

# Avances en Sexología Clínica

Marina A. Cabello-García  
F. Javier del Río Olvera  
Francisco Cabello-Santamaría  
(Compiladores)



Instituto Andaluz de  
SEXOLOGÍA Y PSICOLOGÍA



# AVANCES EN SEXOLOGÍA CLÍNICA



Instituto Andaluz de  
SEXOLOGÍA Y PSICOLOGÍA



# AVANCES EN SEXOLOGÍA CLÍNICA

**MARINA A. CABELLO-GARCIA**  
**F. JAVIER DEL RIO OLVERA**  
**FRANCISO CABELLO-SANTAMARIA**  
**(COMPILADORES)**

© *Instituto Andaluz de Sexología y Psicología, 2017*

© Sotavento, 2017

ISBN 978-84-946791-4-8

Depósito Legal CA 399-2017

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

Impreso en España / Printed in Spain

# Índice

<b>Prólogo: “Investigación en Sexología”</b>	<b>7</b>
<i>F. Javier del Río y Marina A. Cabello-García</i>	
<b>Capítulo 1: “Transexualidades. Identidad sexual en la infancia”</b>	<b>9</b>
<i>Guillermo González Antón</i>	
<b>Capítulo 2: “Etiología y evaluación del trastorno de deseo sexual femenino”</b>	<b>15</b>
<i>Felipe Hurtado Murillo</i>	
<b>Capítulo 3: “Consumo habitual de pornografía y alteraciones del deseo en hombres”</b>	<b>23</b>
<i>Pedro Villegas Suárez</i>	
<b>Capítulo 4: “Alteraciones de la función sexual en parejas masculinas de mujeres con dispareunia”</b>	<b>31</b>
<i>Pedro Villegas Suárez</i>	
<b>Capítulo 5: “Los sexólogos ante la dispareunia de la mujer madura. Importancia del abordaje de la atrofia vulvo-vaginal en la terapia sexual”</b>	<b>39</b>
<i>Francisca Molero Rodríguez</i>	
<b>Capítulo 6: “Aplicación clínica de la escala de ajuste de pareja (EAP)”</b>	<b>45</b>
<i>David Cueto, Mar Estrada López y Miguel Ángel Cueto</i>	
<b>Capítulo 7: “Ginecología estética regenerativa y función sexual”</b>	<b>53</b>
<i>Maite Fernández Pérez</i>	
<b>Capítulo 8: “Hasta el moño del punto G. Sexualidad y discriminación”</b>	<b>59</b>
<i>Martina González Veiga</i>	
<b>Capítulo 9: “Cuando la vagina grita ¡Basta! Abordaje interdisciplinar del vaginismo, psicosexología y fisiosexología con perspectiva de género”</b>	<b>67</b>
<i>Martina González Veiga y Ana Belén Fernández</i>	
<b>Capítulo 10: “El papel de las nuevas tecnologías en la sexología clínica”</b>	<b>77</b>
<i>Pedro Lucas Bustos</i>	
<b>Capítulo 11: “Influencia de la violencia en el deseo sexual”</b>	<b>85</b>
<i>Mónica Ortiz Ríos</i>	
<b>Capítulo 12: “Los nuevos paradigmas de la respuesta sexual de la mujer: reelaborando el concepto de deseo sexual”</b>	<b>91</b>
<i>Pedro La Calle Marcos</i>	
<b>Capítulo 13: “Nuevos formatos de interacción sexual. Los jóvenes como motor de cambio y destino”</b>	<b>95</b>
<i>Silberio Sáez Sesma</i>	
<b>Capítulo 14: “Educación sexual dirigido a jóvenes VIH+”</b>	<b>105</b>
<i>Ángela Aznárez Gámez</i>	
<b>Capítulo 15: “Factores de riesgo para el establecimiento de dinámicas abusivas en las interacciones kink”</b>	<b>111</b>

