

Documento de reflexión no derivado de investigación

ECOS DE AMOR Y SEXO: VÍNCULOS ENTRE RELACIÓN SEXUAL Y AMOR EN RELACIONES DE PAREJA. RETOS, OSCURIDADES, COMPLICIDADES

Echoes of love and sex: bond between sexual intercourse and love in couple relationships. Challenges, obscurities, complicities

Recibido: 19 de julio de 2024 / Aceptado: 21 de septiembre de 2024 / Publicado:

María Camila Echeverry Vásquez*, Nohemy Rengifo Guzmán**, Leonardo Muñoz Aristizábal*** y Gloria María López Arboleda****

Forma de citar este artículo en APA:

Echeverry Vásquez, M. C., Rengifo Guzmán, N., Muñoz Aristizábal, L., & López Arboleda, G. M. (2025). Ecos de amor y sexo: vínculos entre relación sexual y amor en relaciones de pareja. Retos, obscuridades, complicidades. *Poiésis*, (48), 42-55. <https://doi.org/10.21501/16920945>.

Resumen

El presente artículo se desarrolla en el marco de comprender los vínculos existentes entre relación sexual y amor en las relaciones de pareja en adultos entre los 20 y los 40 años de edad, entendiéndose amor y sexo como una experiencia afectiva presente en el devenir de lo humano. El anterior propósito se vincula, además, con la exposición de una serie de componentes, características y creencias que se han ido construyendo en torno a la relación sexual coital en parejas, para desarrollar, finalmente, la creencia posiblemente arraigada de que la relación sexual coital está vinculada al amor. Algo así como: "Si hay relación sexual coital, siempre está presente el amor". La metodología implementada para la presente investigación fue la revisión documental, que consistió en una búsqueda rigurosa de artículos en diversas bases de datos (EBSCO, Scopus, Google Académico), cuyo propósito fue obtener artículos científicos, reconociéndolos

* Estudiante de psicología, Universidad Católica Luis Amigó (Medellín, Colombia). Correo: maria.echeverrysq@amigo.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6088-5889>

** Estudiante de psicología, Universidad Católica Luis Amigó (Medellín, Colombia). Correo: nohemy.rengifogu@amigo.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4509-0930>

*** Estudiante de psicología, Universidad Católica Luis Amigó (Medellín, Colombia). Correo: leonardo.munozar@amigo.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-6748-4102>

**** Posdoctora en Bioética. Psicóloga. Docente investigadora de la Facultad de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó (Medellín, Colombia). Correo: gloria.lopezar@amigo.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3548-017>

como sujetos de conocimiento. Las cuales permiten concluir que amor y sexo no necesariamente van de la mano, pero ¿cómo ser conscientes de la propia relación sexual coital y las distintas formas de amar?

Palabras clave:

Amor, coito, pareja, sexo, sexualidad, vínculo.

Abstract

This article is developed within the framework of understanding the existing links between sexual intercourse and love in couple relationships in adults between 20 and 40 years of age, understanding love and sex as an affective experience present in the evolution of the human being. The above purpose is also linked to the exposure of a series of components, characteristics and beliefs that have been built around the coital sexual relationship in couples, to finally develop the possibly ingrained belief that the coital sexual relationship is linked to love. Something like: "If there is a coital sexual relationship, love is always present". The methodology implemented for the present research was the documentary review, which consisted of a rigorous search of articles in various databases (EBSCO, Scopus, Google Scholar), whose purpose was to obtain scientific articles, recognizing them as subjects of knowledge. These allow us to conclude that love and sex do not necessarily go hand in hand, but how can we be aware of our own coital sexual relationship and the different ways of loving?

Keywords:

Bond, coitus, couple, love, sex, sexuality.

Introducción

La creencia: “Si hay relación sexual coital, siempre está presente el amor”¹, se ha convertido en tradición práctica y teórica; el sexo debe estar vinculado al amor, y si no lo está, el sexo se convierte en un acto impúdico. En palabras de Rubín (1989): “El sexo es culpable mientras que no demuestre su inocencia. Prácticamente toda conducta erótica se considera mala a menos que exista una razón específica que la salve. Las excusas más aceptables son el matrimonio, la reproducción y el amor” (p. 80). Tradición que se ha proliferado a través de los diferentes discursos divulgados intergeneracionalmente. Por tanto, el problema central de esta investigación surge de la necesidad de indagar cómo la relación sexual coital y el amor –entendido este como experiencia afectiva presente en el devenir de lo humano– se vincula con la exposición de una serie de componentes, características y creencias que se han ido construyendo en torno a la relación sexual coital en parejas entre los 20 y 40 años de edad.

