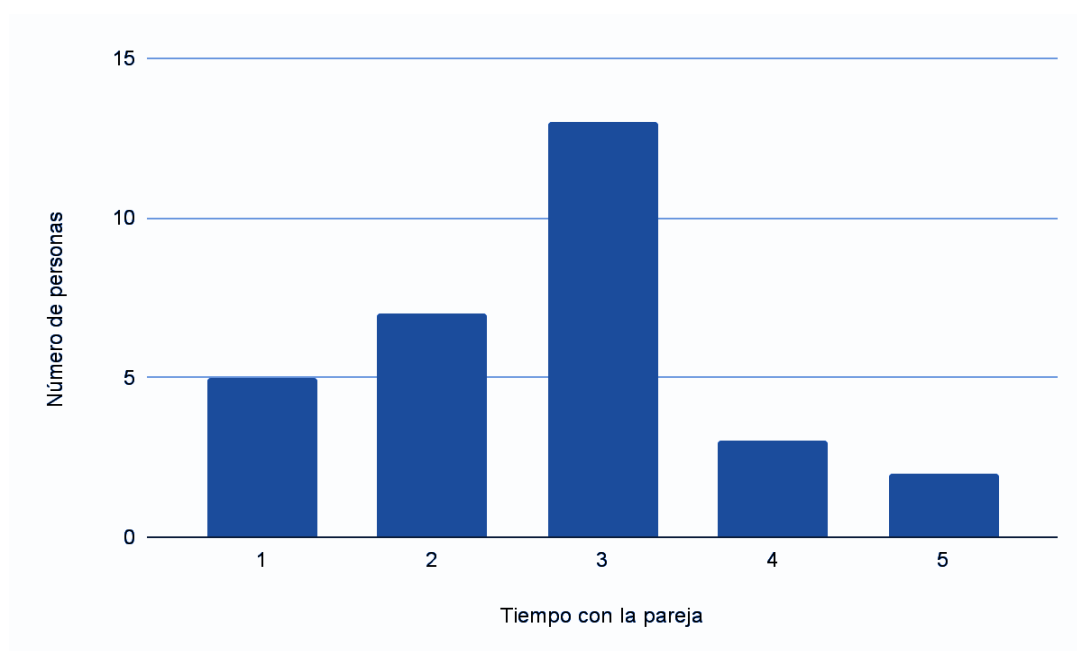
Género			
Número total de mujeres	Porcentaje total de mujeres	Número total de hombres	Porcentaje total de hombres
23	91,3	7	8,7
Edad			
Número total	Edad mínima	Edad máxima	Edad media
30	18	37	24,60

El gráfico 1 representa el tiempo que cada participante lleva con su pareja actual en el momento de responder al cuestionario. Para ello, se definieron cinco categorías de duración, de acuerdo con las

opciones incluidas en el cuestionario: 1= menos de 1 año; 2= entre 1 y 2 años; 3= entre 2 y 5 años; 4= entre 5 y 10 años; y 5= más de 10 años. Tal como se puede observar en el gráfico 1, la mayor parte de los participantes indicó llevar entre 2 y 5 años con su pareja, en concreto el 43,3%. En segundo lugar, el 23,3% señaló llevar entre 1 y 2 años. Un 16,7% indicó una duración de la relación inferior a un año, mientras que el 10% manifestó llevar entre 5 y 10 años. Finalmente, el 6,7% restante declaró estar en una relación que supera los 10 años.

Gráfico 1.

Gráfico del tiempo con la pareja actual.



Nota. 1= menos de 1 año, 2= entre 1 y 2 años, 3= entre 2 y 5 años, 4= entre 5 y 10 años, 5= más de 10 años

En lo que respecta a la variable de convivencia con la pareja, los resultados mostraron que la mayoría de los participantes indicó no convivir actualmente con su pareja, en concreto el 76,7% de la muestra, y el 23,3% afirmó convivir con ella. Por otro lado, al analizar la variable relacionada con tener hijos, se observó que únicamente uno de los participantes informó tener hijos con su pareja. Finalmente, para completar el análisis de los datos sociodemográficos, se identificaron dos casos particulares: un participante con una enfermedad física de tipo autoinmune y otro con una disfunción sexual. Estos datos ofrecen información adicional respecto a la satisfacción sexual de los participantes.

Las tablas 3 y 4 recogen los resultados obtenidos a partir de la prueba estadística de chi-cuadrado de Pearson, la cual se utilizó para analizar la posible relación entre el tipo de apego desarrollado en la infancia y la forma de vinculación con la pareja. Esta prueba permite analizar si existe una asociación significativa entre ambas variables categóricas. De acuerdo con los resultados obtenidos, se encontró que el valor de chi-cuadrado es estadísticamente significativo ($p = ,029$), lo que sugiere que hay una asociación significativa entre el tipo de apego en la infancia y la forma de vinculación con la pareja. Asimismo, la razón de verosimilitud es significativa ($p = ,027$), lo que respalda la evidencia de que hay una asociación entre ambas variables. Estos resultados respaldan la hipótesis planteada anteriormente, la cual sostiene que las personas que generan un apego inseguro en la infancia tienden a vincularse desde la ansiedad y/o evitación en las relaciones de pareja adultas.