<i>Patricia Díaz-Saco, Adolfo Sánchez-Burón y Carlos de la Cruz</i>	
<b>Capítulo 16: “Un recorrido por las relaciones no monógamas. Nuevos retos para la sexología”</b>	<b>121</b>
<i>Roma de las Heras Gómez</i>	
<b>Capítulo 17: “Impacto del sistema de sexualidad ortodoxo”</b>	<b>127</b>
<i>Aritz Resines Ruiz y Soraya Calvo González</i>	
<b>Capítulo 18: “El desarrollo de la orientación del deseo en relación con la erotofobia-erotofilia en una muestra de personas con orientaciones sexuales diversas”</b>	<b>135</b>
<i>María de Elena Amor y Silberio Sáez Sesma</i>	
<b>Capítulo 19: “El deseo erótico bajo el prisma científico: análisis en base a un modelo tridimensional”</b>	<b>145</b>
<i>Ariadna Benito del Arco y Silberio Sáez Sesma</i>	
<b>Capítulo 20: “La actividad erótica en personas mayores de 65 años”</b>	<b>153</b>
<i>Bárbara Otonín Rodríguez</i>	
<b>Capítulo 21: “Las otras sexualidades”</b>	<b>161</b>
<i>Fernando Gálligo Estévez</i>	
<b>Capítulo 22: “Sexuaciones”</b>	<b>165</b>
<i>Sofía Carbonero Morales y Silberio Sáez Sesma</i>	
<b>Capítulo 23: “Formación en sexualidad y diversidad funcional para asistentes sexuales”</b>	<b>169</b>
<i>Esther Sánchez y María Honrubia</i>	
<b>Capítulo 24: “Therapy Dance”</b>	<b>181</b>
<i>Guillermo Pérez León, Amaury Reinoso Pérez, Ana Rosa Ureta Antolín, José Luis Martínez Ruiz</i>	
<b>Capítulo 25: “Aplicación a la sexología de las cartas asociativas”</b>	<b>183</b>
<i>Esther del Moral Chaneta</i>	
<b>Capítulo 26: “El cuento como herramienta pedagógica para la educación sexual”</b>	<b>189</b>
<i>Lucía Sumillera Gómez</i>	
<b>Capítulo 27: “Asumir riesgos, ¿por qué? Un abordaje. Estudio preliminar en la atención primaria”</b>	<b>191</b>
<i>Miriam Trujillo Rodríguez</i>	
<b>Capítulo 28: “Los patrones de vinculación patológica: más allá de la dependencia emocional”</b>	<b>193</b>
<i>Arun Mansukhani</i>	
<b>Capítulo 29: “Educación sexual en mayores, una experiencia en intervención”</b>	<b>203</b>
<i>Antonio David García Rojas</i>	
<b>Capítulo 30: “Dependencia emocional en jóvenes: la nueva esclavitud del siglo XXI”</b>	<b>209</b>
<i>Francisco Cabello Santamaría</i>	
<b>Capítulo 31: “Intervención con adolescentes víctimas de abusos sexuales”</b>	<b>217</b>
<i>Ana Jorge Martínez</i>	
<b>Capítulo 32 “Tutorización de trabajos fin de grado y máster desde la Asociación Nacional de Salud Sexual y Discapacidad (ANSSYD)”</b>	<b>225</b>
<i>Maria Honrubia Pérez y Esther Sánchez Raja</i>	
<b>Capítulo 33 “Incidencia de los trastornos de personalidad en las mujeres con vaginismo”</b>	<b>233</b>
<i>Marina A. Cabello García</i>	

# Capítulo 6

## “Aplicación clínica de la Escala de Ajuste de Pareja (EAP)”

David Cueto, Mar Estrada López y Miguel Ángel Cueto

### 1. Introducción

Proponemos la aplicación clínica de una escala descriptiva para valorar los aspectos positivos y negativos de la relación de pareja mediante la contestación, cada miembro de la pareja por separado, a una serie de preguntas, evaluadas en una escala Likert de 1 a 5, de cómo observan su relación con el fin de hacer un gráfico conjunto sobre los aspectos positivos y negativos de la misma e intervenir más eficazmente en la terapia, dentro del modelo cognitivo-conductual. Se miden las variables que se han observado como más importantes en la relación y que predicen una buena y mala relación en la pareja (Gottman y Silver, 2001).

