



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
(UTN)

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
(FECYT)

CARRERA: PSICOLOGÍA

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR,
MODALIDAD DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

TEMA:

**“IMPACTO DEL AUTOESTIMA EN LA SATISFACCIÓN SEXUAL
EN ESTUDIANTES MUJERES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN
LÍNEA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciatura en Psicología

Línea de investigación: Desarrollo social y del comportamiento humano

Autor: Jhuliana Alexandra Villalba Arteaga

Director: MSc. Sandra Verónica Zambrano Andrango

Ibarra – Marzo - 2025



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1004600027		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Villalba Arteaga Jhuliana Alexandra		
DIRECCIÓN:	Juan Francisco Bonilla 15-21 y Eduardo Almeida		
EMAIL:	javillalbaa@utn.edu.ec		
TELÉFONO FIJO:	062585304	TELÉFONO MÓVIL:	0963963134

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	IMPACTO DEL AUTOESTIMA EN LA SATISFACCIÓN SEXUAL EN ESTUDIANTES MUJERES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN LÍNEA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
AUTOR (ES):	Villalba Arteaga Jhuliana Alexandra
FECHA: DD/MM/AAAA	11/03/2025
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	☒ PREGRADO ☐ POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Psicología
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Erika Carolina del Pozo Ramos MSc. Sandra Verónica Zambrano Andrango

2. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 11 días del mes de marzo de 2025

EL AUTOR:

(Firma)

Nombre: Jhuliana Alexandra Villalba Arteaga

**CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE
INTERGRACIÓN CURRICULAR**

Ibarra, 11 de marzo de 2025

MSc. Sandra Verónica Zambrano Andrango

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de integración curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

(f) 

MSc. Sandra Verónica Zambrano Andrango

C.C.: 1723975502

DEDICATORIA

A quienes estuvieron a mi lado a lo largo de este proceso, brindándome su apoyo incondicional, sus palabras de aliento y su confianza en mis capacidades, incluso cuando los momentos eran difíciles.

Especialmente, a quien, con su cariño constante, su presencia que me brindó fortaleza y sus palabras que siempre me recordaron mi capacidad y determinación.

Con especial dedicación, a todas las mujeres que buscan reconectar con su esencia, explorar su sexualidad desde el conocimiento, el respeto y el amor propio. Este trabajo es un homenaje a aquellas que eligen romper con tabúes y mitos, priorizándose a sí mismas y construyendo un camino hacia el bienestar, la libertad y el avance personal.

Finalmente, a mí misma, por la dedicación, el esfuerzo y el alma que puse en cada paso de este logro. A pesar de las dificultades, cada desafío me permitió descubrir quién soy realmente, me enseñó a no rendirme ante las adversidades, a confiar en mis capacidades y a crecer cada día, convirtiéndome en una versión más fuerte y auténtica de mí misma.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a la Universidad Técnica del Norte, por brindarme una formación académica que ha fortalecido mis capacidades y contribuido a mi desarrollo profesional.

A mis profesores, quienes con su conocimiento y empatía sembraron en mí el deseo de aprender y avanzar. Especial mención a la MSc. Carolina del Pozo, por ser una educadora ejemplar, por su apoyo constante, sus consejos y su aliento en cada paso de este camino.

A la MSc. Verónica Zambrano, mi tutora de tesis, por su dedicación, paciencia y guía. Su conocimiento y compromiso fueron esenciales para la culminación de este logro.

A mis compañeros, por su apoyo y motivación durante todo este proceso.

Finalmente, a quien siempre ha creído en mí, brindándome su cariño, confianza y fortaleza para seguir adelante. Gracias por apoyarme constantemente.

RESUMEN EJECUTIVO

Durante décadas, la sexualidad ha estado envuelta en mitos y tabúes que han moldeado su percepción y comprensión. Tradicionalmente, la satisfacción sexual se ha enfocado principalmente en aspectos fisiológicos y anatómicos, dejando en segundo plano factores psicológicos y emocionales, como la autoestima, que desempeñan un papel crucial en la valoración del bienestar y el placer en la experiencia sexual. Estos factores psicológicos no solo influyen en la percepción del propio cuerpo, sino también en la capacidad de disfrutar y establecer conexiones íntimas en las relaciones. El objetivo principal de esta investigación fue analizar la relación entre la autoestima y la satisfacción sexual en mujeres estudiantes de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte. El estudio, de enfoque cuantitativo y tipo correlacional, contó con una muestra de 149 estudiantes mujeres de cuarto a octavo semestre, con edades comprendidas entre los 20 y 49 años. Para la recolección de datos, se emplearon el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI), en su versión para adultos, y el Inventario de Satisfacción Sexual de Álvarez Gayou. Los resultados mostraron altos niveles de autoestima y satisfacción sexual, revelando un coeficiente de Pearson de 0.181 y una significancia bilateral de 0.027. Lo que representa una correlación estadísticamente significativa, positiva y directamente proporcional entre ambas variables. Estos hallazgos contribuyeron al diseño de una guía de estrategias psicológicas orientadas en preservar la autoestima y fortalecer la satisfacción sexual.

Palabras clave: Autoestima, satisfacción sexual, sexualidad, mujeres, estudiantes

ABSTRACT

For decades, sexuality has been shrouded in myths and taboos that have influenced its perception and understanding. Traditionally, sexual satisfaction has been primarily associated with physiological and anatomical aspects, relegating psychological and emotional factors, such as self-esteem, which play a crucial role in the assessment of well-being and pleasure in the sexual experience, in the background. These psychological factors not only influence the perception of one's own body, but also the ability to enjoy and establish intimate connections in relationships. The main objective of this research was to analyze the relationship between self-esteem and sexual satisfaction in female students of the online Psychology program at the "Universidad Técnica del Norte ". The study, with a quantitative and correlational approach, had a sample of 149 female students from fourth to eighth semester, aged between 20 and 49 years. For data collection, the Stanley Coopersmith Self-Esteem Inventory (SEI), in its adult version, and the Alvarez Gayou Sexual Satisfaction Inventory were used. The results showed high levels of self-esteem and sexual satisfaction, revealing a Pearson correlation coefficient of 0.181 and a bilateral significance of 0.027. This represents a statistically significant, positive, and directly proportional correlation between both variables. These findings contributed to the design of a psychological strategy guide aimed at preserving self-esteem and strengthening sexual satisfaction.

Keywords: Self-esteem, sexual satisfaction, sexuality, women, students

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	1
Problema.....	1
Justificación.....	3
Objetivos	4
Objetivo general	4
Objetivos específicos	4
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	5
1.1 Autoestima.....	5
1.1.1 Componentes de la autoestima	6
1.1.2 Niveles de autoestima.....	8
1.1.3 Importancia de la autoestima.....	8
1.2 Sexualidad	9
1.2.1 Fases de la respuesta sexual humana.....	9
1.3 Satisfacción sexual	11
1.3.1 Dimensiones de la satisfacción sexual.....	13
1.3.2 Factores de la satisfacción sexual.....	14
1.3.3 Satisfacción sexual femenina.....	16
CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	19
2.1 Tipo de investigación	19
2.2 Técnicas e instrumentos de investigación	19
2.2.1 Técnicas	19
2.2.2 Instrumentos	19
2.3 Preguntas de investigación y/o hipótesis.....	21
2.4 Matriz de operacionalización de variables	22

2.5 Participantes	22
2.5.1 Población	22
2.5.2 Muestra	23
2.6 Procedimiento y análisis de datos	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	25
3.1 Datos sociodemográficos de las participantes.....	25
3.2 Niveles de Autoestima.....	29
3.3 Niveles de Satisfacción sexual	32
3.4 Correlación entre Autoestima y Satisfacción sexual	44
CAPÍTULO IV: PROPUESTA	46
4.1 Nombre de la propuesta.....	46
4.2 Introducción	46
4.3 Objetivos	47
4.4 Contenido	47
4.5 Estrategias	48
4.5.1 Estrategias Autoestima	48
4.5.2 Estrategias Satisfacción sexual	49
CONCLUSIONES.....	53
RECOMENDACIONES.....	55
REFERENCIAS.....	56
ANEXOS.....	63

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Matriz de operacionalización de variables	22
Tabla 2 Participantes según su edad.....	25
Tabla 3 Participantes según su orientación sexual	26
Tabla 4 Participantes según su estado civil	26
Tabla 5 Participantes según cantidad de hijos	27
Tabla 6 Participantes según el semestre	28
Tabla 7 Niveles de Autoestima.....	29
Tabla 8 Dimensiones de la variable de Autoestima	30
Tabla 9 Niveles de Satisfacción sexual	32
Tabla 10 Niveles del factor afectivo de la variable Satisfacción sexual	34
Tabla 11 Niveles del factor bienestar de la variable Satisfacción sexual	36
Tabla 12 Niveles del factor Erotismo de la variable Satisfacción sexual	37
Tabla 13 Niveles del factor respeto y responsabilidad de la variable Satisfacción sexual	39
Tabla 14 Niveles del factor estímulos sensoriales de la variable Satisfacción sexual	40
Tabla 15 Niveles del factor comunicación de la variable Satisfacción sexual.....	42
Tabla 16 Correlación entre Autoestima y Satisfacción sexual	44
Tabla 17 Estrategias Autoestima en la dimensión de "si mismo"	48
Tabla 18 Estrategias Autoestima en la dimensión social	48
Tabla 19 Estrategias Autoestima en la dimensión familiar	49
Tabla 20 Estrategias Satisfacción sexual en el factor afectivo.....	49
Tabla 21 Estrategias Satisfacción sexual en el factor bienestar	50
Tabla 22 Estrategias Satisfacción sexual en el factor erotismo.....	50
Tabla 23 Estrategias Satisfacción sexual en el factor respeto y responsabilidad	51
Tabla 24 Estrategias Satisfacción sexual en el factor estímulos sensoriales.....	51
Tabla 25 Estrategias Satisfacción sexual en el factor comunicación	52

INTRODUCCIÓN

Problema

Por décadas, la sexualidad ha sido subestimada en la sociedad debido a la presencia de numerosos mitos y tabúes que han contribuido al desconocimiento y a la falta de apertura para discutir abiertamente este tema, influenciando en el pensamiento y comportamiento de las personas, limitando así la comprensión y la expresión de los diversos aspectos que abarca.