Tabla 3.

*Tabla cruzada CaMir-R*ECR-S.*

		ECR-S		
		1 (Ansioso)	2 (Evitativo)	Total
CaMir-R	1 (Ansioso)	8	3	11
	2 (Evitativo)	6	13	19
Total		14	16	30

Nota. CaMir-R (*Cartes, Modèles Individuels de Relation*. Versión Española Reducida), ECR-S (*Escala Experiences in Close Relationships-Short Form*).

Tabla 4.

Pruebas de chi cuadrado de Pearson.

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4,739 ^a	1	,029		
Correlación de continuidad ^b	3,230	1	,072		
Razón de verosimilitud	4,866	1	,027		
Prueba exacta de Fisher				,057	,035
Asociación lineal por lineal	4,581	1	,032		
N de casos válidos	30				

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 5,13.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2.

Con el objetivo de profundizar en el análisis de la relación entre ambas variables, se procedió a segmentar la muestra de participantes en función del tiempo que llevaban con su pareja. Para cada subgrupo temporal, se realizaron diferentes pruebas de chi-cuadrado de Pearson, lo que permitió observar las posibles diferencias en la relación de ambas variables en función del tiempo en la relación.

Los resultados muestran cómo en el caso de las parejas con una duración inferior a 1 año, entre 1 y 2 años, entre 5 y 10 años y más de 10 años no se encontró una asociación significativa entre el tipo de apego en la infancia y la vinculación con la pareja adulta. No obstante, en el caso de las parejas con relaciones entre 2 y 5 años, sí se encontró una asociación significativa entre ambas variables ($p = ,057$).

Asimismo, se llevaron a cabo análisis adicionales en los que se realizaron la prueba de chi-cuadrado en función de la variable convivencia. Los resultados mostraron una asociación significativa en el caso de los participantes que no conviven con su pareja ($p = ,030$), en comparación con aquellos que sí conviven, donde no se encontró una asociación significativa ($p = ,290$). Estos resultados podrían indicar que la convivencia con la pareja, así como el tiempo de duración de la relación, actúan como moduladores en la relación entre ambas variables.

Por otro lado, respecto a los niveles de satisfacción sexual, se puede observar en la tabla 5 los estadísticos descriptivos correspondientes a la muestra total, mientras que las tablas 6 y 7 recogen los resultados de los participantes clasificados dentro del grupo de apego ansioso y del grupo de apego evitativo, respectivamente. En concreto, el grupo de apego ansioso obtuvo una puntuación media de 52,91 en la escala, siendo incluso superior a la media de la muestra total. Por el contrario, el grupo de apego evitativo obtuvo una puntuación media de 46,26, lo que refleja un menor grado de satisfacción sexual en comparación con el grupo de apego ansioso y la muestra total. En este aspecto, cabe destacar que las puntuaciones mínimas obtenidas del cuestionario NSSS-S corresponden a aquellos participantes que indicaron una enfermedad física o disfunción sexual.

Tabla 5.

Estadísticos de las puntuaciones del cuestionario NSSS-S de la muestra total.

N	Válido	30
	Perdidos	0
Media		48,70
Desv. Desviación		8,871
Mínimo		28
Máximo		60

Tabla 6.

Estadísticos de las puntuaciones del cuestionario NSSS-S del grupo de apego ansioso.

N	Válido	11
	Perdidos	0
Media		52,91
Desv. Desviación		8,712
Mínimo		29
Máximo		59

Tabla 7.

Estadísticos de las puntuaciones del cuestionario NSSS-S del grupo de apego evitativo.

N	Válido	19
	Perdidos	0
Media		46,26
Desv. Desviación		8,218
Mínimo		28
Máximo		60

Continuando con el análisis de la satisfacción sexual, se realizaron las pruebas no paramétricas de Mann-Whitney para muestras independientes, cuyos resultados se pueden observar en las tablas 8, 9 y 10. Mediante esta prueba se comparó las puntuaciones de satisfacción sexual en la escala NSSS-S entre los participantes clasificados con apego ansioso ($n = 11$) y aquellos con apego evitativo ($n = 19$), con el fin de analizar si existían diferencias significativas entre ambos grupos. Los resultados mostraron una diferencia estadísticamente significativa entre los grupos ($U = 49,5$, $Z = -2,375$, $p = ,016$) sugiriendo que el tipo de apego en la infancia se asocia con distintos niveles de satisfacción sexual.

