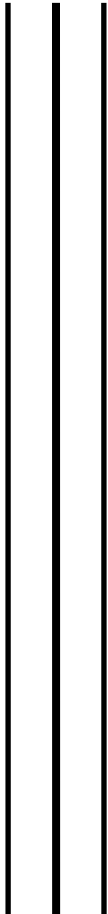




UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia



Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Psicología Clínica

Satisfacción sexual y calidad de vida

Investigación Empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Ruth Estefanía Garduño Gutiérrez

Director: Lic. Estela Parra Estrada

Vocal: Mtra. Karla María González Mancera



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 29 de noviembre del 2019.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

Resumen	2
Introducción	3
Hipótesis	5
Planteamiento del problema	5
Pregunta de investigación	5
Justificación	6
Marco teórico	7
Objetivo general	9
Estudio	9
Método	9
Muestra	9
Procedimiento	10
Instrumentos y materiales	10
Resultados y Análisis	10
Conclusiones	31
Bibliografía	32
Anexos	33

Resúmen:

El ser humano es tan versátil, tan distinto en ideas, creencias y actitudes que no es difícil imaginar su capacidad para plasmar esta singularidad en todas las dimensiones de su vida, entre ellas la sexual. Por lo tanto cada individuo elige como vivir su sexualidad y busca satisfacer sus necesidades sexuales de acuerdo a sus propias expectativas.

En la actualidad la sexualidad ha derribado muchos muros que la mantenían limitada, en la penumbra pero ahora es objeto de investigación, tanto que brilla con reflectores.

La sexualidad es una faceta muy importante en la vida de un individuo, diseñada, impregnada e influenciada por las características que dieron concepción a su personalidad, carácter, ideologías, estilo de vida, entre otros conceptos.

En términos reproductivos la sexualidad cumple una función casi insustituible, sin embargo no es la única, ya que también es un ejercicio satisfactorio, recreativo, de comunicación, de autoconocimiento, de interrelación, y por qué no decirlo de un juego de adultos, y que además juega y tiene un gran impacto en la calidad de vida de los individuos perciben.

Abstract:

The human being is so versatile, so different in ideas, beliefs and attitudes that it is not difficult to imagine his ability to capture this uniqueness in all dimensions of his life, including sexual. Therefore, each individual chooses how to live their sexuality and seeks to satisfy their sexual needs according to their own expectations.

Nowadays, sexuality has demolished many walls that kept it limited, in the dim light but it is now under investigation, so much so that it shines with reflectors.

Sexuality is a very important facet in the life of an individual, designed, impregnated and influenced by the characteristics that gave conception to his personality, character, ideologies, lifestyle, among other concepts.

In reproductive terms sexuality fulfills an almost irreplaceable function, however it is not the only one, since it is also a satisfactory, recreational, communication, self-knowledge, interrelation exercise, and why not say it of an adult game, and that It also plays and has a great impact on the quality of life individuals perceive.

Palabras claves: satisfacción sexual, calidad de vida, sexualidad.

Key words: sexual satisfaction, quality of life, sexuality.

“La sexualidad humana constituye el origen del vínculo más profundo entre los seres humanos y de realización efectiva depende el bienestar de las personas, las parejas, la familia y la sociedad. Es por tanto su patrimonio más importante y su respeto debe ser promovido por todos los medios posibles. La salud sexual es un derecho humano básico y fundamental”. (29 de junio de 1977).

Introducción

El ser humano como muchas otras especies es un ser sexuado, y es capaz de realizar un acto sexual no sólo con un fin reproductivo sino además con un fin claramente recreativo, ya que es capaz de disfrutarlo, de planearlo, de buscar nuevas formas de experimentarlo, de divertirse, de vivirlo plenamente. El ejercicio pleno de la sexualidad se considera una dimensión fundamental en la vida del ser humano.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2006), la sexualidad es “un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”.

Hasta hace una década la sexualidad carecía de tal abanico dimensional, vista desde lo físico y biológico reproductivo, para gradualmente agregar los matices que enriquecen el conocimiento de la sexualidad misma.

De acuerdo con la OMS (2006), la sexualidad es una “dimensión fundamental del ser humano”, “resultado de factores biológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y espirituales” y determina “las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la reproducción, la vinculación afectiva y el amor”. Dimensión fundamental y tan relevante que merece su estudio independiente, su propia exploración personal y su ejercicio libre y pleno.

Cabe mencionar que si bien la sexualidad es influenciada por estos factores mencionados, también responde en primer lugar a un comportamiento instintivo propio de nuestra especie, es decir que puede ser o no aprendida, pero que sin duda se va experimentando y diseñando según las demandas de cada individuo.

Para la OMS (2006), “La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia”.

Es necesario comprender que las expresiones del comportamiento sexual en cada individuo han ampliado los límites de tolerancia al respecto, pues muchas normas sexuales pre establecidas se han modificado, la evolución de los usos y costumbres, la

libertad de expresión, la comunicación global, entre muchos otros aspectos de la vida moderna nos han hecho replantear nuestras ambiciones de satisfacción en lo referente a nuestra vida sexual.

Hablando de la sexualidad como actividad, debemos situarla en un juego que se juega solo o en equipo, donde la respuesta sexual cognitiva y la física van estrechamente de la mano; sin duda las habilidades tanto cognitivas como emocionales, y su funcionamiento biológico interaccionan para construir patrones de comportamiento único para expresar y vivir su sexualidad. (Carvallo, 2002).

Es la sexualidad también en este juego en equipo es una herramienta de comunicación, donde los jugadores pueden expresarse emociones, sentimientos y sensaciones, ya sea verbalmente o no, con un mensaje también satisfactorio o insatisfactorio.

Es entonces la sexualidad un medio de expresión del ser humano, tanto como lo es un lienzo para un pintor, donde cada uno puede darle color y forma a su imaginación. Y así como éste, puede ir perfeccionando su trazo, cambiar de técnica y dejarse ir libre, jugar y descubrir esta dimensión de la vida.

Pero para esto, como lo comenta Barriga (2013) se da gracias a la popularización de los métodos anticonceptivos desde los años 60's del siglo XX, donde las parejas tienen control sobre la natalidad deseada, entonces "El ejercicio sexual, al distanciarse de la posible procreación, sitúa a la pareja en el jardín del puro placer. Se practica sexo por sí mismo. El placer se automatiza: se convierte en fin y no en un simple medio... Ya se puede amar despreocupadamente, centrados exclusivamente en el placer del momento".

Hasta mitad del siglo pasado para la cultura mexicana la sexualidad tenía también un propósito casi reproductivo, era un tema casi tabú regido por la religión predominante en el país. Pero que poco a poco va despertando y cobra relevancia en la vida de cada individuo.

La OMS en 1975 respaldó esta idea asegurando que "Toda persona tiene derecho a recibir información sexual y a considerar que las relaciones sexuales sirven para el placer además de servir para la procreación

Ahora bien, la otra dimensión de estudio es la Calidad de Vida que para para Urzúa y Caqueo-Urizar (2012), es el equivalente a las condiciones de vida observables y cuantificables en una persona, como puede ser la salud física, las relaciones sociales, su situación laboral, entre otros, que son estrictamente objetivos. La Calidad de Vida se puede entender como un sinónimo de satisfacción personal, que de forma sumatoria de agrega valor de satisfacción a los diversos dominios de la vida, tales como la salud, el ambiente físico, los ingresos, la vivienda, entre otros.

Pero algo muy importante que mencionan además estos autores, es que se debe reconocer que dicha satisfacción es una evaluación individual, donde el marco de referencia es personal, donde dicha evaluación puede verse alterada en alguna

situación particular que experimente el individuo en ese momento.

Sería entonces un juicio de valor que es discriminado por la experiencia y cultura que rigen a cada individuo, donde el valor es subjetivo dado los parámetros y estándares ya sea personales o referentes, y el grado de relevancia que que cada uno establece, por encima o debajo de otros dominios fundamentales de la vida, tales como la familia y los grupos sociales, la vida laboral, la estabilidad financiera, por mencionar algunos.

Aunado a lo anterior, para Urzúa y Caqueo-Urizar (2012), la Calidad de vida es además definida como un estado de bienestar general. Ahora bien, para García (2004), el bienestar humano consta de dos dimensiones la objetiva que se ocupa de las condiciones y el modo de vida, el desarrollo económico y el nivel de vida, es decir el vivir bien; y la subjetiva que se ocupa además de la vivencia como tal, de sentirse bien, de tener calidad.

La OMS (1995), definió la Calidad de Vida como la percepción individual de la posición en la vida en el contexto de la cultura y el sistema de valores en el cual se vive y su relación con las metas, expectativas, estándares e intereses.

Hipótesis

Un individuo con una percepción personal sexualmente satisfactoria experimenta un mayor bienestar físico, mental y social, lo que le permite gozar de una mejor calidad de vida.

Planteamiento del problema

El enfoque de salud sexual se dirige primordialmente a la prevención y atención de enfermedades de transmisión sexual, puesto es un tema que en las últimas tres décadas ha visto un surgimiento y repunte del contagio de dichas enfermedades. Si bien el concepto de salud sexual fija nuestra atención directamente a este punto, es interés del presente investigar sobre los efectos que otorga una vida sexual plena en los individuos sobre su calidad de vida. Considerando que una afectación en dicho ámbito constituye también un tema de salud sexual, pues merma el estado de equilibrio entre el bienestar físico, mental y social en el individuo.

Pregunta de investigación

¿Un ejercicio pleno de la sexualidad favorece un estado de bienestar físico, mental y social que nos permita gozar de una mayor calidad de vida? ¿Qué relación existe entre la satisfacción sexual y la satisfacción laboral, material, familiar, social y general?

Justificación

Destacar la relevancia del ejercicio de una vida sexual plena y su efecto en el estado de

ánimo de los individuos, ya que puede influir en la plenitud y satisfacción que guarda al respecto.

La sexualidad como ya se explicó, engloba no sólo el aspecto físico sino también, emociones, creencias, erotismo, espiritualidad, género, entre otras; y si además consideramos que los ámbitos en los que nos desarrollamos forma un todo en nuestra vida, es entonces importante mantener un equilibrio que nos permita vivir en armonía para favorecer y mantener un desarrollo pleno de nuestras funciones.

Se busca establecer si existe una relación entre nuestra propia satisfacción sexual y nuestra calidad de vida, en lo referente a los ámbitos, laboral, material y el social, pues es dónde día con día el individuo encuentra exigencias de desempeño que pueden verse mermadas ante su baja satisfacción sexual.

Como referencia previa se encuentra una encuesta realizada por la Asociación Mexicana de Agencias de Mercado e Investigación (AMAI) titulada "Sexualidad e inteligencia erótica en los mexicanos" (2012); se obtuvieron 7110 entrevistas tanto a hombres y mujeres de entre 18 y 70 años residentes de las principales ciudades de la República Mexicana, la mayoría de los participantes afirmó que no cuenta con muchas experiencias sexuales y a estas las califica de muy insatisfactorias, totalmente opuesto la minoría describe tener muchas experiencias previas y las califica como muy satisfactorias.

Dentro del mismo estudio se abarcó la satisfacción que tienen los sujetos con su vida así como también con su vida sexual, se guarda una posible relación entre ambas al ver que el 28% de los encuestados están satisfechos con su vida y el 34% están también satisfechos con su vida sexual, el rango de edad para las personas más satisfechas se encuentra entre los 37 y 41 años de edad. Sólo el 25 % alcanza un clímax sexual en sus encuentros.

El estudio reveló que los mexicanos tienen encuentros sexuales de 15 a 22 veces por año en promedio, siendo el grupo de 25 a 44 años de edad quienes más encuentros tienen, el 35% de los encuestados mantiene dichos encuentro por las noches, siendo el horario reportado como más recurrente, el 49% indica que los encuentros suceden en su hogar, y el 74% indica que la relación sucede con su pareja oficial.