La salud sexual es un pilar fundamental para la salud integral y el bienestar general, tanto a nivel personal como en relaciones de parejas, que debe abordarse desde un enfoque positivo y respetuoso, promoviendo la apertura a vivir experiencias sexuales placenteras, seguras y enriquecedoras (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2019).

Este nuevo enfoque ha permitido adoptar una visión más amplia e inclusiva, reconociendo la importancia de la satisfacción sexual como un componente esencial de la calidad de vida y un derecho humano fundamental, promoviendo la capacidad de expresar una sexualidad libre de discriminación, violencia y estigmatización.

Durante muchos años, la satisfacción sexual ha sido principalmente asociada con aspectos fisiológicos y anatómicos centrados en el placer durante el coito, sin abordar todos los factores que la influyen. La satisfacción sexual se define como la percepción individual de bienestar y plenitud, basada en una evaluación subjetiva de los aspectos positivos y negativos relacionados con las experiencias sexuales (Cumbre, 2019). Aunque esta perspectiva ha evolucionado con el tiempo, aún existe un vacío en la comprensión de los factores psicológicos internos que impactan la satisfacción sexual, como la autoestima, que juega un papel significativo.

La autoestima, definida como la valoración positiva que una persona tiene de sí misma y de cómo es percibida por los demás (Guardia, 2020), es un componente psicológico que influye en todos los aspectos de la vida. En el contexto de la satisfacción sexual, la autoestima desempeña un papel crucial en cómo se experimenta y valora la sexualidad, especialmente en las mujeres. Esto se debe a que las mujeres enfrentan una serie de estereotipos, expectativas, presiones y restricciones socioculturales complejas relacionadas con su cuerpo y su sexualidad, destacando el impacto que genera la autoestima en la satisfacción sexual femenina.

A pesar de la relevancia del tema, hoy en día sigue existiendo un déficit considerable en los estudios que abordan específicamente el papel de la autoestima en la satisfacción sexual de las mujeres.

Por las razones antes presentadas, se identificó la necesidad y oportunidad de realizar una investigación centrada en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte, ubicada en la provincia de Imbabura, en la ciudad de Ibarra. El estudio tuvo como objetivo evaluar los niveles de autoestima y satisfacción sexual, analizando la relación entre ambas variables en esta población de estudio.

Basado en la información previamente discutida, se planteó la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre la autoestima y la satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte?

Justificación

La relevancia del presente estudio radicó en la necesidad de explorar y analizar el impacto de la autoestima en la satisfacción sexual, con un enfoque particular en las mujeres. Dado que las experiencias y percepciones de la sexualidad difieren significativamente según el género, ya que se reconoce que existen componentes interpersonales que contribuyen a la percepción propia, especialmente relevantes en el contexto de la sexualidad femenina (Stephenson et al., 2021).

El propósito de esta investigación fue más allá de simplemente establecer una relación entre la autoestima y la satisfacción sexual en la población beneficiaria. Se centró en la necesidad de comprender y potenciar el conocimiento de todos los factores involucrados, con el objetivo de fomentar relaciones más saludables y satisfactorias, una mejor calidad de vida y bienestar psicológico y emocional, así como promover una visión más positiva y respetuosa de la sexualidad femenina en la sociedad nacional, contribuyendo así a mejorar la salud sexual y el desarrollo integral de las personas.

Es así como a nivel de aporte teórico, esta investigación buscó generar un referente significativo en ámbitos educativos, sociales, políticos y culturales, contribuyendo al entendimiento, manejo y desestigmatización de la sexualidad. Los hallazgos obtenidos brindaron aportes en datos psicométricos relevantes que servirán de base para la elaboración y contraste de futuras investigaciones, enriqueciendo así el conocimiento científico. Además, estos resultados podrán ser utilizados para desarrollar protocolos de atención prioritaria y estrategias de solución, así como generar talleres, charlas y programas de prevención e intervención psicológica.

Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre la autoestima y la satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.

Objetivos específicos

- Analizar los niveles de autoestima en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.
- Examinar los niveles de satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.
- Establecer la relación entre la autoestima y la satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.
- Proponer una guía de estrategias psicológicas para preservar la autoestima y fortalecer la satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1 Autoestima

La autoestima constituye un pilar esencial de la necesidad de reconocimiento, satisfecha a través de dos tipos de estima: interna y externa, ya que el deseo de aceptación y valoración dependen tanto del juicio personal como de la percepción de los demás (Guardia, 2020).

En esta línea, Chininin (2022), resalta la influencia de factores internos, como la autopercepción, y de factores externos, como los valores que determinan la estima de los demás hacia el individuo, señalando cómo estos elementos condicionan el resultado a experimentar por el individuo al alcanzar sus metas.

Por su parte, Coopersmith (como se citó en Guardia, 2020), quien desarrolló su propio inventario de autoestima e influyó significativamente en las nuevas conceptualizaciones del término, señala que la autoestima es una evaluación continua mediante la cual las personas construyen juicios favorables o desfavorables sobre sí mismas a través de sus emociones, pensamientos y actitudes, constituyéndose como el resultado de experiencias vividas desde la infancia, las cuales aportan elementos conductuales y verbales que reflejan la valía personal y social.

En concordancia, Pérez (2019), define la autoestima como el conjunto de pensamientos y sentimientos de reconocimiento y valoración que una persona tiene hacia sí misma, destacando la capacidad de expresión de pensamientos, deseos y necesidades con el objetivo de conseguir sentirse digno de éxito y felicidad.

Unificando estas perspectivas, la autoestima se define como el valor que una persona se atribuye a sí misma en función de su percepción y la de los demás, reflejado en la aceptación, valoración e importancia que desarrolla a lo largo de su vida, influyendo en su desarrollo emocional, intelectual, conductual y social (Orozco, 2023).

Desde otro enfoque, Fonseca et al. (2020), describen la autoestima como la confianza en uno mismo, fundamentada en la percepción de eficacia y merecimiento personal, resaltando el sentimiento de autoconfianza y autorrespeto, además de reconocer el derecho inherente al respeto, la dignidad, la felicidad y el valor personal, con el propósito de satisfacer necesidades individuales, abordar carencias, alcanzar principios morales y disfrutar de los logros obtenidos.

Siendo así que la autoestima se concibe como la integración de sentimientos, pensamientos y sensaciones sobre uno mismo, basadas en experiencias previas, que actúa como marco de referencia para interpretar la realidad propia y externa (Zenteno, 2017). Este constructo está en constante dinamismo, construyéndose a lo largo de toda la vida, y se caracteriza por ser multidimensional debido a su contextualización social, física, emocional y cognitiva (Reitz, 2022). Por ello, la autoestima influye directamente en el comportamiento individual e impacta significativamente en el bienestar psicológico de las personas.

1.1.1 Componentes de la autoestima

La autoestima es un constructo complejo que se desarrolla en base a diversos componentes, los cuales interactúan de manera dinámica para fomentar una autovaloración interna y externa. Comprender estos componentes resulta esencial para analizar cómo se construye la percepción del valor propio y cómo esta influye en el bienestar emocional.

Autoimagen.- capacidad de observación y juicio interno que reconoce tanto aspectos positivos como negativos, trascendiendo la apariencia física e integrando sentimientos, pensamientos y actitudes, los cuales se fundamentan en experiencias previas (Camargo y García, 2020).

Autovaloración.- valoración y percepción que una persona se otorga a sí misma, basada en su propia importancia y en la que le es asignada por los demás (Ruiz, 2020).

Autoconfianza.- seguridad y confianza que una persona tiene en su actuar, creyendo en su capacidad de alcanzar el éxito y enfrentar los desafíos con resiliencia (Guardia, 2020).

Autocontrol.- se refiere al manejo adecuado de las áreas personales y sociales, generando bienestar a través del cuidado, la disciplina, la organización y la autogestión (Ruiz, 2020).

Autoafirmación.- congruencia entre el comportamiento y los actos en relación con los pensamientos, sentimientos y deseos, respetando los valores propios (Mariño, 2019).

Autorrealización.- búsqueda, desarrollo y cumplimiento de objetivos o metas vitales, que generan un aporte social y satisfacción personal (Ruiz, 2020).

En base a los estudios realizados por Coopersmith (como se citó en Feijoo, 2019), este autor propone tres dimensiones fundamentales que componen la autoestima: la dimensión personal, que se refiere a la percepción y representación de la imagen y actitudes propias que tiene la persona sobre sí mismo; la dimensión social, relacionada con la evaluación que una persona realiza de sí misma en el contexto de sus relaciones interpersonales; y, por último, la dimensión familiar, entendida como la valoración que una persona percibe de sus interacciones dentro del entorno familiar.

