



ics  
Universidad  
de Navarra

**La sexualidad humana:**

**marco conceptual referencial.**

**Proyecto Infinity, familia, amor y sexualidad,**

**Instituto Cultura y Sociedad (ICS)**

Carlos Beltramo, PhD

Citar como:

Beltramo, C. (2024) *La sexualidad humana: marco conceptual referencial*. Proyecto Infinity, familia, amor y sexualidad, Instituto Cultura y Sociedad (ICS), Universidad de Navarra.

DOI: <https://doi.org/10.15581/028.00012>

Pamplona, 2024

## Índice

Índice .....	2
Introducción.....	3
<b>1. Dos planos básicos: la identidad y la relación sexual.....</b>	<b>4</b>
1.1. El plano de la identidad .....	4
1.1.a. Dimensión biológica de la identidad (sexo biológico).....	5
1.1.b. Dimensión psicológica de la identidad (género integrado) .....	6
1.1.c. Dimensión social y cultural de la identidad (género estereotipo/roles).....	7
1.2. El plano de la relación sexual.....	9
1.2.a. Sentido unitivo .....	10
1.2.b. Sentido procreativo / paternidad responsable.....	14
<b>2. Los marcos de referencia .....</b>	<b>16</b>
2.1. Primer marco de referencia: el factor afectividad.....	17
2.1.a. Afectividad como mundo interior .....	19
2.1.b. Afectividad como propensión a querer .....	22
2.1.c. Afectividad y sexualidad .....	23
2.2. Factor amor.....	25
2.2.a. Definiciones en torno al amor.....	25
2.2.b. Amor conyugal .....	27
2.2.c. Amor y sexualidad .....	29
2.3. Tercer marco de referencia: el factor religiosidad/espiritualidad. ....	31
2.3.a. Dimensiones que definen la religiosidad .....	33
2.3.b. Religiosidad y actitudes sexuales .....	34
<b>3. A modo de conclusión.....</b>	<b>34</b>

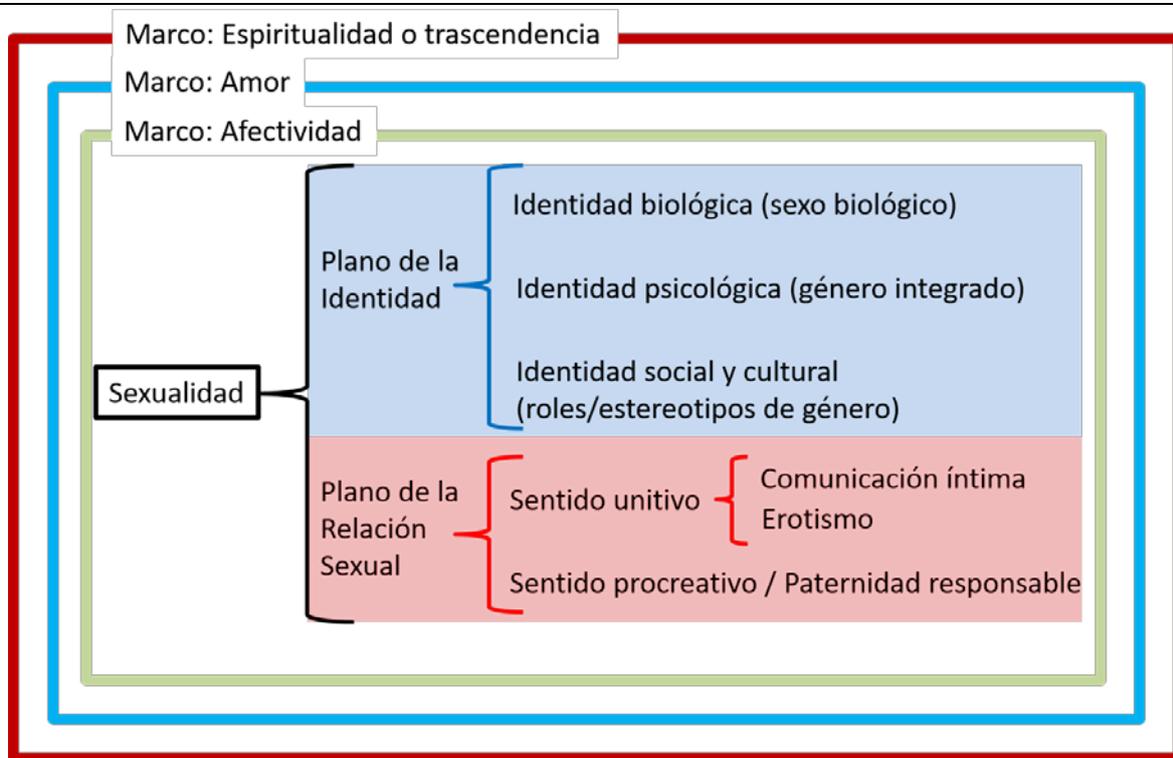
## Introducción

La sexualidad humana es un fenómeno complejo. Por ejemplo, Héctor Segú (1996a, 1996b) al referirse a la definición de sexualidad prefiere no verla como un fenómeno simple y habla de “hecho sexual”, un entramado compuesto por elementos que, aunque derivan de una misma realidad, se pueden estudiar por separado. Por su parte, la UNESCO (2018) abre su documento de referencia sobre educación sexual señalando que “el concepto de sexualidad no es simple de definir. (...) La sexualidad es compleja e incluye dimensiones biológicas, sociales, psicológicas, espirituales, religiosas, políticas, legales, históricas, éticas y culturales” (p. 17). En cualquier caso, para abordar la sexualidad en toda su complejidad hace falta una mirada analítica.

Un buen punto de partida que permite tener coherencia en todo el marco conceptual general de la sexualidad es contar con una definición: “La sexualidad es un elemento básico de la personalidad, un modo propio de ser, de manifestarse, de comunicarse con los otros, de sentir, expresar y vivir el amor humano” (de Irala & Gómara, 2012, p. 25). A partir de esta idea nuclear, y a lo largo de los siguientes apartados, se irán estudiando cada uno de los componentes que permiten comprender el alcance en particular y en general de esta realidad profundamente humana.

De manera pedagógica se irá construyendo paso a paso el cuadro general (Gráfico 1) a fin de abordar por separado, pero de manera ordenada y armónica, cada uno de los aspectos involucrados. La posible limitación de este ejercicio es que la realidad no se puede descomponer totalmente, así que el lector puede encontrar que algunas ideas no se pueden separar del todo de las anteriores o de las siguientes. Por otro lado, la gran ventaja de la metodología de trabajo propuesta es que se pueden ir poniendo en su lugar las muchas definiciones parciales que suelen ser parte de la cultura general y de los debates educativos, políticos, académicos y hasta personales sobre la sexualidad. El lector no debe perder de vista la referencia general y, al mismo tiempo, puede analizar los componentes de la definición lo que le permitirá ir de lo particular a lo general y de regreso.

Gráfico 1: Marco conceptual general de la sexualidad humana (elaboración propia)



## 1. Dos planos básicos: la identidad y la relación sexual

Para poder abarcar los diferentes aspectos que involucra la sexualidad se puede empezar tomando en cuenta dos **planos**: el de la identidad y el de la relación sexual. Estos planos no son del todo independientes y se interrelacionan en muchos aspectos, teniendo sentido solo si se los ve en su conjunto. A continuación, veremos por separado cada uno de los dos planos: el de la identidad y el de las relaciones sexuales.

### 1.1. El plano de la identidad

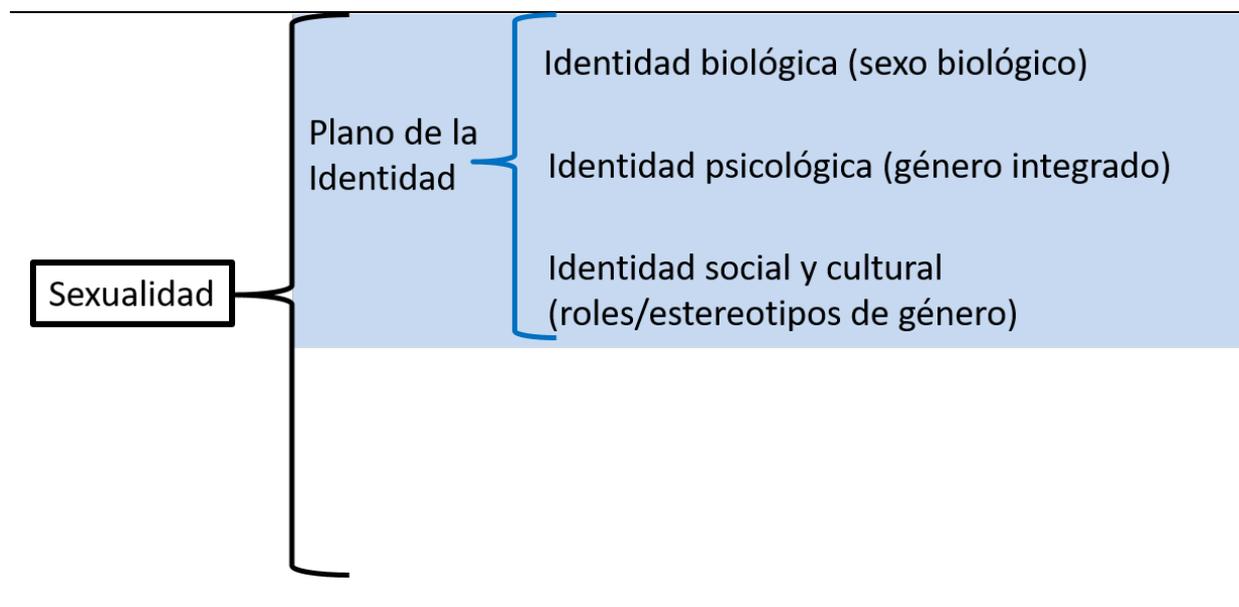
Si se toma en cuenta el plano de la identidad, se puede decir que la sexualidad humana es el conjunto de aspectos biológicos, psicológicos, espirituales y socioculturales que, en su conjunto, configuran a toda persona como varón o como mujer. Su primera referencia es el dato genético, que se determina en la concepción y se despliega durante la etapa prenatal, la infancia y la adolescencia. La diferencia entre varones y mujeres guarda relación con la complementariedad, que es la que permite el establecimiento de

relaciones sexuales –segundo plano–, una de la más alta manifestaciones que permite esta condición complementaria, aunque no la única.

La identidad sexual –ser persona varón o ser persona mujer– es una nota característica que está profundamente enraizada en todo ser humano y en todo el ser humano (Castilla, 1996; Diego Armida & Vargas Pérez, 2021). La naturaleza humana es binaria y esa dualidad varón-mujer está ordenada a la complementariedad, en la que ambos sexos se enriquecen mutuamente.

Este plano solo puede ser comprendido si se toman en cuenta tres dimensiones complementarias entre sí: la biológica, la psicológica personal y la de las relaciones sociales y culturales (Gráfico 2).

Gráfico 2: Marco conceptual de la sexualidad humana: Plano de la identidad (elaboración propia)



### 1.1.a. Dimensión biológica de la identidad (sexo biológico)

El **sexo biológico** es la parte de la identidad sexual que se refiere a las características genotípicas y fenotípicas del cuerpo, que marcan tanto su estructura –anatomía– como su funcionalidad –fisiología–. El sexo biológico queda definido en cada persona a partir de los **cromosomas sexuales**, que manifiestan si una persona es varón –con

cromosomas sexuales XY– o mujer –con cromosomas sexuales XX–. Al fusionarse un óvulo y un espermatozoide –en la fecundación– surge una nueva persona con un sexo determinado<sup>1</sup>. Mujeres y varones son diferentes en su configuración genética, en los caracteres sexuales primarios e incluso en la estructura cerebral (López Moratalla, 2007).

### 1.1.b. Dimensión psicológica de la identidad (género integrado)

Por otro lado, existe un componente psicológico de la propia identidad sexual. Desde los años sesenta, en los tratados de sexología se comenzó a hablar de género<sup>2</sup> en referencia tanto a los sentimientos como al comportamiento de una persona en relación con su identidad sexual. Es un ámbito que va más allá del dato biológico, aunque no lo excluye. Sexo biológico y género son categorías diferentes, pero están íntimamente interrelacionadas. El constructo género tiene tanto una aplicación individual como otra más cultural o social, que abordaremos en el siguiente apartado.

Con respecto a la psicología del sujeto tomado de manera individual, se puede decir que los sentimientos sobre su identidad sexual y las conductas derivadas de estos sentimientos debe tener una relación estrecha con la identidad biológica (Vollmer de Coles, 2004). “El sexo y el género «serían dos dimensiones que confluyen en una misma realidad: la identidad sexual del ser humano». Con esta premisa el sexo y el género no se consideran como realidades antagónicas, sino como complementarias” (López Guzmán, 2016, p. 17). “Se trata, por ello, de dimensiones que, en un desarrollo equilibrado de la persona, están llamadas a integrarse armónicamente” (Aparisi, 2011, p. 20).

---

<sup>1</sup> Para efectos de este escrito se dejan de lado tanto el Síndrome de Klinefelter (trisomía par 23, XXY, 1 de cada 1000 varones nacidos vivos) y el Síndrome de Turner (ausencia de todo o una parte del cromosoma X en el par 23, afecta a una de cada 2500 mujeres). Ver MedlinePlus <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000382.htm> / <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000379.htm>. Que existan estos dos síndromes no pone en duda la configuración genética de varón o mujer desde el momento de la concepción ni la naturaleza binaria de la biología humana.

<sup>2</sup> “El área del sexo y el género es muy controvertida y ha conducido a una proliferación de términos cuyos significados varían con el tiempo, entre las distintas disciplinas y dentro de cada una de ellas. Una fuente adicional de confusión es el hecho de que, en inglés, el término «sexo» connota tanto el hecho de ser varón/mujer como la sexualidad” (American Psychiatric Association, 2014, p. 451). En general, procuraremos sustraernos de las polémicas para intentar clarificar conceptos muy básicos sobre esta cuestión.