El 48% de los encuestados acepta masturbarse poco más de una vez por semana, de los cuales el 62% son hombres y el 35% mujeres, las personas entre 18 a 34 años son quienes más recurren a esta práctica.

El 43% indica que una de las principales barreras para lograr disfrutar su vida sexual es el cansancio físico, seguido de la falta de deseo sexual y falta de orgasmo o clímax. También se hace referencia a la pérdida de interés, depresión, miedo al rechazo, tedio y costumbre

Esto nos da un reflejo de la proporción de la población que vive una vida sexual insatisfactoria, al ser la mayoría quien vive insatisfecho nos permite ver la importancia

de investigar sobre su satisfacción sexual y la posible relación que tiene con su calidad de vida.

Marco teórico

Para dar comienzo al tema es necesario definir los temas ejes de este trabajo.

La calidad de vida se entiende como el conjunto de condiciones que contribuyen al bienestar de los individuos y a la realización de sus potenciales en la vida social. Esto depende mucho de la percepción que guarda cada individuo con los estándares de satisfacción que atribuye a cada aspecto en su vida (Galván, 2014).

Entonces se podría decir que 2 sujetos con una calidad de vida semejante, unos podría sentir una relativa satisfacción personal y el otro sentirse insatisfecho.

También resulta útil definir el concepto de percepción, que se conoce como el primer conocimiento de una cosa por medio de las impresiones que comunican nuestros sentidos. Similar al concepto de sensación. Por medio de la percepción las personas son capaces de comprender su entorno y darle un sentido a la información que reciben (Oviedo, 2004).

Por otro lado la sexualidad se define como el conjunto de las condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológicas que caracterizan a cada sexo, también el concepto abarca lo referente al conjunto de fenómenos emocionales y conductuales vinculados al sexo.

La sexualidad y el sexo son dos términos diferentes, pues sexo es el conjunto de características biológicas, fisiológicas y anatómicas que definen a los seres humanos como hombre y como mujer, o como macho y hembra a los animales.

La sexualidad puede ser analizada desde distintos aspectos, tales como:

- Biológicos: Función, anatomía, evolución, fisiología, reproducción, anticoncepción, entre otras.
- Conductuales: Conductas hacia sí mismos y para con otros, prácticas sexuales, otros.
- Clínicos: Disfunciones, trastornos, prevención y tratamiento de enfermedades, etcétera.
- Culturales: Visión antropológica, influencia religiosa, cultural y ética, erotismo, por mencionar algunas.
- Psicosociales: Orientación, satisfacción sexual, desarrollo y evolución sexual, roles sexuales, identidad y género, intimidad y comunicación sexual, fidelidad y amor, entre otros temas.

Es este último aspecto psicosocial el que enmarcará el presente trabajo, que se enfoca en la satisfacción sexual de los individuos y su impacto en otros ámbitos en su vida.

Dentro de este impacto podemos mencionar el referente al estado de ánimo, siendo el resultado de experimentar emociones. El estado de ánimo puede ser normal, elevado o deprimido, que liga directamente con sus expresiones afectivas, en los trastornos de

ánimo los individuos sienten perder esta sensación de control. Se presenta un desequilibrio en la reacción emocional que no se debe a ningún otro trastorno físico o mental (Baena et al, 2005).

El cuerpo humano está provisto de zonas erógenas que al ser estimuladas provocan respuestas sexuales en el mismo que incluyen: emociones, sentimientos amorosos, actitudes, motivaciones (Carvallo, 2002), erecciones, rubores en la piel, aumento de la tensión muscular, excitación, aumento en pulsaciones, entre otras.

Para la Asociación Mexicana para la Salud Sexual A.C. (AMSSAC), la Respuesta Sexual Humana se refiere a todos los cambios corporales que ocurren durante la actividad sexual y la conciben en tres fases: deseo, excitación y orgasmo, que a continuación se describen de manera muy breve.

Deseo: Comienza con el apetito sexual, el interés que siente una persona por tener actividad sexual, independientemente de que la lleve a cabo o no.

Excitación: Cuando el cuerpo se prepara físicamente para llevar a cabo el acto, principalmente con la lubricación vaginal y la erección del pene, sólo para mencionar los más visibles.

Orgasmo: Mediante contracciones involuntarias de la musculatura pélvica que se acompañada de sensaciones intensas en diversas partes del cuerpo, tanto hombre como mujer pueden presentar una eyaculación.

Además de esto es importante mencionar definiciones propias del tema y que Pérez (2013) describe de la manera siguiente:

Erotismo: Capacidad humana de experimentar las respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo, excitación y orgasmo, que son identificados como placer sexual.

Vinculación afectiva: Posibilidad humana de establecer lazos con otras personas que se construyen y se mantienen mediante emociones. El amor representa una clase importante del vínculo afectivo.

La satisfacción sexual es la percepción subjetiva de bienestar, ajuste y agrado por el ejercicio sexual, una respuesta afectiva que surge tras la evaluación que realiza el individuo respecto a su relación sexual, si es que considera que cumplió tanto sus necesidades y expectativas físicas y emocionales acerca del acto como las de su pareja. (Rodríguez, 2010).

Sobre satisfacción sexual, Pérez (2013) recopila de diferentes autores aspectos involucrados como son: la frecuencia de la actividad sexual, la frecuencia y consistencia del orgasmo, el nivel de intimidad, la comunicación con la pareja específica en asuntos sexuales, la calidad de la experiencia sexual, expresión emocional incluso la seguridad emocional que genera y la equidad en la pareja.

El bienestar psicológico se interpreta como la percepción subjetiva que obtenemos cuando realizamos un juicio sobre nuestra satisfacción de vida, donde se pone en

balance las expectativas que tenemos con los logros que hemos alcanzado, esto sobre las áreas a las que asignamos mayor significación en nuestra vida. La personalidad y el ambiente donde el sujeto se desenvuelve juegan un papel importante y de influencia para realizar este tipo de juicios sobre su propio bienestar. (Chico et al, 2012).

Cabe destacar que para la AMSSAC la salud sexual se observa en las expresiones libres y responsables de las capacidades sexuales que propician un bienestar armonioso personal y social, y no se trata simplemente de la ausencia de disfunción o enfermedad.

Objetivo General

Conocer la relación que guarda la satisfacción sexual de los participantes con respecto a su calidad de vida actual.

Objetivo Secundario

Conocer la relación que guarda la satisfacción familiar, laboral, material, social y general de un individuo con respecto a su satisfacción sexual.

Estudio

Para cumplir con el objetivo del trabajo se realizará un estudio cualitativo basado en la situación de vida de los participantes, será de tipo explicativo en busca de la relación causa-efecto entre la calidad de vida sexual de los individuos con el de estado de ánimo que puede experimentar.

Método

Muestra

Se trata de una población heterogénea de ciento treinta y cuatro participantes, en cantidad indistinta de hombres mujeres con mayoría de edad, su estado civil, actividad principal y orientación sexual fueron indistintas, manifestaron deben haber comenzado su vida sexual a la fecha de la investigación aun cuando actualmente algunos no eran sujetos sexualmente activos, la participación e identidad de los individuos es anónima. Debido al alcance de las redes sociales se desconoce la nacionalidad y el país de residencia de los participantes, no se solicitó en ningún apartado especificar estos datos, sin embargo se proyectó y se difundió en grupos sociales de la población mexicana.

Procedimiento

La invitación a participar fue por medio de redes sociales por muestreo incidental, se

realizó una publicación explicando el objeto y alcance de la investigación.

Se dio la siguiente explicación: Como parte de una investigación con carácter académico, se te invita a participar en una encuesta breve sobre sexualidad y calidad de vida, tus respuestas son muy valiosas, por lo que serán confidenciales y se guardará anonimato de los participantes.

Los instrumentos se aplicaron mediante formato digital, se estima que cada participante tardó un máximo de 10 minutos en la resolución del cuestionario.

Una vez recabada la información y siguiendo las instrucciones de validación de cada instrumento se utilizó una base de datos para el análisis y gráficas de datos. Se buscó comprobar o descartar la hipótesis de estudio para presentar el documento final con el resultado de la investigación, así mismo presentar una conclusión que aporte información de utilidad sobre el tema de estudio.

Instrumentos y materiales

- Hoja de datos estadísticos: Busca recabar información sociodemográfica de la población participante
- Autoreporte vivencial: Se presenta una lista de 15 términos que expresan estados emocionales, el participante debe evaluar cada término de acuerdo a la intensidad con que ha experimentado cada vivencia, las posibilidades que se le presentan son: escasamente, moderadamente e intensamente.
- Cuestionario de Bienestar Psicológico CAVIAR: Evalúa el bienestar psicológico y conceptos afines como la calidad de vida, satisfacción personal, entre otras. Consta de 2 partes, la primera es una escala de satisfacción referente los juicios que sobre su vida establecen los participantes, en temas tanto generales como en el aspecto material, personal-social, laboral, familiar y sexual; la segunda es una escala afectiva que comprende afectos positivos o placenteros.

Resultados y Análisis

La meta de alcance de este estudio consistía en lograr la participación de 50 individuos, hombres y mujeres indistintamente, que contaran con mayoría de edad y que ya hubieran iniciado su vida sexual; transcurrido el lapso establecido de 48 horas el total de personas que había contestado el cuestionario fue de 134, 84 personas más de las que esperaba, debido al dinamismo de respuesta que observé decidí permitir el acceso aun cuando la meta se hubiera completado. De los 134 encuestados, 29 son hombres y 105 son mujeres, es decir, el 78.4% de la población encuestada está representada por mujeres. La participación femenina guarda una relevancia significativa en la interpretación de resultados de este ejercicio, debido a su dominante

presencia.

La población cuenta con la mayoría de edad, en edades comprendidas entre 20 y 66 años, de las 134 personas de acuerdo con su edad y su género se encuentran en el siguiente rango:

Cantidad	Hombres	Mujeres	Años	%
24	6	18	18 a 29	17.91
50	10	40	30 a 39	37.31
44	8	36	40 a 49	31.84
12	2	10	50 a 59	8.96
4	3	1	60 a 66	2.98

La mayor parte de nuestra población tiene un promedio de edad comprendido entre 30 a 49 años, considerados como adultos maduros. Sólo se cuenta con la participación de 16 sujetos mayores de 50 años, lo que podría explicarse si consideramos que hay un número menor de usuarios de redes sociales en este rango de edad. El dato que sorprende es menor porcentaje de los adultos jóvenes menores de 29 años que participaron, siendo una población con alta demanda de uso de redes sociales.

Un alto porcentaje de la población (91.8 %) ha comenzado su vida sexual y se mantiene activa sexualmente, el restante 8.2% ha comenzado su vida sexual pero no mantiene una vida sexual en pareja actualmente.

Población	Edad	18-29	30-39	40-49	50-59	50-69	Total
General							134
Vive en soltería		15	20	14	6	0	55
Sexualmente activos		13	19	9	5	0	46
Actividad sexual							
Alta		4	6	4	2	0	16
Media		6	11	4	2	-	23
Baja		3	2	5	2	-	12
Nula		2	1	1	-	-	4
Número de parejas actuales							
1 pareja estable y única		8	9	7	6	-	30
1 o más parejas estables		2	5	2	-	-	9
1 o más parejas casuales		3	3	2	-	-	8
Ninguna pareja		2	3	3	-	-	8
Vive con una pareja		9	30	30	6	4	79

Sexualmente activos	9	30	28	6	4	77
Actividad sexual						
Alta	6	15	9	2	2	34
Media	3	9	15	1	2	30
Baja	-	6	4	3	-	13
Nula	-	-	2	-	-	2
Número de parejas actuales						
1 pareja estable y única	6	25	28	6	3	68
1 o más parejas estables	3	3	2	-	1	9
1 o más parejas casuales	-	2	-	-	-	2
Ninguna pareja	-	-	-	-	-	-

Alta (Por lo menos 1 encuentro o más ala semana, con regularidad)

Media (Por lo menos 1 encuentro o más al mes, con regularidad)

Baja (Poca actividad sexual, ocasional sin regularidad)

Nula (Sin actividad sexual)

Vive en soltería (Soltero/Divorciado/Viudo/Otro)

Vive con una pareja (Casado/Unión libre/Otro)

De acuerdo a su situación de estado civil, 79 de los participantes (58.96 %) vive con una pareja, mientras que 55 vive el soltería (41.04).