En concreto, los participantes con apego ansioso presentaron una mayor satisfacción sexual, con una media de rangos de 20,50, en comparación con los participantes de apego evitativo, cuya media de rangos fue de 12,61. Asimismo, el tamaño del efecto ($r = 0,43$) sugiere una magnitud moderada-alta, lo que refuerza estas diferencias. Estos resultados respaldan la segunda hipótesis de la investigación, la cual plantea que las personas con un estilo de apego evitativo experimentan niveles inferiores de satisfacción sexual en comparación con aquellas que poseen un apego ansioso.

Tabla 8.

Resumen de prueba de hipótesis.

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La distribución de NSSS-S es la misma entre las categorías de CaMir-R.	Prueba de U de Mann-Whitney para muestras independientes	,016 ¹	Rechazar la hipótesis nula

Nota. CaMir-R (*Cartes, Modèles Individuels de Relation. Versión Española Reducida*), NSSS-S (*New Sexual Satisfaction Scale- Short Form*). Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de ,05.

¹ Se muestra la significación exacta para esta prueba.

Tabla 9.

Prueba de Mann-Whitney.

	CaMir-R	N	Rango promedio	Suma de rangos
NSSS-S	1	11	20,50	225,50
	2	19	12,61	239,50
	Total	30		

Nota. CaMir-R (*Cartes, Modèles Individuels de Relation. Versión Española Reducida*), NSSS-S (*New Sexual Satisfaction Scale-Short Form*).

Tabla 10.

Estadísticos de prueba^a.

	NSSS-S
U de Mann-Whitney	49,500
W de Wilcoxon	239,500
Z	-2,375
Sig. asintótica (bilateral)	,018
Significación exacta	,016 ^b
[2*(sig. unilateral)]	

a. Variable de agrupación: CaMir-R.

b. No corregido para empates.

Discusión

Resumen de resultados

Los resultados obtenidos en la presente investigación permiten confirmar los objetivos e hipótesis formuladas anteriormente en la introducción. Respecto al objetivo principal en el que planteaba analizar la relación entre el tipo de apego desarrollado en la infancia y la forma de vinculación en las relaciones de pareja adultas, los resultados obtenidos mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson reflejaron una asociación significativa entre ambas variables ($p = ,029$). Estos hallazgos confirman la primera hipótesis que planteaba que las personas que desarrollan un apego inseguro en la infancia tenderían a vincularse desde la ansiedad y/o evitación en las relaciones de pareja adultas.

Asimismo, los análisis adicionales reflejaron que esta asociación era estadísticamente significativa en aquellas personas que tienen una pareja con una duración de entre 2 y 5 años, así como en aquellas que no conviven. Esto sugiere que el tiempo de duración de la relación y el contexto de convivencia podrían actuar como variables moduladoras, aumentando la asociación entre el tipo de apego desarrollado en la infancia y la forma de vinculación en las parejas.

En relación al segundo objetivo, el cual planteaba analizar las diferencias en la satisfacción sexual en función del tipo de apego desarrollado en la infancia, los resultados obtenidos a través de la prueba de Mann-Whitney también fueron estadísticamente significativos ($p = ,016$). En ellos se mostró que las personas con apego evitativo presentaban niveles de satisfacción sexual menores que aquellas con apego ansioso, lo que respalda la segunda hipótesis planteada con anterioridad. Asimismo, la diferencia entre ambos grupos fue significativa.

Interpretación de resultados

Estos hallazgos muestran cómo el tipo de apego que se desarrolla en la infancia continúa teniendo una implicación en la etapa adulta, sobre todo en los vínculos afectivos y sexuales. Dicha asociación entre el apego en la infancia y la forma de vinculación en la pareja refleja que los esquemas relacionales aprendidos durante la infancia tienden a mantenerse y reflejarse en contextos como la pareja. Asimismo, la menor satisfacción sexual que se observa en los participantes con apego evitativo se podría explicar por la dificultad que poseen para establecer vínculos de intimidad emocional y afectiva, lo cual puede repercutir en las vivencias sexuales.

En relación a las posibles desviaciones de lo que se esperaba en la investigación, se observó que la mayor parte de las categorías de duración de la relación no mostraron asociaciones estadísticamente significativas entre las variables de tipo de apego desarrollado en la infancia y forma de vinculación. Por ejemplo, se podría haber esperado que aquellas relaciones con una mayor duración obtuviesen una mayor asociación. No obstante, esto podría deberse a factores no contemplados en la investigación como la comunicación o el contexto sociocultural entre otros. Esto refleja que la relación entre el apego y la pareja no es lineal ni uniforme, sino que está influenciado por diversas variables.

Comparación con investigaciones similares

Como se ha mencionado anteriormente, los hallazgos obtenidos en la presente investigación reflejan una asociación significativa entre las variables tipo de apego desarrollado en la infancia y forma de vinculación en la pareja, además de unas diferencias notables en los niveles de satisfacción sexual en función del tipo de apego. Estos resultados coinciden con lo que se refleja previamente en la literatura

científica, reforzando así la validez de las hipótesis que se plantean y aportando nueva evidencia al estudio de las relaciones de pareja y el apego.