La forma de desarrollar la personalidad en el plano de la sexualidad es buscar la armonía entre el dato biológico y los sentimientos y conductas referidas a ese dato biológico. “El sujeto, para su bienestar, necesita que exista una coherencia entre lo que es y lo que siente que es” (López Guzmán, 2016, p. 19). Ambas dimensiones se implican y necesitan mutuamente: sentimientos y conductas se desarrollan en relación al dato biológico –el cual no puede ser inventado por la actividad del ser humano– y el propio dato biológico quedaría incompleto en el ser humano si no se despliega en sentimientos y conductas concretas (Sáez Sesma, 2017). Todo ello bajo el prisma de la integración.

### 1.1.c. Dimensión social y cultural de la identidad (género estereotipo/roles)

Un tercer factor que está involucrado en la identidad es el social y cultural, que es la segunda acepción para el constructo género. La conducta individual no está aislada y en ella influyen las conductas de los demás. En este sentido, la palabra género también está relacionada con esa dimensión exterior de los comportamientos en sociedad. De ahí que se hable de “roles de género” o “estereotipos de género” (López de la Llave & Carrillo, 2015). Es una aproximación que hace alusión a la manera en que en una determinada cultura entiende y propone a sus miembros la forma de comportarse típica de varón o de mujer (Kuby, 2019).

Género se usa para denotar el rol público (y normalmente el reconocido legalmente) que se vive como chico o chica, hombre o mujer; sin embargo, a diferencia de algunas teorías constructivistas sociales, se considera que los factores biológicos son los que contribuyen, en interacción con los factores sociales y psicológicos, al desarrollo del género (American Psychiatric Association, 2014, p. 451).

Los roles sirven como una forma de socializar, pero también pueden deformarse en su función y convertirse en estereotipos, estructuras sociales rígidas que impiden el despliegue de algunas características. La diferencia entre un rol de género y un estereotipo puede ser muchas veces difícil de establecer. Los roles pueden y suelen variar, acompañando la evolución de las sociedades.

Algunas veces el cambio es totalmente circunstancial y entra en el terreno de lo accidental: por ejemplo, que las mujeres empiecen a practicar más masivamente deportes que esa cultura antes asociaba exclusivamente con varones y viceversa.

En otros casos, los cambios son superación de atavismos y dan lugar a formas más justas de relación entre varones y mujeres: por ejemplo, el aumento de la participación activa del padre en las labores del hogar y de la crianza de los hijos, no solo como una “ayuda” sino como corresponsable directo de dichas labores (Ceriotti Migliarese, 2019b); también se puede hablar de la inclusión de las niñas en los procesos de enseñanza y adquisición de conocimientos en lugares donde hasta hace poco se mantenía un veto hacia ellas.

Pero hay veces en las que las nuevas formas no necesariamente responden mejor a la naturaleza humana o a la libertad, implicando un retroceso cultural. Por ejemplo, cuando la implicación en el mercado laboral fuera del hogar se presenta a la mujer como una necesidad casi obligatoria, dejando poco margen para aquellas madres que quieren desempeñar en exclusiva su labor de crianza dentro del hogar, o cuando se proponen modelos de “nuevas masculinidades” que ridiculizan algunas características masculinas saludables o criminalizan al varón por el solo hecho de serlo (Jiménez, 2019).

Superar un estereotipo antiguo no implica necesariamente que el nuevo sea más adecuado a la naturaleza humana. Proponer que en la sociedad no debe haber separación de estilos o roles diferenciados entre varones y mujeres es transmitir un modelo: que varones y mujeres deban hacer todo del mismo modo, lo que equivale a imponer también un rol para cada sexo, aunque la apariencia sea de neutralidad (Álvarez, 2011).

En cualquier caso, si bien las posibilidades de que existan diferentes roles son amplias – teniendo en cuenta la variedad de culturas y épocas–, lo que es constante es que los roles de género entran en la definición de la identidad sexual acompañando la integración entre el sexo biológico y el psicológico.

La unidad y la igualdad entre varón y mujer no anulan las diferencias. Aunque tanto las cualidades femeninas como las masculinas sean variables en gran medida, no pueden ser ignoradas completamente. Sigue habiendo un trasfondo de configuración natural, que ya no puede ser anulado sin esfuerzos desesperados, que conducen, en definitiva, a la autonegación. Ni la mujer ni el varón pueden ir en contra de su propia naturaleza sin hacerse desgraciados (Burggraf, 2004, p. 517).

Un constructo adicional, relacionado tanto con el aspecto psicológico como con el social, es la orientación sexual. Este es un término que, además, está en relación con el siguiente plano de la sexualidad, esto es, con el de la actividad sexual.

La orientación sexual es la tendencia de una persona a responder a los estímulos eróticos. Describe el foco hacia el cual una persona dirige el impulso sexual –que diferentes autores centran en constructos como atracción, deseo, intención o proyección sexual– (Sáez Sesma, 2017). “La orientación sexual se refiere a un patrón perdurable de atracciones emocionales, románticas y/o sexuales hacia hombres, mujeres o ambos sexos” (American Psychological Association (APA), 2008). Esta orientación puede ser heterosexual, homosexual, bisexual, parafílica, entre otras.

## 1.2. El plano de la relación sexual

La identidad de varón y mujer permite una complementariedad entre sexos que posibilita un tipo de unión física entre ellos muy particular. Y esa unión física, a su vez, tiene una relación intrínseca con la procreación. Ambas variables –capacidad de unión sexual y proyección en la procreación– se actualizan a través de la relación sexual o coito. Por extensión, algunos llaman actividad sexual también a otras conductas que buscan la excitación y satisfacción sexual –en pareja, en solitario o en grupo–, aunque no respondan totalmente a la condición de complementariedad varón–mujer.

En el estudio de la actividad sexual humana es necesario determinar el lugar que ocupa el impulso sexual. Es un impulso con un gran componente biológico que guarda algunas similitudes con el instinto de otros seres vivos, pero tiene características propias, únicas y originales, ya que es parte de una persona –ser bio-psico-espiritual y social– (Grygiel, 2022). Por lo tanto, todo aquello que esté relacionado con la gestión del impulso sexual humano y con las conductas derivadas de este no debe reducirse a sus aspectos biológicos o fisiológicos (Gray, 2015).

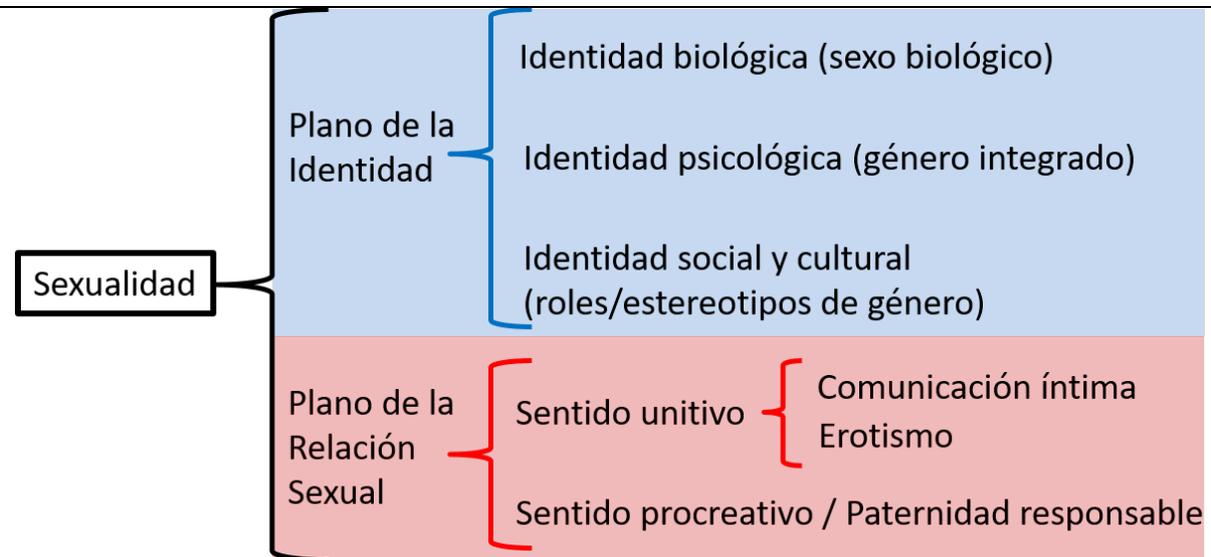
Mientras la sexualidad animal se determina genéticamente, manifiesta un alto grado de rigidez en la conducta y queda estrictamente adaptada al éxito reproductivo, la humana presenta características nuevas [...], no sólo se hace más plástica y universal: adquiere una función expresiva de la afectividad y se convierte en instrumento de vinculación estable de la pareja (Arregui et al., 2002, p. 55).

Los componentes biológicos no anulan la libertad de cada persona respecto a qué conducta adoptar, pudiendo siempre elegir la más saludable y positiva. También los componentes psicológicos, las convicciones religiosas o éticas (Soble, 2015) y el entorno sociocultural (Gray, 2015) influyen en la conducta sexual de cada individuo, que voluntariamente toma la decisión de actuar o no de acuerdo con la inclinación que el impulso sexual le presenta (Segú, 1996b).

La actividad sexual humana, movilizada en parte por ese impulso, pero inserta en la dinámica de libertad propia de la persona humana, puede calificarse moralmente (Caffarra, 2006). De hecho, no existe de manera neutra y siempre tendrá algún tipo de significado ético (Wojtyla, 2003).

Como se dijo antes, hay dos variables involucradas en la actividad sexual, de ahí que se dice que la relación sexual tiene dos sentidos, dos significados que se requieren mutuamente: el unitivo y el procreativo (Gil Hellín, 1995).

Gráfico 3: Marco conceptual de la sexualidad humana: Plano de la relación sexual (elaboración propia)



### 1.2.a. Sentido unitivo

El sentido unitivo de la sexualidad tiene que ver con la capacidad de unión que tiene toda pareja humana. Esta capacidad hace referencia a las dimensiones biológica, psicológica y espiritual, propias de todo ser personal (Wojtyla, 2009). La unión de varón

y de mujer puede llegar hasta el coito, que, gracias a la unidad substancial de alma espiritual y cuerpo, es un acto que está ordenado a “permitir la expresión de la comunión de las personas” (Semen, 2005, p. 84). Incluso cuando la unión coital prescinda de su carga espiritual y su intencionalidad relacional amorosa, los cuerpos siguen intentando expresar este dinamismo, que les es intrínseco. Es decir, si bien la unión genital –tomada especialmente en referencia a la dimensión biológica– es un punto particularmente intenso, aquello que permite una relación profunda entre un varón y una mujer es la posibilidad de integrar las dimensiones psicológica y espiritual. De todos modos, no se debe perder de vista que la unión coital es la forma más elevada del sentido unitivo de la sexualidad, pero no es la única, como se verá al analizar la ternura.

El erotismo –sensualidad– y la comunicación íntima –ternura o cariño– son dos aspectos fundamentales de la comunicación relacionada con la actividad sexual. En ambos el placer es una variable de la comunicación y se debe analizar asociado a las dos manifestaciones.

Una de las formas de comprender la relación entre comunicación íntima y erotismo es determinar de qué manera varones y mujeres gestionan el placer o, para ser más precisos, las formas en que acceden a él a través de todo lo relacionado con la sexualidad (Ceriotti Migliarese, 2019a, 2019b; Dupin & Hédon, 2001). Es un análisis que permite establecer qué tipo de vínculos afectivos generan las parejas a partir de esos diferentes caminos de comunicación (Pichon-Rivière, 1985).

### **Erotismo**

Como una cuestión previa es bueno aclarar que en el lenguaje popular, a veces «erotismo» es sinónimo de «pornografía» o de «pornografía light». En realidad, la pornografía es una deformación de lo erótico y suele estar asociada a su destrucción o a la pérdida de algunas de sus características principales (Layden, 2014; Paul, 2005; Rogala & Tydén, 2003; Suris et al., 2014; Wright, 2020). Distinguir estos términos es una condición necesaria para comprender el verdadero alcance del aspecto erótico de la sexualidad y separar este concepto de sus caricaturizaciones.

El término «eros» tiene muchos matices semánticos. Por eso, intentando relacionar la enseñanza del sermón de la Montaña (Mt. 5, 27-28) con la vasta esfera de los fenómenos «eróticos» –esto es, las acciones y comportamientos mutuos mediante los que hombre y mujer se acercan y se unen hasta formar «una sola carne»

(cfr. Gen 2, 24)– es necesario tener en cuenta la variedad de matices del «eros». (...) [*el eros es*] la mutua atracción y la perenne llamada de la persona humana –a través de su masculinidad y feminidad– a la «unidad de la carne» que, al mismo tiempo, debe realizar la unión–comunidad de las personas. (...) En el ámbito de lo erótico, el «eros» y el «*ethos*» no divergen entre sí, no se contraponen, sino que *están llamados a encontrarse en el corazón humano y a fructificar en ese encuentro* (Juan Pablo II, 2007, pp. 161–163).

El **erotismo** –a efectos prácticos, sinónimo de **sensualidad**– es un fenómeno con componentes emocionales pero que está básicamente ligado al cuerpo y a reacciones de naturaleza biológica. Es una tendencia que pone su foco directamente en el placer sexual con una carga mayor de aspectos físicos que la ternura o el cariño. El deseo erótico es una tendencia a establecer un encuentro intercorpóreo real o virtual, que puede ser genital o no, y que busca placer y satisfacción (Sáez Sesma, 2017).

Sternberg (2013) asocia el erotismo con lo que él llama pasión. La pasión es, en su análisis, uno de los componentes del amor de pareja: es la expresión de deseos intensos y de la necesidad de unirse con el otro. Entre las necesidades que se expresan en la pasión, Sternberg menciona autoestima, entrega, pertenencia y satisfacción sexual. Y es precisamente esta última variable la que conecta que Sternberg tiene de pasión con el terreno de lo erótico.

