UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Investigación
Mente, Cerebro y
Comportamiento

Excitación y satisfacción sexual en mujeres jóvenes en una relación de pareja.

16/09/2024

Excitación y satisfacción sexual en mujeres jóvenes en una relación de pareja: una asociación con matices

La satisfacción sexual es un aspecto clave para la salud sexual y se define dentro de las relaciones de pareja como una evaluación subjetiva de los aspectos positivos y negativos asociados a las relaciones sexuales. La satisfacción no solo depende de la calidad de las relaciones sexuales, sino también de factores personales, interpersonales y socioculturales. En este contexto, la satisfacción sexual refleja un buen funcionamiento sexual y se asocia con componentes de la respuesta sexual, como la excitación sexual.

La excitación sexual puede ser considerada como un rasgo, con diferencias entre individuos, y como un estado, con variaciones en diferentes momentos o situaciones. Desde este modo, tomando el símil de un motor, la excitación sexual tendría un efecto acelerador y la inhibición sexual un efecto de freno. Como estado, la excitación sexual puede ser provocada por estímulos internos o externos y se manifiesta fisiológicamente (como la respuesta genital) o subjetivamente (como la valoración personal de la excitación).

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Un estudio realizado por María del Mar Sánchez-Fuentes, Ana Álvarez-Muelas, Óscar Cervilla, Reina Granados y Juan Carlos Sierra, publicado en Behavioral Sciences, exploró la relación entre satisfacción y excitación sexual. El estudio evaluó a mujeres jóvenes con distintos niveles de satisfacción sexual en sus relaciones de pareja, analizando tanto la excitación sexual como rasgo (la propensión general a la excitación e inhibición) y como estado (la respuesta a estímulos específicos). A continuación, en el laboratorio de sexualidad humana, ante un filme con contenido sexual explícito, se registró su amplitud de pulso vaginal, mediante fotopletismografía, y la valoración que hacían de la excitación sexual y de las sensaciones genitales mediante escalas estandarizadas.

Se compararon tres grupos de mujeres con diferentes niveles de satisfacción sexual. Los resultados mostraron que el grupo con menor satisfacción reportó mayor inhibición sexual por temor al fracaso en el desempeño y por preocupaciones sobre las consecuencias de la actividad sexual. Sin embargo, no hubo diferencias significativas en la excitación sexual estado entre los grupos.

Estos hallazgos destacan la importancia de estudiar la excitación sexual tanto como rasgo como estado, y sugieren que la propensión a la inhibición sexual es clave para entender la satisfacción sexual femenina desde una perspectiva multidimensional. En la educación y terapia sexual, se recomienda integrar estrategias que promuevan la satisfacción sexual, dado el papel central de la excitación en este proceso.

Sánchez-Fuentes, M. M., Álvarez-Muelas, A., Cervilla, O., Granados, R. y Sierra, J. C. (2024). Sexual excitation in young women with different levels of sexual satisfaction in relationships: A laboratory study. Behavioral Sciences, 14, Artículo 769. https://doi.org/10.3390/bs14090769

Copyright© 2025 Universidad de Granada