De aquellos que viven en soltería, 46 participantes de 55 (88.46%) son sexualmente activos, un porcentaje muy alto al igual que aquellos que viven en pareja donde, 77 participantes de 79 (97.47%) son sexualmente activos. Entonces su situación civil no ha impedido drásticamente su acceso a la sexualidad en pareja, sin embargo hablando de actividad sexual, la población que vive con una pareja reporta una mayor actividad sexual con respecto a la población que vive en soltería.

De los 55 individuos viviendo en soltería, 16 reportan una actividad sexual alta (29.09%), 23 de ellos una actividad media (41.82%) 12 mantiene una actividad baja (21.82%) y 4 su actividad es nula (7.27%). Por el contrario de los 79 individuos viviendo en pareja, 34 tienen una actividad alta (43.04%) y 30 una actividad media (37.97%), 13 (16.46%) tiene una actividad media y 2 su actividad es nula (2.53%); es decir que la población en pareja tienen acceso a un mayor número de encuentros sexuales.

Con respecto al número de parejas sexuales actuales, de la población en soltería 30 de los 55 individuos mantiene una práctica sexual con una sola pareja estable (54.55%), mientras que 68 de los 79 sujetos viviendo en pareja tiene una mayor incidencia de encuentros con una pareja única (86.08%). Las cifras indican que es más frecuente que la población soltera recurra a encuentros con más de una pareja sexual, ya que 25 de 55 individuos (45.45%) reconocen encuentros múltiples tanto estables o recurrentes como casuales u ocasionales con más de un individuo, por el contrario la cifra en los individuos viviendo en pareja sólo es de 11 de 79 (13.92%).

La población contiene sesgo de participación importante en los rangos de edad de los encuestados, por lo que no me es posible presentar una tendencia de la actividad sexual entre la población de adultos jóvenes, adultos maduros y adultos mayores, ya

que la tendencia como se mencionó previamente se inclina hacia la población de adultos mayores.

Adicionalmente presento cifras de los mismos datos segmentadas por género de la población encuestada, donde observamos como ya se mencionaba antes, que la participación masculina ha sido inferior de forma notoria, lo cual no sería posible explicar con los ítems de este ejercicio, solo cabe destacar que la convocatoria de participación careció de discriminación de género, ya que se realizó en igualdad de condiciones para ambos y en foros de redes sociales con población mixta, se desconoce además la relación que guarda la presencia de hombres y mujeres en dichos medios digitales; esto sólo parece indicar que existió menor interés de participación en temas sexuales por parte de los hombres que tuvieron acceso a la convocatoria con respecto a las mujeres.

A pesar de lo anterior, las cifras no dejan de ser interesantes ya que se indica lo siguiente:

Población	Edad	18-29	30-39	40-49	50-59	60-69	Total
Hombres							29
Vive en soltería		4	5	1	-	-	10
Sexualmente activos		4	5	1	-	-	10
Actividad sexual							
Alta		1	1	1	-	-	3
Media		2	4	-	-	-	6
Baja		1	-	-	-	-	1
Nula		-	-	-	-	-	-
Número de parejas actuales							
1 pareja estable y única		2	3	1	-	-	6
1 o más parejas estables		1	2	-	-	-	3
1 o más parejas casuales		1	-	-	-	-	1
Ninguna pareja		-	-	-	-	-	-
Vive con una pareja		2	5	7	2	3	19
Sexualmente activos		2	5	7	2	3	19
Actividad sexual							
Alta		2	3	1	-	2	8
Media		-	1	6	1	1	9
Baja		-	1	-	1	-	2
Nula		-	-	-	-	-	-
Número de parejas actuales							
1 pareja estable y única		2	3	6	2	2	15
1 o más parejas estables		-	1	1	-	1	3
1 o más parejas casuales		-	1	-	-	-	1
Ninguna pareja		-	-	-	-	-	-

Alta (Por lo menos 1 encuentro o más ala semana, con regularidad)

Satisfacción sexual y calidad de vida

Media (Por lo menos 1 encuentro o más al mes, con regularidad)

Baja (Poca actividad sexual, ocasional sin regularidad)

Nula (Sin actividad sexual)

Vive en soltería (Soltero/Divorciado/Viudo/Otro)

Vive con una pareja (Casado/Unión libre/Otro)

De un total de 29 hombres encuestados, 19 indican vivir en situación de pareja (65.52%) y 10 en soltería (34.48%), un hecho destacable es que sin importar su condición civil, la población masculina es sexualmente activa en su totalidad. Con una actividad sexual calificada media preferentemente y seguida por una actividad alta.

De la población en soltería el 60% convive sexualmente con una sola pareja estable y el 78.95% de los individuos que viven en pareja presenta la misma situación.

Población	Edad	18-29	30-39	40-49	50-59	60-69	Total
Mujeres							105
Vive en soltería		11	15	13	6	-	45
Sexualmente activas		9	14	8	5	-	36
Actividad sexual							
Alta		3	5	3	2	-	13
Media		4	7	4	2	-	17
Baja		2	2	5	2	-	11
Nula		2	1	1	-	-	4
Número de parejas actuales							
1 pareja estable y única		6	6	6	6	-	24
1 o más parejas estables		1	3	2	-	-	6
1 o más parejas casuales		2	3	2	-	-	7
Ninguna pareja		2	3	3	-	-	8
Vive con una pareja		7	25	23	4	1	60
Sexualmente activas		7	25	21	4	1	58
Actividad sexual							
Alta		4	12	8	2	-	26
Media		3	8	9	-	1	21
Baja		-	5	4	2	-	11
Nula		-	-	2	-	-	2
Número de parejas actuales							
1 pareja estable y única		4	22	22	4	1	53
1 o más parejas estables		3	2	1	-	-	6
1 o más parejas casuales		-	1	-	-	-	1
Ninguna pareja		-	-	-	-	-	-

Alta (Por lo menos 1 encuentro o más ala semana, con regularidad)

Media (Por lo menos 1 encuentro o más al mes, con regularidad)

Baja (Poca actividad sexual, ocasional sin regularidad)
Nula (Sin actividad sexual)

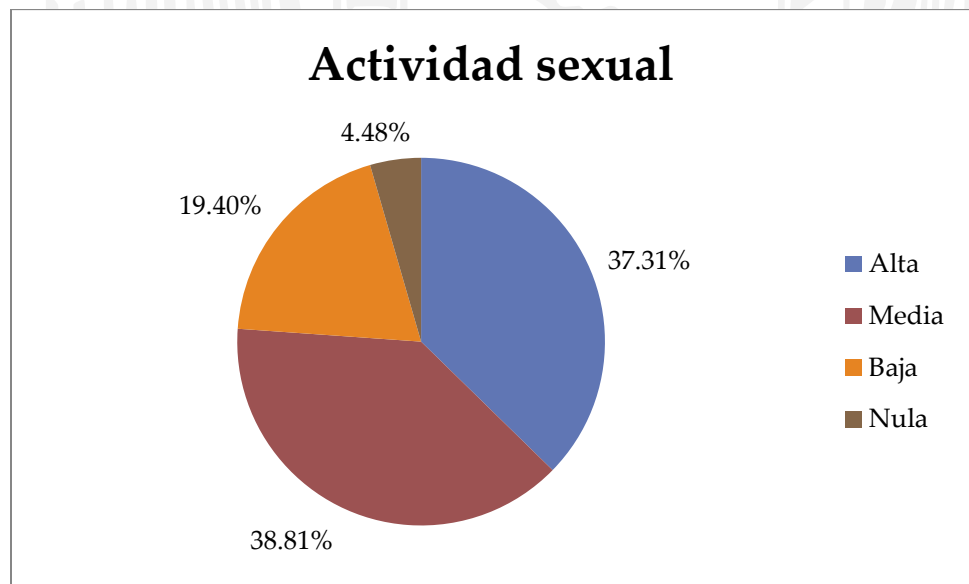
Vive en soltería (Soltero/Divorciado/Viudo/Otro)
Vive con una pareja (Casado/Unión libre/Otro)

Caso contrario es el que observamos en la población femenina donde de 105 encuestadas 45 (42.86%) vive en soltería y sólo el 80% es sexualmente activa, la mayoría reporta una actividad sexual media seguida de alta, el 53.3% de esta población guarda una relación con una pareja única y estable.

Con respecto a la población total, los números suben ya que de 105 encuestadas 60 vive en pareja (57.14%), donde el 96.67% es sexualmente activa, y aquí la actividad sexual se ve preferentemente alta seguida de media, además el 88.33% guarda una relación con una pareja única y estable.

Son el grupo femenino quien nos da la totalidad de las cifras de actividad sexual nula principalmente en el grupo de edad comprendido entre los 18 y 29 años de edad, y la población adulta madura indica que no convive con ninguna pareja sexual actualmente.

Ahora bien, de manera individual se muestran los resultados por cada pregunta realizada.



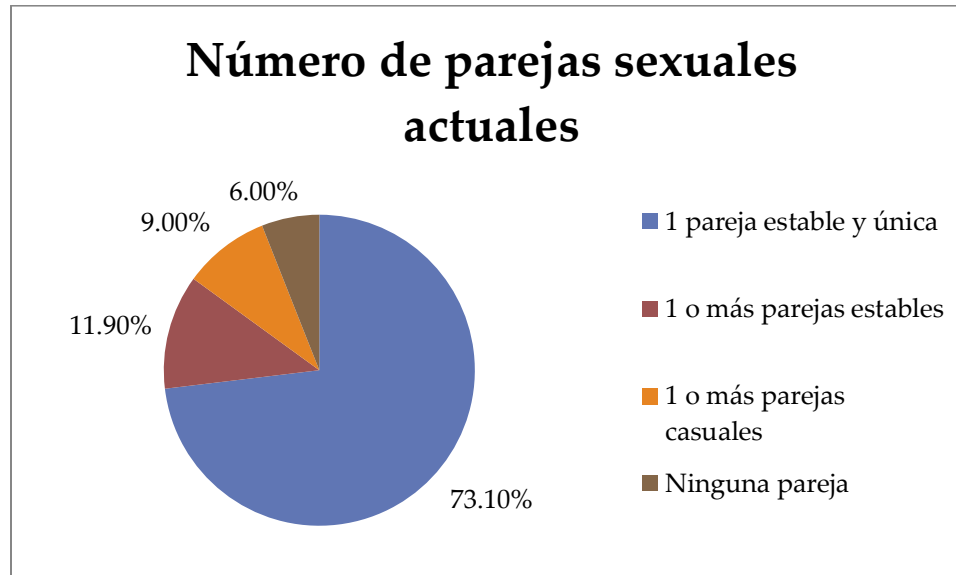
Rango	No. De respuestas
Alta (Por lo menos 1 encuentro o más a la semana, con regularidad)	50
Media (Por lo menos 1 encuentro o más al mes, con regularidad)	52
Baja (Poca actividad sexual, ocasional sin regularidad)	26
Nula (Sin actividad sexual)	6

La población presenta una vida sexual bastante activa, al ser éste el principal tópico de este trabajo me permitió tener material útil para realizar mi análisis. El 38.81% de la población en estudio mantiene una vida sexual con actividad media, donde sostiene por

lo menos 1 encuentro sexual o más al mes, es una actividad que realiza con regularidad.