En este punto se vislumbra la influencia directa, por ejemplo, de ciertas religiones, estilos de crianza e incluso vertientes de la educación en el colectivo social. Sin embargo, y a pesar de lo anterior, también se perciben comprensiones orientadas al desarraigo de ideales acerca del amor, el sexo y el matrimonio como objetos unidos, percibiéndose entonces como categorías y experiencias individuales.

Partiendo de esta doble disposición, se puede inferir que tanto el amor como el sexo se han convertido en constructos líquidos (Bauman, 2003), evanescentes, inestables y fugaces, puesto que vivimos en un mundo globalizado y cada vez más provisional e individualista. Debido a lo anterior, están surgiendo nuevos conceptos de amor y de relaciones de pareja, y en el panorama sexual, se destacan los vínculos fugaces ajenos al amor y al romanticismo, denominados relaciones sexuales casuales u ocasionales (Soriano & García, 2019).

Dicho lo anterior, esta investigación se enfoca en definir las características y creencias que se han construido en torno a la relación sexual coital en vínculo con el amor y, en exponer, los tipos de vínculos que pueden construirse en las parejas en torno a relación sexual y amor.

El amor y la sexualidad son categorías que tocan la fibra más íntima del alma humana, por ende, ¿por qué dejar de lado la identidad propia? Esto ocurre, en parte, debido a la reducción socialista que privatiza el sentir.

¹ La expresión “si hay relación sexual coital, siempre está presente el amor” es un modismo popular colombiano.

El hombre y la mujer han evolucionado por décadas, existiendo desde tiempos remotos como entes biológicos u orgánicos definidos por el “sexo”, lo cual ha generado una relación de complementariedad. De acuerdo con lo anterior, surge el interés por cuestionar y replantear formas de interacción y relacionamiento del ser humano en el transcurso de su historia, configurando de este modo sus vinculaciones sexuales y amorosas.

Para el desarrollo de esta investigación, y considerando los diversos planteamientos y cuestionamientos que surgen del interés de comprender nuevas formas de interacción y relacionamiento amoroso y sexual, se tomaron en consideración 27 artículos. A partir de estos, se evidenció que, referente a las categorías seleccionadas, aún se reproducen discursos que siguen siendo tópicos de lo moral, lo cultural, lo religioso, lo social e inclusive lo investigativo. Estos discursos revelan que la combinación categórica seleccionada se encuentra anclada a un modelo heteronormativo, lo que reproduce una serie de prejuicios que imposibilitan el curso natural de la experiencia sexual humana, tal y como lo señalan Cruz *et al.* (2018): “Los tabúes sociales han estado presentes desde que existe la humanidad, la sexualidad no escapa a formar parte de ellos, dado que desde preceptos religiosos y sociales propiamente dichos ha sido tratada con severidad” (p. 80). Imponiéndose un discurso con el que se invisibilizan las otras formas de vinculación erótico-afectivas, con diversos matices que encierran exclusiones y prejuicios explícitos o implícitos de las formas de ser pareja, configurando una serie de equívocos alrededor de sexo y amor.

Relación sexual y amor: la construcción de creencias, características y conexiones

En el marco de los referentes sobre la sexualidad, se demuestra que este es un concepto que contiene múltiples estudios y conceptualizaciones, lo que evidencia la amplia gama de abstracciones. Se comprende, entonces, que la sexualidad humana no se limita únicamente a la relación sexual coital como componente de procreación. Por el contrario, la sexualidad abarca múltiples aspectos como la sensualidad, el erotismo, la pasión, las fantasías, la satisfacción, la anatomía de los cuerpos, la intimidad, así como factores endógenos y exógenos. Estos últimos se entienden como aquellos componentes internos y externos del individuo que afectan la conducta sexual coital, como los valores, creencias, percepciones de la vida, entre otros.