En relación con la primera hipótesis planteada y cuyos resultados mostraron una relación estadísticamente significativa entre el tipo de apego desarrollado en la infancia y la forma de vinculación en la pareja ($p = ,029$), Martínez-Álvarez et al., (2013) realizaron una investigación con una muestra de jóvenes adultos en la que analizaron la asociación entre el vínculo afectivo con los padres en la infancia y la calidad de la relación de pareja, así como la relación entre el apego adulto y la calidad de la relación de pareja actual. Estos autores encontraron que los individuos con estilos de apego inseguro, especialmente evitativo, mostraban mayores dificultades para crear relaciones de pareja seguras y estables. Asimismo, sostienen que las representaciones mentales que se forman en la infancia respecto a los cuidados, la protección y la disponibilidad emocional de los otros se ven reflejados en las relaciones afectivas adultas. Este patrón de continuidad del apego respalda la interpretación de los hallazgos, sugiriendo que los esquemas que se forman en la infancia condicionan la forma de vivir e interpretar los vínculos afectivos.

Por otro lado, en relación con la segunda hipótesis planteada, se observaron diferencias significativas en la satisfacción sexual, donde los participantes con apego evitativo mostraron puntuaciones inferiores en comparación con aquellos con apego ansioso. Estos hallazgos son congruentes con los resultados obtenidos por Cerdán (2016), quien demostró que el tipo de apego adulto resulta ser un predictor relevante para medir el grado de satisfacción con la pareja. En concreto, las personas con apego evitativo tienden a la evitación de la intimidad, resistirse a la dependencia y mostrar una menor apertura emocional y sexual. Por otro lado, a pesar de que el apego ansioso también se relaciona con la

inseguridad, este tipo de apego se relaciona con la búsqueda excesiva de la intimidad y validación por parte de la pareja. Paradójicamente, esto podría relacionarse con una mayor satisfacción sexual debido a una mayor implicación emocional en la relación.

Finalmente, el análisis de las variables en función de la duración de la relación y el contexto de convivencia mostró que la relación entre el tipo de apego y la forma de vinculación fue mayor en las personas con una relación de entre 2 y 5 años, así como en aquellas que no convivían. Estos resultados guardan relación con la investigación realizada por Dos Ramos (2023), quien plantea como el impacto del apego puede variar en función del tiempo de relación con la pareja. Se observa como en las etapas intermedias de la relación, los modelos de apego se activan con mayor intensidad debido a la consolidación de la intimidad y el aumento de conflictos en la relación, lo cual puede repercutir en la dinámica de la relación.

En definitiva, estos estudios refuerzan la idea de que el apego inseguro, tanto evitativo como ansioso, tiene un impacto en la forma de vinculación afectiva con la pareja y en la manera en la que se experimenta la sexualidad. Los hallazgos de esta investigación se alinean con la existente base empírica que refleja la importancia del apego como predictor de la calidad y satisfacción de las relaciones de pareja.

Limitaciones del estudio

A pesar de la relevancia de los resultados obtenidos, la presente investigación presenta una serie de limitaciones que se deben considerar en el momento de interpretación de los resultados y la generalización de los mismos.

En primer lugar, una de las mayores limitaciones es el tamaño de la muestra. Presenta únicamente 30 participantes, por lo que la capacidad para generalizar los resultados se ve reducida. Asimismo, hay un gran desequilibrio en cuanto al género de la muestra, con un 76,7% de mujeres, lo que podría haber repercutido en los resultados. La escasez de muestra del género masculino impide la comparación significativa entre géneros o investigar la influencia del género en el apego y la satisfacción sexual.

Otra limitación que se plantea es la metodología de recogida de datos. A pesar de que los cuestionarios empleados (CaMir-R, ECR-S, NSSS-S) son instrumentos estandarizados y validados, los resultados podrían estar influenciados por sesgos de deseabilidad social o interpretación de los ítems. Además, la temática por la cual se les estaba evaluando podría haber influido en las respuestas, especialmente en lo relativo a la intimidad o temas sensibles con la pareja a pesar del anonimato.

En relación al diseño del estudio, al tratarse de un estudio transversal no permite observar la evolución del tipo de apego a lo largo del tiempo y cómo influye en la relación de pareja y la sexualidad en diferentes etapas del ciclo vital. Además, la investigación no incluye otras variables que podrían intervenir e influir en los resultados, como la calidad de la relación, factores culturales o la orientación sexual de los participantes. El poder incluir estas variables podría ofrecer un análisis más profundo de los factores que intervienen en la asociación entre el apego, las relaciones de pareja y la satisfacción sexual.

Por último, debido a que la investigación se llevó a cabo en un contexto cultural específico, los resultados dependen de dicho contexto para su interpretación. Las concepciones respecto al apego, las

relaciones de pareja y la sexualidad pueden cambiar significativamente entre diferentes culturas, lo cual limita la extrapolación de estos resultados a otros contextos culturales.