Además existe un 37.31% de la población que mantiene una actividad por encima de este nivel, manteniendo por lo menos 1 encuentro sexual, se considera que vive una actividad sexual alta con regularidad.

Al ser necesario considerar el opuesto de actividad se catalogó con un nivel bajo a aquellos individuos con poca actividad sexual, con encuentros ocasionales sin regularidad en tiempo, donde el 19.70% se identificó, y para terminar se consideró una actividad nula a aquellos quienes no mantienen ningún encuentro casual actualmente, donde 4.48% se sitúa.



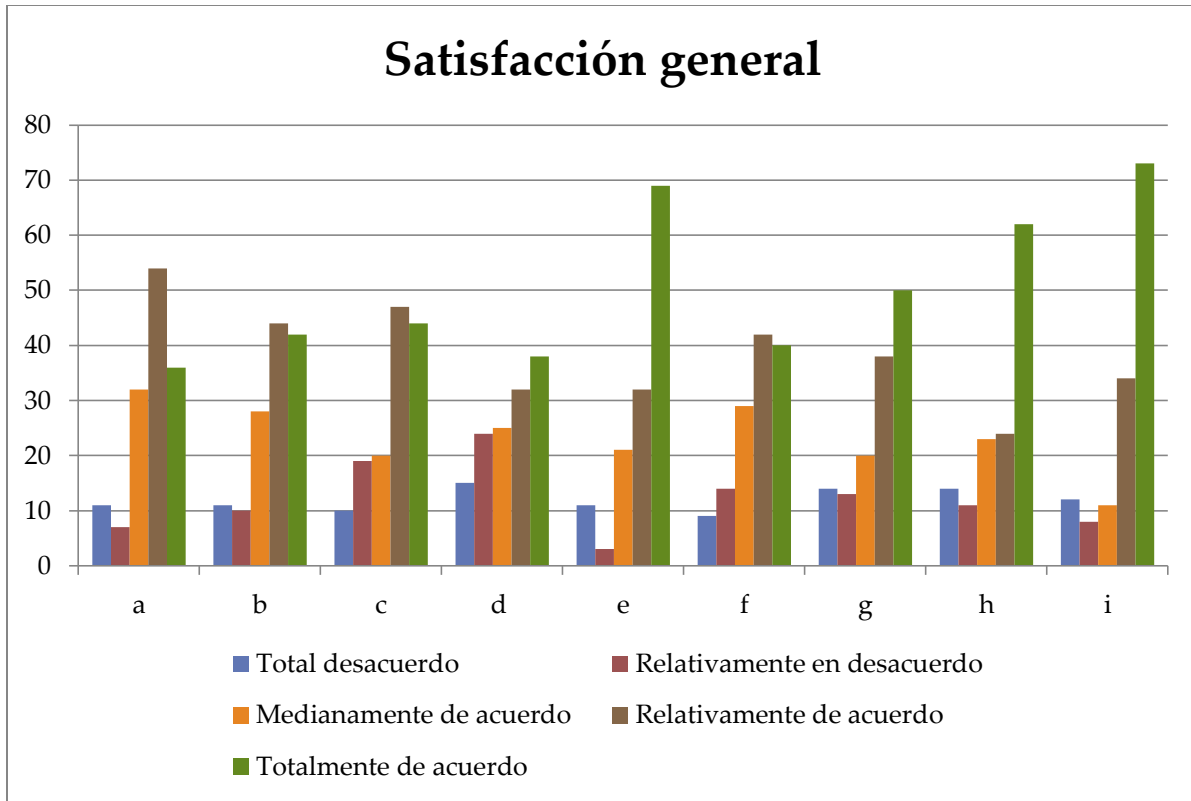
Rango	No. De respuestas
1 pareja estable y única	98
1 o más parejas estables	16
1 o más parejas casuales	12
Ninguna pareja	8

Al cuestionar sobre el número de parejas actuales, la mayoría es representada por el 73.10% de la población que indica mantener una vida sexual monógama, donde concurren encuentros con sólo una pareja, no significa que hubiera sido su única pareja en el transcurso de su vida, sino que actualmente convive con sólo una y que además encuentra cierta estabilidad en su contacto sexual.

Adicionalmente encontré que el 11.9% mantiene una vida sexual con más de 1 pareja contemporánea, son polígamos y consideran a sus relaciones como estables.

En encuentros casuales con 1 o más parejas se encuentra el 9% de los individuos, parejas que carecen de regularidad y que pueden sostener encuentros fortuitos.

Y el resto de la población, es decir el 6%, niega tener una pareja actual.



- a. Todo me parece interesante
- b. He visto cumplidos mis deseos más importantes
- c. Se me han abierto muchas puertas en mi vida
- d. Puedo olvidar sucesos pasados desagradables
- e. Disfruto de la vida
- f. Siento que todo me va bien
- g. Tengo una vida tranquila
- h. Tengo confianza en el futuro
- i. Tengo lo necesario para vivir

Comenzando el tema de satisfacción, se proporcionaron diversas afirmaciones respecto a temas generales y se presentan las respuestas más votadas a continuación:

Cuando se les cuestiona sobre su interés general en los asuntos cotidianos de su vida la mayor parte contestó estar relativamente de acuerdo con esta afirmación, en segundo y tercer lugar casi en igual proporción hay quienes aseguran tener un total interés y de quienes están medianamente de acuerdo. Es decir tenemos un conjunto de individuos que expresa prestar atención a lo que ocurre en su cotidianeidad.

En sentido de realización la mayoría está relativamente de acuerdo en ver cumplidos a la fecha sus deseos más importantes y le siguen quienes están en total acuerdo con esta expresión. Hablamos de individuos que han fijado metas y han conseguido alcanzarlas.

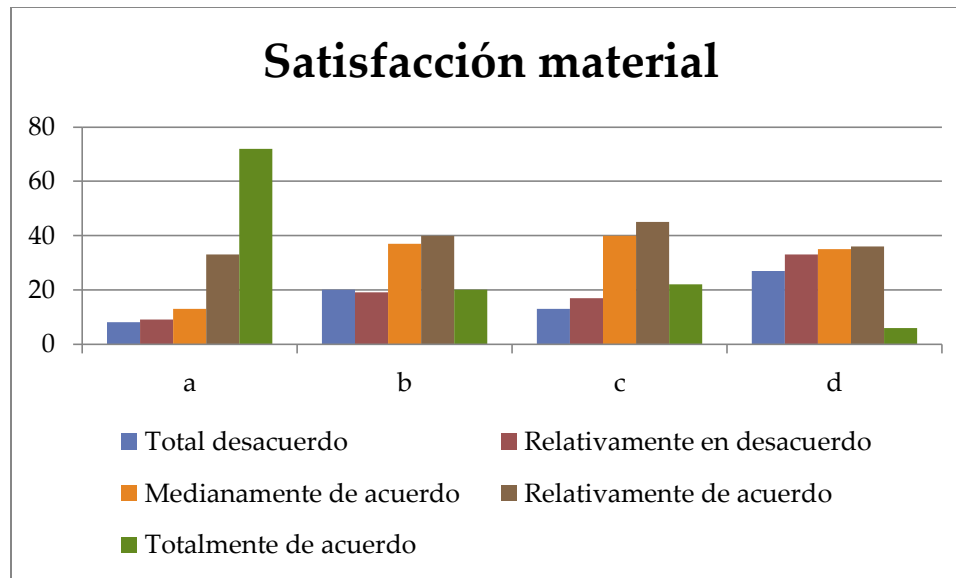
Por otro lado la mayoría se expresa capaz de olvidar los sucesos desagradables de su pasado y le siguen los que están relativamente de acuerdo también, sin embargo, es quizá una de las preguntas donde es importante resaltar que un número significativo no comparte esta opinión.

Respecto a disfrutar la vida, un número por encima de la media está totalmente de acuerdo con esta oración y se le suman en segundo lugar quienes están aun relativamente de acuerdo.

De igual forma la mayoría se siente relativamente satisfecha con lo que sucede en su vida pues considera que todo marcha bien, casi a la par de quienes están totalmente satisfechos con este aspecto. De igual forma disfrutar de una vida tranquila fue calificada más alta por quienes aseguran estar totalmente de acuerdo seguidos de quienes se sienten relativamente satisfechos con este aspecto.

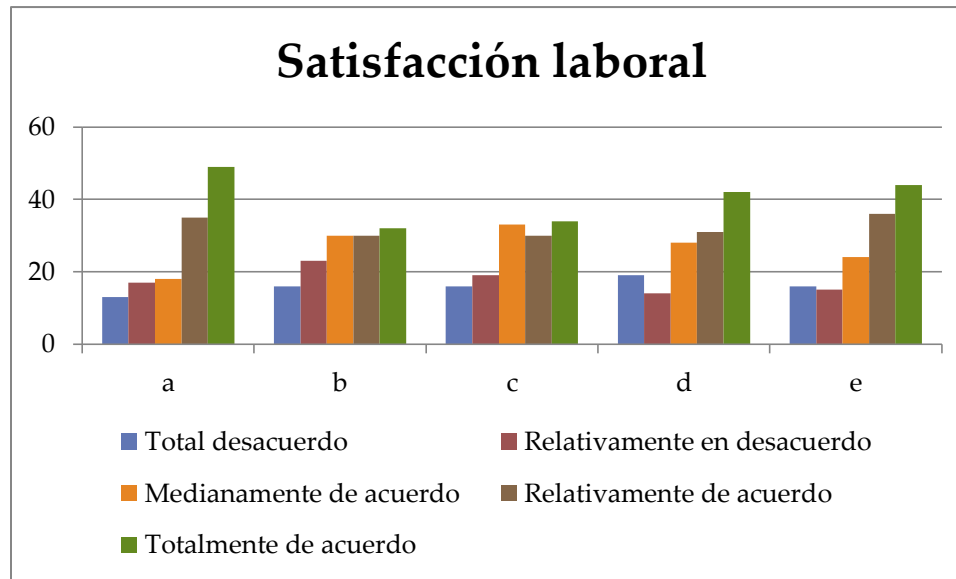
Quienes tienen actualmente lo necesario para vivir y que además tienen confianza en el futuro lideran la encuesta al sentirse totalmente de acuerdo con esto, cifras muy altas con respecto al resto de las opciones.

Se puede concluir que la población cuenta con una satisfacción favorable, relativa y/o totalmente favorable en el aspecto general de su vida, que goza de tranquilidad, que tiene planes a futura y esperanza de cumplirlos, que actualmente tiene aquello que considera necesario para vivir, entre otras cosas.



- a. Tengo lo necesario para vivir
- b. Creo que tengo una vida material asegurada
- c. Mi situación económica es próspera
- d. Tengo garantizado mi futuro económico

La satisfacción material va enfocada tanto al tiempo presente como al futuro, da un aspecto de estabilidad financiera y de prosperidad, donde la mayoría de los participantes está totalmente de acuerdo con que cuenta actualmente con todo lo necesario para vivir, lo que podría ser una vivienda en renta o propia, quizá un vehículo para transporte, los medios económicos para la compra de enseres básicos y alimentos, acceso a educación o trabajo remunerado, acceso a servicios de salud, actividades deportivas y recreativas, solo por mencionar algunas; sin embargo sólo relativamente o medianamente están de acuerdo con que su situación es próspera, es decir, cuenta con lo suficiente pero no tienen abundancia económica, situación que ante algún imprevisto podría cambiar en cualquier momento su estabilidad actual, califican de igual forma el hecho de su vida material está asegurada, es decir vislumbran que a futura contarán con las mismas oportunidades o condiciones de las que ahora gozan pero por el contrario hay una cercana diferencia entre tener su futuro económico asegurado o no, lo cual puede ser incierto.