Los autores Quiroga (2021), Krüger (2013) y Rubio (1999) (citados por Bustos y Solano, 2018; Ceccarelli & Andrade, 2018; Vendrell, 2019) y Kassorla (1982, citado por González *et al.*, 2017), soportan teórica y argumentativamente que el acto sexual coital no precisamente se da con el fin de la reproducción, formar un hogar o tener una relación estable, también encuentra su base en el placer, en la estimulación corporal y las necesidades eróticas que surjan desde la subjetividad de cada individuo; estando a su vez, influenciado por la experiencia erótica y motivacional, vinculadas a diversas interacciones que subyacen en pareja.

En este orden de ideas, Urbano et al. (2019) y Kassorla (1982, citado por González et al., 2017) afirman que persiste una recurrencia al momento de considerar las diferencias de género en relación con la sexualidad, ya que estas se encuentran demarcadas por el contexto histórico-cultural. Por ejemplo, se observa que la iniciativa para acordar un encuentro sexual por parte de la mujer es poco agraciada, mientras que en el caso de los hombres es socialmente aceptada. Asimismo, señalan que la compatibilidad sexual es un aspecto de la relación que se caracteriza por tener un curso lento en su inicio y, posteriormente, progresivo, ya que, en el caso de la mujer, esta puede tardar meses o años antes de ser totalmente capaz de disfrutar el sexo a diferencia del hombre.

Por lo general, la sociedad opta por una postura de aceptación hacia las relaciones sexuales por parte de los hombres con otras personas antes del matrimonio, lo que genera una evidente doble moral. Esta conducta suele repetirse y perpetuarse incluso después del compromiso. En contraste, un solo acto de infidelidad por parte de la mujer es considerado una traición imperdonable, mientras que en el caso del hombre, los actos de infidelidad son reducidos a un “desliz” comprensible. Las mujeres activas sexualmente son señaladas, mientras que el reconocimiento de los hombres depende de las conquistas sexuales que puedan lograr. En el acto sexual, además, persisten imaginarios que ubican a la mujer en un rol pasivo y sumiso, mientras que el hombre es activo y dominante. Otra de las creencias que se dan en torno a la relación sexual coital gira en torno al hombre promiscuo, quien, a pesar del riesgo, evita el uso de métodos anticonceptivos como el condón, bajo pretextos como la disminución del placer sexual o la generación de desconfianza dentro de la pareja.

Una de las creencias más arraigadas al acto sexual es que las mujeres muestran su cuerpo con la intención de sentirse deseadas, sensuales y llamativas ante el género opuesto, lo cual se constituye como un elemento natural. Sin embargo, esta conducta no necesariamente se encuentra ligada con tener relaciones sexuales; por el contrario, está intrínsecamente relacionada con sentirse bien consigo mismas. Cada pareja introyecta y proyecta su sexualidad teniendo en cuenta cuestiones tan relevantes como las experiencias personales, aunque habría que mencionar que no siempre estos procesos y vínculos son conscientes, lo que marca una complejidad mayor a la hora de establecer relaciones entre amor y sexo.

Otra de las categorías abordadas en el transcurso de este estudio es el amor, ese que se construye vincular y afectivamente. Se encuentra transversalizado por una construcción social y una inherencia humana, siendo a su vez, un elemento esencial conexo intrínsecamente al ser humano. Se evidencia una relevante y vital composición para la satisfacción de procesos de la experiencia humana, tal y como menciona Riso (2023): “El amor es una experiencia vital” (10 m, 17 s). Es decir, se va construyendo continuamente y se nutre de aspectos experienciales, sociales, culturales e incluso biológicos.

En los estudios realizados por Cajiao (1995), Magdalena y Galván (2022), Martorell (2022), Rincón (2018), Solano y García (2018), Yepes y Ferrer (2017), se identifica un punto de convergencia en la referencia a la teoría triangular del amor propuesta por Sternberg, como una herra-

mienta explicativa de los componentes que conforman la experiencia amorosa. Esta teoría permite comprender la conexión existente entre una serie de componentes que lo constituyen, los cuales tienen una influencia directa en las dinámicas y formas de estructuración del componente afectivo en las relaciones de pareja. La teoría propuesta por Sternberg define tres dimensiones que caracterizan el amor: la intimidad, entendida como la cercanía, la proximidad, y la química con el otro, proveniente fundamentalmente de las emociones. Este componente se desarrolla progresivamente y depende de los recursos internos que cada sujeto movilice. Es necesario resaltar que no son fáciles de lograr, por lo que supone una autoexposición al otro.