1.1.2 Niveles de autoestima

De igual manera, Coopersmith identificó diferentes grados de autoestima en su inventario, a partir de los cuales varios autores han formulado sus propias interpretaciones.

Autoestima alta.- se caracteriza por niveles elevados de estima personal, confianza en las propias capacidades y autorrespeto, orientados hacia la autorrealización, estableciendo objetivos para alcanzar al éxito manteniendo expectativas altas pero realistas (Guardia, 2020).

Autoestima media.- implica características propias de una autoestima alta, aunque varía en su intensidad, siendo que a pesar de contar con una aceptación positiva, el equilibrio en su bienestar y seguridad dependen en cierta medida de la aceptación social (Mariño, 2019).

Autoestima baja.- se relaciona a la carencia de habilidades de afrontamiento y confianza propia, caracterizada por presentar una identidad cambiante, inestable y vulnerable a la percepción de los demás, perturbando el bienestar emocional, rechazando compromisos y responsabilidades (Orozco, 2023).

1.1.3 Importancia de la autoestima

La autoestima es la experiencia fundamentada en la capacidad de consolidar una vida valiosa que permita satisfacer las propias exigencias y transformar las probabilidades en realidades (Ruiz, 2020). Es una necesidad vital e indispensable para el bienestar humano en diversas áreas, como en lo personal, lo profesional y lo social, contribuyendo esencialmente a la motivación, las decisiones, las acciones y los logros individuales (Pérez, 2019).

En sus distintas dimensiones, la autoestima tiene un impacto significativo en varios aspectos de la vida social de las personas, particularmente en el ámbito de la sexualidad (Fonseca et al., 2020). Como afirma Rodríguez, (como se citó en Camargo y García, 2020), esto se debe a que la autoestima influye en cómo los individuos evalúan sus propios deseos y necesidades, lo que a su vez afecta su percepción y cumplimiento de las expectativas sexuales dentro de sus relaciones y en su bienestar sexual.

1.2 Sexualidad

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), define la salud sexual como un estado de bienestar físico, mental y social establecido bajo un enfoque positivo y respetuoso, permitiendo que las personas disfruten de experiencias sexuales seguras y placenteras. En concordancia con esta definición, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2017), propone un enfoque positivo de la sexualidad, destacando el enriquecimiento y el placer que proporcionan las relaciones sexuales.

La sexualidad trasciende el ámbito del sexo y los órganos reproductores, se ven implicados también elementos diversos como el placer, el erotismo, la atracción y las emociones eróticas, los cuales no solo se orientan hacia la procreación, si no también hacia la satisfacción sexual (Quispe y Soncco, 2024).

1.2.1 Fases de la respuesta sexual humana

La sexualidad, como un componente inherente del ser humano, se manifiesta a través de factores psicofisiológicos que determinan la activación de la respuesta sexual mediante estímulos internos y externos que generan placer y deseo (Vargas, 2020). Esta conceptualización se

fundamenta en los aportes teóricos de Johnson & Masters, quienes plantean la existencia de estadios secuenciales durante la respuesta sexual (como se citó en Aquehua, 2020).

En base a los postulados de Johnson y Masters, diversos autores han descrito las fases de la respuesta sexual de la siguiente manera:

Fase de deseo.- se refiere a los estímulos, sensaciones, emociones y pensamientos que, mediante la percepción sensorial y afectiva, provocan un aumento del libido y favorecen la apertura al deseo sexual (Guardia, 2020).

Fase de excitación.- los estímulos sexuales efectivos desencadenan una respuesta fisiológica que produce excitación y placer, cuya intensidad varía según la percepción y estimulación mediante caricias y tocamientos eróticos (Quispe y Soncco, 2024). En hombres, esto se manifiesta con la erección, rigidez, crecimiento y cambio de color del pene; mientras que, en las mujeres, se observa lubricación y dilatación vaginal, aumento de la sensibilidad y erección de los pezones y el clítoris (Aquehua, 2020).

Fase de meseta.- en esta fase, la continuidad y efectividad del estímulo sexual aumentan, manteniendo los niveles de excitación y deseo, provocando el incremento del ritmo cardíaco, vasodilatación de los genitales, sudoración, enrojecimiento y tensión muscular (Mallqui y Medrano, 2023).

Fase de orgasmo.- es la culminación fisiológica del acto sexual, el clímax, durante el cual los genitales experimentan contracciones rítmicas de intensidad variable durante un corto periodo de tiempo, siendo que en los hombres se manifiesta mediante la eyaculación y la

expulsión de semen, mientras que en las mujeres es a través de la emisión de fluidos (Álvarez y Bermeo, 2024).

Fase de resolución.- es la última etapa, en la que el cuerpo comienza a recuperarse y retornar a su estado habitual, desencadenando sensaciones de relajación, bienestar, satisfacción y placidez (Feijoo, 2019).

Es importante resaltar que la respuesta sexual opera de distinta manera en cada sexo, ya que abarca diferencias tanto biológicas como psicosociales, las cuales están directamente relacionadas con la satisfacción sexual, siendo que el erotismo femenino abarca una globalidad que permite percibir las sensaciones de manera integral, más allá de la simple genitalidad (Vargas, 2020).

1.3 Satisfacción sexual

En base a estos conocimientos y teorías, los primeros autores como De Lamater et al. (como se citó Quispe y Soncco, 2024), conceptualizaron la satisfacción sexual vinculada principalmente al acto coital. En este enfoque, la satisfacción sexual es entendida como la capacidad de obtener placer sexual a través del coito, considerándose la fase final de la respuesta sexual, estrechamente asociada con la frecuencia de las relaciones sexuales y la ocurrencia de orgasmos (Artero, 2020).

Posteriormente, Rodríguez (como se citó en Mariño, 2019), profundizó en el concepto de satisfacción sexual al considerar las necesidades sexuales y las expectativas de la pareja para evaluar el grado de deseo, excitación y estimulación, o la ausencia de estos, experimentados durante la actividad sexual.

A partir de este esquema, las nuevas conceptualizaciones enmarcaron diferentes aspectos que engloban la satisfacción sexual, dejando atrás el enfoque exclusivo en los genitales para incluir las experiencias subjetivas relacionadas con el disfrute de la vida sexual, así como una serie de factores que influyen en su significado (Cerna, 2022).

Se enfatizó en la satisfacción sexual como una respuesta afectiva, derivada de la evaluación de aspectos positivos y negativos relacionados con el cumplimiento del deseo sensual y pasional durante la interacción sexual, así como de sentimientos de confianza, seguridad y comprensión experimentados tanto en la actividad sexual individual como en pareja (Aquehua, 2020).

En este sentido, Álvarez y Bermeo (2024) sostienen que la satisfacción sexual se basa en una valoración subjetiva de bienestar, ajuste y agrado en la actividad sexual, expresada a través de reacciones emocionales ante el deseo erótico, la interacción sexual y la comunicación con la pareja.

Álvarez et al. (como se citó en Guardia, 2020), psicólogos especializados en sexualidad, definieron a la satisfacción sexual como la evaluación subjetiva de agrado o desagrado de las conductas sexuales propias y de la pareja, orientada hacia la búsqueda de placer, disfrute, bienestar y equilibrio psicofisiológico estrechamente relacionadas con la satisfacción emocional del individuo y de la pareja.

Además, identificaron diversas problemáticas en la vida sexual de las parejas, principalmente relacionadas con dudas, angustia, temor, y falta de comunicación y confianza, que influyen en las conductas sexuales (Cerna, 2022). Esto llevó a una nueva conceptualización globalizada y al desarrollo de un inventario para medir la satisfacción sexual abarcando factores intrínsecos de las experiencias sexuales.

1.3.1 Dimensiones de la satisfacción sexual

De este modo, la satisfacción sexual, al ser una valoración subjetiva de la persona, presenta una relación con los aspectos físicos, afectivos y emocionales (Fonseca et al., 2020). En función a estos postulados y basados en diversas teorías, se han establecido las siguientes dimensiones de la satisfacción sexual.

Sensaciones Sexuales.- evaluación de la presencia o ausencia de satisfacción a través de caricias, besos, afecto, excitación sexual, así como de la frecuencia y calidad del orgasmo (Quispe y Soncco, 2024).

Conciencia Sexual.- capacidad para mantener la atención y concentración de manera plena en las sensaciones sexuales y eróticas percibidas en el acto sexual (Olguín y Pacheco, 2021).

Intercambio Sexual: disponibilidad, iniciativa, equilibrio y reciprocidad en la demostración de deseos sexuales, así como en el dar y recibir gestos afectivos (Feijoo, 2019).

Apego Emocional.- proximidad y reciprocidad en el vínculo emocional con la pareja, abarcando los niveles íntimo, afectivo y sexual (Ahumada et al., 2014).

Actividad Sexual.- frecuencia, duración, variedad e intensidad de las experiencias coitales en la pareja, junto con la importancia asignada de cada miembro (Aquehua, 2020).

1.3.2 Factores de la satisfacción sexual

Uno de los mayores aportes en el estudio de la satisfacción sexual proviene de Álvarez et al. (2006), quienes, a través de su inventario para medir la satisfacción sexual, desarrollaron uno de los marcos teóricos más sólidos y respaldados sobre los factores que influyen en la satisfacción sexual.