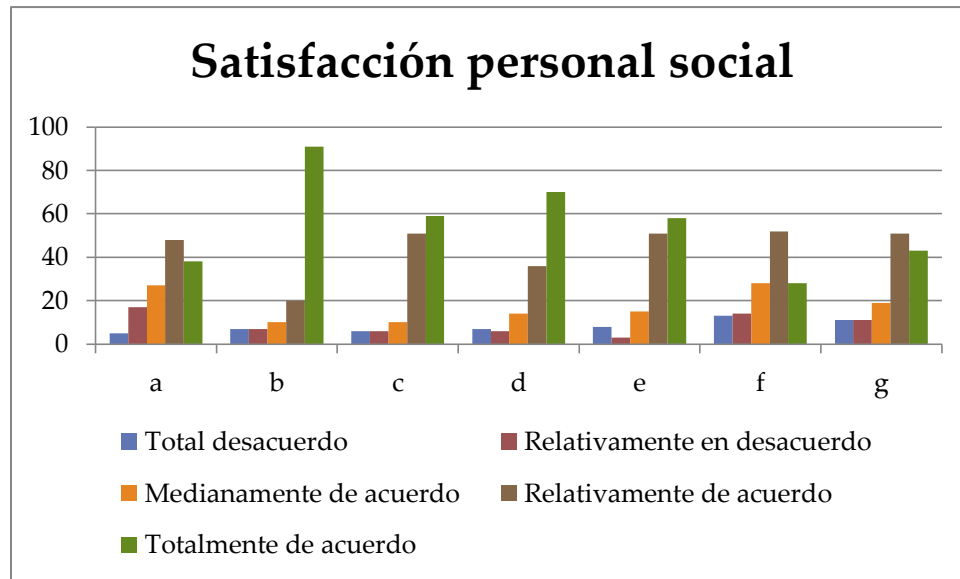
- a. Mi trabajo me agrada
- b. Mi trabajo da sentido a mi vida
- c. Mi trabajo es variado
- d. Mi trabajo me permite independencia económica
- e. Estoy satisfecho (a) con mi trabajo

La satisfacción laboral muestra una tendencia favorable en varios aspectos de la vida productiva y económica de los encuestados, con mayoría de afirmaciones con totalidad de acuerdo en cuanto al agrado que siente por su actividad laboral, puede ser el lugar, la empresa, las funciones que realiza, sus métodos y metas laborales, entre otras, así como también se sienten total o relativamente satisfechos con su trabajo.

En cuanto a la versatilidad en su trabajo y el sentido que aporta a sus vidas no se nota una marcada diferencia entre estar medianamente, relativamente o totalmente de acuerdo, hay diferentes opiniones al respecto. Y es que un trabajo variado fomenta la creatividad en los individuos, los aleja de la rutina, lo que frena un poco el hostigamiento que pueden presentar.

Sobre el sentido que aporta a sus vidas parece ser que no es una respuesta tan rotunda, pero si nos deja ver que la mayoría realiza actividades enriquecedoras que agregar valor a su sentido de vida, que les permite crecer día con día, aunque sea de forma paulatina puede que les permita enfrentarse a retos atractivos por dominar.

Consideran como un hecho que su trabajo les permite disfrutar de una independencia económica, con un salario competitivo quizá, suficiente para cubrir sus necesidades.



- a. Me creo útil y necesario para la gente
- b. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona
- c. Tengo confianza en mí mismo
- d. Tengo buenas relaciones con las demás personas
- e. Estoy contento (a) con mi forma de ser
- f. Tengo las condiciones físicas que deseo tener
- g. Tengo buena salud

Un aspecto fundamental en la vida del ser humano es su relación con sus semejantes, poseemos una naturaleza franca a la convivencia, somos seres sociables al igual que muchas otras especies, así que la satisfacción percibida en este rubro es igualmente importante.

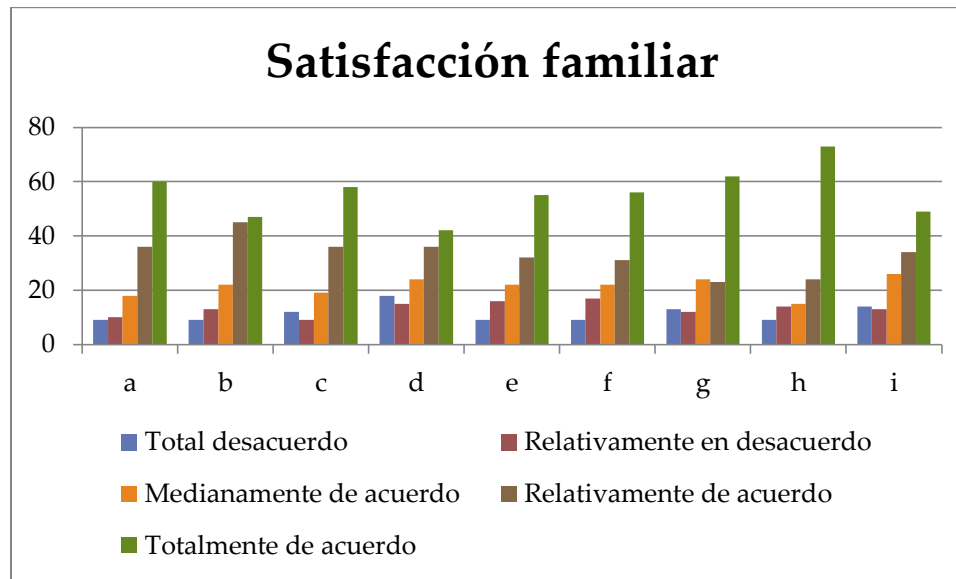
Con una clara tendencia de mayoría encontramos que los individuos están totalmente de acuerdo con que poseen un valor personal tan importante como cualquier otra persona que conocen, es decir sólo la minoría se siente con poca autoestima.

Así mismo encuentro que la mayoría de personas posee no solo autoestima sino que además perciben una autoconfianza razonable sobre sus capacidades. Están contentos con su forma de ser total o relativamente en su mayoría, lo que les permite gozar de tener buenas relaciones sociales con otras personas.

Reconocen y se sienten útiles y necesarios para otros, como puede ser en su círculo familiar, laboral, social, religioso entre otros, donde aportan ideas, trabajo, apoyo, compañía, o más.

Finalmente tienen un relativo acuerdo en su mayoría, con su condición general de salud, seguidos de otros que si están totalmente de acuerdo en gozar de una óptima salud general. Ahora bien de la mano se encuentran las condiciones físicas que poseen con aquellas condiciones que anhelan, dónde sólo visualizamos que están relativamente

de acuerdo con esta situación, en un nivel muy inferior y con el mismo puntaje le siguen quienes están medianamente o totalmente de acuerdo.



- a. Me siento feliz en mi hogar
- b. Mi familia acepta y sobrelleva mis defectos
- c. Mi familia me brinda seguridad y apoyo para resolver mis problemas
- d. En mi casa se reparten las responsabilidades y tareas domésticas
- e. Puedo conversar con mi familia sobre diversos temas sin temor
- f. Mi familia respeta mis intereses y necesidades
- g. En el hogar me siento útil y necesario
- h. Me siento comprendido por mi familia

Hablando de su satisfacción familiar, en el total de las oraciones propuestas se obtuvo una mayoría de respuestas que afirman sentirse totalmente de acuerdo con cada una de ellas.

Es decir, son individuos que disfrutan pasar tiempo en su hogar, pues se siente felices en ese ambiente, sus familiares los aceptan tal cual son, reconocen sus defectos y sobrellevan cada situación que se presenta.

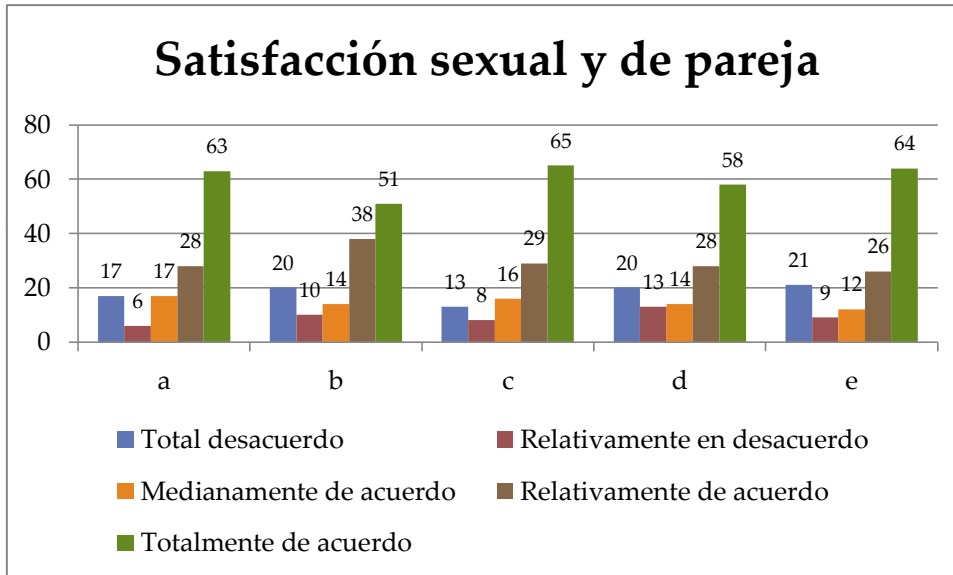
Su familia es un grupo social óptimo que les brinda seguridad y apoyo para resolver las dificultades que se les presentan, incluso donde conviven se presta para tratar temas de conversación diversos en un ambiente de seguridad y confianza donde sin temor a ser juzgados o reprendidos pueden exponer sus preocupaciones u opiniones.

Viven además en un entorno donde se respetan sus intereses y necesidades personales, esto les permite sentir comprensión por parte de su núcleo familiar.

Además se perciben como miembros útiles y necesarios para la familia, dónde las responsabilidades y tareas domésticas son repartidas con equidad entre sus miembros.

Un pilar fundamental en la vida de los individuos es su círculo familiar, es su primer grupo social del cual adquiere gran información inicial para el comienzo de su vida,

además aporta usos y costumbres influyentes en su vida.



- a. Disfruto el deseo sexual de mi pareja
- b. Me siento feliz con mi pareja
- c. Expreso mi deseo sexual a mi pareja
- d. Cuento con el apoyo de mi pareja para resolver problemas personales
- e. Me siento querido (a) por mi pareja

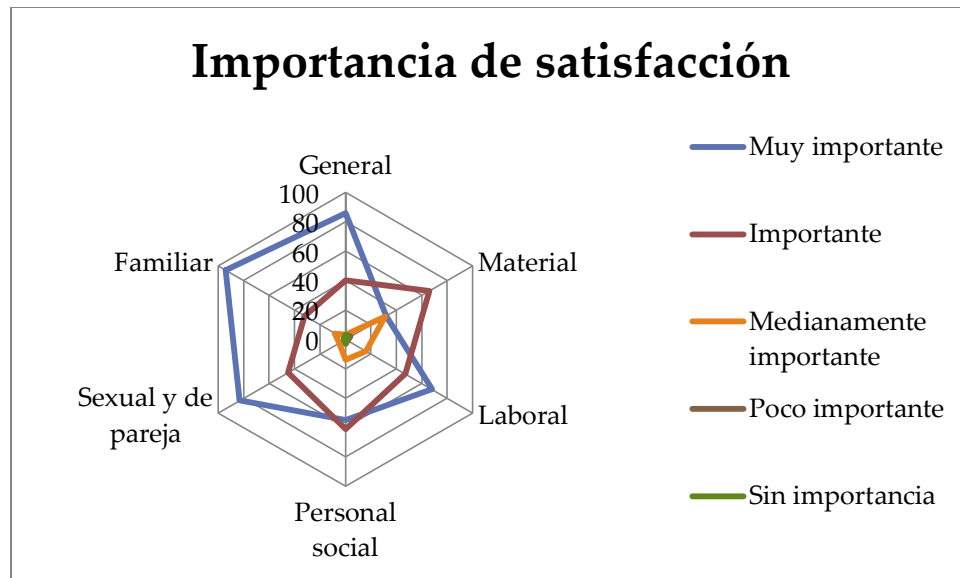
Como tema fundamental de este trabajo, se presenta la satisfacción sexual de nuestra población encuestada. Nuevamente encuentro una clara tendencia de respuestas que se inclinan a asegurar estar totalmente de acuerdo con las oraciones presentadas.