Por su parte, la pasión se percibe como un deseo intenso de unión con el otro que, según Sternberg, conduce hacia el romance, la atracción física, la relación sexual y al placer en la experiencia erótica. Finalmente, el compromiso se define como la decisión de sostener una relación a corto o largo plazo, sin embargo, permanece una disposición para conservar la relación. Como señala Rincón (2018): “La decisión de amar no necesita el compromiso de amar y el compromiso no necesariamente requiere de este elemento” (p. 47).

Montesinos (2010, citado por Ospina & Valencia, 2018) refiere que el amor se puede convertir en el elemento más significativo en las relaciones de pareja, ya que cumple un rol fundamental sobre los otros aspectos que las conforman. Simultáneamente, se encuentran influenciadas por el amor y el recorrido histórico de los sujetos que la componen; el amor es un sentimiento de agrado hacia el otro que se denota por la comprensión, la complicidad, el entendimiento y la pasión. Por consiguiente, el amor se puede convertir en un soporte importante, ya que existe un deseo por parte de los dos por consolidar otra serie de elementos que permitan que la pareja se sostenga en el tiempo.

A lo largo del tiempo, la población colombiana ha generado una transición de lo tradicional a lo vanguardista en términos de sexualidad, afectividad y relaciones de pareja. El contexto colombiano se ha caracterizado por tener unas tradiciones religiosas altamente arraigadas y predominantes, que cumplen un papel fundamental respecto a las diferentes concepciones de la sexualidad. Estas tradiciones tienden a censurar diversas experiencias sexuales satisfactorias, especialmente cuando no están vinculadas al amor; como si sexo y amor siempre necesitaran y requirieran ir de la mano. En palabras de Mora (2013, citado por Yepes & Ferrer, 2018): “Se observa, en definitiva, que no es el sentimiento amoroso el móvil que une al hombre con la mujer, sino el sexo, que adquiere de esta forma una relevancia que un siglo antes pocas personas podían haber imaginado” (p. 97). Lo que hace alusión directa a una sexualidad romantizada, cuando en realidad, lo que el sujeto sabe, pero no quiere saber, es que quizá el sexo y el amor no necesariamente van de la mano siempre.

Por otro lado, Ceccarelli y Andrade (2018), así como Hatfield y Walster (1981) (citados por Rincón, 2018), comparten una concepción similar respecto a las representaciones de la sexualidad humana, las cuales mantienen una estrecha relación con la moral sexual y con los sistemas

de valores que sostienen el imaginario social del que emerge la moral vigente. Sin embargo, la pasión se encuentra ligada a un profundo deseo de unión con el otro, por tanto, los lleva al romance, a la atracción física y sensual, a la relación sexual coital y al placer dado en la experiencia erótica.

Más allá de la química: explorando los diversos tipos de vínculos en el amor y el sexo

Como punto de partida se toma la perspectiva del apego de Bowlby (1969). En esta línea, Hazan y Shaber (1987, citados por Rincón, 2018) realizaron aportaciones sobre las relaciones amorosas, apuntando a que, la experiencia de amor entre dos sujetos expresa el apego entre adultos. Este tipo de relación amorosa, al igual que la vinculación entre la figura de apego y el bebé, se identifica por la cercanía, el desarrollo de la intimidad y la necesidad de seguridad puesta en el otro. Por esta razón, “los modos de amar estarán condicionados por los estilos de apego” (Rincón, 2018, p. 14).

Bajo esta premisa, es posible afirmar que la concepción de amor y de pareja se sostiene sobre la base principal del recorrido histórico de cada individuo y en su relación con el medio socio-cultural, evidenciando distintas transformaciones que se presentan en las diversas épocas. Por ende, es de suma importancia comprender aquellas variables que influyen directamente en las distintas formas de amar, partiendo de las creencias que se tienen respecto al amor.