Como primer factor, Álvarez et al. (como se cita en Quispe y Soncco, 2024), establecen el factor afectivo, definido como los estados emocionales y sentimentales que se vivencian en las relaciones de pareja, tanto afectivas como sexuales, con un enfoque positivo y armonioso, basado en la confianza, la comunicación y el respeto mutuo, lo que permite obtener placer compartido y explorar nuevas experiencias.

Álvarez et al. (como se cita en Álvarez y Bermeo, 2024), definen el factor bienestar como el gozo mutuo de la pareja durante el inicio, desarrollo y la culminación del acto coital, que incentiva a la pareja a la repetición de los encuentros sexuales al estar asociado con un bienestar integral, promoviendo estabilidad y confianza en la pareja.

Para Álvarez et al. (como se cita en Guardia, 2020), el factor erotismo hace referencia a los aspectos eróticos, seductores y atractivos que desencadenan la respuesta sexual y el placer, tanto a nivel personal como en pareja. Por otro lado, el factor respeto y responsabilidad demuestra el nivel de valoración, aprecio, comunicación y aceptación mutua que existe dentro de una pareja, manifestado a través de actos de responsabilidad realizados por cada uno sus miembros.

El factor estímulos sensoriales según Álvarez et al. (como se cita en Romani, 2022), se define como la participación e interacción de todos los órganos sensoriales en la búsqueda del placer, tanto mutuo como personal.

Como último factor, Álvarez et al. (como se cita en Mallqui y Medrano, 2023) definen el factor comunicación como la expresión y entendimiento de los pensamientos y emociones de cada miembro de la pareja, utilizando el diálogo como medio para establecer acuerdos y desacuerdos, así como las expectativas relacionadas con las relaciones sexuales.

En complemento Ahumada (como se cita en Guardia, 2020) propone el bienestar psicológico como factor que influye en la calidad de vida de las personas, promoviendo estabilidad, apreciación y búsqueda de la propia felicidad. Además, destaca la importancia de la aceptación de uno mismo, lo que implica la autoaceptación personal mediante la identificación y búsqueda de deseos e intereses.

Es importante considerar también las diversas variables distales que predicen, de manera directa o indirecta, la satisfacción sexual, las cuales están relacionadas con el ambiente cultural, incluyendo la práctica religiosa, las creencias y la ideología política; el entorno social, donde destacan el apoyo social, los mitos y el nivel socioeconómico; el contexto interpersonal, que abarca la satisfacción con la relación, el funcionamiento sexual y la asertividad sexual; así como las variables individuales, como las actitudes sexuales (Cumbre, 2019).

La estructura mental de la satisfacción sexual se forma a partir de construcciones individuales influenciadas por el contexto, que incluyen el estilo de vida, las relaciones, las normas sociales y los códigos valorativos del grupo social, los cuales se desarrollan desde la infancia, ya

que los roles de género tradicionales moldean el comportamiento sexual de las personas (Camargo y García, 2020).

En este contexto sociocultural, la sexualidad se construye a partir de pensamientos, creencias y valores que delimitan y promueven lo que es aceptable, permitido, prohibido o rechazable (Quispe y Soncco, 2024). Los roles de género, vinculados a las expectativas culturales, determinan lo que se considera como masculino o femenino, influyendo directamente en la percepción y experiencia de la satisfacción sexual (Lingán et al., 2025).

1.3.3 Satisfacción sexual femenina

A lo largo del análisis teórico, se evidencia con mayor claridad la distinción del género sobre la percepción y experimentación de la satisfacción sexual, especialmente en el caso de las mujeres, quienes suelen estar vinculadas con componentes interpersonales como las expectativas sociales, los estereotipos o la asignación de roles, a diferencia de los hombres que suelen estar más influenciados por competentes intrapersonales como el placer, el autoconocimiento y el bienestar personal (Stephenson et al., 2021).

Diversos estudios han identificado una variedad de variables que predicen la satisfacción sexual, en distintos sexos. Los hombres, por lo general, tienden a tener un mayor enfoque en los estímulos eróticos y sexuales, enfocándose en los genitales y otorgando una mayor importancia al orgasmo, lo que los hace más centrados en el aspecto físico (Lingán et al., 2025). Por otra parte, las mujeres suelen concentrarse más en la estimulación sensorial y emocional durante el contacto sexual, así como en la conexión afectiva con su pareja (Cerna, 2022).

Las investigaciones realizadas por Hurlbert et al. y Carroble et al. (como se citó en Álvarez y Bermeo, 2024), respaldan esta perspectiva, demostrando que variables individuales y de pareja, como la asertividad en contextos sexuales, la erotofilia y la percepción de cercanía, junto con factores como la frecuencia, la consistencia orgásmica y los niveles de excitación o deseo sexual, están fuertemente vinculados en la satisfacción sexual femenina.

En este marco, es importante considerar el aspecto social, donde aún persisten significativas restricciones en cuanto al rol de la mujer en la sexualidad, perpetuando la libertad sexual de los hombres (Quispe y Soncco, 2024). Estas limitaciones incluyen mitos y tabúes que presentan el placer sexual femenino como indeseable, peligroso o innecesario si no se encuentra vinculado al éxito reproductivo, evidenciando la persistencia de la subordinación del placer femenino frente al masculino (Laan et al., 2021).

Esto se acompaña por la falta de investigación, ya que se ha prestado mayor atención al orgasmo, la excitación y el deseo sexual, en lugar del componente subjetivo y psicológico de la experiencia sexual de la mujer. Esto se ve reflejado en la investigación de Aquehua (2020), que evidencia cómo la dimensión sexual femenina presenta tendencias más bajas e incluso, en algunos casos, más insatisfactorias que la masculina, tanto en sensaciones sexuales, conciencia sexual y actividad sexual.

Toda esta información refuerza y subraya la percepción femenina de la satisfacción sexual como un fenómeno multicausal, adoptando una visión más amplia que el orgasmo, considerando como aspectos importantes el bienestar sexual y emocional, así como también la plenitud tanto personal como en la relación de pareja (Mariño, 2019).

Siendo así que genera una mayor complejidad para alcanzar una satisfacción sexual óptima en las mujeres, debido a la persistencia de juicios negativos en la sociedad que algunas mujeres llegan a interiorizar, llegando a limitar su expresión libre y abierta acerca de su sexualidad (Cumbre, 2019).

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo de investigación

Debido a la naturaleza del estudio, la investigación adoptó un enfoque cuantitativo de tipo correlacional debido al propósito de evaluar la relación o grado de asociación entre dos variables, autoestima y satisfacción sexual, mediante la recolección de datos a través de reactivos psicológicos (Hernández-Sampieri, 2018).

Además, este estudio siguió un diseño no experimental de corte transversal correlacional-causal, ya que las variables de estudio (estudiantes mujeres) no fueron manipuladas deliberadamente, sino que se observaron en su contexto existente y luego se estudiaron y evaluaron en un momento específico y único en el tiempo (Hernández-Sampieri, 2018).

2.2 Técnicas e instrumentos de investigación

2.2.1 Técnicas

Se utilizó la técnica de evaluación psicométrica mediante la aplicación de instrumentos psicológicos estandarizados y validados, con el fin de medir y evaluar las variables propuestas en el presente estudio.

2.2.2 Instrumentos

Para llevar a cabo la investigación, se emplearon tres instrumentos:

Escala de datos sociodemográficos (ad hoc).- para el análisis de las características sociodemográficas de la muestra, se utilizó un cuestionario diseñado por el autor, compuesto por seis preguntas iniciales que abarcan aspectos como la edad, orientación sexual, estado civil,

presencia de hijos, carrera universitaria y semestre. El objetivo de este cuestionario fue recabar variables sociodemográficas relevantes dentro del marco de la investigación.

Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos. - Para llevar a cabo la investigación, se utilizó el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) (Coopersmith, 1967, adaptación al español por Brinkmann & Segure, 1988) en su versión para adultos, el cual se puede aplicar de manera individual y colectiva a partir de los 16 años. La versión adulta toma como referencia los primeros 25 ítems del Inventario de Autoestima de Coopersmith, siendo así que las dimensiones de análisis son: "sí mismo" (13 ítems), social (6 ítems) y familiar (6 ítems) (Benique y Huasco, 2022).

El puntaje de esta escala se clasifica en cuatro categorías de autoestima: de 0 a 24 puntos indica un nivel de autoestima bajo, y de 75 a 100 puntos, un nivel de autoestima alto, y las categorías intermedias, de 25 a 49 puntos y de 50 a 74 puntos, corresponden a niveles de autoestima media baja y media alta, respectivamente (Mariño, 2019). La confiabilidad y validez del instrumento son altas, con un coeficiente de 0.88 mediante el test-retest y un Alfa de Cronbach de 0.91, lo que indica una alta fiabilidad (Feijoo, 2019).

Inventario de Satisfacción sexual de Álvarez Gayou. - Para evaluar la variable de satisfacción sexual en mujeres, se empleó el Inventario de Satisfacción Sexual de Álvarez-Gayou (Álvarez et al., 2005), elaborado en el Instituto Mexicano de sexología. Esta escala es de administración individual, colectiva y autoaplicable para hombres y mujeres de entre 15 a 45 años. Esta escala evalúa el factor afectivo (8 ítems), bienestar (5 ítems), erotismo (6 ítems), respeto y responsabilidad (3 ítems), estímulos sensoriales (4 ítems) y comunicación (3 ítems), sumando un

total de 29 ítems con respuestas de tipo likert con cinco opciones (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre) (Guardia, 2020).