De esta forma la población indica disfrutar el deseo sexual de sus parejas así como sentirse feliz con ellas, en muchas ocasiones como ya lo presente anteriormente, varios encuestados disfruta de una vida sexual con 1 o más parejas.

Además de disfrutar el deseo sexual de sus parejas son capaces de expresar su propio deseo, hecho importante que le brinda a la pareja una comunicación abierta donde es posible encontrar una reciprocidad de empatía para los deseos sexuales propios y de su compañero sexual.

Es importante destacar que además de reconocerse como miembro de una pareja, somos individuos también, es decir, contemplamos tanto aspectos de la vida diaria en conjunto como individuales, en ese sentido es posible que enfrentemos problemáticas den lo particular que resolver; esta población afirma que precisamente encuentra en sus parejas el apoyo para resolver sus problemas personales.

Por último estos individuos encuentran en su pareja un aspecto emocional en sus relaciones pues se sienten queridos por su compañero sexual



De los aspectos de satisfacción anteriormente presentados, se le pidió a la población indicar la importancia que guarda cada rubro en su vida, a continuación se presentarán los resultados de acuerdo al puntaje máximo que alcanzaron las respuestas.

Se encontró que la satisfacción familiar es muy importante para ellos, si recordamos este aspecto estaba calificado con un alto nivel de satisfacción por lo que es un aspecto en su vida que guarda una relación de importancia satisfacción bien equilibrado.

También muy importante es la satisfacción en general que guardan para su vida, en este sentido los resultados aunque claramente presentan una satisfacción favorable, se observa que hay aspectos que pueden subir a un nivel más deseable aún.

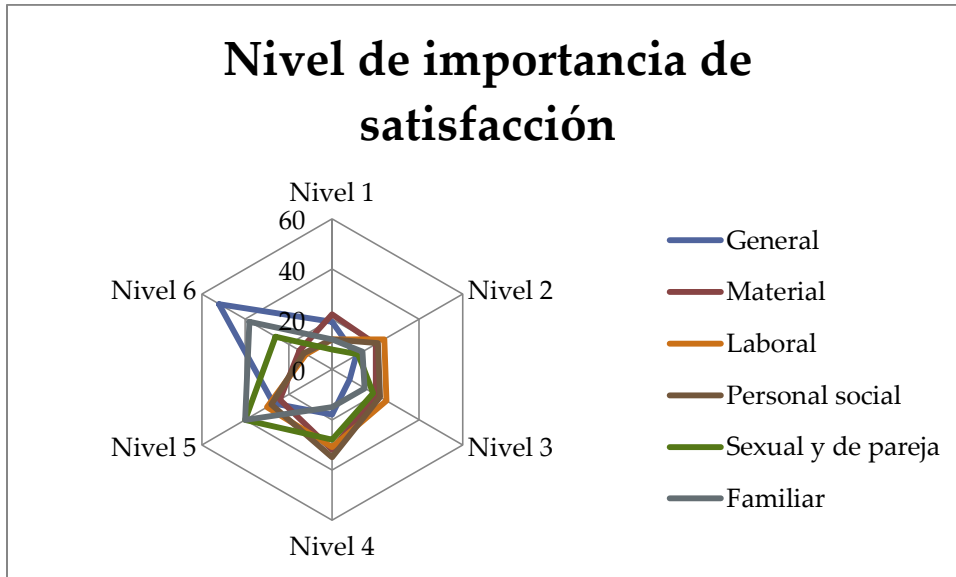
La satisfacción sexual alcanza también una mayoría de importancia relativa en sus vidas, como eje de este trabajo es relevante encontrar que la relación de satisfacción que perciben versus la importancia que le han asignado está en muy buen equilibrio, pues es un aspecto que alcanza una satisfacción notoria.

Le sigue la satisfacción laboral, donde como se recordará cuentan con una buena aceptación de situación laboral actual y para la mayoría de encuestados este aspecto es también señalado como muy importante.

La satisfacción material es para la mayoría importante pero no es aspecto más importante que encuentran en este momento, si bien la mayoría estableció que cuenta con cierta estabilidad económica actual no sienten una plena confianza en que su futuro está resuelto o garantizado.

Por último pero no lejos del resto se encuentra como sólo importante la satisfacción en el plano personal social, que también arrojó un buen nivel de satisfacción así que es

también un aspecto que guarda un equilibrio en los individuos.



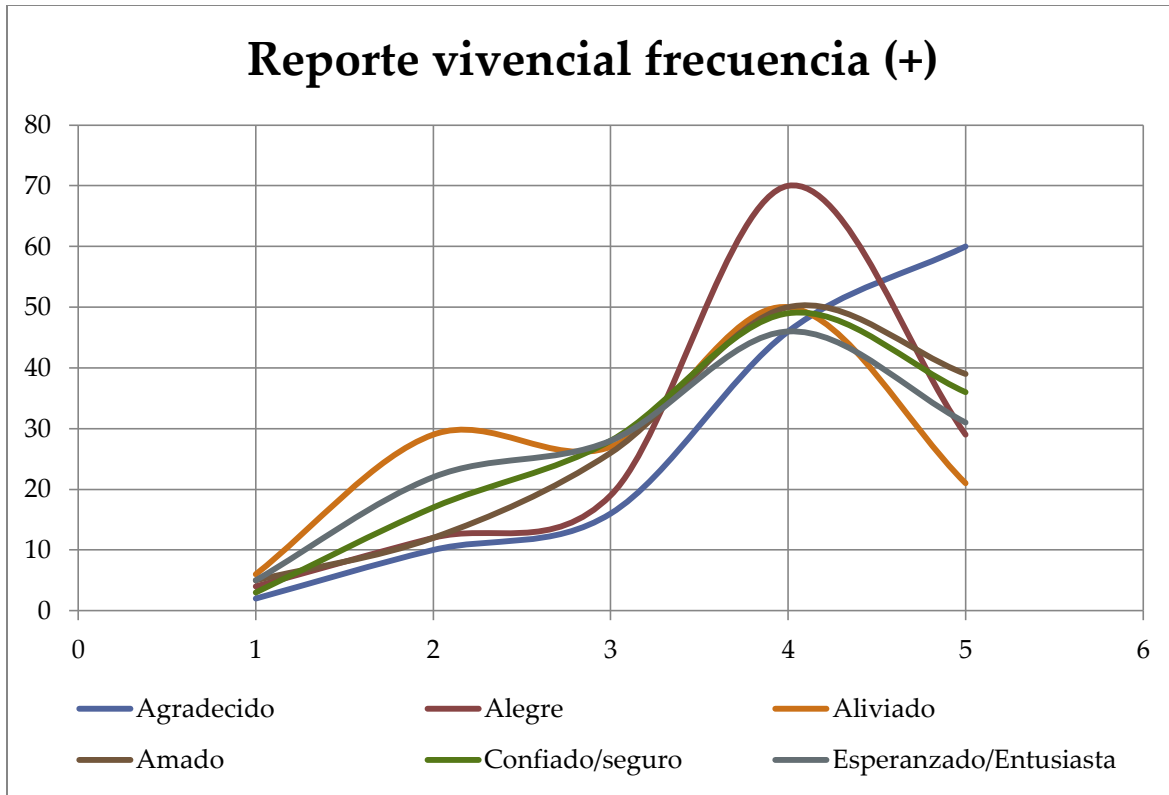
De acuerdo a los valores asignados por la mayoría, donde el nivel 1 es el aspecto de satisfacción que guarda menor importancia relativa frente a los restantes, y el nivel 6 es el aspecto más importante que debe verse satisfecho en sus vidas, la jerarquía o nivel de importancia queda de la siguiente manera:

- Nivel 1: Material
- Nivel 2: Laboral
- Nivel 3: Social
- Nivel 4: Familiar
- Nivel 5: Sexual
- Nivel 6: General

Es así que el aspecto general y sexual son los valores que son más importantes para estos individuos, seguidos muy de cerca por el aspecto familiar.

Si consideramos que la vida sexual de los individuos tiene un nivel alto de importancia justifica en parte todos los estudios que se realicen en torno a ella en pro de disfrutar una vida sexual en plenitud.

Por otra parte la satisfacción general tienes ciertos aspectos ligados a la calidad de vida por lo que encontramos aquí una primera relación de los puntos de estudio del presente trabajo.

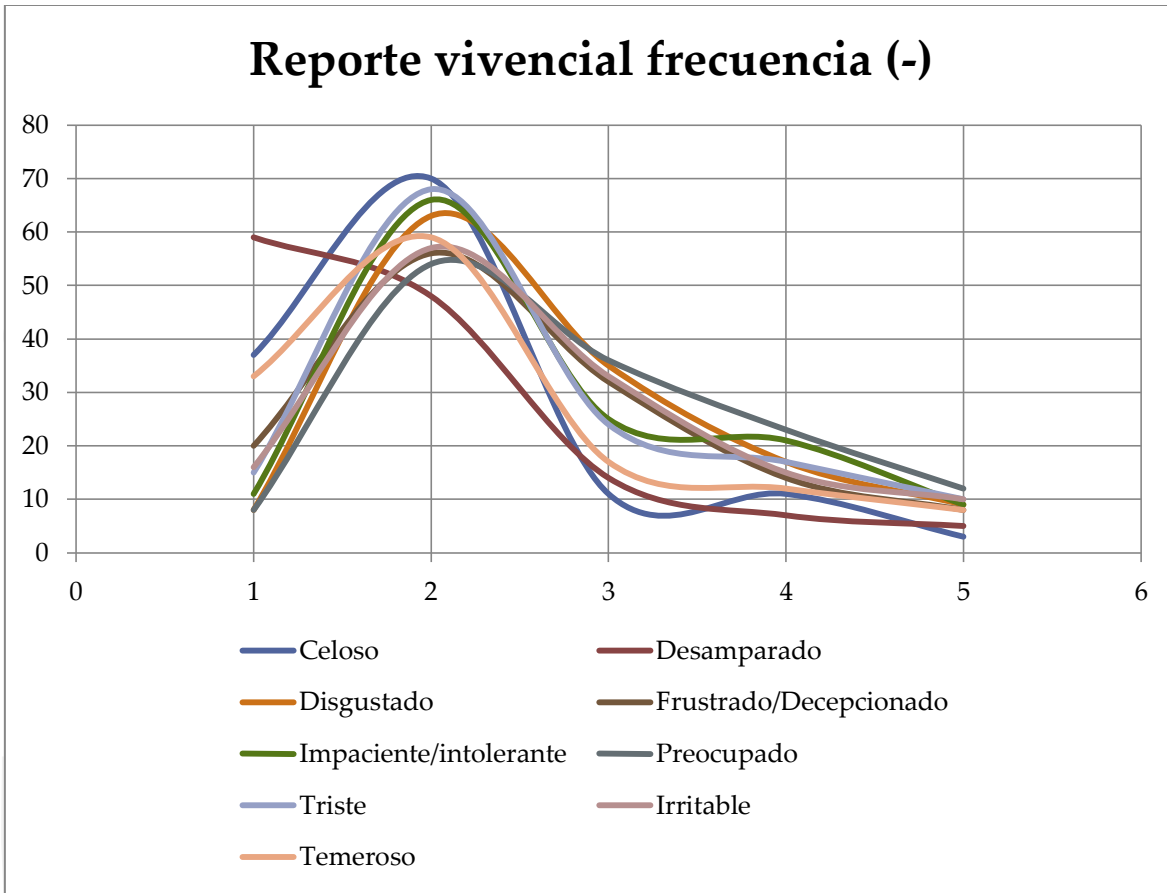


Hablando de emociones percibidas consideradas como positivas para los individuos, encontramos que la mayoría logra experimentar continuamente alegría así como agradecimiento.