Martorell (2022), Chaves et al. (2018), Maticorena (2022), Bowlby (1969) (citados por Espinosa y De la Hoz, 2022), Erikson (1968, citado por Bordignon, 2005) y Rincón (2018) afirman que la sexualidad tiene un vínculo directo con el apego. “El sistema de apego y el sistema sexual están interrelacionados entre sí influyendo en las relaciones de pareja y el bienestar percibido en las mismas” (Espinosa y De la Hoz, 2022, p. 9). En este sentido, existen diversos factores que inciden en la construcción subjetiva del relacionamiento afectivo, lo cual implica que la forma en que una persona estructura sus vínculos desde la niñez se convierte en un referente central para las relaciones que establecerá en el futuro.

En este sentido, las vinculaciones amorosas están en constante y directa relación con las experiencias infantiles, presentándose diversas situaciones vinculares que estarán en línea directa con la forma en la que el sujeto introyecta y proyecta su amor en la adultez, a partir de sus imaginarios parentales. Martorell (2022), Bowlby (1969, citado por Espinosa y De la Hoz, 2022) y Rincón (2018), mencionan que estas expectativas sobre las relaciones románticas se configuran desde la infancia y derivan de lo que Sternberg denomina las “historias de amor” de cada persona, que contienen los esquemas de los cuales procesamos la información en nuestras relaciones. A lo largo de la vida, las personas acumulan múltiples experiencias que dan lugar a representaciones mentales del mundo, conocidas como esquemas cognitivos. Estos esquemas,

entre muchas de sus funciones, permiten filtrar y organizar la información almacenada, facilitando así la adaptación al entorno sociocultural y contribuyendo al desarrollo de la estructura de la personalidad.

En otro orden de ideas, es fundamental comprender los factores que conforman el amor y su relación con la sexualidad coital, ya que ambos constituyen aspectos intrínsecos en la estructuración de las relaciones de pareja. Estos elementos resultan esenciales para establecer un vínculo afectivo bilateral y estable. Como señala Chaves et al. (2018), el disfrute de las interacciones sexuales se vinculan con las relaciones sentimentales estables, sin desligar la pasión subjetiva y el deleite por la sexualidad coital. Esto permite la manifestación de los vínculos amorosos en nexos a la sexualidad coital, proporcionando una identificación de las particularidades presentes en la pareja, en sus diversas formas de comportarse y sentir. Asimismo, se considera un elemento esencial para la formación de una identidad sexual de pareja.

Del mismo modo, Arrington et al. (2004) y Faus y Gómez (2017) (citados por Urbano et al., 2018) señalan que la compatibilidad sexual constituye un aspecto estrechamente vinculado a las relaciones de pareja. Independientemente del tipo de pareja, del tiempo que lleven juntos o de cualquier particularidad, la sexualidad suele constituirse como un elemento definitorio en las relaciones de pareja. Asimismo, la interacción de dos miembros y el modo en que cada uno vive su relación tiene un vínculo directo en lo referido a la satisfacción. Esta satisfacción, tanto individual como compartida, está determinada por diversos factores vinculantes, los cuales configuran una imagen subjetiva de la relación, influida a su vez por variables como el género, el contexto sociocultural y las normas sociales.

Usualmente, la pasión está vinculada con la intimidad, relacionándose entre sí. Sin embargo, existen relaciones de pareja en las que estas situaciones no suelen ocurrir, lográndose efectuar, a modo general, pasión sin intimidad. En algunas parejas se evidencia este tipo de vínculos, denominados “amigos de relaciones casuales”, caracterizados por una “sociabilidad sexual”, lo cual no los convierte en entes ajenos a la sexualidad. Por lo tanto, “la sexualidad de los dispares podrá llegar a convertirse en conversación de pares cuando se miren de frente sin ignorancia, sin miedo, con amor” (López, 2018, p. 139).

Igualmente, se considera que las relaciones de pareja se encuentran permeadas por la experiencia dinámica de su contexto. Para autores como Giraldo y Rodríguez (2018, citados por López et al., 2020), Ospina y Valencia (2018), así como Cajiao (1995), las relaciones de pareja se establecen por medio de una construcción social, permeada en gran medida por los contextos históricos explícitos de determinado entorno social al que se pertenece, definiendo de este modo, los discursos y prácticas de cada relación de pareja.

En consecuencia, toda pareja construye su propia identidad con base en los cimientos sociales, culturales y familiares ya establecidos. Sin embargo, para crear y reforzar su propia identidad “los miembros de la pareja se sustentan en la pasión amorosa, esta energía surge de la elección de otro que puede ampliar la visión de mundo y reforzar la propia identidad” (Aspillaga & Szmulewicz, 2018, p. 445).