Esta escala pretende ordenar y sistematizar las variables que rigen la relación de pareja para hacer una hipótesis funcional e intervenir más eficazmente en la relación, economizar el tiempo en la valoración de la relación al inicio y al final del apoyo psicológico y ayudar a las parejas a reflexionar sobre sus propias conductas, conocer cuáles son sus puntos fuertes y débiles y cómo poder ayudarles a modificarlos conjuntamente. Esta escala autoadministrada es un instrumento valioso de recogida de información que facilita el diagnóstico funcional y evolución de la terapia.

Con esta escala podemos planificar un tratamiento específico dado que los objetivos de toda intervención y la planificación del tratamiento de pareja están determinados por los resultados de la evaluación. Si sabemos qué premisas hacen que una pareja tenga problemas, mediante el uso de esta

escala, y qué variables y aspectos a mejorar podrían llevar a cabo, podríamos sugerir, estratégicamente, aquellas técnicas más eficaces.

## 2. La terapia de pareja

La terapia de pareja es un procedimiento de intervención que intenta ayudar a mejorar la relación entre dos personas. La conducta de una pareja se analiza y estudia dentro del contexto de la relación, siendo esta el objetivo fundamental de la intervención. Las premisas básicas de la interacción de pareja que presenta una buena relación son:

- La valoración interna y atribucional sobre la pareja suele ser, en líneas generales positiva.
- Presentan altas tasas de conductas reforzantes que tienden a ser recíprocas.
- Para producir cambios en el otro suelen utilizar estrategias comunicativas reforzadoras en vez de castigadoras.
- Suelen solucionar los problemas y tomar decisiones de forma adecuada y/o eficaz.

## 3. La intervención cognitivo-conductual en terapia de pareja

En consonancia con las diferentes teorías explicativas del conflicto de pareja, los programas de tratamiento cognitivo-conductuales, pretenden modificar las conductas e interacciones disfuncionales de la pareja y aumentar las reforzantes para lograr aumentar su satisfacción.

Los objetivos de toda intervención y la planificación del tratamiento están determinados por los resultados de la evaluación de la pareja. La intervención necesita, primeramente, de una evaluación de los aspectos positivos y negativos de la relación (ver Tabla I).

Premisas	Aspectos a mejorar	Técnicas
<i>Valoración positiva del otro</i>	Conocerse y respetarse	Modelos educativos y apego Reestructuración cognitiva
<i>Alta tasa Refuerzos positivos</i>	Cariño y admiración Buen sexo	Actividades gratificantes
<i>Reciprocidad Refuerzos positivos</i>	Aceptación de la influencia	Superar la mitología del amor romántico
<i>Uso Refuerzo positivo para cambiar al otro</i>	Comunicación activa Salir estancamiento	Habilidades sociales y de seducción
<i>Facilidad en la toma de decisiones y solución de problemas</i>	Equilibrio emocional Sentido de trascendencia	Autocontrol emocional Entrenamiento en la toma de decisiones y solución de problemas Autoinstrucciones

Tabla I. Premisas, aspectos a mejorar en la relación de pareja y técnicas a desarrollar para conseguirlo.

## 4. EAP: Aspectos positivos

Esta escala nos permite incidir en los aspectos que hacen que una pareja se desarrolle armónicamente. Mide las variables que rigen la relación, sus puntos fuertes o aspectos positivos, en varias áreas, que sería conveniente reforzar y que son las siguientes:



### Área del conocimiento

Existen, en esta escala, una serie de preguntas sobre el conocimiento que se tiene sobre la pareja y que la pareja tiene sobre nosotros (amistades, traumas, aspiraciones). Cuanto más se conozca la pareja mejor podrán adaptarse, aceptar mejor y atribuir al otro la condición de que es digno de aprecio.