El erotismo es un fenómeno que acompaña al acto sexual que no puede ser confundido con el amor. “El amor no es el resultado de una relación coital satisfactoria, sino, por el contrario, una buena relación de pareja que disfruta de la relación coital es producto del amor” (Segú, 1996a, p. 78). Suponer que el amor es el resultado de la experiencia coital desvirtúa la esencia de la sexualidad humana y es el origen de los errores de muchos programas de educación sexual, especialmente aquellos que descontextualizan el placer y lo ponen como fin único o principal (Gómara et al., 2010).

### **Comunicación íntima (ternura)**

El otro gran componente del sentido unitivo de la sexualidad es la comunicación íntima que se logra mediante la expresión de sentimientos: explicitar lo que se siente, colocándolo en un plano que asegure el entendimiento entre dos personas (Segú, 1996a). Esta expresión puede ser física –una caricia o una mirada– o de otra índole –un poema, un servicio, un regalo, acompañar desde el silencio–. Para Sternberg (1989), la

intimidad es otro de los pilares de la relación amorosa de una pareja. Es la suma de “aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión” (p. 37). Se experimenta la intimidad cuando se demuestra una cantidad suficiente de estos sentimientos y existe reciprocidad.

Para lograr esta clase de comunicación se necesita, además de la madurez emocional, el conocimiento íntimo del compañero que nos permitirá comprender su intimidad, llegar al fondo de su personalidad desprovistos de toda subjetividad y provistos de la objetividad necesaria para verlo tal cual es y no como nosotros quisiéramos que fuese (Segú, 1996a, p. 76).

Expresiones emocionales y sentimentales como la **ternura, el afecto o el cariño**, bases fundamentales de la intimidad, pueden manifestarse a la persona con la que se desea tener una relación coital, pero también a hijos, padres, amigos, alumnos, personas necesitadas, enfermos y un gran abanico de posibilidades (Pérez-Soba, 2022). En todas estas manifestaciones existe un placer, tal vez menos intenso fisiológicamente que el erótico –ya que el contacto está menos relacionado con la dimensión física– pero más duradero. El entender este tipo diferente de placer ayuda a comprender el gran marco en el cual la ternura es un componente en interacción positiva y necesaria con lo erótico en una pareja. Y aunque cierto lenguaje coloquial intenta diferenciarlo del placer sexual, más intenso, evitando mencionar la palabra placer, es necesario escapar de la dicotomía “placer/erotismo” vs. “ternura/no placentera”, que en realidad suele arrastrar abordajes puritanos acerca de la sexualidad y todo lo que involucra.

La ternura, por ejemplo, es un fenómeno que conecta mejor que el erotismo con la empatía, que es una de las bases fundamentales de las relaciones sanas entre las personas. En la pareja, la mayor parte de las veces las manifestaciones de ternura y cariño son de tipo no genital. Suelen ser más bien intercambios intensos entre dos mundos afectivos, psicológicos y hasta espirituales, el del varón y el de la mujer, que crecen gracias a la seguridad que producen esos gestos de cariño.

### **Erotismo y ternura, componentes de una misma realidad**

Erotismo y ternura están relacionados con el acercamiento entre las personas, pero son dos fenómenos que se diferencian tanto por el origen como por la orientación de las emociones que los caracterizan. Cuando las emociones tienen más elementos psicológicos irán más encaminadas a reacciones de ternura, pero cuando están más relacionadas con las condiciones físicas, serán más como el erotismo. En ambos casos

se da el deseo de estar con el otro y unirse, pero los componentes que materializan ese deseo son diferentes. En el plano de la relación sexual, erotismo y ternura no deben verse contrapuestos o excluyentes.

En el coito los límites entre el erotismo y la ternura pueden llegar a ser difusos: un gesto erótico termina estando cargado de un gran componente afectuoso y los gestos de ternura, incluso aquellos que no son de naturaleza física, pueden aportar profundidad y renovación al erotismo. Es necesario alcanzar un equilibrio que permita que ternura y erotismo se vivan como caminos de comunicación también en el plano de la relación sexual. Es más, la integración de estos dos aspectos debería ser tal que la propia expresión física coital se convierta, en sí misma, en una expresión de ternura, modulada según las diferencias psicológicas de cada componente de la pareja, aceptando que varón y mujer no son exactamente iguales.

Se suele recomendar a las parejas profundizar en las diferencias psicológicas entre varones y mujeres en torno al fenómeno ternura-erotismo para evitar incomprensiones mutuas a la hora de gestionar la relación (de Irala, 2020). El equilibrio entre erotismo y ternura necesita partir del conocimiento de que para varones y para mujeres el peso de ambos fenómenos suele ser diferente. Dialogar sobre estas diferencias suele ser un camino adecuado para lograr que la pareja disfrute plenamente de la vida íntima en común. Que el acto sexual exprese al mismo tiempo lo erótico y la ternura sería un estado de madurez relacional que permite a la pareja decir: puedo abrazar tu alma en tu cuerpo.

### 1.2.b. Sentido procreativo / paternidad responsable

Uno de los aspectos más trascendentales de la relación sexual entre un varón y una mujer es la posibilidad de concebir un nuevo ser humano. Es una dimensión que, si bien tiene una manifestación evidentemente biológica –el hijo concebido es un ser vivo–, principalmente se ubica en los contextos psicológico y existencial –siendo hijo, no es únicamente un ser vivo, ni siquiera principalmente un ser vivo–. Como señala Erik Erikson (2000): “La lógica de una teoría psicosexual realmente completa puede muy bien exigir que se suponga la existencia en la naturaleza humana de algún impulso instintivo hacia la procreación y de una interacción generativa con la descendencia” (p. 59).

Es bueno recordar que entre sexualidad humana y cópula animal existen diferencias fundamentales. Una de las variables que distinguen a la primera de la segunda es que la relación sexual humana no está determinada biológicamente (Wojtyła, 2003). En los

animales la cópula tiene exclusivamente fines reproductivos y está relacionada con la segregación de hormonas que pone en marcha un proceso totalmente instintivo. En cambio, en la sexualidad humana interviene la libertad y se puede decir que la actividad sexual no se ejerce necesariamente por un imperativo impulsivo, sino que en ella el amor y la libertad están llamados a tener un rol fundamental. La relación entre reproducción y amor en el ser humano nos lleva a hablar de procreación humana.

Aparte de la gracia del ser amado y del encanto del amor mismo, hay que destacar lo que podemos llamar el portento del amor. En efecto, por medio de él, se logra algo que es, en cierto modo, inconcebible: dar vida –a través de lo biológico– a un nuevo ser, el hijo, lleno a su vez del misterio del carácter peculiar y singular de su existencia (Frankl, 1997, p. 161).

Procrear es una acción más compleja que el simple resultado de la cópula, como es el caso de la reproducción animal. El solo hecho de que el ser humano nazca totalmente desprotegido y que, como ningún otro ser vivo, necesite del cuidado de quienes le dieron la vida o de algún adulto, muestra la trascendencia de esta dimensión que se prolonga en el tiempo y que llamamos paternidad.

Actualmente, el uso de los anticonceptivos artificiales puede dar la sensación, sobre todo a los más jóvenes, de que la actividad sexual puede estar totalmente separada del sentido procreativo (Kirby, 2002). Es una falsa percepción que cualquier abordaje sistémico de la sexualidad humana puede desenmascarar. Se corre el riesgo de reducir la paternidad responsable a evitar una de las consecuencias naturales de cualquier relación sexual. Hoy en día, la liberación de la actividad sexual, está siendo acompañada por un efecto imprevisto: la disminución entre los jóvenes del deseo de estar con una pareja, al punto que filósofos como Byung Chul Han (2014) hablan de una auténtica “agonía del eros”. Existe una disminución de la actividad sexual entre jóvenes provocada por un abordaje inadecuado del concepto de sexualidad y un empobrecimiento de los contextos de relación entre las personas, y no tanto por decisiones virtuosas (de Visser et al., 2014; Twenge, 2020; Twenge et al., 2019; Ueda et al., 2020; Wellings et al., 2019).

La relación estrecha que existe entre el acto sexual y una nueva vida humana personal es un claro indicio del profundo componente ético de la sexualidad: el origen de un nuevo ser humano es lo que podríamos llamar una acción máximamente ética (Wojtyła, 2003). Por lo tanto, los programas de educación no pueden tocar la temática de la sexualidad sin considerar también este componente ético (de Irala et al., 2008).

Más allá de la consideración moral de los métodos anticonceptivos, es un hecho que su uso está generando una fractura en la comprensión del hecho sexual con graves consecuencias. Hoy en día se están viendo afectadas tanto las relaciones personales de pareja como, en general, los dinamismos sociales y hasta los indicadores demográficos (Macarrón, 2017).

## 2. Los marcos de referencia

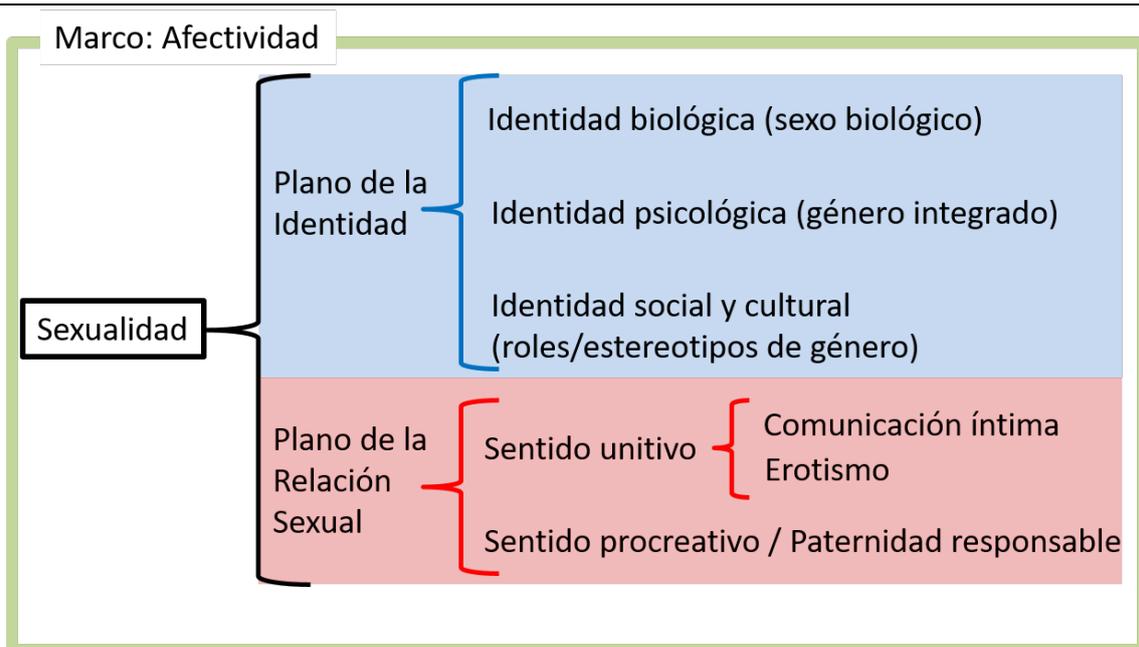
Una vez analizados los que podríamos llamar “componentes internos” del fenómeno de la sexualidad es necesario darles un contexto que permita su comprensión holística. Cada vez somos más conscientes de que la sexualidad no se puede reducir a sus partes, y ni siquiera a la suma de las mismas. Por ello se ha visto en los últimos años una tendencia a incorporar marcos conceptuales mayores que la propia sexualidad que permitan comprender mejor el alcance real de lo que se conoce genéricamente como sexualidad integral.

Está claro que no todos estos marcos solucionan el problema de la visión reductiva del hecho sexual. Es por ello que en nuestro esquema superponemos tres marcos a modo de tres capas interconectadas y totalmente complementarias. Ver cada marco como una capa por separado permite entender hasta qué punto esfuerzos parciales de ampliación del enfoque ayudan a no reducir el fenómeno de la sexualidad, pero son un problema no suman a los demás.

Esos marcos superpuestos son: la afectividad, el amor y la religiosidad o trascendencia.

## 2.1. Primer marco de referencia: el factor afectividad

Gráfico 4: Marco conceptual de la sexualidad humana: Primer marco de referencia: factor afectividad (elaboración propia)



La afectividad es un concepto que, en general, explica de qué manera ciertos fenómenos afectan la psique humana bajo diferentes modalidades, con repercusiones tanto fisiológicas como psíquicas y de orden espiritual. Es el modo como somos afectados interiormente por las circunstancias que se producen en torno a nosotros, tanto en el entorno que nos rodea como en nuestro interior (Rojas, 2003). Dicho de otra manera, la afectividad es el mundo de los afectos, palabra que proviene del término latino *affectio*, ser afectado.

“El nivel tendencial-afectivo está caracterizado por la experiencia de una relación inseparable entre la interioridad subjetiva y la realidad exterior” (Malo Pé, 2007, p. 61). Remo Bodei (1995), que engloba la afectividad bajo el término «pasión», dice al respecto:

Las pasiones como tales no dependen por lo demás de rasgos puramente psicológicos del carácter, ni pertenecen exclusivamente a la esfera subjetiva y privada. Ellas manifiestan más bien la preponderancia operante de

fuerzas ‘externas’ o ‘internas’ del individuo, hacia las cuales éste se muestra pasivamente maleable y de las que posee una idea insuficiente y parcialmente vislumbrada (p. 67).

La afectividad es una parte fundamental de la personalidad que, sin embargo, muchas veces resulta un poco difícil de delimitar exactamente.

La variedad de experiencias dentro de la esfera afectiva es tan grande que resultaría desastroso tratarlas a todas como algo homogéneo. [...] El ámbito de la afectividad, al abrazar toda clase de «sentimientos» (el término «sentimiento» es todo menos unívoco), tiene una amplitud mucho mayor e incluye experiencias que difieren unas de otras (Hildebrand, 1997, p. 34).

