

## Así fue el sexo durante la pandemia - El Mundo Castellón al Día - 10/07/2021

# Así fue el sexo durante la pandemia

### Un estudio de la UJI revela que la vida sexual de la mitad de los españoles cambió durante la crisis sanitaria

CASTELLÓN Un estudio de la Universitat Jaume I de Castellón revela que la vida sexual de la mitad de la población española cambió durante el confinamiento, en el sentido negativo para el 38 por ciento y en sentido positivo para el 14%.

El equipo Salusex, liderado por el catedrático de la Universitat Jaume I Rafael Ballester y dedicado al estudio de la sexualidad humana desde 1993, ha publicado recientemente en la revista *Sexuality Research and Social Policy* los resultados de dicho estudio -Proyecto INSIDE- que analiza el impacto que el confinamiento provocado por la pandemia de Covid-19 produjo en la vida sexual de la población española.

El estudio, realizado por Ballester junto con el investigador Juan Enrique Nebot y otros miembros del grupo Salusex, se llevó a cabo durante los meses en los que el confinamiento fue más estricto en España, entre marzo y mayo del 2020. En este sentido, es la primera investigación realizada en España y segunda en el mundo en la que se evalúa el impacto sobre la sexualidad no ya de la pandemia en general, sino del confinamiento impuesto por la misma.

El Proyecto INSIDE contó con una muestra de 1.448 personas de entre 18 y 60 años y con todo tipo de orientaciones sexuales y situaciones de pareja. A todas ellas se

les administró una encuesta *on line* en la que se preguntaba por aspectos muy variados de la sexualidad.

Globalmente, el estudio ha permitido descubrir que para aproximadamente la mitad de la población española (52%) su vida sexual cambió durante el confinamiento, en el sentido negativo para el 38% y en el positivo para tan solo el 14%. Las variables clave que parecen diferenciar a unos de otros son haber vivido el confinamiento en pareja, los niveles de estrés durante esos meses y poder disfrutar de una mínima intimidad.

Los que afirmaron que ésta había mejorado destacaron tener más frecuencia sexual, más tiempo para fantasear y explorar nuevas prácticas sexuales e incluso explorarse más durante la masturbación. Al mismo tiempo, los que manifestaron un empeoramiento destacaron la disminución de su frecuencia habitual, no tener intimidad para masturbarse o tener relaciones con tranquilidad.

Los resultados muestran que un 36% de la población española ex-

perimentó más deseo sexual durante el confinamiento, un porcentaje casi idéntico (35%) al de los que tuvieron menor deseo de lo habitual, frente al 29% que no experimentó cambios. En líneas generales, fueron más los hombres quienes vieron reducido su deseo y más las mujeres las que lo vieron incrementado.

Asimismo, el confinamiento aumentó la frecuencia de la masturbación. Si antes del mismo un 12,5% de los hombres la practicaba más de una vez al día, este porcentaje se incrementó al 25,8% durante esos meses. Entre las mujeres, esta frecuencia también pasó del 2,5% al 8,1%. No obstante, estos resultados no implican que la satisfacción fuera también mayor. De hecho, para un 26,4% de la población las masturbaciones fueron menos satisfac-

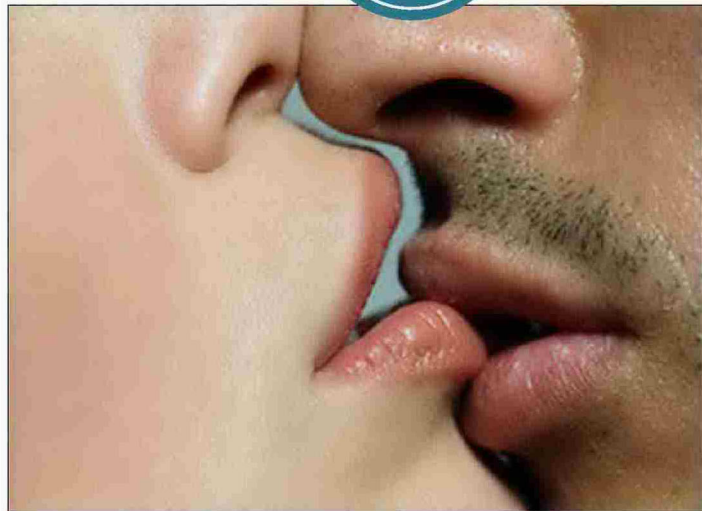
cretamente, el incremento de consumo de pornografía fue notable durante esos meses.

En general, el porcentaje de quienes dijeron haber disminuido su actividad sexual fue muy similar (38%) a quienes la incrementaron (35,5%). Los hombres tendieron a aumentarla y las mujeres a disminuirla.

Las principales razones de la disminución de la actividad sexual fueron las preocupaciones, estrés, falta de deseo, falta de privacidad, no poder estar con la pareja o estar encerrado en casa. Esta disminución de la actividad sexual produjo en muchos casos irritabilidad (24,6%), malestar psicológico (22,4%), incremento de las fantasías sexuales (17%) y conflictos con la pareja (11,5%).

Por el contrario, las principales razo-

EL 38% DE ENCUESTADOS CREE QUE EL CAMBIO FUE A PEOR



Una pareja se besa. EL MUNDO

torias y solo para un 16,3% produjeron mayor satisfacción.

Por otra parte, un 47% manifestó haber dedicado más tiempo a realizar actividades sexuales online. Los hombres pasaron de una media de 24 minutos al día a 35 minutos y en el caso de las mujeres, de 19 a 31 minutos al día. Con-

nes del incremento de la actividad sexual fueron el aumento del deseo, la búsqueda de relajación, distraerse del aburrimiento, dedicar más tiempo a la pareja o reducir la ansiedad. Este incremento de la actividad sexual ayudó en muchos casos a estar más relajado (45%) o con mejor estado de ánimo (41%).