



CUANDO UNO QUIERE MÁS

Mi deseo es mayor

Mientras que algunas parejas son perfectamente compatibles en cuanto a niveles de deseo sexual, en otras pasa que uno de los dos siempre quiere más. ¿Cómo debe manejarse la situación, para que ambos integrantes de la relación se sientan conformes?

Por: Psicólogo Sexólogo Silvestre Faya
Foto: Archivo Siglo Nuevo

Muchas parejas que se aman y desean viven un conflicto en su recámara debido a que tienen escalas distintas de apetito sexual. Nos referimos a amantes que tienen una vida en común estable y lucen obviamente felices... pero ese pequeño gran detalle es su piedra de tropiezo, pues no encuentran la forma de congeñar a la hora de gozarse eróticamente: así, lo común es que uno esté que se muere de ganas todos los días, mientras que el otro se siente satisfecho con tener solamente un encuentro a la semana, o quizá al mes.

Cuando dos individuos comparten una vida y presentan esa clase de diferencias en el grado de su deseo, es común que uno y otro se pregunten cuál de ellos tiene una libido 'normal'; la palabra es engañosa, pues significa lo habitual, lo corriente, lo que se espera con regularidad. Así, para algunos, la intención de 'normalizarse' puede condicionar la exigencia de un intenso desempeño sexual, si su compañero tiene un apetito muy alto; para otros, implicaría aceptar límites, si su 'otra mitad' insiste en que las relaciones sexuales no deben ser tan frecuentes.

Desde luego, no existe una medida única y exacta para el nivel del deseo, así como tampoco puede dictaminarse una cantidad mínima o máxima de encuentros que una pareja 'debe' tener.

Lo que sí reconocemos es que si hay una manera desigual de acoplarse al erotismo, si los cónyuges tienen apetencias diferentes, en algún punto de la relación las cosas se pueden complicar.



Abundan las mujeres poseedoras de una súper avidez sexual, que se ven frustradas cuando al llegar la noche su 'media naranja' les pone la espalda frente a la cara y sólo se duerme

"ANTES NO NOS PASABA"

Generalmente, cuando los amantes inician su vida sexual lo hacen con fogosidad y sin medida. Incluso es común que tengan encuentros varias veces cada día sin sentirse agotados, y algunos sostienen este ritmo por largos periodos.

Hay varones que durante más de 20 años de matrimonio tienen encuentros de tres

a cinco ocasiones por día y sus compañeras se sienten felices, amadas. Pero también hay casos en que las mujeres buscaban tregua ante esta ardiente conducta, se sentían asfixiadas y hasta obligadas a consentir tantas veces.

Hay que aclarar que esto puede suceder a la inversa, pues aunque las habladorías comunes afirman que el hom-

bre es el que siempre piensa en estar bajo las sábanas, la realidad es distinta. También abundan las mujeres poseedoras de una súper avidez sexual, que se ven frustradas cuando al llegar la noche su 'media naranja' les pone la espalda frente a la cara y sólo se duerme.

No existe una medida exacta del erotismo. Cada 'equipo' requiere encontrar su equilibrio amoroso, pues si uno dice "¡hoy no!", va a poner mal al otro, que se sentirá despreciado o rechazado. Y si el de menor libido cede más de lo que en realidad quiere, se sentirá usado. En cualquiera de los casos la relación empezará a experimentar tensión interior, y podría provocar una ruptura sentimental.

¿DÓNDE NACE EL DESEO?

La primera vez que una pareja intercambió miradas se gestó la atracción sexual y ésta se mantiene mediante las caricias, los besos y los cachondeos que cada par de amantes se prodiga. El apetito carnal en el hombre y la mujer sanos físicamente proviene del anhelo de gozar o ser gozado por su consorte. Asimismo, se asocia a los eventos exitosos anteriores, donde los orgasmos los unieron y el interés por experimentar nuevas sensaciones los induce a buscarse eróticamente. El cuerpo humano funciona como una maquinaria perfecta. El deseo proviene de las hormonas sexuales que se producen en la pubertad y de esa fecha en adelante se siguen secretando. En este contexto, no es lo mismo hablar de diferencia en la intensidad de la libido, que de falta de ganas o de ausencia

de placer; esto último puede presentarse cuando los cónyuges entran en conflicto personal o existe una disfunción hormonal. Pero si las condiciones físicas y mentales son óptimas, la avidez sensual será constante.

LLEGANDO A UN ACUERDO

Cuando dos personas se aman suelen coincidir en el anhelo de disfrutarse mutuamente en todos los aspectos, y por lo tanto aspiran a que les vaya bien en la cama. Si uno de los amantes es más ganoso, de-

berán hablarlo, escucharse y juntos buscar un arreglo, considerando seriamente pedir asesoría a un terapeuta sexual para que los oriente hacia una manera de llevar su vida erótica que resulte cómoda para ambos.

Ya con ayuda, los amantes precisan acordar si el que quiere más atenuará su libido, o si el que es menos deseoso estimula el suyo. De entrada, éste último debe descartar que su bajo apetito no se deba a un desorden físico, pues algunos problemas de salud (como bajos niveles hormonales o dia-

betes) interfieren con el erotismo, y requieren atención médica. La educación sexual recibida en la infancia de manera restrictiva también contribuye a que hombres y mujeres experimenten poco deseo, por considerarlo innecesario, sucio o pecaminoso; esta concepción puede reestructurarse con apoyo especializado.

La intimidad de la pareja necesita la calidad y calidez del acto sexual. No es una cuestión de número, de ninguna manera la mayor frecuencia en el coito es sinónimo de mayor felicidad. Pero hay que llegar a

un acuerdo. El coito conlleva a una mejor interiorización entre los esposos, aumenta la comunicación y ayuda a transformar el vínculo compartido en un proyecto de dos.

Los amantes que se saben amados y deseados requieren del clima propiciador del erotismo y no sólo de la pasión desbordante; comprenderlo hará una diferencia positiva. Las ganas son individuales, pero la complacencia recíproca marcará el apetito de los próximos encuentros. §

www.sexologosilvestrefaya.com