De ahí que la palabra afectividad aparezca en los textos de psicología y educación con un alto grado de equivocidad, no habiendo entre los autores un acuerdo sobre su definición (Roldan, 1956)<sup>3</sup>. Incluso se llega a plantear que afectividad y emociones son sinónimos. Esta simplificación podría limitar la capacidad expresiva del término afectividad o estirar la palabra emoción más allá de su significado original y usualmente aceptado.

Tomando en cuenta esta variedad de concepciones, la definición de afectividad que propone la RAE puede servir de punto de partida para establecer una visión de contexto. Para la Academia, afectividad es el “conjunto de sentimientos, emociones y pasiones de una persona” (definición 2), pero también el “desarrollo de la propensión a querer” (definición 4). Las dos definiciones, emparentadas entre sí, permiten hacer distinciones entre dos grandes campos: el del mundo interior del ser humano, por un lado, y el de su tendencia a relacionarse con los demás, por otro. Esta división la encontramos en Rhonheimer (2000) que menciona que el mundo afectivo, en la medida en que está integrado en el orden de la razón, tiene una “función simultáneamente cognitiva y conativa” (p. 179). Es una doble composición que González Vidal (2023) amplía un poco más: “Cognitiva, en cuanto que nos dan un cierto conocimiento de la realidad, a saber,

---

<sup>3</sup> Roldan refleja en su libro al menos tres anécdotas durante la primera mitad del siglo XX en las que grandes grupos de psicólogos y filósofos se reunieron para establecer criterios unificados acerca de los contenidos relacionados con la afectividad. En todos los casos testimonia rotundos fracasos. A continuación, el autor hace un recorrido de diferentes diccionarios de psicología y filosofía con un resultado contradictorio similar. Tomando en cuenta que se trata de un libro escrito en 1956, es notable y significativo que parezca reflejar la situación actual de la ciencia.

el de la realidad en cuanto favorable o dañina para la naturaleza sensitiva [...]; y conativa, en cuanto que refuerzan nuestras tendencias” (p. 198).

Antonio Malo Pé (2004) aclara que no hay que pensar en dos experiencias independientes, una interna informativa y otra externa volcada a la acción. Por el contrario, son “dos facetas de una misma realidad; por ejemplo, sentir la realidad como peligrosa y la acción de huir son las dos caras del miedo” (p. 85).

### 2.1.a. Afectividad como mundo interior

Para la RAE la afectividad en primer término es el conjunto de sentimientos, emociones y pasiones, es decir, formas específicas resultado de la manera en que la persona humana es afectada. Se puede decir, en general, que son tipos distintos tipos de afectos (Pérez-Soba, 2022).

“La afectividad es la facultad psíquica por la que las vivencias conscientes nos afectan. [...] Así, pues, la afectividad es una fuente de conocimiento, da a conocer que una cosa nos afecta, nos influye, nos interpela” (Sarráis Oteo, 2015, p. 21). De esta primera faceta de la afectividad podemos obtener también información acerca de cómo nos afectan las cosas. Xavier Zubiri (1992) explica que la afectividad es la forma en que el interior de la persona se “atempera” con la realidad, el camino por el cual el interior afectivo se pone “a temperatura del ambiente”, cierta movilización de lo interior por influjo de lo exterior. Esta explicación metafórica expresa tanto el hecho de que la afectividad obtiene información del entorno como la forma de hacerlo.

### Emoción

Para entender lo que es una emoción es bueno explicar el circuito que la produce. Se dice que, en un ser con sensibilidad, la tendencia psicofísica hacia objetos es lo que se llama excitabilidad. Si bien el ser humano no es el único ser con sensibilidad, la suya es de una peculiaridad muy particular ya que todo su existir se define como espiritual al tiempo que físico (Beltramo, 2024). Cuando se produce una actualización imprevista de esta excitabilidad, de gran intensidad y con proyección en el dinamismo psicológico, se está frente a una emoción. Esta excitación es particularmente intensa en las llamadas “emociones primitivas” (Lersch, 1974) como pueden ser el miedo, la alegría o la ira.

La emoción se suele entender como **una perturbación profunda y transitoria de la vida afectiva** por la cual la sensibilidad se proyecta “fuera de su centro”, hacia la periferia (*emovere*). Su **brusca aparición** y los elementos que comparte con movimientos fisiológicos del sistema nervioso periférico muestran la relación que guarda con

antecedentes impulsivos, automáticos o reflejos (Bisquerra, 2021; Buck, 2014; Orón, 2020).

### Sentimiento

Por su parte, el sentimiento es un estado que conjuga actividades cognoscitivas, de imaginación y pensamiento con un componente afectivo. De este modo, los sentimientos son estados interiores, no eventos (Haecker, 1959). En eso se distinguen de los demás fenómenos de la vida psíquica –especialmente de la emoción–. O sea, las emociones siempre son movimientos afectivos referenciados a cosas o situaciones concretas: se reacciona con ira ante una agresión, con ternura ante una imagen de debilidad, con entusiasmo ante un reto, y así en cada situación (Kenny, 1994). En cambio, los sentimientos están en la persona con independencia de si el estímulo desencadenante está presente o no: el sentimiento es un **estado afectivo previo y posterior a los objetos de estimulación** y, de alguna manera, independiente de ellos en cuanto a estímulos concretos. No es lo mismo contemplar un atardecer sintiendo el sentimiento de tristeza propio de estar atravesando una pérdida que el de la alegría que brinda un éxito. Cuando una persona desarrolla sentimientos positivos hacia su pareja, un error del cónyuge puede provocar una emoción calmada que tienda a la disculpa –“es que está cansado”–; en cambio, si la persona desarrolla sentimientos negativos, la emoción frente al error del otro estará significada por un dolor intenso –“cómo lo detesto”–. En estos casos, la situación desencadenante puede ser la misma, pero la emoción será diferente debido a que el sentimiento previo es diferente. Se puede decir que el marco de evaluación de la situación cambia y eso condiciona totalmente la emoción (Parenti, 2021).

Ahora bien, un estímulo en específico no necesariamente genera o condiciona un sentimiento: situaciones afectivas aisladas pueden no cambiar un sentimiento. La educación afectiva debe tomar en cuenta esta relación.

Para la psicología y la psiquiatría modernas el sentimiento es un estado subjetivo difuso que tiene siempre una carga positiva o negativa. Esto significa que no existen sentimientos neutros. Por tanto, la experiencia interna es siempre de aproximación o rechazo (Rojas, 2003, p. 28).

La carga positiva o negativa no hace referencia a aspectos morales si no a la valencia que la interioridad humana registra sobre aquello que le está afectando y los efectos que produce en ella: lo positivo refleja estímulo y lo negativo retraimiento.

## Relación entre emoción y sentimiento

Tanto los sentimientos como las emociones revelan la existencia de la afectividad. Pero ninguno se da “químicamente puro”, aislado, sino que existe entre ellos relaciones de mutua modificación y una interdependencia tal que no se trata de “compartimentos estancos”, como los de los barcos, sino de un fenómeno único separado por grados de intensidad, por tipo de objeto y por dinamismo afectado, tal como se puede observar en el Gráfico 5. “Es decir, pensamos la afectividad como una relación, como un proceso o un recorrido en intensidades que no puede ser contemplado como una suma de estados sucesivos” (Alfama et al., 2005, p. 3).

Gráfico 5: relación entre emoción y sentimiento (elaboración propia)



## Pasión

La palabra pasión es altamente polisémica. En líneas generales se pueden agrupar tres grandes significados: uno clásico, que suele encontrarse en textos más bien de raíz filosófica y que normalmente incluye lo mismo que aquí definimos como afectos (Bodei, 1995; Descartes, 2002; González Vidal, 2023; Pieper, 2007; Rhonheimer, 2000; Ubeda Purkiss & Soria, 1954).

Hay un segundo uso en el cual “el término «pasión» se reserva para los movimientos más violentos de la afectividad, con lo cual adquiere un cierto matiz peyorativo” (González Vidal, 2023, p. 202). Sin entrar a analizar los contextos y alcances de estas

definiciones, muy emparentadas, solo diremos que ninguna de las dos corresponde a la idea de pasión esbozada en este trabajo.

El significado utilizado por la RAE, y que tiene un uso extendido tanto coloquial como psicológico técnico, es el que define a la pasión como un estado afectivo que, al mismo tiempo, tiene características de gran intensidad y de larga duración.

Las pasiones, por último, son similares a los sentimientos en cuanto a la duración temporal, y a las emociones en cuanto a la alta intensidad. Se manifiestan como un afecto muy vivo por una persona o cosa, que empuja constantemente en esa dirección. El control de la voluntad sobre estas manifestaciones emotivas es más débil (Vial, 2016, p. 27).

En este sentido, la pasión puede romper el equilibrio de la vida psíquica, pero también es una de las grandes impulsoras de conductas con alta eficacia. Vista de esta manera, la pasión implica una concentración de tal magnitud en una actividad que puede atraer hacia esa actividad todas las demás energías de la persona. De este modo una persona es una “apasionada” de la música o se dice que el deporte en el mundo actual es un captador y canal de “pasiones” que antes se volcaban a actividades más cruentas. Parte importante de la psicología de la motivación pasa por despertar la pasión del sujeto por determinadas causas u objetivos en su vida.

### 2.1.b. Afectividad como propensión a querer

Lo dicho hasta aquí implica el reconocimiento de la importancia de la afectividad como mundo interior. Pero el análisis de esta experiencia interna estaría incompleto si no se hiciera referencia a la otra cara de la moneda de la afectividad: la propensión al querer o la tendencia a la acción.

La experiencia interna debe ser, por tanto, el punto de arranque para poder analizar el mundo afectivo, ya que en ella están contenidos, por lo menos implícitamente, los dos aspectos principales que la caracterizan: la conciencia de la unión de la subjetividad con algo que no es ella, y la posibilidad de una acción adecuada o contraria a dicho vínculo (Malo Pé, 2004, p. 86).

Es lo que la RAE llama “desarrollo de la propensión a querer”. Se trata de la tendencia humana a la reacción emotiva o sentimental exteriorizada en conductas. “Además de ser fuente de conocimiento, la afectividad es un potente motor de la conducta humana, pues impulsa a realizar acciones que mantengan o aumenten los afectos positivos o que, por el contrario, hagan desaparecer los afectos negativos” (Sarráis Oteo, 2015, p. 22).

Es el correlato conductual y externo de aquello que se desarrolla en la interioridad, analizado en el apartado anterior. No son dos afectividades sino aspectos diferentes, complementarios e interrelacionados de la misma afectividad. Sarráis plantea que esta función, que llama “impulso a la acción”, mueve al sujeto a actuar para obtener lo que le hace sentir bien y evitar lo que le hace sentir mal. A diferencia de la primera definición de la RAE, en este segundo aspecto predomina el factor conductual y la forma de llevar a la práctica una tendencia.

La afectividad es, entonces, un nexo entre lo que se siente y las conductas que se adoptan. “Se forman *actitudes emocionales* que llevan a actuar o reaccionar según las expectativas construidas por experiencias pasadas, con la sedimentación de distintas emociones” (Vial, 2016, p. 28).

Sin embargo, la tendencia a la acción propia de la afectividad no se sigue sin más de las emociones sentidas ni está completamente fuera de las facultades que coronan la reflexión y acción de la persona humana (Bisquerra, 2021). “La acción humana, a la que conduce espontáneamente la emoción, resulta por lo general totalmente controlable, pues esa no es más que una posibilidad contenida en la emoción cuya realización requiere, por otra parte, el uso de la razón y la voluntad” (Malo Pé, 2004, p. 83).

### 2.1.c. Afectividad y sexualidad

Hay un fuerte vínculo entre la afectividad y la sexualidad. André Berge (1967), en un libro clásico y pionero en la educación sexual de los niños, dice que la educación sexual se realiza en la infancia abarcando la personalidad completa del niño, como “un aspecto de la educación afectiva, pues la sexualidad no es más que un aspecto de la afectividad, a la que, por otra parte, impregna enteramente” (p. 14). Por lo tanto, parece oportuno que las palabras afectividad y sexualidad se acompañen, ya que a veces es necesario remarcar la importancia de ambas para evitar reduccionismos.

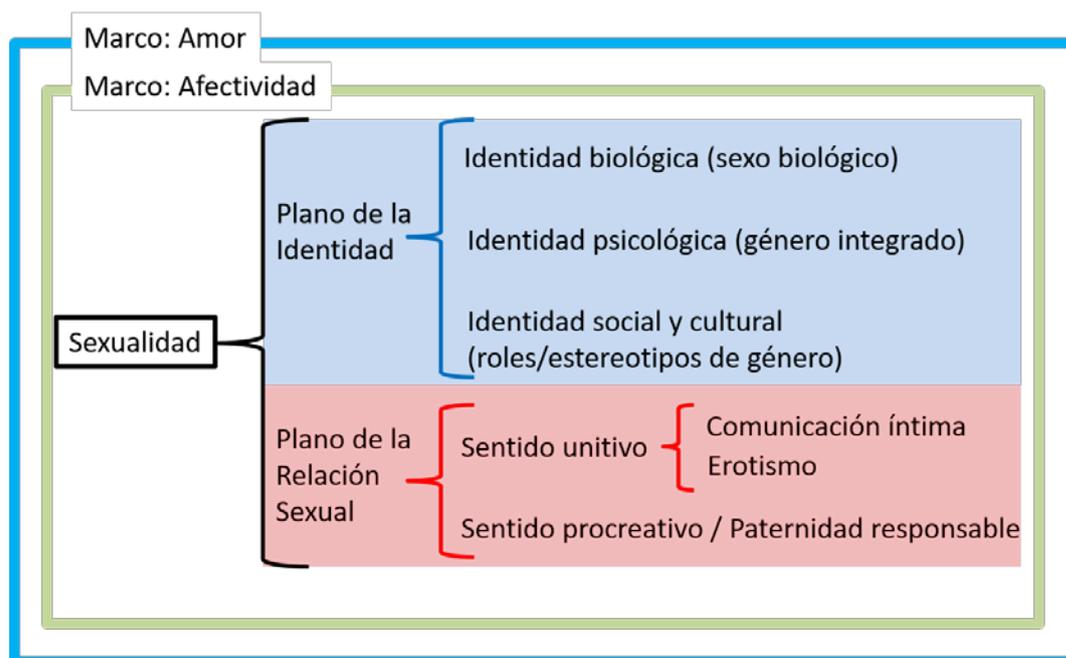
Ya ha quedado establecido que la sexualidad humana no puede reducirse a aspectos biológicos, anatómicos o fisiológicos. Explicitar este primer marco general y unir las palabras «sexualidad» y «afectividad» aclara mucho más el panorama.