Futuras líneas de investigación

A partir de las limitaciones que presenta la investigación, se pueden plantear diferentes líneas para futuras investigaciones que podrían ayudar a profundizar y ampliar la comprensión entre el apego, la vinculación y la satisfacción sexual en las relaciones de pareja.

En primer lugar, sería conveniente ampliar el tamaño para poder garantizar una mayor heterogeneidad de la muestra. Se podrían ampliar los sujetos no sólo en variables como el género y la edad, sino también en la orientación sexual y la situación relacional. La amplitud de la muestra permitiría realizar análisis sobre las diferencias entre grupos, así como aumentar la validez externa de los resultados. En concreto, se podrían incluir parejas de diferentes orientaciones sexuales para analizar si los estilos de apego, vinculación afectiva y satisfacción sexual difieren en función de esta variable.

Otra posible línea de investigación sería la posibilidad de realizar un estudio longitudinal, donde se pueda observar cómo evoluciona el tipo de apego desde la infancia hasta la edad adulta, así como la influencia de las dinámicas relacionales a lo largo del tiempo. A su vez, este tipo de investigación permitiría identificar posibles factores protectores y de riesgo en el desarrollo de relaciones afectivas seguras.

Asimismo, se podrían ampliar los métodos de recogida de datos, combinando técnicas cuantitativas y cualitativas. Se podrían incorporar entrevistas para una mayor comprensión sobre cómo las personas identifican su estilo de apego, cómo experimentan su relación de pareja, y cómo influye en

su satisfacción sexual. Esto permitiría recoger información subjetiva y reducir los sesgos de deseabilidad social. También se sugiere incorporar la evaluación de variables que pueden mediar en la asociación de resultados, como el estilo de comunicación, la autoestima o el nivel de conflicto dentro de la relación. Esto podría ayudar a la elaboración de modelos explicativos más complejos que permitan evaluar las variables implicadas en la relación entre el apego, la pareja y la satisfacción sexual.

Finalmente, sería interesante incorporar una nueva línea de investigación que integre diferentes culturas, explorando así las diferencias en las creencias, los valores y el contexto de los participantes. Esta línea permitiría observar cómo estas variables influyen en la construcción del apego en la infancia, los vínculos en las relaciones de pareja y cómo se vive la sexualidad.

Conclusiones

La presente investigación ha permitido confirmar la existencia de una relación significativa entre el tipo de apego desarrollado en la infancia y la forma de vinculación en las relaciones de pareja adultas, cumpliendo así el primer objetivo planteado. Los hallazgos sustentan la hipótesis de que los estilos de apego inseguros tienden a manifestarse en la etapa adulta mediante conductas de ansiedad o evitación en el vínculo afectivo con la pareja, en línea con investigaciones previas y las teorías mencionadas anteriormente. Asimismo, se han podido encontrar diferencias significativas en la satisfacción sexual en función del tipo de apego, cumpliéndose también el segundo objetivo que planteaba la investigación. Se reflejó cómo las personas con apego ansioso muestran una mayor satisfacción sexual en comparación con aquellas con apego evitativo, lo que sugiere que la evitación y distanciamiento emocional puede interponerse en la intimidad sexual en la pareja.

En definitiva, esta investigación reafirma la importancia del apego como una variable fundamental para comprender las relaciones afectivas y sexuales adultas, constituyendo un factor clave. Asimismo, invita a continuar explorando en esta línea, a pesar de las limitaciones que presenta, ya que los hallazgos constituyen una base sólida para que futuras investigaciones puedan profundizar y comprender en mayor medida los procesos implicados en la asociación de estas variables.

Referencias Bibliográficas

- Alca Guillen, L. A. (2024). *Tipos de apego y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Metropolitana–2024*. [Tesis de título profesional, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional-UNFV.
- Baena, V. (2021). Patrón de Apego Evitativo y Psicopatología: Estudio de Caso y Abordaje desde el Modelo de Terapia de Esquemas de Young. [Trabajo fin de máster, Universidad Ramón Llull]. RECERCAT (Dipòsit de la Recerca de Catalunya).
- Balluerka, N., Lacasa, F., Gorostiaga, A., Muela, A. y Pierrehumbert, B. (2011). Versión reducida del cuestionario CaMir (CaMir-R) para la evaluación del apego. *Psicothema*, 23(3), 486–494.
- Barroso, O. (2014). El apego adulto: la relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4(1), 1-25. https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Apego_Adulto.pdf
- Benítez, A.A., García de León, S., Reyes, F., y Ruíz, E.I. (2019). La separación y su relación con los tipos de apego. *Psicoeducativa: reflexiones y propuestas*, 5(9), 13-21.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. (5.ªed.) Ediciones Morata.