La validez del cuestionario se estableció mediante el análisis factorial, obteniendo seis factores con un resultado de 58.279 % de varianza total, mientras la confiabilidad se estableció mediante el coeficiente Alfa Cronbach, con un valor de 0.95, indicando una alta fiabilidad (Mallqui y Medrano, 2023).

2.3 Preguntas de investigación y/o hipótesis

Para lograr el primer objetivo específico se estableció la siguiente pregunta: ¿cuál es el nivel de autoestima en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea?

Para abordar el segundo objetivo específico se planteó la siguiente pregunta: ¿cuál es el nivel de satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea?

Para el tercer objetivo específico se formuló la siguiente hipótesis investigativa:

H0: No existe una relación significativa entre autoestima y satisfacción sexual en estudiante mujeres de la carrera de Psicología en línea.

H1: Existe una relación positiva entre autoestima y satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea.

Se planteó la siguiente pregunta para abordar el cuarto objetivo específico: ¿se puede diseñar una guía de estrategias psicológicas para preservar la autoestima y fortalecer la satisfacción sexual en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte?

2.4 Matriz de operacionalización de variables

Tabla 1

Matriz de operacionalización de variables

Objetivos	Variables	Indicadores	Técnicas	Fuentes de información
Diagnósticos				
Medir las actitudes valorativas hacia el SI MISMO, en las áreas: Personal, Familiar y Social.	Autoestima	Si mismo Social Familiar	Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos.	Estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.
		Afectivo		
		Bienestar		
Evaluar la Satisfacción Sexual en base a 6 factores.	Satisfacción sexual	Erotismo Respeto y Responsabilidad Estímulos sensoriales Comunicación	Inventario de Satisfacción Sexual de Álvarez Gayou.	

Fuente: Elaboración propia.

2.5 Participantes

2.5.1 Población

La población objetivo del presente estudio estuvo conformada por mujeres estudiantes universitarias pertenecientes a la carrera de Psicología en línea, desde el cuarto semestre hasta octavo semestre, de la Universidad Técnica del Norte, con edades entre 20 y 49 años.

En total, esta población se cifra en 242 estudiantes, distribuida de la siguiente manera: 37 del cuarto semestre, 59 del quinto semestre, 35 del sexto semestre, 46 del séptimo semestre y 65 del octavo semestre.

2.5.2 Muestra

Para la selección de la muestra, se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que la selección de la muestra no se basa en criterios probabilísticos, sino de criterios relacionados con las características y el contexto de la investigación, así como de la colaboración voluntaria de las estudiantes (Hernández-Sampieri, 2018).

El tamaño de la muestra se determinó mediante la fórmula para poblaciones finitas considerando una desviación estándar, un nivel de confianza y un margen de error permitido. La fórmula aplicada fue la siguiente:

$$n = \frac{N\sigma^2Z^2}{(N-1)e^2 + \sigma^2Z^2}$$

Donde:

- **N**= 242: Tamaño de la población.
- **σ**= 0.5: Desviación estándar.
- **Z**= 1.96: Nivel de confianza del 95%.
- **e**= 0.05: Margen de error permitido (5%).
- **n**= 149: Tamaño de la muestra.

Siendo así que la muestra estuvo comprendida por 149 estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.

2.6 Procedimiento y análisis de datos

El Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) (Coopersmith, 1967; Brinkmann & Segure, 1988), versión adultos, y el Inventario de Satisfacción Sexual de Álvarez Gayou (Álvarez et al., 2005) pasaron por un proceso de adaptación al contexto cultural donde se llevó a cabo. Previa la autorización del coordinador de la carrera de Psicología en línea, las encuestas se digitalizaron en la plataforma Google Forms, incluyendo el respectivo consentimiento informado, y se distribuyeron mediante dos enlaces separados, uno para cada inventario.

La recolección de los datos se realizó en un periodo de dos semanas, dedicando una semana a cada inventario. Una vez obtenida la información, los datos se trasladaron al programa Microsoft Excel 2021, donde se clasificaron y automatizaron los puntajes de los inventarios, considerando las variables, factores y dimensiones de cada participante. Posteriormente, los puntajes fueron migrados al software SPSS versión 25 para llevar a cabo el análisis estadístico.

En este programa, se procedió a realizar el análisis descriptivo para calcular porcentajes y frecuencias de los datos sociodemográficos, así como de los niveles de autoestima y satisfacción sexual, junto con sus dimensiones y factores. Finalmente, se realizó un análisis de correlación bivariada utilizando un coeficiente de Pearson, debido a la naturaleza cuantitativa de la investigación, con el objetivo de determinar la relación entre las variables autoestima y satisfacción sexual, y así validar o refutar la hipótesis planteada.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este capítulo se presentan los resultados de las encuestas, en la que se utilizó la Escala de datos sociodemográficos (ad hoc), el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos (Coopersmith, 1967; Brinkmann & Segure, 1988) y el Inventario de Satisfacción sexual de Álvarez Gayou (Álvarez et al., 2005). Estos instrumentos fueron aplicados en una muestra de 149 estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.

3.1 Datos sociodemográficos de las participantes

Tabla 2

Participantes según su edad

	Edad			
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
20 - 29 años	104	69.8	69.8	69.8
30 - 39 años	34	22.9	22.9	92.7
40 - 49 años	11	7.3	7.3	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 2 presenta la distribución por rango de edad de las participantes, el cual oscila entre los 20 y los 49 años. El rango menos representado es el de 40 a 49 años, con un 7.3% de la muestra, seguido por el rango de 30 a 39 años, que constituye el 22.9%. Finalmente, el rango de 20 a 29 años representa el grupo más numeroso, con un 69.8% de la muestra, lo que indica que la mayoría de las participantes son mujeres adultas jóvenes, menores de 30 años. Este predominio

sugiere que los resultados del presente estudio estarán principalmente influenciados por mujeres en las primeras etapas de la adultez.

Tabla 3

Participantes según su orientación sexual

Orientación sexual				
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Asexual	1	.7	.7	.7
Bisexual	10	6.7	6.7	7.4
Heterosexual	135	90.6	90.6	98.0
Homosexual	3	2.0	2.0	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 3 presenta la frecuencia y el porcentaje de la orientación sexual de las participantes. Las orientaciones sexuales con menor representación son la asexual y la homosexual, que en conjunto abarcan el 2.7% de la muestra. En contraste, la orientación heterosexual predomina con un 90.6%. Los datos reflejan que la muestra de estudio está compuesta principalmente por mujeres que se identifican como heterosexuales, lo cual podría estar relacionado con las tendencias socioculturales predominantes de la población estudiada.

Tabla 4

Participantes según su estado civil

Estado civil				
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Casada	24	16.1	16.1	16.1
Conviviente	19	12.8	12.8	28.9
Divorciada	5	3.4	3.4	32.2

Separada	5	3.4	3.4	35.6
Soltera	96	64.4	64.4	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 4 muestra el estado civil de las participantes. El estado civil "casada" representa el segundo mayor porcentaje de la muestra, con un 16.1%, mientras que el estado civil "soltera" predomina con un 64.4%. Estos resultados sugieren que el contexto principal de esta investigación se basa en mujeres solteras, lo que podría ofrecer una perspectiva valiosa sobre las experiencias de las mujeres en distintas etapas de las relaciones.

Tabla 5

Participantes según cantidad de hijos

Hijos				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	n	%	válido	acumulado
No	85	57.0	57.0	57.0
Si	64	43.0	43.0	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 5 se presenta la distribución de las participantes según la presencia de hijos. El 43% de las participantes si tiene hijos, mientras que el 57% no los tiene. Estos datos muestran una distribución relativamente equilibrada entre ambas condiciones, lo que permite abarcar dos situaciones diferentes en esta investigación. Estos resultados podrían brindar una perspectiva diferenciada entre mujeres con y sin hijos, reflejando el posible impacto del componente familiar puede influenciar en el contexto de la autoestima y la satisfacción sexual.

Tabla 6*Participantes según el semestre*

	Semestre			
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Cuarto	18	12.1	12.1	12.1
Octavo	36	24.2	24.2	36.2
Quinto	42	28.2	28.2	64.4
Séptimo	25	16.8	16.8	81.2
Sexto	28	18.8	18.8	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 6 se puede observar la distribución de las participantes según su semestre de estudio. El cuarto semestre tiene la menor representación, con un 12.1%, seguido por el octavo semestre, que representa el 24.2% de la muestra. El mayor porcentaje corresponde al quinto semestre, con un 28.2. sin embargo, la participación de los demás semestres también es significativa, lo que indica que la investigación está influenciada por estudiantes de todos los semestres de la carrera de Psicología en línea.

3.2 Niveles de Autoestima

Tabla 7

Niveles de Autoestima

	Nivel de Autoestima			
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Alto	56	37.6	37.6	37.6
Medio alto	54	36.2	36.2	73.8
Medio bajo	23	15.4	15.4	89.2
Bajo	16	10.7	10.7	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 7 se demuestran los porcentajes correspondientes al nivel general de autoestima de las participantes. Los niveles de menor representación, con una sumatoria de 26.1%, son los niveles bajos. En contraste, los niveles de autoestima alto y medio alto son los más predominantes, alcanzando un 73.8% de la muestra. La muestra refleja, en general, niveles altos de autoestima, lo que responde a la pregunta de investigación y cumple con el primer objetivo específico del estudio.