Sin embargo, hay que advertir acerca de un cierto uso coloquial que a veces genera confusión sobre el alcance de los dos términos: mucha gente usa la expresión «educación de la afectividad» para referirse a una educación sexual no reducida a genitalidad. Se podría decir que es un atajo cognitivo que algunos usan para distinguir entre los programas que solo hablan de genitalidad de aquellos otros que explican la sexualidad en un marco más integral. El problema es que este uso tiende a equiparar de tal modo las palabras «sexualidad» y «afectividad» que, si a un padre de familia o a un docente se les presenta un programa de «educación de la afectividad», inmediatamente piensan en contenidos de educación sexual. De hecho, el uso generalizado de la etiqueta “educación emocional” cuando se incluyen fenómenos como los sentimientos y las pasiones, entre otros, responde a este clima de igualamiento pragmático y busca alejar la educación del mundo afectivo de las etiquetas de sexualidad y afines.

En todo caso, hay quienes utilizan la palabra «afectividad» como sustituto de «sexualidad» simplemente porque no se sienten cómodos con el término sexualidad. Respetando esta incomodidad lo mejor es evitar esta equiparación que aumenta la confusión imperante sobre lo que se quiere decir realmente. Como afectividad y sexualidad no son sinónimos, un curso de educación de la afectividad suele incluir diversos aspectos de la persona, además de la sexualidad, o incluso podría no mencionar el tema sexual o genital de manera explícita. Utilizar ambos términos juntos, aunque pueda resultar un poco redundante, está totalmente justificado para transmitir la idea de que se propone una comprensión holística del hecho sexual en la que se abordan explícitamente elementos relacionados con la afectividad humana.

## 2.2. Factor amor

Gráfico 6: Marco conceptual de la sexualidad humana: Segundo marco de referencia: factor amor (elaboración propia)



### 2.2.a. Definiciones en torno al amor

El amor es un concepto amplio, difícil de englobar en una definición. Martha Nussbaum (2005) lo llama “extraño e inabordable fenómeno” (p. 26) y Alejandro Llano (2013), yendo un poco más allá, afirma: “El amor es el misterio de la vida. Nadie es capaz de definirlo. Pero tampoco es posible vivir sin saber, de alguna manera, qué es el amor” (p. 7). Juan José Pérez-Soba (2011) comprueba que, a pesar de esta dificultad a la hora de precisarlo, el amor es una experiencia universal: “Todos reconocemos en nuestro interior una impresión de haber recibido algo a lo que solo podemos referirnos convenientemente por medio del término «amor»” (p. 17).

La palabra amor –y sus equivalentes en diferentes idiomas– abarca, como ya se dijo, muchas realidades. Por ello es bueno señalar que para efectos de este trabajo vamos a descartar aquellas que aplican características del amor a objetos no humanos. Ya C.S. Lewis (2002) en su clasificación de cuatro tipos de amor explica cómo el amor por lo sub-humano –más natural para un angloparlante que para un hispano, por ejemplo– tiene unas características especiales que lo emparentan con otros movimientos interiores de la

persona. Muchas veces la palabra «amor» en esos contextos no responde totalmente a su naturaleza. Para efectos de la comprensión del hecho sexual pasaremos por alto estos análisis e iremos directamente al concepto de amor entre personas.

Así, se puede decir que el amor es un fenómeno que nace del alma humana e involucra a toda la persona; por él, un sujeto de naturaleza espiritual se relaciona de una manera profunda y positiva con otro de la misma naturaleza. Se trata de una relación mutua de personas, un movimiento interior que brota de lo más personal de un sujeto y se dirige a dar lo mejor de sí a otra persona. “*El yo que ama se expande dándose a sí mismo al objeto amado*. El amor tiene que ver con la supervivencia-del-yo-a-través-de-la-alteridad-del-yo” (Bauman, 2012, p. 28). Por lo tanto, el amor implica una salida de uno mismo y una proyección hacia alguien que está fuera y que se convierte en objeto de ese amor. “En el amar abandonamos la quietud y asiento dentro de nosotros, y emigramos virtualmente hacia el objeto. Y ese constante estar emigrando es estar amando” (Ortega y Gasset, 2004, p. 17).

Es un fenómeno que puede caracterizarse de muchas maneras. Hay dos que destacan: el amor es comunicación y es predilección.

La comunicación es captada si se entiende el fondo del fenómeno que se establece entre las personas que se aman:

El amor supone, es y hace muchas cosas, pero básicamente se practica en el acto de compartir. [...] Otra palabra para referirse al «compartir» es *comunicación*: el acto por el cual las personas comparten o tienen algo en común. [...] En este contexto, la comunicación no es sólo el alma del amor y la garantía de su crecimiento, sino que es la esencia misma del amor en la práctica. Amar es compartir, y compartir es comunicar (Powell, 1997, p. 63).

La predilección, por su parte, establece las coordenadas profundas del vínculo que surge en el amor. “En todas [*las palabras asociadas a amor*] hay algo que se repite como una constante: *la tendencia hacia algo, que nos hace desear su compañía y su bien*. Esta dimensión de tender hacia algo no es otra cosa que *predilección*” (Rojas, 2003, p. 18). No es una forma más de relacionarse con otra persona, es una que hace que un sujeto priorice a esa persona y todo lo que tiene que ver con ella. Su atención y sus esfuerzos están concentrados en establecer una relación privilegiada con el otro.

Karol Wojtyła (2009) ve que en el núcleo del amor se encuentra la «afirmación de la persona del otro», que se puede entender también como transmitir continuamente al amado la necesidad de que exista, de que no muera, de que no le pase nada, de que siga estando en el ser de la manera más plena. Josef Pieper (1998) lo resume con una frase llena de entusiasmo: “Lo que el amante dice con los ojos puestos en la amada no es: «¡Qué maravilla que seas así!» (así de inteligente, de disfrutable, de capaz o de hábil), sino: «¡Qué maravilloso es que tú existas, que estés sobre este mundo!»” (p. 442). En esta expresión se puede ver la incondicionalidad del amor –ya que es celebrar la existencia del otro, no sus habilidades o capacidades– y por qué el amor es motor de acciones positivas para actuar en bien del otro.

El amor no es ningún «mérito», sino sencillamente una «gracia». No solamente gracia, sino también encanto. Para el amante, el amor hechiza el mundo, lo transfigura, lo dota de un valor adicional. El amor aumenta y afina en quien ama la resonancia humana para la plenitud de los valores. Abre el espíritu al mundo en su plenitud de valor, a la «totalidad de los valores» (Frankl, 1997, p. 161).

Está claro, entonces, que el amor en general es uno de los más grandes temas de la humanidad, ampliamente tocado a lo largo de la historia por la filosofía, la psicología, la teología, la sociología, la literatura y hasta ciencias menos humanísticas como la medicina (Bauman, 2012; Droste Ausborn, 2023; Fromm, 1988; Nussbaum, 2005; Pérez-Soba, 2022; Yela, 2000).

### 2.2.b. Amor conyugal

En la introducción de su estudio sobre amor y sexualidad, Wojtyła (2009) delimita el campo de estudio del amor conyugal: “La palabra «amor» es equívoca. Nos limitamos aquí adrede a no hablar más que de algunos significados, porque solo nos interesamos en el amor entre dos personas de sexo opuesto” (73-74)<sup>4</sup>. En el presente trabajo adoptamos el mismo punto de vista de Wojtyła para delimitar nuestra exposición.

Ahora bien, incluso adoptando la mencionada restricción en el alcance del término, son muchas las cosas que se pueden decir y se han dicho respecto del amor. Tal vez la cuestión fundamental es que la actitud amorosa es la única que corresponde con el nivel ontológico

<sup>4</sup> En otra traducción al castellano esta expresión termina de la siguiente manera: “... porque no nos interesamos sino por el amor conyugal” (Wojtyła, 1978, p. 75). La traducción del inglés, más apegada al original polaco, utiliza la siguiente expresión “...since we are only concerned with love between two persons who differ in respect of sex” (Wojtyła, 1981, p.73).

del ser humano y, por tanto, de la sexualidad humana (Caffarra, 2006). Cualquier otra actitud menor que el amor no hace justicia a la dignidad humana, que exige que la persona no pueda ser nunca usada solo como medio sino siempre como fin, tal como plantea el tercer imperativo categórico de Kant (1998), piedra angular del respeto a los derechos humanos subrayado especialmente a partir de la segunda mitad del siglo XX.

La «afirmación de la persona», que Wojtyła (2003) relaciona con este imperativo categórico pero que lleva más allá relacionándolo con el «mandamiento del amor», explica por qué este es el gran marco referencial que le da sentido a la sexualidad (Gráfico 6). Vale la pena aclarar que el orden de este marco respecto de los otros dos –y del conjunto de la descripción que estamos haciendo del hecho sexual– puede ser relativo. En un sentido es necesario afirmar que el amor debe ser visto como el marco referencial más importante y, como tal, presente en todo el discurso relacionado con lo sexual. El hecho de ponerlo en el lugar asignado en este gráfico responde más que nada a las limitaciones que imponen discursos explicativos como este, pero que el lector puede ubicar en otras partes.

En toda situación en que sentimos los valores sexuales de una persona, el amor exige su integración en el valor de esta [*la persona*], y aun su subordinación a este valor [*el amor*]. Es en ello precisamente donde se manifiesta el principal rasgo ético del amor: o este es afirmación de la persona o no es amor. Cuando se caracteriza por una actitud justa respecto del valor de la persona –llamamos «afirmación» a semejante actitud–, el amor adquiere su plenitud, llega a ser integral (Wojtyła, 2009, p. 153).

Para Robert Sternberg (2013; 1989) este tipo de amor implica la interacción de tres variables fundamentales: la intimidad –entendida como el vínculo y la conexión entre los miembros de la pareja–, la pasión –el intenso deseo de unirse con otra persona, como ya mencionamos antes– y la decisión y compromiso –optar por amar a esa persona y mantener ese amor–. Los tres factores en conjunto forman el conocido como «triángulo del amor de Sternberg». En otras palabras, el amor con implicaciones sexuales conduce a tomar una decisión y asumir un compromiso. Solo cuando se da la suma y el equilibrio entre la intimidad, la pasión y el compromiso Sternberg habla de «amor consumado», que es –o debería ser– el objetivo a alcanzar en las relaciones amorosas de pareja ya que es la forma de obtener los mejores resultados en la relación.

Este amor consumado o maduro fortalece tres dimensiones de toda relación de pareja: interioridad, comunicabilidad y trascendencia.

La **dimensión de interioridad** es la que le permite al sujeto amante mirar hacia sí mismo e incorporar todos los sentimientos, deseos, fantasías, inclinaciones y afectos que se ponen en juego en la situación de amar.

La **dimensión de comunicabilidad** está relacionada con el altruismo, que le da al vínculo una capacidad de ubicar a la persona amada en el centro de toda gratificación y todo placer en cuanto pareja.

Y la **dimensión de trascendencia** es la capacidad de ir más allá del placer mismo e integrarlo en el contexto significativo de una relación completa y madura, lo que a su vez da plenitud a cada una de esas experiencias placenteras.

### 2.2.c. Amor y sexualidad

Todas las características de la sexualidad, mencionadas en los apartados anteriores, solo llegan a ser plenamente humanas en la medida en que el amor se convierte en su elemento constitutivo más profundo (Perez-Soba, 2001). La comprensión de la sexualidad es imposible si no incluimos el amor entre sus variables esenciales. No tiene fundamento sostener que el amor es un añadido de orden moral que mejora en algún sentido el hecho sexual y que es solo para algunas parejas o que amor y sexualidad no guardan una relación intrínseca sino solo instrumental.

El amor (en el exacto sentido de la palabra) es la más alta forma posible de lo erótico (en el sentido más amplio del término), como la más profunda penetración posible en la textura personal de la otra parte, la vinculación con algo espiritual. La relación directa con lo espiritual en la otra parte constituye, por tanto, la más alta forma posible de emparejamiento (Frankl, 1997, p. 162).

Este fenómeno es tan humano que la ausencia del amor puede afectar profundamente la propia vida sexual:

Los psiquiatras podemos observar constantemente que, cuando la sexualidad no es ya expresión del amor, y pasa a ser un medio para la obtención de placer, ese mismo placer fracasa; en efecto, y para decirlo en fórmula extrema, cuanto más se busca el placer, más se escapa de él. [...] Según esto, la optimización del goce sexual exige que no se aísle ni se desintegre la sexualidad, separándola del amor y deshumanizándola (Frankl, 1987, p. 60).

El amor es el factor que humaniza la sexualidad “y permite al individuo alcanzar la mayor plenitud sexual” (Segú, 1996, p. 50). En realidad, la sexualidad es humana en la medida en que el amor la lleva a ese nivel superior y es el mismo amor la prueba del nivel humano superior de la propia sexualidad ya que solo así responde a la naturaleza de ser persona (Viladrich, 2019).