### Área de afecto

En esta variable se preguntan sobre aspectos afectivos hacia la pareja, el pensar con cariño sobre ella y si se disfrutan aficiones conjuntamente. En estas variables positivas se incluyen valoraciones sobre el desarrollo de afecto, admiración y complicidad que muestra cómo la pareja proporciona seguridad emocional. Implica que uno se sabe aceptado y protegido por las figuras de apego y su evolución afectiva.

### Área sexual

En esta variable de la escala se analizan la compatibilidad y las conductas sexuales, la excitación que nos produce nuestra pareja, la frecuencia sexual y la fidelidad. Saber lo que le gusta a mi pareja y que ella sepa lo que me gusta a mí es una buena forma de activar el disfrute sexual, sabiendo que también en este tema los cambios a través del tiempo son habituales por lo que habría que ir evolucionando paulatinamente.

### Área de comunicación

En esta escala se tienen en cuenta los estilos de comunicación, la forma de expresar quejas, cómo se modula la discrepancia y la forma de finalizar las discusiones. Mantener un educado diálogo, sin faltar al respeto al otro a la mínima oportunidad, facilita la convivencia en pareja y disminuyen los rencores que se puedan crear en un futuro.

### Área de aceptación de la influencia

Existen una serie de preguntas, en esta variable de la escala, sobre la aceptación de la influencia del otro, en la aportación de ideas para resolver problemas o la búsqueda del respeto en las discusiones.

### Área de equilibrio

En esta escala se indican variables de equilibrio emocional, se incluyen preguntas sobre la tranquilidad y sosiego que aporta la relación, la aceptación de que el otro pueda tener ocio por separado y el desarrollo de la aceptación familiar de la relación.

### Área de desagravios

Igualmente, en esta escala, se señalan los intentos de desagravio tanto en los aspectos positivos como negativos, la forma de disculparnos ante un error y la aceptación de las disculpas por parte del otro. Estas variables hacen que la relación tenga un mejor o peor pronóstico.

#### Área de trascendencia

En esta escala se incluyen otra serie de ítems que tienen que ver con la importancia de crear un legado, la confianza de la pareja y el cuidado que uno y otro se aportan. Si comparten objetivos vitales, la importancia de la familia y el equilibrio entre ésta y el trabajo es más probable que la relación sea armónica.

#### Área educativa

Se incluye, en los aspectos positivos de esta escala, una serie de consideraciones educativas en el caso de que la pareja tenga hijos. Nos permite evaluar los estilos educativos y cómo influye la educación de los hijos en la relación. Se valora la coherencia educativa y cómo se resuelven las desavenencias.

### **5. EAP: Aspectos negativos**

Se han incluido en esta escala aquellos aspectos negativos que habría que modificar durante la intervención clínica y que predicen un efecto perverso en la relación. Habría que ayudar a la pareja a reducir este tipo de problemática en el proceso de interacción. Somos partidarios de comenzar con aspectos positivos para ayudar a mejorar la interacción salvo que haya violencia en la relación.

#### Área de estrategias coercitivas

Entre los aspectos negativos de la escala se expresa el uso de estrategias que generan miedo a realizar actividades, la presión para complacer a la otra persona y las formas de actuación impredecibles que tiene la pareja en sus conductas.

#### Área de estrategias emocionales

En sus aspectos negativos, se estructuran estrategias emocionales para culpabilizar al otro, hacerle sentirse mal o difamar a la pareja ante los demás.

#### Área de estrategias defensivas

En los aspectos negativos se indica el uso de estrategias encubiertas mediante el uso de la impetria, hacerse la víctima o desanimar al otro para conseguir sus fines. Igualmente, se añaden aspectos para lograr desempoderar a la pareja de su libertad de elección y autonomía personal.

#### Área de estrategias evasivas y de engaño

En los aspectos negativos se señala el uso de estrategias evasivas, de engaño u ocultación que hace que la relación quede altamente dañada.

#### Área de violencia

Se preguntan sobre aspectos negativos con el uso de la violencia física que predice una mala relación de pareja y que, deberíamos atajar antes de continuar la terapia.