A partir de estos datos, se puede interpretar que la mayoría de las participantes presentan una valoración propia y social adecuada de sus capacidades, caracterizada por confianza y respeto hacia sí mismas, reconociendo sus defectos y virtudes, y demostrando resiliencia a la hora de enfrentar desafíos, lo que puede influir positivamente en las demás esferas de su vida.

Los resultados obtenidos en este estudio son consistentes con investigaciones previas realizadas en poblaciones similares. Por ejemplo, Romani (2022), encontró niveles altos de autoestima en el 83.9% de la muestra, destacando una autopercepción positiva, sólidas habilidades

de resiliencia y un mayor control sobre la satisfacción y estabilidad emocional. De manera similar, Orozco (2023) reportó un 58% de autoestima alta, sugiriendo que una autoestima adecuada no solo fortalece la percepción de las propias capacidades, sino que también favorece la construcción de relaciones interpersonales sólidas y satisfactorias, tanto a nivel afectivo como sexual.

Estos resultados apuntan a que las participantes de este estudio, al igual que en los estudios de Romani (2022) y Orozco (2023), pueden beneficiarse de redes de apoyo social y dinámicas interpersonales que refuerzan su autovaloración y bienestar emocional. Tal como destaca Chininin (2022), una autoestima saludable no solo se desarrolla a partir de las competencias individuales para enfrentar al contexto externo, sino también en consonancia con este, incluyendo el valor y la validación que otras personas en su entorno les atribuyen.

Tabla 8

Dimensiones de la variable Autoestima

Dimensiones de la variable Autoestima						
	Dimensión de "Sí mismo"		Dimensión social		Dimensión familiar	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	n	%	n	%	n	%
Alto	85	57.0	10	6.7	17	11.4
Medio alto	30	20.1	80	53.7	59	39.6
Medio bajo	17	11.4	42	28.2	49	32.9
Bajo	17	11.4	17	11.4	24	16.1
Total	149	100.0	149	100.0	149	100.0

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 8 presenta los niveles de las diferentes dimensiones de la variable Autoestima. En la dimensión social, los niveles intermedios predominan, abarcando el 81.9% de los resultados. De manera similar, en la dimensión familiar, la mayoría de los resultados se ubican en los niveles

intermedios, con un 72.5%, lo que señala áreas de mejora en ambas dimensiones, dado que una proporción significativa de las participantes no alcanza niveles más altos en ambas dimensiones. Por otro lado, en la dimensión de "Sí mismo", se observa una clara predominancia de los niveles altos, con un 77.1%, lo que indica que esta es la dimensión más fortalecida en las estudiantes mujeres.

Este predominio de niveles altos en la dimensión de "Sí mismo" sugiere que, en general, las participantes poseen una percepción positiva de sí mismas, acompañada de una autopercepción adecuada de su valor, aceptando y respetando su autonomía de deseos, pensamientos y sentimientos, en búsqueda de su autorrealización. Esta distribución de niveles es coherente con estudios previos, como el de Benique y Huasco (2022), donde los niveles altos y medios altos también predominan con un 78.5%, reforzando la idea de que la autoestima influye significativamente en el bienestar integral y en la satisfacción de los deseos y necesidades personales.

En la dimensión social, los resultados reflejan el impacto del contexto social y cultural en la percepción de la autoestima de las participantes. Se puede interpretar que las estudiantes mujeres obtiene una valoración favorable percibida por los demás, mostrando eficacia en el desarrollo de interacciones sociales. Además, cuentan con redes de apoyo que favorecen la construcción de una autopercepción positiva y contribuyen al logro de metas personales. Estos hallazgos son consistentes con la investigación de Fonseca et al. (2020), donde el 52.7% de las mujeres adolescentes presentaron niveles medios altos en la dimensión social, lo que respalda la idea de que los arquetipos sociales en los que se desenvuelve la persona configuran significativamente la percepción de su autoestima.

En cuanto a la dimensión familiar, los resultados indican que la mayoría de las participantes se encuentran en un rango intermedio de autovaloración dentro el contexto familiar. Este nivel podría estar influido por factores como el estado civil y la situación familiar de las participantes. Las mujeres solteras o sin hijos, que constituyen el grupo mayoritario, podrían experimentar una menor conexión con sus redes familiares, lo que podría impactar su percepción de apoyo y valía. En contraste, las participantes casadas o con hijos podrían enfrentar desafíos específicos relacionados con la convivencia o crianza, lo que también influiría en su valoración en este contexto.

Los datos reflejan una tendencia similar con el estudio de Feijoo (2019), en el cual el 80% de la muestra se ubicó en niveles medios de autoestima familiar, destacando la influencia de la dinámica y el clima familiar en la valoración propia, así como la relevancia de considerar las variaciones en las estructuras y experiencias familiares de los individuos, y como estas configuran la percepción de la autoestima social.

3.3 Niveles de Satisfacción sexual

Tabla 9

Niveles de Satisfacción sexual

Nivel de Satisfacción sexual				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	n	%	válido	acumulado
Alto	57	38.3	38.3	38.3
Medio alto	30	20.1	20.1	58.4
Medio bajo	29	19.5	19.5	77.9
Bajo	33	22.1	22.1	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 9 se exponen los niveles generales de satisfacción sexual entre las participantes. Los niveles medio bajo y bajo abarcan el 41.6% de la muestra, mientras el 58.4% corresponde a niveles alto y medio alto de satisfacción sexual, constituyendo el porcentaje más representativo. En conclusión, los resultados reflejan un predominio de niveles altos de satisfacción sexual en las estudiantes mujeres, respondiendo a la pregunta de investigación y cumple con el segundo objetivo específico del estudio.

Los hallazgos de la investigación sugieren que la mayoría de las estudiantes mujeres experimentan una vida sexual satisfactorias y placentera, tanto personales como en pareja, destacándose por un intercambio comunicativo adecuado sobre necesidades y deseos sexual, al igual que la presencia de vínculos afectivos basados en confianza, respeto y responsabilidad. Aunque un pequeño porcentaje muestra niveles medio bajo y bajo de satisfacción, esto más bien señala posibles áreas de mejora en la comunicación y el disfrute sexual, subrayando la importancia de brindar apoyo especializado en los factores determinantes.

Al comparar estos datos con los obtenidos en estudios similares, los resultados son consistentes con los de Bohórquez (2021), quien también reportó un nivel alto de satisfacción sexual del 83.67% en su muestra de mujeres, aludiendo que las mujeres pueden experimentar altos niveles de satisfacción sexual, influenciados por diversos factores como la comunicación en pareja, la autoestima sexual y una percepción positiva de la intimidad. En concordancia, la investigación de Orozco (2023) evidenció niveles altos en satisfacción sexual, alcanzando un 70%, concluyendo que esta proporción está vinculada a una vida sexual activa y a una estabilidad afectiva, lo que facilita la profundización en las relaciones interpersonales.

Estos datos apuntan que las mujeres estudiantes de este estudio valoran su sexualidad de manera positiva, abordando la experiencia sexual con un enfoque integral abarcando todas las esferas de la satisfacción sexual, lo que contribuye a su autoestima y promueve su salud emocional y psicológica. Como señala Cerna (2022), una evaluación positiva de la satisfacción sexual fomenta el disfrute y la expresión plena de los deseos sexuales durante la actividad íntima, eliminando sentimientos de culpa, temor o vergüenza, así como la influencia de criterios erróneos, permitiendo así el desarrollo de una vida sexual satisfactoria que contribuye directamente a una mejor calidad de vida.

Tabla 10

Niveles del factor afectivo de la variable Satisfacción sexual

Factor afectivo				
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Alto	89	59.7	59.7	59.7
Medio alto	30	20.1	20.1	85.2
Bajo	8	5.4	5.4	65.1
Medio bajo	22	14.8	14.8	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 10 presenta los niveles del factor afectivo en la variable de satisfacción sexual. Los niveles medio bajo y bajo conforman el 20.2% de la muestra, constituyendo los porcentajes de menor prevalencia. En contraste, los niveles medio alto y alto engloban el 79.8%, evidenciando una diferencia significativa en la percepción afectiva predominante entre las estudiantes mujeres.

Este predominio de niveles altos se puede interpretar como una manifestación de la percepción que tienen las participantes de vínculos sólidos y satisfactorios en sus relaciones

íntimas. Esto sugiere que las mujeres experimentan una conexión afectiva positiva que se traduce en la vivencia de una amplia variedad de estados emocionales y sentimentales, destacando aspectos como las muestras de cariño, el compromiso y el respeto.

Al comparar estos resultados con estudios previos, se observa congruencia con el estudio de Bohórquez (2021), quien reportó que el 83.6% de las participantes mujeres en su muestra se ubicaron en niveles altos del factor afectivo de la satisfacción sexual, reforzando la idea de que una adecuada valoración de la satisfacción sexual abarca tanto aspectos físicos como afectivos, los cuales desempeñan un rol crucial en la experiencia de la intimidad sexual. De igual manera, los hallazgos se alinean con los resultados de Lingán et al. (2025), quien concluyó que el factor afectivo es especialmente relevante en el disfrute sexual de las mujeres, destacando el papel de las expresiones afectivas posteriores al acto coital como elementos clave para una experiencia sexual plena y satisfactoria.

