

• La trampa que acaba con muchas parejas

DESGANO SEXUAL

relación, trabajos lejos del hogar, el embarazo, el nacimiento de un hijo y enfermedades, por citar solo algunas. Si estas circunstancias no son manejadas de la manera correcta, pueden afectar de manera permanente la vida sexual de la pareja.

Así, cuando las condiciones que provocaron ese distanciamiento han sido superadas, las parejas suelen darse cuenta que hay gran menoscabo en su vida sexual. La sexualidad deja de figurar entre sus apetitos y muchas veces se mantiene una vida de pareja "como entre hermanos". Hay una enorme compatibilidad en el día a día, pero no hay una necesidad de acercamiento sexual. Por eso, es un error capital cuando por cualquier discusión se condiciona un cese en la actividad sexual, ya

que se corre el riesgo que tantos distanciamientos terminen con un menoscabo de la chispa del deseo.

Las parejas deben recordar que cuando se pasan periodos con poca actividad sexual el cuerpo no pide, no requiere, no exige, ni demanda la vida sexual. Lo peor de todo, es que el cuerpo se acostumbra a vivir sin sexo. Esto explica tantas frases que escuchamos en la consulta sexológica: "yo puedo vivir sin sexo", "a mí eso no me hace falta", o "para mí el sexo es una obligación".

Desdichadamente, al cabo de un tiempo, el distanciamiento deja de ser solamente sexual y comienza a afectar el área emocional y vivencial. Las parejas comparten menos tiempo, los besos, los abrazos

van extinguiendo y las ansias de estar juntos suelen esfumarse. La cotidianidad se vive de tal forma que se comparten actividades familiares, paseos con los hijos, visitas a los abuelos, pero no la esfera sexual y sentimental.

Esto puede significar el inicio del fin de una relación. Como analizaremos la próxima semana, muchas parejas caen en esta trampa del distanciamiento sexual.

Dr. Mauro Fernández Sandí
Director del Instituto
Costarricense de Sexología
Teléfono:

22 80 19 33/22 80 19 11

mauro@icosex.com



III parte

Me n -
cicio -
nábamos la
semana
anterior



que el sexo se rige por la máxima quiero siempre más, es decir, entre más relaciones sexuales tenga una pareja, más relaciones les pedirá el cuerpo. Desdichadamente, entre menos relaciones, menor será el deseo sexual.

En la vida ocurren circunstancias que condicionan ceses transitorios en la actividad sexual, como por ejemplo hospitalizaciones, disolución de una