

---

El sexo una vez por semana, suficiente para la felicidad en pareja

18/11/2015



Los científicos se basaron en encuestas a más de 30 000 estadounidenses durante cuatro décadas, según detalles del estudio publicado en el diario especializado Social Psychological and Personality Science.

"Aunque un sexo más frecuente se asocia con más felicidad, esta relación ya no es significativa a una frecuencia mayor a una vez a la semana", dijo la investigadora Amy Muise, una psicóloga social de la Universidad de Toronto-Mississauga.

"Nuestros hallazgos sugieren que es importante mantener una conexión íntima con nuestra pareja, pero no necesitas tener sexo todos los días mientras mantengas esa conexión", añadió.

Los investigadores observaron que el estudio no estaba diseñado para mostrar la causa-efecto, por lo que aún queda por determinar si la felicidad conduce a tener una relación sexual por semana u ocurre en sentido contrario.

El estudio también fue limitado a personas con pareja.

"De hecho, no hay asociación entre la frecuencia del sexo y el bienestar en las personas solteras", dijo Muise.

Los resultados del estudio también fueron consistentes entre grupos de edades, género y la duración de la relación, ya sean meses o décadas.

Muise indicó que las parejas deberían discutir si sus necesidades sexuales son satisfechas, en lugar de simplemente presionar para tener más sexo.

"Es importante mantener una conexión íntima con tu compañero sin poner demasiada presión en tener relaciones sexuales con tanta frecuencia como sea posible", añadió.

---