Además, la alta prevalencia del factor afectivo puede interpretarse como un eje integrador de otros factores asociados a la satisfacción sexual, como la comunicación y el respeto. Según Camargo y García (2020), una conexión afectiva positiva fortalece aspectos como la confianza, el compromiso y el apoyo emocional en las relaciones íntimas, favoreciendo así una vida sexual satisfactoria.

Tabla 11*Niveles del factor bienestar de la variable Satisfacción sexual*

Factor bienestar				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	n	%	válido	acumulado
Alto	56	37.6	37.6	37.6
Medio alto	37	24.8	24.8	81.2
Bajo	28	18.8	18.8	56.4
Medio bajo	28	18.8	18.8	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 11 presenta los niveles del factor bienestar en la variable satisfacción sexual. Los niveles medio bajo y bajo representan cada uno el 18.8% de la muestra, mientras que los niveles medio alto y alto abarcan el 62.4% de las participantes, evidenciando un contraste significativo entre los diferentes niveles del factor bienestar.

Los hallazgos presentados apuntan que las estudiantes mujeres perciben su vida sexual como una fuente de bienestar físico y psicológico, vinculado a vivencias sexuales positivas y placenteras. Estas vivencias, desarrolladas en el marco del respeto y responsabilidad, les permite establecer conexiones interpersonales profundas que contribuyen significativamente a su bienestar integral.

Estos resultados guardan relación con la investigación de Cumbre (2019), cuyos hallazgos evidenciaron niveles altos de satisfacción sexual en el 43,07% de su muestra, reflejando una evaluación positiva de bienestar y planitud tanto durante como después de la actividad sexual, destacando la capacidad para expresarse abiertamente y negociar sus deseos y límites de manera efectiva. De manera similar, Ogallar-Blanco et al. (2024), en su investigación sobre los factores

influyentes en la satisfacción sexual de las mujeres, evidenció que las conductas más satisfactorias estaban vinculadas a la relación con sus parejas, en ellas destacando la presencia de características como la atracción, la confianza y el disfrute compartido de la experiencia sexual, lo cual generaba un bienestar integral.

Los resultados refuerzan la idea de que el bienestar sexual influye significativamente en la experiencia sexual, sugiriendo que, para una proporción considerable de la muestra, el bienestar personal es un componente clave en su satisfacción sexual. Esto refuerza la relación entre el bienestar psicológico y el disfrute en la vida íntima. En relación a esta perspectiva, Guardia (2020), argumenta que una percepción elevada del bienestar personal está estrechamente relacionada con el estado positivo de salud, el placer, el agrado y el confort experimentados durante la relación sexual. Estos factores se vinculan directamente con la autoestima, ya que se fundamentan en evaluaciones positivas y significativas del bienestar individual.

Tabla 12

Niveles del factor erotismo de la variable Satisfacción sexual

	Factor erotismo			
	Frecuencia n	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Alto	54	36.2	36.2	36.2
Medio alto	44	29.5	29.5	83.2
Bajo	26	17.4	17.4	53.7
Medio bajo	25	16.8	16.8	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 13 se evidencian los niveles del factor erotismo en la variable de satisfacción sexual. Los niveles bajo y medio bajo constituyen el 17.4% y 16.8%, correspondientemente,

mientras, los niveles con mayor porcentaje corresponden al nivel medio alto (29.5%) y alto (36.2%), que en conjunto representan el 65.7% de la muestra. Esto establece una diferencia significativa en comparación con los niveles bajos, destacando una predominancia en las participantes con una percepción positiva en este factor.

Los elevados niveles de erotismo observados en esta muestra sugieren que la mayoría de las participantes se sienten seguras y cómodas al explorar y disfrutar de su sexualidad, obteniendo placer y goce tanto de manera individual como en pareja. Esto se refleja en su capacidad para vivir respuestas apasionadas, sentimientos de seducción y entrega lo que favorece en una experiencia sexual más gratificante y completa.

En términos comparativos, los hallazgos de este estudio coinciden con investigaciones previas, como la de Bohórquez (2021), que también encontró que los niveles elevados de erotismo, con un 85.7%, se asocian estrechamente con aspectos clave del deseo y la realización de una sexualidad plena y satisfactoria. De manera similar, Ogallar-Blanco et al. (2024) reveló que los niveles altos de erotismo están asociados a una mayor satisfacción sexual, destacando el uso de una amplia variedad de comportamientos sexuales fomentan un mayor interés en mantener una vida sexualmente activa.

Estos hallazgos sugieren que las estudiantes mujeres vivencian una vida sexual integral en donde el componente afectivo y físico se complementan, generando la sensación de satisfacción en sus relaciones sexuales. Además, disfrutan de una amplia variedad de estímulos que fomentan e incentivan la satisfacción sexual. En esta línea, Cerna (2022), sostiene que el erotismo juega un papel importante en la satisfacción plena del acto sexual, en base a la interacción con la pareja a través de muestras de cariño, comunicación significativa y la exploración de zonas erógenas.

Tabla 13*Niveles del factor respeto y responsabilidad de la variable Satisfacción sexual*

Factor respeto y responsabilidad				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	n	%	válido	acumulado
Alto	99	66.4	66.4	66.4
Media alto	31	20.8	20.8	94.0
Bajo	10	6.7	6.7	73.2
Media bajo	9	6.0	6.0	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 13 muestra los niveles del factor de respeto y responsabilidad en la variable de satisfacción sexual. Los niveles bajo y medio bajo constituyen los porcentajes más reducidos entre todos los factores, sumando apenas un 12.7%. En contraste, los niveles alto y medio alto predominan significativamente, representando el 87.2% de la muestra. Esto sugiere que el respeto y la responsabilidad podrían ser componentes fundamentales en la percepción del bienestar y la satisfacción sexual de las participantes.

Estos datos sugieren que una gran parte de la muestra percibe un alto nivel de respeto en sus relaciones íntimas, lo que indica de manera positiva la calidad de estas relaciones, al proporcionar un ambiente seguro y de apoyo en el que la pareja puede explorar su sexualidad sin temor a juicios o rechazo.

Al comparar estos resultados con investigaciones previas, los hallazgos son consistentes con los de Bohórquez (2021), quien reportó que el 83.6% de la muestra presentó niveles altos de respeto y responsabilidad sexual, subrayando la relación estrechamente vinculada entre la autoestima y la capacidad de establecer relaciones respetuosas, donde se perciba una aceptación y

comprensión mutua, favoreciendo al bienestar tanto individual como en pareja. Complementariamente, Camargo (2020), en su investigación, realizó encuestas a diversas parejas, en las que se consideraron el respeto y la responsabilidad como componentes esenciales para el bienestar en las relaciones íntimas fomentando el amor, la confianza, la paciencia y la comprensión, permitiendo que cada individuo mantenga su individualidad dentro de la pareja.

Tabla 14

Niveles del factor estímulos sensoriales de la variable Satisfacción sexual

Factor estímulos sensoriales				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	n	%	válido	acumulado
Alta	73	49.0	49.0	49.0
Media alta	54	36.2	36.2	85.9
Baja	1	.7	.7	49.7
Media baja	21	14.1	14.1	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 14 se puede observar los niveles del factor estímulos sensoriales en la variable satisfacción sexual. En concordancia con los factores previamente analizados, los niveles bajos representan el 21.1% de la muestra, mientras que los niveles altos alcanzan un 85.2%. esto sugiere que los estímulos sensoriales desempeñan un papel relevante en la experiencia sexual de las mujeres, contribuyendo de manera significativa a su satisfacción sexual.

El predominio en niveles altos en el factor estímulos sensoriales en la muestra sugiere que las participantes consideran relevante la experimentación de estímulos que involucren tanto las zonas erógenas como los órganos sensoriales, tanto en la fase excitatoria como durante el desarrollo de las relaciones sexuales, lo que potencia sus sensaciones de placer y goce.

La consistencia en resultados también se ve reflejada en una investigación realizada por Quispe y Soncco (2024), se observaron niveles medios y altos sensaciones sexuales constituyendo el 62.2% donde se encontró que la calidad de los estímulos sensoriales, procesados tanto por los órganos de los sentidos como por estímulos internos, tales como recuerdos, sueños o fantasías, tiene un impacto directo en la percepción de la excitación y la satisfacción sexual. En esta misma línea, Laan et al. (2021) en su investigación sobre las diferencias en la percepción del placer entre hombres y mujeres, obtuvo hallazgos significativos sobre la estimulación visual en las mujeres, en donde, a diferencia de las creencias sobre una supuesta insensibilidad sensorial de las mujeres, estos resultados demuestran que las mujeres atribuyen los estímulos sensoriales como factores predictivos clave de satisfacción sexual.

Esto sugiere que la mayoría de las participantes perciben los estímulos sensoriales como un factor clave en la excitación y el desarrollo del acto sexual, influyendo positivamente en la calidad de sus relaciones y fomentando el deseo de volver a experimentar encuentros sexuales. Conforme a este planteamiento, Aquehua (2020), afirma que la satisfacción sexual se constituye a partir de la experimentación de sensaciones placenteras de carácter físico y emocional, obtenidas a través de un intercambio de juegos previos y una estimulación adecuada.