En este orden de ideas, Yepes y Ferrer (2017) sostienen que uno de los vínculos más significativos en la vida de cada individuo son las relaciones de pareja, las cuales se construyen a lo largo del tiempo, varían entre una relación y otra, y además evolucionan en su propia dinámica. En esencia, “la relación de pareja permite establecer vínculos profundos además de satisfacer necesidades fundamentales como la seguridad, pertenencia, entre otras” (p. 12).

Como exponen Orellana y Garay (2020), en la búsqueda de la supuesta “alma gemela”, la pareja ideal y la unión formal entre los sujetos, suelen manifestarse creencias arraigadas tanto en hombres como en mujeres. Entre estas se encuentra el “mito de la exclusividad”, refiriendo que solo se puede sentir amor por una persona, y el mito del razonamiento emocional, en donde se manifiesta la existencia de una “química especial”, cuyo funcionamiento no se sabe explicar, pero que parece ofrecer certeza a los enamorados de que la persona hallada es la “indicada”, aquella con la que se quiere compartir momentos de la vida, tener hijos y construir proyectos, incluso sin conocerse en absoluto.

En segundo lugar, se puede encontrar una combinación novedosa: amar intensamente a alguien, tener una vida sexual plena con otra y estar comprometido con alguien más. En este sentido, Pérez y Palma (2018) proponen que los vínculos amorosos se construyen históricamente sobre el amor romántico, heteronormativo y obligatorio de la monogamia. Sin embargo, en la actualidad, las nuevas construcciones ideológicas cuestionan las normas establecidas del amor romántico tradicionalista, defendiendo la posibilidad de amar o tener una relación sexual con distintas personas al mismo tiempo. En este orden de ideas:

Destacan los amigos con beneficios (AMB), amigos con derecho o “amigovios”, relaciones abiertas que se caracterizan por la amistad y la ausencia de compromiso, las relaciones de “chocolate” referidas al primer vínculo afectivo, las “relaciones por calentura”, breves y pasionales, y el “free” o encuentro erótico sexual (Soriano & García, 2019, párr. 3).

En este mismo sentido, también se aprecian las relaciones fluidas, abiertas, híbridas, *swingers* y poliamorosas o poligámicas, las cuales surgen como algunas de las posibilidades e invitan a concebir el amor desprendido de las reglas que lo inmovilizan, y de este modo, se le asigna nuevos significados y concepciones.

Conclusiones

En el desarrollo de esta investigación se percibieron comprensiones orientadas a dejar de lado las idealizaciones respecto al amor, el sexo y el matrimonio como objetos unidos, situándolos como categorías y experiencias individuales. Sin embargo, se siguen reproduciendo modelos alrededor del ideal romántico tradicionalista, el cual ha sido desplazado en la nueva era. Esto deja de lado los vínculos amorosos construidos históricamente sobre el amor romántico, patriarcal, heteronormativo y obligatorio de la monogamia, emergiendo nuevos modelos de vinculación afectiva, como lo son el poliamor, amigos con beneficios, amigos con derecho, las relaciones casuales, encuentros eróticos sexuales, etc. En estos vínculos, amor y sexo no necesariamente coexisten, sino que pueden estar presentes el uno sin el otro. Por ende, y a manera de recapitulación, se afirma que:

- La sexualidad responde a la necesidad del ser humano de vincularse social, afectiva y sexualmente con otras personas.
- La sexualidad es una parte esencial en la vida de todos, siempre y cuando esta sea vivida sin discriminación, libre de prejuicios y juicios.
- La sexualidad puede emerger de un momento y lugar dado sin la mediación de afecto alguno.
- La sexualidad ha sido romantizada en el transcurso de la historia.
- El sexo y el amor no necesariamente van siempre de la mano.
- El amor es una construcción vincular, que está transversalizada por la sociedad y una inherencia humana, siendo un componente vital conexo al ser humano.
- La experiencia de amor entre dos sujetos introyecta y proyecta su amor en la adultez, basándose en su imaginario parental.
- El amor es la concepción del recorrido histórico del individuo, en relación con su medio sociocultural, generando entonces un sentimiento de agrado por el otro.