Un poco menos frecuente pero si presente es cuando se siente amado y a la vez confiado y seguro.

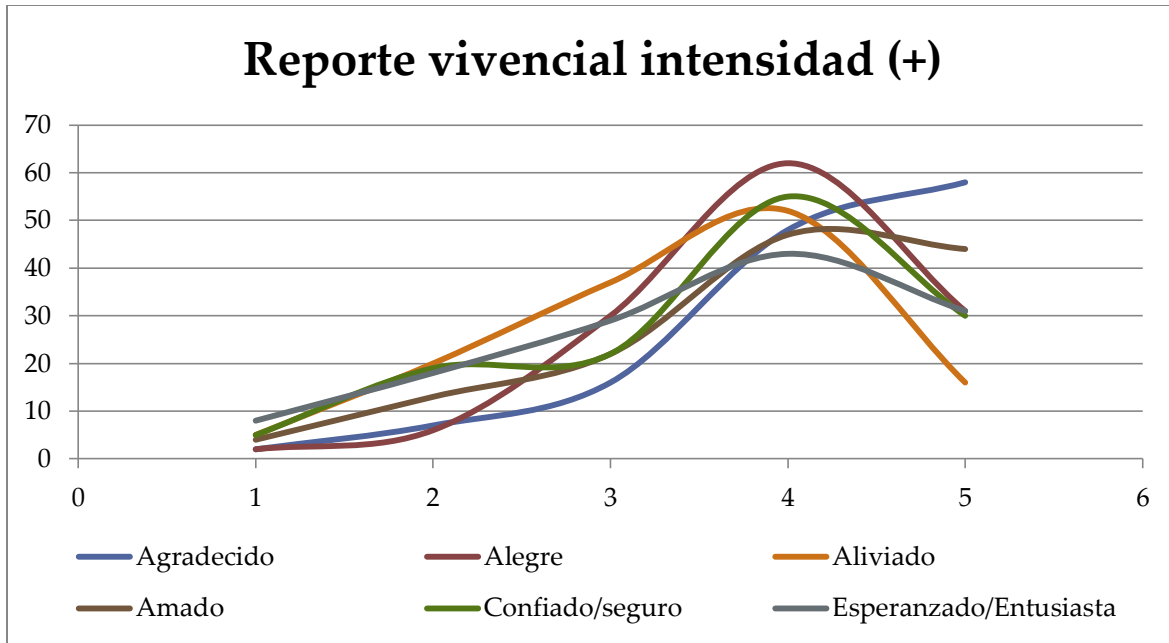
Le sigue en frecuencia un estado de alivio para terminar con entusiasmo y esperanzado.





Así también logra experimentar emociones adversas donde con mayor frecuencia identifica celos, seguido de tristeza, impaciencia e intolerancia, aún con menos frecuencia se muestra disgustado.

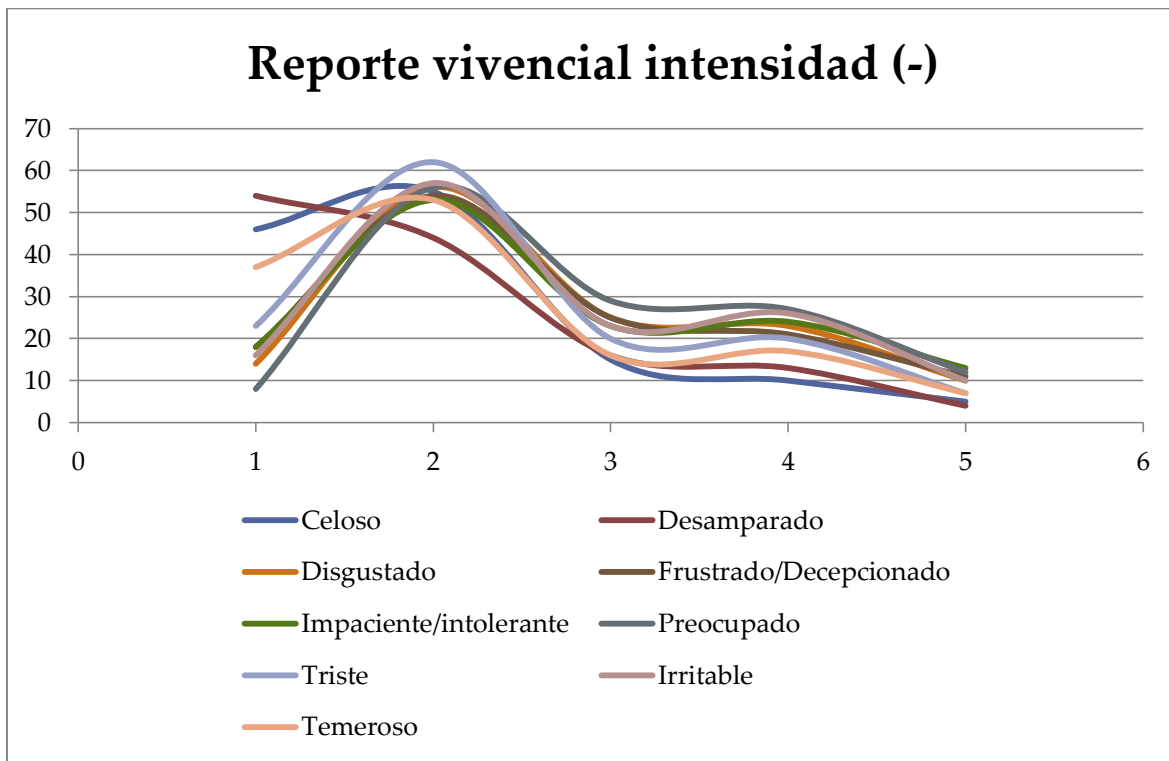
Otras tantas veces se muestra temeroso, frustrado y decepcionado, desamparado para finalmente y menos frecuente experimentar preocupación.



Si hablamos de intensidad igualmente experimenta mayormente de alegría, seguido de agradecimiento.

En menor intensidad se siente confiado y seguro y después aliviado.

Con un poco menos de intensidad se siente amado y finalmente esperanzado y entusiasta.



Con mayor intensidad percibe estados de tristeza, seguidos en orden decadente de celos e incertidumbre, preocupación, frustración y decepción, impaciencia e intolerancia y por último temeroso.

Ahora bien segmentando la población encuestada según los resultados sobre su satisfacción sexual, eje de nuestro análisis, se presenta el siguiente resumen:

Grado de satisfacción	No.	%	Satisfacción					
			Sexual	General	Material	Laboral	Social	Familiar
Totalmente insatisfecho	13	10%	- 0.46	1.08	0.54	0.31	1.08	1.23
Relativamente insatisfecho	17	13%	- 2.76	7.59	0.18	3.06	8.41	4.06
Medianamente satisfecho	12	9%	4.50	14.33	3.75	6.67	10.75	9.75
Relativamente satisfecho	30	22%	8.30	13.37	5.00	3.97	11.60	12.37
Totalmente satisfecho	62	46%	13.34	17.40	5.29	8.19	14.21	20.32

Máxima puntuación	15	27	12	15	21	27
% de satisfacción total	89%	64%	44%	55%	68%	75%

De la población total de 134 encuestados, de acuerdo a sus respuestas fueron clasificados en cuanto a su mayor o menor grado de satisfacción sexual, donde 62 participantes que representan el 46% de la población, alcanzan una puntuación que nos permite observar que perciben un total grado de satisfacción sexual.

Como relativamente satisfechos se encuentran 30 participantes que representan el 22% del total de encuestados, seguidos de 12 individuos, es decir el 9% de la población que indica estar medianamente satisfecho sexualmente.

En un grado desaprobatorio tenemos que 17 personas, es decir el 13% de individuos manifiesta un nivel relativamente insatisfactorio, y 13 individuos más indican como totalmente insatisfactoria su vida sexual, representando al 10% de la población muestra.

En el análisis general realizado por concepto de satisfacción de los diferentes rubros, es observable que contamos con una población del 77% del total de los encuestados que obtiene algún grado aprobatorio de satisfacción sexual. Por esta razón se da una tendencia favorable en los resultados, sin embargo es el interés de este trabajo desglosar los resultados por el nivel de satisfacción percibida que registran.

En la tabla anterior se clasifica por rubro de satisfacción los resultados obtenidos, se indica además la puntuación máxima que podía alcanzar cada individuo en cada rubro. Al realizar el cálculo de la media de puntuación obtenida, por los diferentes grupos clasificados de acuerdo a su grado de satisfacción sexual, se observa que aquellos individuos con total insatisfacción sexual también presentan menores niveles de satisfacción percibida tanto general, material, laboral, personal-social y familiar.

Estos resultados muestran una tendencia a la alza con relación a su grado de satisfacción sexual, siendo los individuos con total satisfacción sexual quienes obtienen también mayor puntaje en los rubros antes mencionados.

Siendo los rubros de satisfacción laboral y material los que menor grado de puntuación alcanzan en todos los grupos clasificados, con el 55% y 44% respectivamente, sobre el total posible de puntuación.

En orden descendente la población indica que de un 100% posible, alcanzan un 89% de satisfacción sexual, un 75% en lo familiar, un 68% en lo personal-social y por último un 64% de satisfacción general.

Con estos valores recordemos el nivel de importancia que asignaron a cada rubro y comparemos con el grado de satisfacción percibida, ordenandolos en orden de menor a mayor.. En la columna izquierda los rubros se presentan de menor a mayor, siendo el nivel 1 el menos importante y el nivel 6 el más importante, en la columna derecha en 1er lugar el rubro con mayor satisfacción y en 6to lugar el rubro con menor satisfacción percibida:

Nivel de importancia de satisfacción	Satisfacción percibida obtenida
--------------------------------------	---------------------------------

Nivel 1 Material	6to lugar Material
Nivel 2 Laboral	5to lugar Laboral
Nivel 3 Social	4to lugar General
Nivel 4 Familiar	3er lugar Social
Nivel 5 Sexual	2do lugar Familiar
Nivel 6 General	1er lugar Sexual

De manera que la población guarda una relación entre su grado de satisfacción material y laboral y el nivel de importancia que le asigna en su vida, por el contrario su satisfacción general considerada la más importante obtiene un grado menor al que desearía.

Su satisfacción familiar social, familiar y sexual obtienen un grado mayor de satisfacción con respecto al nivel de importancia que significan en su vida diaria.

Conclusiones

Los resultados obtenidos corroboran la hipótesis propuesta, donde obtenemos que en la muestra obtenida, los individuos con una percepción personal sexualmente satisfactoria, experimentan un mayor bienestar físico, mental y social, lo que les permite gozar de un mejor calidad de vida con respecto a quienes perciben una menor satisfacción sexual.

