



Una nueva vida sexual

Muchas parejas se quejan de que sus hijos les absorben toda su energía, y por ello no les queda ánimo para gozar su vida sexual. Existen alternativas para mantener la flama encendida, todo es cuestión de querer hacerlo.

Por: Psicólogo Sexólogo Silvestre Faya
Foto: Archivo Siglo Nuevo

Cuando Paco y Juanita iniciaron su vida de pareja, todos los días disfrutaban de su intimidad. Paco consideraba que el cuerpo de Juanita era el más bello de la ciudad y ella, a su vez, veía en él toda su vida. Las noches eran pasionales y así transcurrían, de un evento apasionado a otro.

Como era de esperarse, un día tocó a la puerta la cigüeña y Paco tuvo que trabajar más duro para pagar las cuentas del hospital y médicos. Los pañales parecían una lista in-

ni electrizante), Paco le pidió a Juanita le dijera limpiamente cómo lo sentía como amante. Juanita fue sincera: “No eres tierno como al principio”, dijo, “ahora ya no me besas poco a poco, sino sólo vas a lo que vas y después simplemente te duermes. Hace tiempo que te siento distante, como si pensaras en otra y no en mí”.

Paco se dolió por reconocer que, aunque él había hecho un constante esfuerzo por ocultar su falta de apetito sexual, para Juanita era más que notorio que algo estaba sucediendo.

**Los padres no deben olvidar que antes de serlo,
primero son amantes y, como tales,
necesitan disfrutar su mutua compañía**

terminable, pero Paco seguía sintiéndose el hombre más feliz de la Tierra, sin importar si ahora tenía que redoblar esfuerzos para pagar las cuentas. Varios años pasaron, otros hijos llegaron y los gastos aumentaron. Ahora Paco tenía que distribuir su tiempo entre su trabajo -que cada vez era más duro- y su amor por Juanita.

Luego de 15 años de matrimonio, Paco continuaba viendo a Juanita como la más bella de la ciudad; sin embargo algo entre ellos había cambiado: la pasión. Ahora los episodios apasionados eran cada vez menos frecuentes y ambos creían que esto ocurría por la cantidad cada vez más grande de responsabilidades y la enorme dificultad para alcanzar el tren de gastos.

Un día por la noche, antes de iniciar su rutina amorosa (pues así la sentían ya: una rutina que no ofrecía nada nuevo

Gracias a este diálogo, encontraron que las causas eran la falta de tiempo, las presiones, el cansancio y otra muy común: sus hijos, Coco de 13 años y Jacinto de ocho, se habían convertido en los detectives de sus cada vez más distantes episodios sexuales. Paco se había percatado que los niños los espiaban, o al menos eso pensaba, y presentía que por los ductos de la refrigeración, o a través de las puertas, los oían. Eso le incomodaba y hasta le hacía perder la erección. Esto los motivó a pedir ayuda profesional para su vida sexual.

Y LLEGÓ EL TERCERO A LA CAMA

Así como ahora una reconocida marca de laboratorio promueve su producto para aumentar la erección, de esa manera debemos encender la flama y conservarla ardiendo.





De ninguna forma,
el pedirle al niño
que duerma solo
en su cuarto le va
a causar algún
daño psicológico

La vida sexual de la pareja pasa por diferentes etapas con el transcurrir de los años y la llegada de los hijos demanda atención, y esto produce cansancio. Los padres no deben olvidar que antes de serlo, primero son amantes y, como tales, necesitan disfrutar su mutua compañía y sacar provecho de todos los espacios que tengan.

Con la llegada del primer bebé, la pareja necesita reajustar sus itinerarios de vida. Ya nada vuelve a ser igual, empezando por los horarios de sueño. El bebé demanda atención, y la nueva madre tiene que luchar con la leche que desbordan sus senos. Un alud de nuevas tareas la agobia y su marido no sabe a ciencia cierta qué tantos cambios tiene que hacer.

La cuarentena, que es el periodo impuesto por el ginecólogo para reanudar las relaciones sexuales, generalmente no es respetada y la nueva madre siente temor ante un nuevo embarazo.

El príncipe o princesa -como ahora le dice a su bebé- puede convertirse en una dura tarea que les agota y baja el ánimo sexual. Sin embargo, no les falta el recurso pues tarde o temprano se duerme el bebé y se puede aprovechar la



ocasión.

La vida sigue su curso y el bebé llega a los tres años de edad; con ello, sus peticiones son cada vez mayores: quiere dormir con ellos, y en medio. Eso sí es un gran problema debido a que si los padres no fomentan la independencia de este nuevo miembro de la familia para hacerle entender que tiene su propio espacio -que es su cuarto-, y que los padres desean y necesitan un área privada, y él no lo acepta, entonces la pareja se separa físicamente para complacerlo.

Esta conducta frecuente trae al niño -o niña- inseguridad en sus propios recursos y habilidades. En el futuro, requerirá de sentir la cercanía de los padres para establecer su confianza, volviéndose de esta forma dependiente. De ninguna forma, el pedirle al niño que duerma solo en su cuarto le va a causar algún daño psicológico, al contrario, fomenta en él o ella el reconocimiento de su propia área o esfera personal.

Es muy posible que los hijos de 10 años en adelante sepan que sus padres tienen relaciones sexuales, y una natural curiosidad les hace preguntarse cómo y cuándo. Es habitual que cuando los padres ya han cerrado las puer-



tas de su recámara, ni siquiera pase una hora cuando los hijos -por cualquier motivo- estén tocando a la puerta o, peor aún, sólo se metan a ver qué pueden percibir.

NUESTRO CONSEJO

Quienes no tienen la posibilidad de evitar ser sorprendidos por los hijos, necesitan encontrar una solución alternativa como puede ser variar el horario de los encuentros sexuales,

por ejemplo, por la mañana cuando los hijos están en la escuela (aunque aquí también hay que enfrentar otro obstáculo: el de los vecinos entrometidos que parecen adivinos y llegan cuando los padres están aprovechando esta ausencia de los hijos). Otras parejas recurren a otros espacios para gozar su intimidad: se ponen de acuerdo, se van a un hotel y recuerdan sus tiempos cuando todo era pasión y casi no se pensaba en el futuro.

No deje que su vida sexual languidezca, disfrute al máximo cada oportunidad que tenga. Si sus hijos no le permiten privacidad, entonces busque un espacio o un horario diferente. Muchas parejas recuperan su tiempo perdido mediante vacaciones cortas, a veces de dos días. La vida sexual satisfactoria es requisito indispensable para llevar una vida feliz de pareja. §

Correo-e: sexologosilvestrefaya@hotmail.com