La importancia de ahondar en las categorías ya mencionadas radica en conocer e identificar limitaciones amorosas y sexuales transmitidas por generaciones. Estas restricciones afectan directa e indirectamente a la población, en términos sexuales y amorosos, al imponer prohibiciones y anular la plenitud del ser desde su propia psique. El amor y la sexualidad son categorías que tocan la fibra más íntima del alma humana; por ende, ¿por qué dejar de lado la posibilidad de construir la propia identidad, posición y postura sobre el amor y el sexo?

La vida cambia constantemente y uno de estos cambios se relaciona con la práctica sexual coital y las formas de amar, de la que deberá estar consciente cada sujeto, pero ¿cómo ser conscientes de la propia relación sexual coital y las distintas formas de amar, si el individuo mismo no genera interrogantes que comprendan la configuración propia de estas dos categorías? Muchas veces es más fácil no pensar, pero no es lo mejor.

Preguntarse por la propia subjetividad en términos sexuales y amorosos es complejo debido a las evitaciones y limitaciones del ser humano inmerso en un colectivo social, la mayoría de las veces, inconsciente. Conocer nuevas formas de amar, desligadas de la relación sexual coital y viceversa, genera un conocimiento dinámico y creciente, que potencializará a los seres humanos con toda la posibilidad de la armonía vital: amor y sexo como experiencias conscientes y liberadas del estigma social.

Conflicto de intereses

Los autores declaran la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación comercial de cualquier índole.

Referencias

- Aspillaga, C., & Szmulewicz, T. (2018). Dinámicas y vivencias de las parejas heterosexuales chilenas respecto al proceso de toma de decisiones. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 27(3), 444-454. <https://doi.org/10.24205/03276716.2018.1080>
- Bauman, Z. (2003). *Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Ediciones Paidós.
- Bordignon, N. A., (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2), 50-63. <https://www.redalyc.org/comocitar.oo?id=69520210>
- Bueno, L. (2013). Posición del inconsciente y su relación con la pulsión. *NODVS*, 65, 1-4. <https://www.scb-icf.net/nodus/contingut/arxiupdf.php?idarticle=488&rev=59>
- Busby, D., Chiu, H., Leonhardt, N., & Iliff, E. (2019). Sexual passion in committed relationships: Measurement and conceptual issues. *Family Process*, 58(3), 734-748. <https://doi.org/10.1111/famp.12385>
- Bustos, C., & Solano, L. (2018). Monografía compilatoria, sexualidad en relaciones de pareja dentro del enfoque sistémico. [Trabajo de Pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio. <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/3927>

- Cajiao Restrepo, F. (1995). De la pasión a la adicción: las tenues fronteras del amor. *Revista Colombiana de Psicología*, 4, 99-107. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/15920>
- Ceccarelli, P. R., & Andrade, E. L. (2018). O sexual, a sexualidade e suas apresentações na atualidade. *Revista Latinoamericana de Psicopatología Fundamental*, 21(2), 229-250. <https://doi.org/10.1590/1415-4714.2018v21n2p229.2>
- Chaves, I., Caballero, L., Ceccato, R., Morell Mengual, V., & Gil, M. (2018). La satisfacción sexual en parejas con estilos de apego seguro y ansioso. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 53-62. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349855553006>
- Cruz, A. P., Galarza Santana, L. E., & Plúa, S. A. (2018). Sexualidad responsable vs. tabúes sociales. *Revista San Gregorio*, 21, 74-87. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i21.564>
- Eleno, A. A. (2013). Las ideas del amor de RJ Sternberg: la teoría triangular y la teoría narrativa del amor. *Familia: Revista de Ciencias y Orientación Familiar*, 46, 57-86. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4586857>
- Espinosa, H., & De la Hoz, L. (2022). *Influencia del apego adulto en la sexualidad y las relaciones de pareja* [Trabajo de maestría, Universidad Pontificia]. Repositorio. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/66285>
- González, M., Yedra, L., Rojas, J., & Vera, J. (2017). La vida en pareja y sus vicisitudes. *Revista Internacional PEI*, 6(13), 85-106. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=130974389&lang=es&site=ehost-live>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2008). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Jáuregui, M., Rubino, J., Rey, A., & Rodríguez, Y. (2013). El inicio de relaciones coitales en estudiantes de preuniversitario. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 42(3), 377-386. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572013000300004
- Ley 1090 de 2006. *Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Septiembre 6 de 2006. DO. N.º 46383.
- López Arboleda, G. M. (2018). *La imposibilidad del amor, la posibilidad del amar. Historia amorosa de un loco-asesino*. Universidad Pontificia Bolivariana.
- López, G. M., Rodríguez, A., & Herrera, G. D. (2020). La pareja: un proyecto conversacional y de convivencia en la modernidad líquida. *Revista Trabajo Social*, 28, 129-142. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/revistraso/article/view/343995>
- Magdalena, A., & Galván, L. (2022). *Evolución a lo largo del tiempo de los componentes del amor en las relaciones de pareja: una revisión sistemática* [Tesis de pregrado, Universidad de La Laguna]. Repositorio. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/28403>