- Brasch, A. C. (2018). *A Spanish Version of the Experiences in Close Relationships Scale-Short Form (ECR-S) Adult Attachment Questionnaire* [Tesis doctoral, University of Texas Southwestern Medical Center at Dallas].
- Burutxaga, I., Pérez-Testor, C., Ibáñez, M., de Diego, S., Golanó, M., Ballús, E., y Castillo, J. (2018). Apego y vínculo: una propuesta de delimitación y diferenciación conceptual. *Temas de psicoanálisis*, 15, 1-17. <https://www.temasdepsicoanalisis.org/wpcontent/uploads/2018/01/I.-BURUTXAGA-C.-P%C3%89REZ-TESTOR-M.IB%C3%81%C3%91EZ-S.-DE-DIEGO-M.-GOLAN%C3%93-E.-BALL%C3%9AS-J.A.CASTILLO.-Apego-y-v%C3%ADnculo..pdf>
- Cerdán, S. (2016). Apego y relaciones románticas. [Trabajo fin de máster, Universidad Pontificia de Comillas]. Repositorio de Comillas.
- Chaves, I., Caballero, L., Ceccato, R., Morell, B y Gil, M (2018) La satisfacción sexual en parejas con estilos de apego seguro y ansioso. *International Journal of Developmental and Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología*.
- Córdova, H. V. (2020). Apego adulto y bienestar psicológico en relaciones de parejas universitarias de Lima Metropolitana. [Trabajo de investigación para optar al Grado Académico de Bachiller en Psicología, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/10086>
- Cuadros-León, W., y Peralta-Eugenio, G. (2024). Evidencias de validez e invarianza factorial de la Nueva Escala de Satisfacción Sexual – Breve en universitarios. *Revista Costarricense De Psicología*, 43(2), 1–14. <https://doi.org/10.22544/rcps.v43i02.08>

- De La Hoz, L. (2022). Influencia del apego adulto en la sexualidad y las relaciones de pareja. [Trabajo fin de máster, Universidad Pontificia de Comillas]. Repositorio Comillas.
- Dewitte M. (2012). Different perspectives on the sex-attachment link: towards an emotion-motivational account. *Journal of sex research*, 49(2-3), 105–124.
- Díaz-Mosquera, E., Latorre, G., Merlyn, M. F., Moreta-Herrer, R., y Nóbrega, M. (2022). Características psicométricas del ECR-R (Experiences in Close Relationships-Revised) en población ecuatoriana. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 14(1), 36-45.
- Dos Ramos, L. (2023). Apego adulto y satisfacción con la pareja según el tiempo de relación. [Trabajo de fin de grado, Universitat Ramon Llull]. Archivo digital de la URL-DAU.
<http://hdl.handle.net/20.500.14342/3545>
- Florez, L., Giuliani, M., y Giulio, M. (2009). Algunas Consideraciones sobre el Concepto de Apego: Revisión Histórica y Aportes Clínicos. *Revista Congreso; IV Congreso Marplatense de Psicología. Ideales sociales, psicología y comunidad* 1-3.
https://www.academia.edu/660576/Algunas_Consideraciones_sobre_el_Concepto_de_Apego_Revisi%C3%B3n_Hist%C3%B3rica_y_Aportes_Cl%C3%ADnicos
- Gayá, C., Molero, R., y Gil, M.D. (2014). Desorganización del apego y el trastorno traumático del desarrollo (ttd). (2014). *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology* 3(1), 375-384. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.515>

Gijón, M.A., Hernández, M.A., y Santiago, E.D. (2021). Apego y relación de pareja en jóvenes de 18 a 27 años. *Revista de psicología de la salud* 9 (1).

Gómez-Zapiain, J., Ortiz, M. J., y Gómez-Lope, J. (2012). Capacidad para aportar y solicitar apoyo emocional en las relaciones de pareja en relación con los perfiles de apego. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 28(1), 302–312. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/140782>

Gottman, J. M., y Silver, N. (2012). *Siete reglas de oro para vivir en pareja: Un estudio exhaustivo sobre las relaciones y la convivencia*. Debolsillo.

Guzmán-González, M., García, S., Sandoval, B., Vásquez, N., Villagrán, C. (2014). Violencia psicológica en el noviazgo en estudiantes universitarios chilenos: diferencias en el apego y la empatía diádica. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* 48(3), 338-346.

Heresi, M. E., Rivers, O. D., y Huepe, A. D. (2014). Associations among attachment, sexuality, and marital satisfaction in adult Chilean couples: a linear hierarchical models analysis. *Journal of Sex y Marital Therapy*, 40(4), 259–274. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2012.756840>

Ibaceta, F., Plaza, V., y Poulsen, G. (2020). Apego y sexualidad: una revisión a partir de la experiencia clínica. *Vincularte. Revista Clínica y Psicosocial* (5), 22-36.

Ibaceta, F., Grebe, F., Guridi, S., Pedraza, M., Plaza, V., Poulsen, G. y Ruedlinger, R. (2023) El concepto de discrepancia sexual en las consultas por deseo sexual: descripción breve de una propuesta clínica. *Vincularte. Revista Clínica y Psicosocial* (8), 31-41.