Los individuos con mayor nivel de satisfacción sexual perciben a la par un mayor nivel de satisfacción en su calidad de vida familiar, en sus oportunidades y desempeño laboral, en su confort y expectativas materiales actuales y afuturo, en su realización personal y en el establecimientos de sus redes sociales, y en el aspecto general de nivel de calidad de vida también.

En el grado de afectación o disminución de satisfacción sexual percibida por los individuos, se observa también un impacto desdenciente similar de satisfacción percibida en los otros rubros, con lo que se puede inferir una estrecha relación entre la satisfacción sexual y la calidad de vida.

Por lo tanto, un individuo con una vida sexual plena y satisfecha puede gozar de un mejor nivel de calidad de vida general así como familiar, laboral, personal-social, materialmente hablando.

Si bien estos resultados concluyen que la satisfacción sexual guarda una relación con la calidad de vida, es importante también recordar que la percepción es subjetiva e individual, es decir, cada individuo establece sus estándares personales de satisfacción y califica de igual forma sus experiencias sexuales. Lo que para un individuo puede ser altamente satisfactorio, para otro puede no serlo, refiriendome tanto a cantidad como a calidad.

También así es importante destacar el marco de vida que rige a cada individuo, que matiza sus experiencias y expectativas respecto a la vida sexual que ejerce, a como la vive en general.

Los resultados también pueden expresarse en terminos estadísticos donde en el apartado de nuestra población más satisfecha sexualmente se sitúan principalmente adultos de entre 30 a 50 años, que preferentemente viven en situación de pareja, mantienen una actividad sexual alta o media con promedio de 1 encuentro sexual o más a la semana y mantienen sus encuentros sexuales en una relación con una pareja única y estable.

Por el contrario nuestra población totalmente insatisfecha tiene un perfil con una edad promedio de 30 a 40 años, vive mayormente en soltería, con una actividad sexual de alta a media, donde igualmente sostiene encuentros regulares como mínimo 1 vez a la semana en promedio, en su mayoría su vida sexual la sostiene con una pareja única y estable.

Por lo tanto no se nota una tendencia en los extremos de edad de nuestros encuestados, donde a menor o mayor edad se vea afectada su satisfacción sexual. Pero si podemos sospechar que quienes viven en pareja mantienen en promedio una mayor satisfacción sexual con respecto a quienes viven en soltería, pues en ambos grupos aun cuando ambos mantienen una vida sexual con actividad alta o media, y sostienen encuentro con una única pareja estable, son los casados o concubinos quienes gozan una mayor satisfacción sexual.

Bibliografía

- Asociación Mexicana de Agencias de Mercado e Investigación. Sexualidad e inteligencia erótica en los mexicanos. 2012. México
- Asociación Mexicana para la Salud Sexual A.C.
- Baena, A., Sandoval, M., Urbina, C., Juárez, N., Villaseñor, S. (2005) Los trastornos del estado de ánimo. Revista digital universitaria. Universidad Nacional Autónoma de México. Vol. 6. Núm. 11.
- Barriga, S. (2013) La sexualidad como producto cultural. Perspectiva histórica y psicosocial. Revista Andaluza de Ciencias Sociales. Núm. 12. España.
- Carballo, S. (2002) Educación de la expresión de la sexualidad humana. Revista Educación. Universidad de Costa Rica. Costa Rica. Vol. 26. Núm. 1. Pp. 29-46.
- Chico, A., Carballar, L., Estévez, M., García, C., Pernas, A. (2012) Factores que influyen en el bienestar Psicológico de pacientes con artritis reumatoide. Revista cubana de medicina. La Habana, Cuba. Vol. 51, Núm. 1.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (United Nations Children's Fund UNICEF). Deporte, recreación y juego. 2004.
- Gallardo, R. (2006) Naturaleza del estado de ánimo. Revista Chilena de Neuropsicología. Universidad de la Frontera. Chile. Vol.1. Núm. 1. Pp. 29-40.

- Galván, M. (2014) ¿Qué es Calidad de Vida?. Boletín científico Logos. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
- García, C. (2004) Construcción y validación de una técnica para evaluar bienestar psicológico. Instituto Superior de Ciencia Médicas de la Habana. Facultad Miguel Enríquez. Cuba.
- Organización Mundial para la Salud (OMS). (2006). Defining sexual health Report of a technical consultation on sexual health 28–31 January 2002. Ginebra: OMS
- Oviedo, L. (2004) La definición del concepto de Percepción en Psicología con base en la Teoría Gestalt. Revista estudios sociales. Universidad de los Andes. Facultad de Ciencias Sociales. Colombia.
- Rodríguez, O. (2010) Relación entre satisfacción sexual, ansiedad y prácticas sexuales. Pensamiento lógico. Pontificia Universidad Javeriana. Colombia. Vol. 7. Núm. 14. Pp. 41-52.
- Urzúa, A., & Caqueo-Urizar, A (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Terapia Psicológica*, 30(1), undefined-undefined. [fecha de Consulta 9 de Noviembre de 2019]. ISSN: 0716-6184. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=785/78523000006>

Anexos**Hoja de datos estadísticos**

Tache con una X su respuesta

Edad							
Género	Mujer		Hombre				
Situación de pareja	Vive en Soltería (Soltero/ Divorciado/ Viudo/ Otro) Vive en pareja (Casado/ Unión libre/ Otro)						
¿Sexualmente activo?	Si		No				
Actividad sexual	Alta (Por lo menos 1 encuentro o más a la semana) Media (Por lo menos 1 encuentro o más al mes, con regularidad) Baja (Poca actividad sexual, ocasional sin regularidad) Nula (Sin actividad sexual)						
Número de parejas sexuales actuales	1 pareja estable y única 1 o más parejas estables 1 o más parejas casuales Ninguna pareja						

Autoreporte Vivencial

Instrucciones: A la izquierda se relacionan una serie de emociones o estados psíquicos y usted como cualquier otra persona puede experimentar. A la derecha de cada una de estas emociones hay una línea horizontal, cuyo extremo izquierdo indica el grado más débil en que se experimentan estas emociones, extremo derecho corresponde a la mayor intensidad en que le ha sido experimentado.

Usted debe marcar el punto de la línea que considere refleje el grado en que usted ha experimentado estas emociones durante estos últimos años.

Vivencia/Intensidad	Escasamente	Moderadamente	Intensamente
Inquietud			
Desconfianza			
Irritabilidad			
Tristeza			
Apatía			
Miedo			
Inseguridad			
Sufrimiento			
Abatimiento			

Angustia			
Ira			
Rechazo			
Ansiedad			
Desprecio			

Cuestionario de Bienestar Psicológico CAVIAR

Parte 1. Escalas de Satisfacción

Sección 1.

A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre la valoración que las personas hacemos sobre nuestras vidas. Al leer cada proposición conteste de forma espontánea y sincera. No es necesario que piense demasiado su respuesta. Al leer una frase, decida si Ud. está en total desacuerdo, relativamente en desacuerdo, medianamente de acuerdo, relativamente de acuerdo o en total acuerdo.

SATISFACCION GENERAL	Total desacuerdo	Relativamente en desacuerdo	Medianamente en acuerdo	Relativamente en acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Todo me parece interesante					
2. He visto cumplidos mis deseos más importantes					
4. Se me han abierto muchas puertas en mi vida					
5. Puedo olvidar sucesos pasados desagradables					
6. Disfruto de la vida					
7. Siento que todo me va bien					
8. Tengo una vida tranquila					
9. Tengo confianza en el futuro					
SATISFACCION MATERIAL	Total desacuerdo	Relativamente en desacuerdo	Medianamente en acuerdo	Relativamente en acuerdo	Totalmente de acuerdo
10. Tengo lo necesario para vivir					
11. Creo que tengo una vida material asegurada					
12. Mi situación económica es próspera					
13. Tengo garantizado mi futuro Económico					
SATISFACCION LABORAL	Total desacuerdo	Relativamente en desacuerdo	Medianamente en acuerdo	Relativamente en acuerdo	Totalmente de acuerdo
14. Mi trabajo me agrada					
15. Mi trabajo da sentido a mi vida					
16. Mi trabajo es variado					
17. Mi trabajo me permite independencia económica					

18. Estoy satisfecho(a) con mi salario.					
SATISFACCION PERSONAL SOCIAL	Total desacuerdo	Relativamente en desacuerdo	Medianamente en acuerdo	Relativamente en acuerdo	Totalmente de acuerdo
19. Me creo útil y necesario para la gente					
20. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona					
21. Tengo buenas relaciones con las demás personas					
22. Tengo confianza en mí mismo(a)					
23. Estoy contento(a) con mi forma de ser					
24. Tengo las condiciones físicas que deseo					
25. Tengo buena salud.					
SATISFACCION SEXUAL Y DE PAREJA	Total desacuerdo	Relativamente en desacuerdo	Medianamente en acuerdo	Relativamente en acuerdo	Totalmente de acuerdo
26. Disfruto el deseo sexual de mi pareja					
27. Me siento feliz con mi pareja.					
28. Expreso mi deseo sexual a mi pareja					
29. Cuento con el apoyo de mi pareja para resolver problemas personales.					
30. Me siento querido(a) por mi pareja					
SATISFACCION FAMILIAR	Total desacuerdo	Relativamente en desacuerdo	Medianamente en acuerdo	Relativamente en acuerdo	Totalmente de acuerdo
31. Me siento feliz en mi hogar.					
32. Mi familia acepta y sobrelleva mis defectos					
33. Mi familia me brinda seguridad y apoyo para resolver mis problemas					
34. En mi casa, se reparten las responsabilidades y tareas domésticas.					
35. Puedo conversar con mi familia sobre diversos temas sin temor.					
36. Mi familia respeta mis intereses y necesidades					
37. Mi familia es cariñosa					
38. En el hogar me siento útil y necesario					
39. Me siento comprendido (a) por mi familia.					

Sección 2. Ahora, por favor, vuelva a leer rápidamente las proposiciones anteriores. Dentro de cada una de las sub-escalas (satisfacción general, material, laboral, personal, sexual y familiar) seleccione el aspecto que resulte más importante para Ud. con relación a su bienestar. Indíquelo encerrando en un círculo el número que corresponde al mismo.

Sección 3. Marque con una X la importancia que Ud. le concede a cada área, aun cuando, en su caso, no haya contestado alguna de ellas.

	Muy importante	Importante	Medianamente importante	Poco importante	Sin importancia
Material					
Laboral					
Personal					
Sexual y de relación de pareja					
Familiar					

Parte 2. Escala de Afectos

A continuación encontrará algunas palabras que definen sentimientos, emociones o estados afectivos.

Sección 1. Diga la frecuencia con que Ud. se siente así habitualmente.

	Nunca	Algunas veces	Muchas veces	Frecuentemente	Siempre
1. Agradecido					
2. Alegre					
3. Aliviado					
4. Amado					
5. Ansioso					
6. Celoso					
7. Confiado/seguro					
8. Contento/ complacido					
9. Desamparado					
10. Disgustado					
11. Esperanzado					
12. Feliz					
13. Frustrado/decepcionado					
14. Impaciente/anhelante					
15. Irritado					
16. Preocupado					
17. Temeroso					
18. Triste					

Sección 2. Diga con qué intensidad se ha sentido así en las últimas semanas

	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Muchísimo
1. Alegre/regocijado					
2. Aliviado/consolado					
3. Amado					
4. Ansioso					
5. Celoso					
6. Confiado/seguro					
7. Contento/complacido					
8. Desamparado					
9. Disgustado					
10. Esperanzado					
11. Extasiado					
12. Feliz					
13. Frustrado/decepcionado					
14. Impaciente/anhelante					
15. Irritado					
16. Orgullosa					
17. Preocupado					
18. Temeroso					
19. Triste					