- Martorell Morell, M. (2022). *Estilos de apego y relaciones de pareja: los vínculos afectivos que nos caracterizan* [Tesis de pregrado, Universitat de les Illes Balears]. Repositorio. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/159370/Martorell_Morell_Marc.pdf?sequence=1
- Maticorena Barreto, A. I. (2022). Revisión sistemática: apego y satisfacción sexual en la pareja. *Ciencia Latina. Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 6546-6559. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3904
- Orellana, C. I., & Garay, N. (2022). ¿Y vivieron felices para siempre?: el amor romántico en guiones de películas comerciales. *Teoría y Praxis*, 36, 47-90. <https://doi.org/10.5377/typ.v1i36.14186>
- Ospina, M., & Valencia, L.F. (2018). ... Y vivieron felices y comieron perdices: crisis y recursos de las parejas. *Tempus Psicológico*, 1(2), 145-160. <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.1.2.2068.2018>
- Pérez, M. H. (2020). ¿Sexualidad ortodoxa o heterodoxa? La sexualidad en España en el siglo XXI. *Tendencias Sociales. Revista de Sociología*, 5, 102-123. <https://doi.org/10.5944/ts.5.2020.27750>
- Pérez, T. S., & Palma, Y. A. (2018). Amar amores: o poliamor na contemporaneidade. *Psicologia & Sociedade*, 30, 1-11. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2018v30i165759>
- Quiroga, L. (2021). *Sexualidad y comunicación en la pareja* [Trabajo de pregrado, Universidad Antonio Nariño]. Repositorio. <http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/5712>
- Resolución 8430 de 1993. *Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud*. Octubre 4 de 1993. Ministerio de Salud.
- Rincón, M. (2018). *Electiva II-Sexualidad y pareja*. Fundación Universitaria del Área Andina. <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/1445/Sexualidadypareja.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Riso, W. (14 de julio de 2022). ¿Qué carajos es el amor? [Video]. YouTube. <https://youtu.be/XyfYBkd8jfc>
- Rubín, G. (1989). Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad. En C. Vance. (1989), *Placer y peligro. Explorando la sexualidad femenina* (pp. 113-190). Editorial Revolución. <http://dsyr.cide.edu/documents/302584/303331/04.-Rubin.pdf>
- Solano, S. C., & García, N. M. (2018). Dinámica en parejas de larga duración en la ciudad de Pamplona. [Trabajo de pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio. <http://repositorio-dspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/2025>
- Soriano, E., & García, H. (2019). Amigos con beneficios vs. sexo casual: definiendo sus comportamientos sexuales, amor, celos y creencias románticas. *Universitas Psychologica*, 18(2), 1-13. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-2.absc>

- Turienzo, R. (2016). *El pequeño libro de la motivación*. Alienta Editorial.
- Urbano, A., Iglesias, M. T., & Martínez, R. A. (2019). Satisfacción general y sexual con la relación de pareja en función del género. *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 165, 143-158. <https://www.jstor.org/stable/26751734>
- Vanin, P. D. (2012) El enfoque interpretativo en investigación educativa: algunas consideraciones teórico-metodológicas. *Revista de Educación* 3(4), 37-46. https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/83
- Vendrell, J. (2019). El enigma de la pareja: elementos antropológicos e históricos. *Nueva Antropología*, 32(90), 81-98. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=141715024&lang=es&site=ehost-live>
- Yepes, I., & Ferrer, Y. (2017). Vida sexual en relaciones de pareja. [Trabajo de pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio. <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/1703>