Ibaceta, F., Poulsen, G., Plaza, V., Grebe, F., Pedraza, M., Ruedlinger, R., y Moraga, K. (2024). Dimensiones de los estilos de apego adulto y su relación con la satisfacción sexual. *Vincularte. Revista Clínica y Psicosocial* (10), 54-62.

Iseda, L. y Pinzón, D. (2020). Revisión bibliográfica sobre los tipos de apego en el adulto. [Tesis de licenciatura]. Universidad Cooperativa de Colombia, Barrancabermeja-Colombia.

Kanaganayagam, S. (2024). Attachment (Avoidance and Anxiety) in Relation to Marital Satisfaction in Couples Born between 1980 and 2000. [Tesis doctoral, Universidad Liberty].

Lacasa, F., y Muela, A. (2014). Guía para la aplicación e interpretación del cuestionario de apego CaMir-R. *Revista de Psicopatología y Salud Mental del Niño y del Adolescente* (24), 83-93.

Lastra, H., Umbo, Y., y Ramírez, C. (2016). Estilos de apego emocional y satisfacción marital en los padres de familia del distrito de Huachón de Pasco. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 2 (1), 53-62.

López, C., y Ramírez, M. (2005). Apego. *Revista chilena de medicina familiar*, 6(1), 2024.

<https://www.revistachilenademedicinafamiliar.cl/index.php/sochimef/article/view/134>

Mark, K. P., Vowels, L. M., y Murray, S. H. (2018). The Impact of Attachment Style on Sexual Satisfaction and Sexual Desire in a Sexually Diverse Sample. *Journal of sex & marital therapy*, 44(5), 450–458.

Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., y González-Ortega, E. (2013). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 30 (1), 211–220.
<https://doi.org/10.6018/analesps.30.1.135051>

Martorell, M. (2022). Estilos de Apego y Relaciones de Pareja: los vínculos afectivos que nos caracterizan. [Trabajo fin de grado]. Universidad de les Illes Balears. Repositorio UIB.

Masapanta-Solís, N. M., y Núñez, M. (2023). Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 421–435. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.260>

Maticorena, A. I. (2022). Revisión sistemática: apego y satisfacción sexual en la pareja. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 6546-6559. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3904

Medina, C.J., Rivera, L., y Aguasvivas, J.A. (2016). El apego adulto y la calidad percibida de las relaciones de pareja: Evidencias a partir de una población adulta joven. *Salud & Sociedad*, 7 (3), 306-318.

Melero, R. (2008). La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación [Tesis doctoral, Universidad de Valencia]. Repositorio RODERIC.

Ortiz, M. J., Gómez-Zapiain, J., y Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja.

Psicothema, 14(2), 469–475. Recuperado a partir de

<https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8045>

Pinedo, J. y Santelices, M. (2006). Apego Adulto: Los Modelos Operantes Internos y la Teoría de la Mente.

Terapia Psicológica, 24(2), 201-209.

Puente, S. y Huertas, J. (2019). Estilos de apego y Dependencia Emocional en parejas sentimentales de adultos jóvenes. [Tesis de licenciatura]. Universidad Cooperativa de Colombia, Santa Marta-Colombia.

Rodríguez, J. Y. P. (2024). El apego emocional en las relaciones de pareja. Revisión narrativa. *Revista*

Científica de Psicología NUNA YACHAY, 6(12), 70-81. <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.006>

Strizzi, J., Fernández-Agis, I., Alarcón-Rodríguez, R., y Parrón-Carreño, T. (2016). Adaptation of the new sexual satisfaction scale-short form into Spanish. *Journal of sex & marital therapy*, 42(7), 579-588.

Vizcay, N. M., Di Giuseppe, S., y Milozzi, S. (2025). Revisión sistemática sobre el apego adulto y la repercusión en la satisfacción de las relaciones de pareja. *Revista de psicoterapia*, 36(130), 82-90.

Watson, F. I., Poulsen, G., Plaza, V., Grebe, F., Pedraza, M., Ruedlinger, R., y Moraga, K. (2024).

Dimensiones de los estilos de apego adulto y su relación con la satisfacción sexual. *Vincularte. Revista Clínica y Psicosocial* (10), 54-62.

Anexos

Anexo A. Parte 1 del cuestionario. Información sociodemográfica.

1. ¿Cuántos años tienes?
 - Respuesta libre.
2. Elige el género con el que te sientas identificado/a:
 - Hombre.
 - Mujer.
 - No binario.
3. ¿Cuánto tiempo llevas con tu pareja?
 - Menos de 1 año.
 - Entre 1 y 2 años.
 - Entre 2 y 5 años.
 - Entre 5 y 10 años.
 - Más de 10 años.
4. ¿Vivís tu pareja y tú en la misma casa?
 - Sí.
 - No.
5. ¿Tenéis hijos tu pareja y tú?
 - Sí, ambos.
 - Solo él/ella.
 - No.
6. Actualmente, ¿tienes alguna enfermedad física o dificultad sexual (por ejemplo, problemas de erección o eyaculación, dolor vaginal...) que influya en tu vida sexual?
 - Sí, una enfermedad física.
 - Sí, una dificultad sexual.