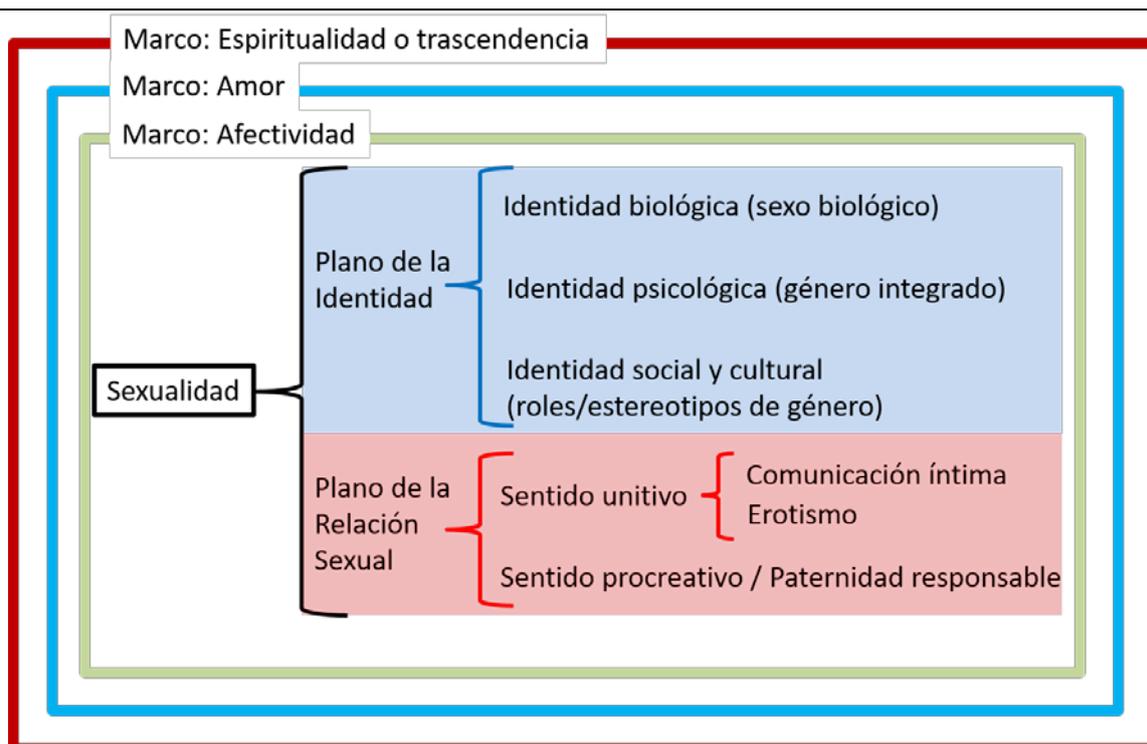
El amor como marco que engloba y da sentido a la sexualidad permite comprender que si bien en toda relación de pareja hay elementos espontáneos –como la energía pulsional relacionada con las hormonas o la inclinación a disfrutar del placer físico– una relación de pareja no puede basarse solo en la espontaneidad hormonal o emocional (Lee, 1976). La variabilidad natural del mundo afectivo demanda una referencia superior para mantenerse en el tiempo.

Las parejas que esperan que la pasión se mantenga siempre, o que la intimidad permanezca inmutable, sufrirán una gran decepción. Las relaciones son construcciones que decaen a través del tiempo si no son mantenidas o aun mejoradas. Una relación no puede cuidarse a sí misma más que lo que puede hacerlo un edificio (R. Sternberg, 1989, p. 70).

Sternberg propone asumir el amor como una tarea en la que es tan importante la comprensión, como la construcción y reconstrucción de lazos. Después de poner en valor todos los elementos afectivos necesarios para conseguir una relación de pareja exitosa llega a la conclusión de que si no hay una labor consciente y voluntaria el edificio no se mantiene. Por el contrario, si la voluntad hace el ejercicio de la afirmación las emociones y los sentimientos se reciclan y potencian, ya que ellos no son la base del amor sino consecuencias naturales y necesarias de un acto de la voluntad. Así, el amor no destruye la afectividad, sino que la garantiza porque, en el fondo, es algo más profundo que la propia afectividad.

### 2.3. Tercer marco de referencia: el factor religiosidad/espiritualidad.

Gráfico 7: Marco conceptual de la sexualidad humana. Tercer marco de referencia: factor religiosidad/espiritualidad. (elaboración propia)



Finalmente, el tercer marco es el de la religiosidad/espiritualidad, la que esta condiciona la forma de comprender el hecho sexual y la vivencia de la sexualidad. No se comprende la cosmovisión sobre la sexualidad si no se analiza el valor que la persona le asigna a Dios o a la trascendencia en general. En este sentido, incluso una actitud contraria a la trascendencia o que niegue la existencia de Dios también define la visión de una persona sobre la sexualidad. De ahí que últimamente sean innumerables los estudios que abordan este tema (Azancot-Chocrón et al., 2022).

Es que la religiosidad es una dimensión fundamental del ser humano que permea todas las actividades que realiza. Se puede decir que una de las claves que más define la postura vital de una persona es la relación –o no relación– que establece con la trascendencia. Siendo el hecho sexual una realidad con innegables implicaciones éticas,

todas las religiones o tradiciones espirituales dicen algo al respecto<sup>5</sup>. Desde los Diez Mandamientos hasta la Teología del Cuerpo del Papa Juan Pablo II, desde la prostitución ritual en templos de la antigüedad hasta la protección de la relación sexual mediante el sacramento del matrimonio, desde los ritos primitivos que asociaban el acto sexual con la fecundidad de la tierra hasta las estrategias actuales para mantener la castidad pre conyugal y dentro del propio matrimonio, podemos ver que la relación que se establece con Dios marca la forma y valor de la vivencia del hecho sexual. Incluso algunos debates actuales respecto a la sexualidad solo se pueden entender si se consideran su negación de la trascendencia y su pretendida emancipación respecto de lo que tenga que ver con Dios (Colom & Requena, 2012). En cualquier caso, son muchos los estudios que muestran hasta qué punto los códigos éticos relacionados con la espiritualidad y la religiosidad tienen impacto en el comportamiento sexual de las personas (Regnerus, 2007).

Más allá de los contenidos normativos y de asistencia espiritual de las religiones, el hecho mismo de tener una religiosidad tiene un valor concreto en el tema de la sexualidad. Es que, además de su aporte de trascendencia, la religiosidad se puede ver como un factor básico de socialización que en los últimos años se ha estudiado con creciente interés desde ámbitos como el de la salud pública (Long et al., 2019; Schnitker et al., 2019) o el de la psicología de la espiritualidad (Brelsford et al., 2011; Hardy et al., 2019). Investigaciones recientes establecen la relación de la religiosidad con la salud, tanto física como mental en adolescentes (Mills et al., 2017; Pazhoohi et al., 2017; Twenge, Sherman, et al., 2015), así como con el desarrollo de conductas prosociales (Good & Willoughby, 2006; Moulin-Stožek et al., 2018; Shariff et al., 2016).

Algunos autores han sugerido que la religiosidad puede influir en el comportamiento de las personas por dos vías: o bien por la asunción personal de los principios morales de la religión a la que se pertenece, o bien como resultado del soporte grupal de referencia (V. King et al., 2019; Taggart et al., 2019; Vasilenko & Espinosa-Hernández, 2019). Para muchos expertos, estas dos vías no son excluyentes, sino que ambas podrían influir en diversas conductas de los adolescentes, entre las que estaría la iniciación sexual (Regnerus, 2007; Santelli et al., 2017).

---

<sup>5</sup> Por ejemplo, ver en el Diccionario de sexo, amor y fecundidad (Noriega et al., 2022) las voces: “Budismo y sexualidad” de Benedict Kanakappally; “Confucionismo y sexualidad” de Jae-Suk Lee; “Hinduismo y sexualidad” de Jacob Koippally; “Islam y sexualidad” de Bartolomeo Pirone; “Mística y sexualidad” de Antonio María Sicari; “Ortodoxia y sexualidad” de Stelian Tofană; “Protestantismo y sexualidad” de Paolo Ricca.

### 2.3.a. Dimensiones que definen la religiosidad

Como se ha dicho, son numerosos los estudios que sugieren que la religiosidad tiene una influencia significativa en la conducta sexual (Holmes et al., 2019; James & Ward, 2019; Salas-Wright et al., 2017); sin embargo, no son unánimes a la hora de establecer qué dimensiones definen la religiosidad (P. E. King & Boyatzis, 2015) y cuáles de ellas tienen mayor peso en conductas como la actividad sexual.

Una de las primeras clasificaciones de dimensiones de la religiosidad se debe a Allport y Ros (1967), que hablaban de motivaciones religiosas extrínsecas o intrínsecas. Esta división ha permanecido en el tiempo, aunque otros autores han modificado esta denominación pasando a hablar de dimensiones públicas y privadas de la religiosidad (Nonnemaker et al., 2003).

Hoy en día, las dimensiones públicas o extrínsecas más reconocidas son la simple afiliación a una religión constituida y la asistencia al lugar del culto. La afiliación ha sido definida como el reconocimiento de estar adscrito a una religión determinada o declararse religioso (P. E. King & Boyatzis, 2015), mientras que asistencia al culto se define como la asistencia a uno o más de los diferentes servicios que ofrece un grupo religioso (en inglés, *attendance*) (P. King et al., 2019; Krause et al., 2017; LeJeune et al., 2013; Pawlikowski et al., 2019). De las dos, la asistencia al culto o *attendance* ha recibido mucha más atención por parte de los investigadores. Algunos estudios han encontrado que la participación en los servicios religiosos se vincula con un efecto de control por parte del grupo de pares, que termina siendo un componente importante en los desenlaces de esta dimensión de la religiosidad (Regnerus, 2007; Rostosky et al., 2004) y que explican la gran influencia de esta dimensión sobre ciertas conductas (Chen & VanderWeele, 2018; Moulin-Stožek et al., 2018).

Por su parte, entre las dimensiones privadas o intrínsecas de la religiosidad destacan la relevancia de la religión en la vida cotidiana y la frecuencia de la oración (Twenge, Exline, et al., 2015). La dimensión de relevancia considera la importancia que la persona da a sus creencias religiosas en su vida diaria, especialmente en su toma de decisiones (Mendolia et al., 2018; Wilt et al., 2017), y se ha relacionado con las creencias personales (Good & Willoughby, 2006; Moore et al., 2013). La dimensión la frecuencia de la oración analiza el tiempo que se dedica a rezar (Luquis et al., 2012; Pryor et al., 2007; Scott et al., 2006) y se considera como una medida del grado de adhesión a un credo religioso (Krause et al., 2017; Lazar, 2017; Manlove et al., 2008).

### 2.3.b. Religiosidad y actitudes sexuales

Como se ha señalado en el apartado anterior, la religiosidad es un constructo complejo formado por distintas dimensiones. Estudios apuntan a que no todas las dimensiones de la religiosidad tendrían la misma influencia en la conducta sexual (Sinha et al., 2007). Así, por ejemplo, la asistencia a un culto religioso podría ser un modelador de actitudes –por ejemplo, al plantear que la abstinencia sexual es mejor para los adolescentes–, y sería esta actitud la que influiría en algunas conductas –por ejemplo, menores índices de debut sexual entre adolescentes–. Por ejemplo, Santelli et al. (2004) verificaron que la religiosidad termina configurando un marco que es un factor protector frente a la iniciación de la actividad sexual durante la adolescencia.

Por su parte, Pluhar et al (1998) investigaron la relación entre la religiosidad y las actitudes sexuales en estudiantes universitarios norteamericanos: aquellos adolescentes que reconocían haberse guiado por su religiosidad en su comportamiento sexual tenían más probabilidades de tener actitudes que los condujeron a retrasar la iniciación sexual. Estudios posteriores siguieron encontrando relaciones entre religiosidad intrínseca de los adolescentes y actitudes favorables a conductas saludables frente a la relación sexual (Ahrold et al., 2011; Luquis et al., 2012, 2015; Marcinechová & Záhorcová, 2020), especialmente respecto a la postergación del inicio de la actividad sexual (Rostosky et al., 2003). Consistentemente, otros estudios han mostrado que en adolescentes la baja religiosidad estaría relacionada directamente con actitudes sexuales permisivas (Beckwith & Morrow, 2005).

Del mismo modo hay estudios que abordan el impacto de la religiosidad en la vida matrimonial y en las actitudes sobre la sexualidad dentro de la pareja conyugal (Atkins & Kessel, 2008; Hernandez et al., 2011; Jerolimov & Ancic, 2014; Leonhardt et al., 2020; Zulkffli et al., 2022).

De este modo queda claro que, para completar la mirada sobre el hecho sexual, determinar las formas y el grado de religiosidad y espiritualidad de una persona resulta vital.

### 3. A modo de conclusión

Al completar la exposición de todo el marco conceptual, elemento por elemento y de una manera pedagógicamente ascendente, el lector puede tener ahora una mirada global de un fenómeno complejo. La importancia de este esquema, como la de tantos otros marcos conceptuales, es ayudar a ordenar y sistematizar ideas y aportes diferentes

comprendiendo la relación que guardan unos con otros. No se trata de absolutizar el alcance de este mapeo sobre el fenómeno de la sexualidad humana, sino de brindar una herramienta comprensiva que permita relacionar abordajes distintos con un mismo sentido.

La intención de esta forma esquemática y progresiva es tener una mirada holística que no deje ningún elemento fuera pero que tampoco extrapole alguno en detrimento de otro. Una vez comprendido el lugar de la identidad, de la relación sexual, de la afectividad, del amor y de la trascendencia el lector podrá catalogar mejor mucha de la información desordenada y parcial que pueda estar recibiendo. Solo una mirada ordenada a la complejidad puede permitir una comprensión fiable de la realidad. En este caso, solo una mirada que no rehúya el desafío de lo plural puede comprender todo lo que implica el hecho sexual humano.