#### Área de control

Se incluye un apartado sobre aspectos de control del móvil, la localización, las personas con las que se relaciona, los gastos, aspectos laborales y situaciones que generen desconfianza y dudas en la relación afectiva.

#### Área de agobio

Se pregunta en esta escala sobre la dificultad para calmarse durante o después de una discusión, para razonar con claridad y la inquietud con sólo estar en la misma estancia que la pareja.

#### Área de problemas sexuales

En esta variable se pregunta sobre el disfrute sobre la misma, la distancia en mantener relaciones sexuales y la pérdida del carácter reforzador de dichas conductas.

#### Área de problemas de salud

Se pregunta sobre la influencia que tiene la convivencia en la pareja en el área de salud concretada en dificultades para dormir, uso de drogas, uso medicamentoso y estado de ánimo.

#### Área de malos recuerdos

Se incluye un área donde se valora la dificultad para recordar hitos agradables pasados de la relación y si se ha llevado a cabo el desarrollo de vidas paralelas que harían más predecible la ruptura.

## **6. Normas de aplicación y corrección**

Cada uno de los ítems que aparecen en el autorregistro tiene un valor en una escala Likert de 1 a 5. La corrección de la prueba puede efectuarse por los propios sujetos evaluados y consiste en sumar en cada área los valores dados y anotar el resultado en la casilla correspondiente a su puntuación total, para después dividirla entre el número de ítems que corresponda en cada una de ellas. A continuación, la puntuación obtenida se traslada al gráfico de los aspectos positivos y/o negativos evaluados, obteniendo así la representación de los resultados de la prueba.

## **7. Uso clínico de la EAP**

Esta escala, todavía en fase de investigación, se presenta en varias páginas que suelen tardar en contestarse menos de 10 minutos. Intentamos con ellos simplificar, ordenar y sistematizar la información que requerimos de la pareja tanto en sus aspectos positivos como negativos y graficarlos. Dichos resultados nos permiten realizar una hipótesis funcional para intervenir más eficazmente en los problemas que presente la relación. Ayuda también a la pareja a que se auto-observen en dichas variables y reflexionen sobre ellas.

Como vemos en la Tabla I y, en función de las puntuaciones obtenidas por la pareja, podemos llevar a cabo una intervención acorde a los resultados de la escala. Para mejorar el conocimiento de la pareja solemos analizar el estilo de apego recibido con el fin de asumir la forma en la que nos han amado y cómo esta influye en la forma de cómo amamos. Nos permite respetar al otro y refutar ideaciones distorsionadas sobre su forma de proceder. Saber cuáles son nuestros límites para con la pareja, la aceptación de que el otro tiene opinión y ésta debe ser respetada.

Para potenciar y aumentar el intercambio positivo en la pareja (sexo, ocio y tiempo libre) podemos usar algunos recursos muy utilizados en terapia de pareja para conseguir este objetivo: Pille a su pareja haciendo algo agradable... y ¡hágaselo saber!, caja de los deseos, días del amor, símbolos de unión entrañables, baraja de los pasatiempos... o estrategias específicamente sexuales.

Para aceptar la influencia del otro vamos a tener que deshacer muchos mitos del amor romántico. Para mejorar la comunicación y salir del estancamiento podríamos usar los elementos verbales y no verbales de la comunicación y los elementos facilitadores de la comunicación (escucha activa, mensajes yo, entrenamiento asertivo, expresión de sentimientos negativos, peticiones de cambio, aprender a decir no, habilidad para hacer quejas y recibirlas, habilidades conversacionales).

Para ayudar a mejorar el equilibrio emocional y salir del estancamiento podrían llevarse a cabo estrategias positivas para afrontar los problemas que se les presentan y toma de decisiones mediante el proceso de negociación “todos ganan”. Para ayudar a controlar episodios de hostilidad, mal humor, insultos verbales y déficit en el control emocional en los enfados y discusiones se pueden desarrollar técnicas específicas de autocontrol emocional.