- Ambas.
 - No.
7. ¿Podrías especificar cuál es esa enfermedad física y/o dificultad sexual?
- Respuesta libre.

Anexo B. Parte 2 del cuestionario. CaMir-R (Versión española reducida del CaMir).

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo

1. Cuando yo era niño(a) mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo.
2. Cuando yo era niño(a) sabía que siempre encontraría consuelo en mis seres queridos.
3. En caso de necesidad, estoy seguro(a) de que puedo contar con mis seres queridos para encontrar consuelo.
4. Cuando yo era niño(a) encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte.
5. Mis seres queridos siempre me han dado lo mejor de sí mismos
6. Las relaciones con mis seres queridos durante mi niñez me parecen, en general, positivas.
7. Siento confianza en mis seres queridos.
8. No puedo concentrarme sobre otra cosa sabiendo que alguno de mis seres queridos tiene problemas.
9. Siempre estoy preocupado(a) por la pena que puedo causar a mis seres queridos al dejarlos
10. A menudo me siento preocupado(a), sin razón, por la salud de mis seres queridos.
11. Tengo la sensación de que nunca superaré la muerte de uno de mis seres queridos.

12. La idea de una separación momentánea de uno de mis seres queridos me deja una sensación de inquietud.
13. Cuando me alejo de mis seres queridos no me siento bien conmigo mismo.
14. Cuando yo era niño(a) se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad que me sentía aprisionado(a).
15. Mis padres no podían evitar controlarlo todo: mi apariencia, mis resultados escolares e incluso mis amigos.
16. Mis padres no se han dado cuenta de que un niño(a) cuando crece tiene necesidad de tener vida propia.
17. Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido.
18. Es importante que el niño aprenda a obedecer.
19. Los niños deben sentir que existe una autoridad respetada dentro de la familia.
20. En la vida de familia, el respeto a los padres es muy importante.
21. Mis padres me han dado demasiada libertad para hacer todo lo que yo quería.
22. Cuando era niño(a) tenían una actitud de dejarme hacer.
23. Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario.
24. Detesto el sentimiento de depender de los demás.
25. De adolescente nadie de mi entorno entendía del todo mis preocupaciones.
26. Solo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas.
27. A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres.
28. Las amenazas de separación, de traslado a otro lugar, o de ruptura de los lazos familiares son parte de mis recuerdos infantiles.
29. Cuando era niño(a) había peleas insoportables en casa.
30. Cuando yo era niño(a) tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos.
31. Cuando yo era niño(a) a menudo mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables.
32. Cuando yo era niño(a) teníamos mucha dificultad para tomar decisiones en familia.

Anexo C. Parte 3 del cuestionario. ECR-S (Experiences in Close Relationships - Short Form).

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Neutral	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

1. Ayuda el acudir a mi pareja romántica en momentos de necesidad.
2. Necesito constante reafirmación de que soy amado/a por mi pareja.
3. Quiero estar cerca de mi pareja, pero me mantengo alejado/a.
4. Me parece que mi pareja no quiere estar tan cerca como yo quisiera.
5. Acudo a mi pareja para muchas cosas, incluyendo consuelo y reafirmación.
6. Mi deseo de mantenerme muy cerca a veces hace que las personas se alejen.
7. Trato de evitar acercarme demasiado a mi pareja.
8. Con frecuencia no me preocupa ser abandonado/a.
9. Usualmente converso sobre mis problemas y preocupaciones con mi pareja.
10. Siento frustraciones si mi pareja romántica no está disponible cuando lo necesito.
11. Estoy nervioso/a cuando mi pareja se acerca mucho.
12. Me preocupa que mi pareja romántica no se preocupa por mi tanto como yo me preocupo por él/ella.

Anexo D. Parte 4 del cuestionario. NSSS-S (New Satisfaction Scale - Short Form).

1	2	3	4	5
Nada satisfecho/a	Algo satisfecho/a	Neutral	Algo satisfecho/a	Muy satisfecho/a

1. La calidad de mis orgasmos.
2. Mi desinhibición y entrega al placer sexual durante mis relaciones sexuales.
3. La manera en la que reacciono sexualmente durante mis relaciones sexuales.
4. El funcionamiento sexual de mi cuerpo.
5. Mi estado de humor después de la actividad sexual.
6. El placer que proporciono a mi pareja.
7. El equilibrio entre lo que doy y lo que recibo en el sexo.
8. La apertura emocional de mi pareja durante la relación sexual.
9. La habilidad de mi pareja para llegar al orgasmo.
10. La creatividad sexual de mi pareja.
11. La variedad de mis actividades sexuales.
12. La frecuencia de mi actividad sexual.