## Bibliografía

- Ahrold, T. K., Farmer, M., Trapnell, P. D., & Meston, C. M. (2011). The relationship among sexual attitudes, sexual fantasy, and religiosity. *Archives of Sexual Behavior, 40*(3), 619–630. <https://doi.org/10.1007/s10508-010-9621-4>
- Alfama, E., Bona, Y., & Callén, B. (2005). La Virtualización de la Afectividad. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social, 1*(7), 333–349.
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology, 5*(4), 432–443. <https://doi.org/10.1037/h0021212>
- Álvarez, C. (2011). Más allá del género y del sexo: el lenguaje del cuerpo según Juan Pablo II. In M. Miranda & D. López (Eds.), *Ideología de género: perspectivas filosófica-antropológica, social y jurídica: Vol. I*. Promesa.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Editorial Médica Panamericana.
- American Psychological Association (APA). (2008). *Understanding sexual orientation and homosexuality*. <https://www.apa.org/topics/lgbtq/orientation>
- Aparisi, Á. (2011). *Persona y género* [Book]. Aranzadi.
- Arregui, J., Marín, H., & Rodríguez-Lluesma, C. (2002). La construcción del género y del sexo. In J. Arregui (Ed.), *Estudios sobre la sexualidad en el pensamiento contemporáneo* (pp. 42–110). Navarra Gráfica Ediciones.
- Atkins, D. C., & Kessel, D. E. (2008). Religiousness and Infidelity: Attendance, but not Faith and Prayer, Predict Marital Fidelity [Article]. *Journal of Marriage and Family, 70*(2), 407–418. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00490.x>
- Azancot-Chocrón, D., López-Cordero, R., Úbeda-Sánchez, Á. M., & Olmos-Gómez, M. del C. (2022). Quantitative-Bibliometric Study on Religiosity in the Last 25 Years of Social Science Research. *Religions 2022, Vol. 13, Page 386, 13*(5), 386. <https://doi.org/10.3390/REL13050386>
- Bauman, Z. (2012). *Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Fondo de Cultura Económica.
- Beckwith, H. D., & Morrow, J. A. (2005). Sexual Attitudes of College Students: The Impact of Religiosity and Spirituality. *College Student Journal, 39*(2), 357–366.
- Beltramo, C. (2024). *Filosofía para psicólogos inquietos* [Book]. EUNSA Ediciones Universidad de Navarra.
- Berge, A. (1967). *La educación sexual de la infancia*. Miracle.

- Bisquerra, R. (2021). *Universo de emociones* [Book]. PalauGea Comunicación.
- Bodei, R. (1995). *Geometría de las pasiones: miedo, esperanza y felicidad: filosofía y uso político*. Fondo de Cultura Económica.
- Brelsford, G. M., Luquis, R., & Murray-Swank, N. A. (2011). College students' permissive sexual attitudes: Links to religiousness and spirituality. *International Journal for the Psychology of Religion*, 21(2), 127–136. <https://doi.org/10.1080/10508619.2011.557005>
- Buck, R. (2014). *Emotion: A Biosocial Synthesis*. Cambridge University Press.
- Burggraf, J. (2004). Género (gender). In J. L. Gutierrez, M. Schooyans, & K. J. F. F. Romer (Eds.), *Lexicón. Términos ambiguos y discutidos sobre familia, vida y cuestiones éticas* (pp. 511–519). Palabra.
- Caffarra, C. (2006). *Ética general de la sexualidad*. Ediciones Internacionales Universitarias.
- Castilla, B. (1996). *La complementariedad varón-mujer: nuevas hipótesis*. Rialp.
- Ceriotti Migliarese, M. (2019a). *Erótica y materna: un viaje al universo femenino*. Rialp.
- Ceriotti Migliarese, M. (2019b). *Masculino: fuerza, eros, ternura*. Rialp.
- Chen, Y., & VanderWeele, T. J. (2018). Associations of Religious Upbringing With Subsequent Health and Well-Being From Adolescence to Young Adulthood: An Outcome-Wide Analysis. *American Journal of Epidemiology*, 187(11), 2355–2364. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/aje/kwy142>
- Colom, E., & Requena, P. (2012). Cómo explicar la revolución sexual [Bookitem]. In *Cómo explicar la revolución sexual*. EUNSA.
- de Irala, J. (2020). *Un momento inolvidable: Juntos por primera vez*. Edición Propia. <https://www.amazon.es/momento-inolvidable-Juntos-por-primera-ebook/dp/B084H3QWMD>
- de Irala, J., & Gómara, I. (2012). *Nuestros hijos... quieren querer: pautas para una educación afectivo-sexual*. Universitas.
- de Irala, J., Gómara, I., & López del Burgo, C. (2008). Analysis of content about sexuality and human reproduction in school textbooks in Spain. *Public Health*, 122(10), 1093–1103. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2008.01.005>
- Descartes, R. (2002). *El Tratado del hombre; Tratado de las pasiones* (G. Quintás, Ed.) [Book]. RBA Coleccionables.
- de Visser, R. O., Richters, J., Rissel, C., Badcock, P. B., Simpson, J. M., Smith, A. M. A., & Grulich, A. E. (2014). Change and stasis in sexual health and relationships: comparisons between the First

- and Second Australian Studies of Health and Relationships. *Sexual Health*, 11(5), 505. <https://doi.org/10.1071/SH14112>
- Diego Armida, A., & Vargas Pérez, A. I. (2021). *En busca del cuerpo personal: más allá de la naturaleza y la subjetividad* (1ª edición, 2021) [Book]. Editorial Nun.
- Droste Ausborn, K. (2023). El amor humano. In A. Fernández Quiroga (Ed.), *Antropología y afectividad. Orientaciones para la educación de la sexualidad y el amor humano*. EUNSA.
- Dupin, P., & Hédon, F. (2001). *La sexualidad femenina*. Siglo Veintiuno Editores.
- Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado*. Paidós.
- Frankl, V. (1987). *El hombre doliente: fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Herder.
- Frankl, V. (1997). *Psicoanálisis y existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia*. Fondo de Cultura Económica.
- Fromm, E. (1988). El arte de amar: una investigación sobre la naturaleza del amor. In *Paidós Studio* (Vol. 7). Paidós.
- Gil Hellín, F. (1995). *El matrimonio y la vida conyugal* (1ª ed.) [Book]. EDICEP.
- Gómara, I., Repáraz, C., Osorio, A., & de Irala, J. (2010). La educación sexual en los textos escolares españoles: evaluación de un texto alternativo. *Estudios Sobre Educación*, 18, 139–163.
- González Vidal, N. (2023). Las emociones y la educación de la afectividad. In A. Fernández Quiroga (Ed.), *Antropología y afectividad. Orientaciones para la educación de la sexualidad y el amor humano* (pp. 195–220). EUNSA.
- Good, M., & Willoughby, T. (2006). The role of spirituality versus religiosity in adolescent psychosocial adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(1), 41–55. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9018-1>
- Gray, P. B. (2015). Human sexual response: cultural perspectives. *The International Encyclopedia of Human Sexuality*, 501–581. <https://doi.org/10.1002/9781118896877.WBIEHS228>
- Grygiel, M. (2022). Pulsión e instinto. In J. Noriega, R. Ecochard, & I. Ecochard (Eds.), *Diccionario de sexo, amor y fecundidad* (pp. 818–820). Didaskalos.
- Haecker, T. (1959). Metafísica del sentimiento. In M. Garrido (Ed.), *Manuales de la Biblioteca del Pensamiento Actual* (p. 184). Rialp.
- Han, B.-C. (2014). *La agonía del Eros* [Book]. Herder.
- Hardy, S. A., Nelson, J. M., Moore, J. P., & King, P. E. (2019). Processes of Religious and Spiritual Influence in Adolescence: A Systematic Review of 30 Years of Research. *Journal of Research on Adolescence*, 29(2), 254–275. <https://doi.org/10.1111/jora.12486>

- Hernandez, K. M., Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2011). Sanctification of Sexuality: Implications for Newlyweds' Marital and Sexual Quality [Article]. *Journal of Family Psychology, 25*(5), 775–780. <https://doi.org/10.1037/a0025103>
- Hildebrand, D. von. (1997). *El corazón: un análisis de la afectividad humana y divina*. Palabra.
- Holmes, C., Briant, A., King-Casas, B., & Kim-Spoon, J. (2019). How Is Religiousness Associated With Adolescent Risk-Taking? The Roles of Emotion Regulation and Executive Function. *Journal of Research on Adolescence, 29*(2), 334–344. <https://doi.org/10.1111/jora.12438>
- James, A., & Ward, R. M. (2019). Temporal Relation Between Youths' Perceived Spirituality and Indicators of Positive Development. *Journal of Research on Adolescence, 29*(2), 345–356. <https://doi.org/10.1111/jora.12448>
- Jerolimov, D. M., & Ancic, B. (2014). Religiosity and attitudes toward sexuality and marriage of the adult [Article]. *Društvena Istraživanja, 23*(1), 111–132.
- Jiménez, Daniel. (2019). *La deshumanización del varón: pasado, presente y futuro del sexo masculino*. <https://latam.casadellibro.com/libro-la-deshumanizacion-del-varon-pasado-presente-y-futuro-del-sexo-masculino/9788494871252/9079544>
- Juan Pablo II. (2007). *La redención del corazón: antropología de la castidad* (J. L. Illanes Maestre, Ed.; 4ª ed.) [Book]. Palabra.
- Kant, I. (1998). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*. Editorial Porrúa.
- Kenny, A. (1994). *Action, emotion and will*. Thoemmes Press.
- King, P. E., & Boyatzis, C. (2015). Religious and spiritual development in childhood and adolescence. In M. E. Lamb & C. G. Coll (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. 3. Social and emotional issues* (pp. 975– 1021). Wiley.
- King, P., Yoo, Y., Vaughn, J. M., Tirrell, J. M., Geldhof, G. J., Iraheta, G., Williams, K., Sim, A., Stephenson, P., Dowling, E., Lerner, R. M., & Lerner, J. V. (2019). Evaluating the measure of diverse adolescent spirituality in samples of Mexican and Salvadoran youth. *Psychology of Religion and Spirituality*. <https://doi.org/10.1037/rel0000279>
- King, V., Lindstrom, R., & Washington, C. (2019). Patterns of Shared Religious Attendance and Positive Stepfamily Functioning. *Journal of Research on Adolescence, 29*(2), 357–368. <https://doi.org/10.1111/jora.12409>

- Kirby, D. (2002). The impact of schools and school programs upon adolescent sexual behavior. *The Journal of Sex Research*, 39(1), 27: 33. <https://doi.org/10.1080/00224490209552116>
- Krause, N., Pargament, K. I., & Ironson, G. (2017). Does a Religious Transformation Buffer the Effects of Lifetime Trauma on Happiness? *International Journal for the Psychology of Religion*, 27(2), 104–115. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1300506>
- Kuby, G. (2019). Gender. In J. Noriega, R. Ecochard, & I. Ecochard (Eds.), *Dizionario su sesso, amore e fecondità* (pp. 415–423). Edizioni Cantagalli - Pontificio Istituto Giovanni Paolo II per la Scienze del Matrimonio e della Famiglia.
- Layden, M. A. (2014). Pornografía y violencia: Un elemento nuevo en la investigación. In J. R. Stoner & D. M. Hughes (Eds.), *Los costes sociales de la pornografía* (pp. 97–114). Rialp.
- Lazar, A. (2017). A Reexamination of the Structure of the Inward Outward Upward Prayer Scale. *International Journal for the Psychology of Religion*, 27(3), 141–153. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1313014>
- Lee, J. A. (1976). *Colours of love: an exploration of the ways of loving*. A Bantam Book.
- LeJeune, B. C., Zimet, G. D., Azzouz, F., Dennis Fortenberry, J., & Aalsma, M. C. (2013). Religiosity and Sexual Involvement Within Adolescent Romantic Couples. *Journal of Religion and Health*, 52(3), 804–816. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9512-6>
- Leonhardt, N. D., Busby, D. M., & Willoughby, B. J. (2020). Sex Guilt or Sanctification? The Indirect Role of Religiosity on Sexual Satisfaction [Article]. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(2), 213–222. <https://doi.org/10.1037/rel0000245>
- Lersch, P. (1974). *La estructura de la personalidad*. Scientia.
- Lewis, C. S. (2002). *Los cuatro amores*. Rialp.
- Llano, A. (2013). *Deseo y amor*. Ediciones Encuentro.
- Long, K. N. G., Gregg, R. J., Vanderweele, T. J., Oman, D., & Laird, L. D. (2019). Boundary crossing: Meaningfully engaging religious traditions and religious institutions in public health. In *Religions* (Vol. 10, Issue 7, p. 412). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/rel10070412>
- López de la Llave, A., & Carrillo, P. (2015). *Salud sexual. Investigación en sexualidad humana. El proceso de sexuación y otras características de la sexualidad a lo largo del ciclo vital*. Editorial Dykinson - Fundación UNED.
- López Guzmán, J. (2016). *Transexualismo y salud integral de la persona*. Tirant lo Blanch.