Por otro parte, una de las estrategias que con buenos resultados solemos llevar a cabo en muchos de los objetivos propuestos anteriormente tiene que ver con el uso de escenas de películas y videos educativos donde se ejemplifican diversas situaciones de agrado y conflicto en la pareja. Es un proceso de aprendizaje observacional en el que la conducta de una pareja, visionada en escenas de una película, actúa como estímulo para generar conductas, pensamientos o actitudes semejantes en otras parejas que observan la actuación del modelo.

Dichas escenas de películas permiten la adquisición de nuevos repertorios de conductas o habilidades, la inhibición o desinhibición de conductas que ya poseía el sujeto en su repertorio, facilita la realización de conductas que no se emiten por falta de estímulos inductores y ayuda a un incremento de la estimulación ambiental y afectiva entre la pareja, dándole un mejor control sobre la activación emocional y valencia afectiva.

## Bibliografía

- Barraca, J. (2009). Habilidades clínicas en la terapia conductual tercera generación. *Clínica y Salud*, 20 (2), 109-117.
- Cáceres, J. (1986). *Reaprender a vivir en pareja*. Barcelona: Plaza & Janés.
- Carrère, S. y Gottman, J.M. (1999). Predicting Divorce among Newlyweds from the First Three Minutes of a Marital Conflict Discussion. *Family process* 38, (3), 293-301.
- Costa, M. y Serrat, C. (1982). *Terapia de parejas*. Madrid: Alianza.
- Cueto, D. y Cueto, M.A. (2012). Uso de escenas de cine en terapia sexual y de pareja. *Prolepsis*, 12, 8-13.
- (2012). From Love To Abuse In Couples. *Abstracts Book Eleventh Congress European Federation Of Sexology*, 48.
- (2013). Del amor al maltrato en pareja. *Prolepsis*, 15, 40-49.

- (2015). Conductas predictivas de una buena y mala relación de pareja y su influencia en los hijos *Prolepsis*, 19, 20-27.
- (2016). Escala de Ajuste de Pareja (EAP). *Prolepsis*, 20, 138-160.
- Cueto, M.A. (2006). *Sexo en la pareja*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- (2007). Una relación de cine. *Rev. Sexologies*, 2, 70-73.
- (2008). Uso de escenas de cine y videos formativos en terapia sexual y de pareja. *X Congreso Español de Sexología*.
- Cueto, M.A. y Cueto, D. (2012). Sexual and Couple Therapy: The Use of Films Scenes and Educative Videos. *Abstracts Book Eleven Congress of the European Federation of Sexology*, 67-68. Madrid. EFS.
- Gottman, J.M. y DeClaire, J. (2003). *Guía del amor y la amistad*. Barcelona: Kairós.
- Gottman, J.M. y Levenson, R.W. (1999). How stable is marital interaction over time? *Family process*, 38, (2), 159-165.
- Gottman, J.M. y Silver, N. (2001). *Siete reglas de oro para vivir en pareja*. Barcelona: Plaza & Janés.
- Gottman et al. (1976). Behavior exchange theory and marital decision-making. *Journal of personality and social psychology*, 34.
- Gottman, J.M., Markman, H. y Notarius, C. (1977). The topography of marital conflict: A sequential análisis of verbal and non verbal behaviour. *Journal of marriage and the family*, 39.
- Gottman, J.M. et al. (2003). *The Mathematics of Marriage. Dynamic Nonlinear Models*. Cambridge. Mit Press.
- Labrador, F.J. (Coord.) (2015). *Intervención psicológica en terapia de pareja. Evaluación y tratamiento*. Madrid. Pirámide.
- Serrat, C. y Larrazabal, M. (2008). ¡Adiós, corazón! Madrid: Alianza Editorial.
- Snyder, D.K. (1979). Multidimensional Assessment of Marital Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 41, 813-823.
- Weiss, R.L. y Cerreto, M.C. (1980). The Marital Status Inventory: Development of a Measure of Dissolution Potential. *American Journal of Family Therapy*, 8, 80-85.



9 788494 679148