- López Moratalla, N. (2007). Cerebro de mujer y cerebro de varón. In *Colección textos del Instituto de Ciencias para la Familia / Universidad de Navarra*. Rialp.
- Luquis, R. R., Brelsford, G. M., & Pérez, M. A. (2015). Exploring Latino College Students' Sexual Behaviors in Relation to Their Sexual Attitudes, Religiousness, and Spirituality. *Journal of Religion and Health, 54*(4), 1345–1357. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9929-9>
- Luquis, R. R., Brelsford, G. M., & Rojas-Guyler, L. (2012). Religiosity, Spirituality, Sexual Attitudes, and Sexual Behaviors Among College Students. *Journal of Religion and Health, 51*(3), 601–614. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9527-z>
- Macarrón, A. (2017). *Demographic Suicide in the West and Half the World: Either More Births or Catastrophe? by Mr Alejandro Macarron Larumbe · Readings.com.au*. Createspace Independent Publishing Platform.
- Malo Pé, A. (2004). *Antropología de la afectividad*. EUNSA.
- Malo Pé, A. (2007). *Introducción a la psicología*. EUNSA.
- Manlove, J., Logan, C., Moore, K. A., & Ikramullah, E. (2008). Pathways from Family Religiosity to Adolescent Sexual Activity and Contraceptive Use. *Perspectives on Sexual and Reproductive Health, 40*(2), 105–117. <https://doi.org/10.1363/4010508>
- Marcinechová, D., & Záhorcová, L. (2020). Sexual Satisfaction, Sexual Attitudes, and Shame in Relation to Religiosity. *Sexuality and Culture, 1*–16. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09727-3>
- Mendolia, S., Paloyo, A. R., & Walker, I. (2018). *The Effect of Religiosity on Adolescent Risky Behaviors*. [www.iza.org](http://www.iza.org)
- Mills, S. D., Arredondo, E. M., Perez, L. G., Houghton, J., Roesch, S. C., & Malcarne, V. L. (2017). Psychometric Evaluation of the Spanish Versions of the Perceived Religious Influence on Health Behavior Scale and the Illness as Punishment for Sin Scale in a Sample of Churchgoing Latinas. *International Journal for the Psychology of Religion, 27*(4), 188–198. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1378973>
- Moore, E. W., Berkley-Patton, J. Y., & Hawes, S. M. (2013). Religiosity, Alcohol Use, and Sex Behaviors Among College Student-Athletes. *Journal of Religion and Health, 52*(3), 930–940. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9543-z>
- Moulin-Stožek, D., de Irala, J., Beltramo, C., & Osorio, A. (2018). Relationships between religion, risk behaviors and prosociality among secondary school students in Peru and El Salvador. *Journal of Moral Education, 47*(4), 466–480. <https://doi.org/10.1080/03057240.2018.1438250>

- Nonnemaker, J. M., McNeely, C. A., & Blum, R. W. (2003). Public and private domains of religiosity and adolescent health risk behaviors: Evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. *Social Science and Medicine*, 57(11), 2049–2054. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(03\)00096-0](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(03)00096-0)
- Noriega, J., Ecochard, R., & Ecochard, I. (2022). *Diccionario de sexo, amor y fecundidad*. Didaskalos.
- Nussbaum, M. (2005). *El conocimiento del amor. Ensayos sobre filosofía y literatura*. A. Machado Libros.
- Orón, J. V. (2020). *Conoce lo que sientes: vocabulario emocional* (T. Gutiérrez de Cabiedes & M. Cenoz Larrea, Eds.) [Book]. UpToYou.
- Ortega y Gasset, J. (2004). *Estudios sobre el amor*. Revista de Occidente en Alianza Editorial.
- Parenti, S. (2021). *Magda Arnold, psicóloga de las emociones* [Book]. Pequeño Monasterio.
- Paul, P. (2005). *Pornified: how pornography is transforming our lives, our relationships, and our families*. Times Books.
- Pawlikowski, J., Bialowolski, P., Weziak-Bialowolska, D., & VanderWeele, T. J. (2019). Religious service attendance, health behaviors and well-being --an outcome-wide longitudinal analysis. *European Journal of Public Health*, 29(6), 1177–1183. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckz075>
- Pazhoochi, F., Pinho, M., & Arantes, J. (2017). Effect of Religious Day on Prosocial Behavior: A Field Study. *International Journal for the Psychology of Religion*, 27(2), 116–123. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1301742>
- Perez-Soba, J. J. (2001). *Amor es nombre de persona. Estudio de la interpersonalidad en el amor en Santo Tomás de Aquino*. Pontificia Università Lateranense.
- Perez-Soba, J. J. (2011). *Amor, justicia y caridad*. EUNSA.
- Pérez-Soba, J. J. (2022). Amor, afecto, sentimiento. In J. Noriega, R. Ecochard, & I. Ecochard (Eds.), *Diccionario de sexo, amor y fecundidad* (pp. 32–37). Didaskalos.
- Pichon-Rivière, E. (1985). *Teoría del vínculo, selección temática de transcripciones de sus clases, años 1956/57, realizada por Fernando Taragano*. Ed. Nueva Visión.
- Pieper, J. (1998). Amor. In *Las virtudes fundamentales* (pp. 416–551). Rialp.
- Pieper, J. (2007). Las virtudes fundamentales. In *Manuales Universitarios Rialp* (9a ed.). Rialp.
- Pluhar, E., Frongillo, E. A., Stycos, J. M., & Dempster-McClain, D. (1998). Understanding the relationship between religion and the sexual attitudes and behaviors of college students. *Journal of Sex*

- Education and Therapy*, 23(4), 288–296.  
<https://doi.org/10.1080/01614576.1998.11074264>
- Powell, J. (1997). *El secreto para seguir amando*. Sal Terrae.
- Pryor, J. H., Hurtado, S., Saenz, V. B., Santos, J. L., & Korn, W. S. (2007). *The American Freshman: Forty Year Trends, 1996-2006*.
- Regnerus, Mark. (2007). *Forbidden fruit: sex & religion in the lives of American teenagers*. Oxford University Press.
- Rhonheimer, M. (2000). *La perspectiva de la moral. Fundamentos de la Ética Filosófica*. Rialp.
- Rogala, C., & Tydén, T. (2003). Does pornography influence young women's sexual behavior? *Women's Health Issues*, 13, 39–43.  
[https://doi.org/10.1016/S1049-3867\(02\)00174-3](https://doi.org/10.1016/S1049-3867(02)00174-3)
- Rojas, E. (2003). *El amor inteligente. Corazón y cabeza: claves para construir una pareja feliz*. Ediciones Temas de Hoy.
- Roldan, A. (1956). *Metafísica del sentimiento*. Consejo Superior de Investigaciones Científicas - Instituto Luis Vives de Filosofía.
- Rostosky, S. S., Regnerus, M. D., & Wright, M. L. C. (2003). Coital Debut: The Role of Religiosity and Sex Attitudes in the Add Health Survey. In *Journal of Sex Research* (Vol. 40, Issue 4, pp. 358–367). Society for the Scientific Study of Sex Inc.  
<https://doi.org/10.1080/00224490209552202>
- Rostosky, S. S., Wilcox, B. L., Wright, M. L. C., & Randall, B. A. (2004). The impact of religiosity on adolescent sexual behavior: A review of the evidence. *Journal of Adolescent Research*, 19(6), 677–697. <https://doi.org/10.1177/0743558403260019>
- Sáez Sesma, S. (2017). *Sexo básico*. Editorial Fundamentos.
- Salas-Wright, C. P., Vaughn, M. G., Maynard, B. R., Clark, T. T., & Snyder, S. (2017). Public or Private Religiosity: Which Is Protective for Adolescent Substance Use and by What Pathways? *Youth & Society*, 49(2), 228–253.  
<https://doi.org/10.1177/0044118X14531603>
- Santelli, J. S., Kaiser, J., Hirsch, L., Radosh, A., Simkin, L., & Middlestadt, S. (2004). Initiation of sexual intercourse among middle school adolescents: the influence of psychosocial factors. *Journal of Adolescent Health*, 34(3), 200–208.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2003.06.004>
- Santelli, J. S., Kantor, L. M., Grilo, S. A., Speizer, I. S., Lindberg, L. D., Heitel, J., Schalet, A. T., Lyon, M. E., Mason-Jones, A. J., McGovern, T., Heck, C. J., Rogers, J., & Ott, M. A. (2017). Abstinence-Only-Until-Marriage: An Updated Review of U.S. Policies and Programs and Their Impact. *Journal of Adolescent Health*, 61(3), 273–280.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.05.031>
- Sarráis Oteo, F. (2015). *Afectividad y sexualidad*. EUNSA.

- Schnitker, S. A., King, P. E., & Houltberg, B. (2019). Religion, Spirituality, and Thriving: Transcendent Narrative, Virtue, and Telos. *Journal of Research on Adolescence*, 29(2), 276–290. <https://doi.org/10.1111/jora.12443>
- Scott, L. D., Munson, M. R., McMillen, J. C., & Ollie, M. T. (2006). Religious involvement and its association to risk behaviors among older youth in foster care. *American Journal of Community Psychology*, 38(3–4), 223–236. <https://doi.org/10.1007/s10464-006-9077-9>
- Segú, H. F. (1996a). *Educación sexual en la familia y la escuela. Un enfoque comprensivo y actualizado*. Lumen Humanitas.
- Segú, H. F. (1996b). *Sexología básica. Fundamentos para su estudio y comprensión*. Lumen Humanitas.
- Semen, Y. (2005). *La sexualidad según Juan Pablo II*. Desclée de Brouwer.
- Shariff, A. F., Willard, A. K., Andersen, T., & Norenzayan, A. (2016). Religious Priming: A Meta-Analysis With a Focus on Prosociality. *Personality and Social Psychology Review: An Official Journal of the Society for Personality and Social Psychology, Inc*, 20(1), 27–48. <https://doi.org/10.1177/1088868314568811>
- Sinha, J. W., Cnaan, R. A., & Gelles, R. W. (2007). Adolescent Risk Behaviors and Religion: Findings from a National Study. *Journal of Adolescence*, 30(2), 231–249. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.02.005>
- Soble, A. (2015). Morality. In *The International Encyclopedia of Human Sexuality*. John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118896877.wbiehs310>
- Sternberg, K. (2013). *Psychology of Love 101*. Springer Publishing Company.
- Sternberg, R. (1989). *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*. Paidós.
- Suris, J. C., Akre, C., Ambresin, A.-E., Berchtold, A., Piguet, C., & Zimmermann, G. (2014). Characteristics of Young Adolescents Accessing Pornography Online. *Journal of Adolescent Health*, 54, S46. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.10.105>
- Taggart, T., Powell, W., Gottfredson, N., Ennett, S., Eng, E., & Chatters, L. M. (2019). A Person-Centered Approach to the Study of Black Adolescent Religiosity, Racial Identity, and Sexual Initiation. *Journal of Research on Adolescence*, 29(2), 402–413. <https://doi.org/10.1111/jora.12445>
- Twenge, J. M. (2020). Possible Reasons US Adults Are Not Having Sex as Much as They Used to. *JAMA Network Open*, 3(6). <https://doi.org/10.1001/JAMANETWORKOPEN.2020.3889>

- Twenge, J. M., Exline, J. J., Grubbs, J. B., Sastry, R., & Campbell, W. K. (2015). Generational and Time Period Differences in American Adolescents' Religious Orientation, 1966–2014. *PLOS ONE*, *10*(5), e0121454. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0121454>
- Twenge, J. M., Sherman, R. A., & Wells, B. E. (2015). Changes in American Adults' Sexual Behavior and Attitudes, 1972–2012. *Archives of Sexual Behavior*, *44*(8), 2273–2285. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0540-2>
- Twenge, J. M., Spitzberg, B. H., & Campbell, W. K. (2019). Less in-person social interaction with peers among U.S. adolescents in the 21st century and links to loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, *36*(6), 1892–1913. [https://doi.org/10.1177/0265407519836170/ASSET/IMAGES/LARGE/10.1177\\_0265407519836170-FIG7.JPEG](https://doi.org/10.1177/0265407519836170/ASSET/IMAGES/LARGE/10.1177_0265407519836170-FIG7.JPEG)
- Ubeda Purkiss, M., & Soria, F. (1954). Introducción al tratado de las pasiones. In *Suma Teológica de Santo Tomás de Aquino: Vol. IV*. Biblioteca de Autores Cristianos.
- Ueda, P., Mercer, C. H., Ghaznavi, C., & Herbenick, D. (2020). Trends in Frequency of Sexual Activity and Number of Sexual Partners Among Adults Aged 18 to 44 Years in the US, 2000-2018. *JAMA Network Open*, *3*(6), e203833. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3833>
- UNESCO. (2018). *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad (Edición revisada)*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>
- Vasilenko, S. A., & Espinosa-Hernández, G. (2019). Multidimensional Profiles of Religiosity Among Adolescents: Associations With Sexual Behaviors and Romantic Relationships. *Journal of Research on Adolescence*, *29*(2), 414–428. <https://doi.org/10.1111/jora.12444>
- Vial, W. (2016). *Madurez psicológica y espiritual*. Palabra.
- Viladrich, P. J. C. de C. (2019). *Antropología del amor: Estructura sponsal de la persona* [Book]. EUNSA.
- Vollmer de Coles, B. (2004). Nuevas definiciones de género. In J. L. Gutierrez, M. Schooyans, K. J. Romer, & F. Fernández (Eds.), *Lexicón. Términos ambiguos y discutidos sobre familia, vida y cuestiones éticas* (pp. 795–809). Palabra.
- Wellings, K., Palmer, M. J., Machiyama, K., & Slaymaker, E. (2019). Changes in, and factors associated with, frequency of sex in Britain: evidence from three National Surveys of Sexual Attitudes and Lifestyles (Natsal). *BMJ (Clinical Research Ed.)*, *365*. <https://doi.org/10.1136/BMJ.L1525>
- Wilt, J. A., Hall, T., Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2017). Trajectories of Religious/Spiritual Struggles Between Years 1 and

- 2 of College: The Predictive Role of Religious Belief Salience. *International Journal for the Psychology of Religion*, 27(4), 172–187. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1362186>
- Wojtyla, K. (2003). *El don del amor: escritos sobre la familia* (A. Burgos, A. Esquivias, & R. Mora, Eds.) [Book]. Palabra.
- Wojtyla, K. (2009). *Amor y responsabilidad*. Ediciones Palabra.
- Wright, P. J. (2020). Pornography and Sexual Behavior: Do Sexual Attitudes Mediate or Confound? *Communication Research*, 47(3), 451–475. <https://doi.org/10.1177/0093650218796363>
- Yela, C. (2000). *El amor desde la Psicología social*. Pirámide.
- Zubiri, X. (1992). *Sobre el sentimiento y la volición*. Alianza Editorial.
- Zulkffli, M. A., Ab Rashid, R., Kamarul Azlan, M. A., & Ismail, H. H. (2022). The Interplay of Infidelity, Sexuality, and Religiosity in the Discourse of Mixed-Orientation Marriages: A Discursive Psychological Analysis [Article]. *Frontiers in Psychology*, 13, 784675–784675. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.784675>