Tabla 15*Niveles del factor comunicación de la variable Satisfacción sexual*

Factor comunicación				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	n	%	válido	acumulado
Alta	29	19.5	19.5	19.5
Media alta	62	41.6	41.6	65.8
Baja	7	4.7	4.7	24.2
Media baja	51	34.2	34.2	100.0
Total	149	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 15 presenta los niveles del factor de comunicación en la variable de satisfacción sexual. En este caso, los resultados difieren de los análisis previos de los demás factores, ya que el nivel alto constituye solo el 19.5% de la muestra, siendo el segundo porcentaje más bajo, seguido por el nivel bajo con un 4.7%. En contraste, los niveles medio alto y medio bajo muestran mayor predominancia, representando el 75.8% de las participantes. Estos hallazgos sugieren que la comunicación efectiva en las experiencias sexuales e íntimas podría representar un área de mejora, destacando la importancia de fomentar estrategias que promuevan una interacción más abierta y asertiva entre las parejas.

En general, estos resultados sugieren que las participantes no perciben la comunicación sexual en sus relaciones como completamente abierta o fluida. Esto podría sugerir que muchas de las participantes aún no se sienten completamente cómodas o no cuentan con las herramientas necesarias para mantener una comunicación eficaz sobre su vida sexual, destacando así un área de promoción importante en la satisfacción sexual femenina.

En concordancia con estos resultados, la investigación realizada por Mallqui y Medrano (2023) destacó un predominio del nivel medio en el factor comunicación, con un 55.4%, interpretando que, aunque existe comunicación en las relaciones sexuales, persisten limitaciones en la interpretación y expresión de los deseos de la pareja, así como una falta de comunicación en la planeación de los encuentros sexuales.

Es relevante señalar que, aunque el factor comunicación se encuentra mayormente representado por niveles medios, un porcentaje significativo de la muestra se sitúa en el nivel medio alto (41.6%) y en el nivel alto (19.5%), sumando un total del 61.1%. Esto sugiere que, si bien existen áreas de mejora en el componente comunicativo, las estudiantes mujeres no presentan una debilidad en este aspecto. Por el contrario, parece que gozan de una comunicación adecuada en sus relaciones, en las que se sienten valoradas y comprendidas.

En este contexto, Betregiorgis et al. (2020), en su investigación sobre los factores asociados en la satisfacción sexual, afirma que esta está significativamente vinculada a una buena comunicación en pareja, en donde mujeres que experimentan una comunicación deficiente con sus parejas sexuales tiene menos probabilidades de alcanzar altos niveles de satisfacción sexual. Esto refuerza la interpretación de que, en las estudiantes mujeres de esta muestra, la comunicación no es inadecuada, ya que presentan altos niveles en satisfacción sexual, lo cual sugiere que el componente comunicativo en sus relaciones está suficientemente desarrollado para favorecer una experiencia sexual satisfactoria, pero con áreas de mejoría que buscan promover una comunicación asertiva.

3.4 Correlación entre Autoestima y Satisfacción sexual

Tabla 16

Correlación entre Autoestima y Satisfacción sexual

Correlación entre Autoestima y Satisfacción sexual			
		Nivel de Autoestima	Nivel de Satisfacción sexual
Nivel de Autoestima	Correlación de Pearson	1	.181*
	Sig. (bilateral)		.027
	N	149	149
Nivel de Satisfacción sexual	Correlación de Pearson	.181*	1
	Sig. (bilateral)	.027	
	N	149	149

Nota. * La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 16 presenta el análisis de correlación de Pearson entre las variables autoestima y satisfacción sexual. Los resultados evidencian una correlación positiva, con un coeficiente de Pearson de 0.181 y un valor de p de 0.027, lo que indica significancia estadística al nivel de $p < 0.05$.

Esto implica que, a medida que una de las variables aumenta, la otra también tiende a incrementarse. En otras palabras, a mayor autoestima en las mujeres estudiantes, mayor será la satisfacción sexual que experimenten en sus relaciones sexuales. Esto sugiere que las estudiantes mujeres con una autoestima elevada tienden a vivir experiencias sexuales más satisfactorias, disfrutando plenamente de su sexualidad gracias a una sólida percepción de sí mismas, confianza

y autopercepción positiva. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis de investigación (H_1), lo que cumple con el tercer objetivo específico.

En base a los resultados, se establece una consistencia con la investigación realizada por Benique y Huasco (2022), en la que se evidenció una correlación significativa entre estas dos variables, con un Rho de 0.214 y un valor de p de 0.002, destacando que la sexualidad está influenciada por factores físicos, emocionales y psicológicos, siendo la autoestima uno de ellos, lo que otorga un rol importante en la satisfacción sexual. De igual manera, en el contexto de mujeres la investigación de Mariño (2019), determinó una correlación significativa y positiva entre autoestima y satisfacción sexual, con un coeficiente de Pearson de 0.43 y una significancia bilateral de 0.00 siendo. Asimismo, Safieh Jamali et al. (2018), al utilizar el *Larsson sexual satisfaction questionnaire* en mujeres, demostró una correlación significativa y positiva entre la satisfacción sexual y autoestima ($p < 0,05$).

A partir de estos resultados, se puede inferir que las mujeres con niveles más altos de autoestima experimentan menos pensamientos distractores y un mayor bienestar general, lo que impacta directamente en sus sensaciones de deseo, confianza y capacidad de disfrute, favoreciendo la calidad de sus experiencias y relaciones sexuales. Como sugiere Guardia (2020), las personas con una percepción positivas de sí mismas tienden a sentirse más seguras y cómodas al expresar su sexualidad, lo que traduce en experiencias sexuales más satisfactorias.

CAPÍTULO IV: PROPUESTA

4.1 Nombre de la propuesta

Guía de estrategias psicológicas para fortalecer la autoestima y mejorar la satisfacción sexual.

4.2 Introducción

La autoestima y la satisfacción sexual son pilares fundamentales del bienestar emocional y la calidad de vida. Diversas investigaciones han demostrado una relación significativa entre ambos factores. La autoestima, entendida como la valoración que cada individuo tiene sobre su propio valor y capacidad, influye directamente en la confianza y el disfrute de las experiencias personales, incluidas las sexuales (Camargo y García, 2020). Por su parte, la satisfacción sexual, como un pilar de la salud sexual, trasciende el placer físico, impactando el equilibrio emocional y fortaleciendo la conexión afectiva con uno mismo y con los demás (Aquehua, 2020). Una autoestima positiva potencia el disfrute y la confianza en la intimidad; una vida sexual satisfactoria refuerza la percepción del valor propio.

Esta guía tiene como propósito brindar herramientas prácticas, fundamentadas en la psicología, para fortalecer la autoestima y promover una mayor satisfacción sexual. Dirigida principalmente a mujeres interesadas en mejorar su bienestar integral, su enfoque busca impactar positivamente tanto en la vida íntima como en las relaciones personales. Aunque diseñada con este público en mente, sus principios son adaptables a diversos contextos y necesidades.

4.3 Objetivos

- Preservar la autoestima en mujeres mediante estrategias psicológicas que promuevan una percepción positiva y equilibrada de uno mismo.
- Fortalecer la satisfacción sexual en mujeres a través de estrategias psicológicas orientadas a explorar y comprender factores que influyen la experiencia sexual.
- Promover el bienestar integral de las mujeres fomentando la conexión entre la salud emocional y sexual, reconociendo su impacto mutuo en el equilibrio personal y la calidad de vida.

4.4 Contenido

4.4.1 Estrategias Autoestima

4.4.1.1 Dimensión de “Sí mismo”

4.4.1.2 Dimensión social

4.4.1.3 Dimensión familiar

4.4.2 Estrategias Satisfacción sexual

4.4.2.1 Factor afectivo

4.4.2.2 Factor bienestar

4.4.2.3 Factor erotismo

4.4.2.4 Factor respeto y responsabilidad

4.4.2.5 Factor estímulos sensoriales

4.4.2.6 Factor comunicación

4.5 Estrategias

4.5.1 Estrategias Autoestima

Tabla 17

Estrategias Autoestima en la dimensión de “Sí mismo”

Dimensión de “Sí mismo”

Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Diario de autovaloración	Fomentar la autoobservación positiva para mejorar la percepción personal.	Dedicar un tiempo diario para escribir tres cualidades positivas o logros personales, reflexionar y establecer metas basadas en ellas.	10 - 15 minutos diarios.	Libreta, bolígrafo o aplicación de notas en un dispositivo móvil.
Reescritura de pensamientos limitantes	Transformar pensamientos negativos en afirmaciones positivas.	Registrar pensamientos críticos que se tengan en el día. Al final del día, identificar patrones recurrentes y reformular cada pensamiento en una afirmación positiva y realista.	5 - 10 minutos al día.	Cuaderno, esfero o aplicación de notas en un dispositivo móvil.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 18

Estrategias Autoestima en la dimensión social

Dimensión social

Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Red de apoyo consciente	Identificar y valorar las relaciones interpersonales.	Realizar una lista de personas del entorno que inspiren confianza, apoyo y respeto.	5 - 10 minutos al día.	Libreta, bolígrafo o aplicación de notas.
Construcción de redes de apoyo	Fomentar la construcción y fortalecimiento de relaciones sociales positivas.	Programar encuentros o actividades que fortalezcan el vínculo como llamadas, reuniones casuales o actividades en grupo.	1 hora semanal.	Espacios de reunión (presenciales o virtuales) y redes sociales.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 19*Estrategias Autoestima en la dimensión familiar*

Dimensión familiar				
Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Comunicación intrafamiliar	Fomentar la comunicación asertiva y el sentido de pertenencia en el entorno familiar.	Realizar actividades conjuntas con familiares que fortalezcan la comunicación asertiva y la unión, como juegos o cenas.	1 hora semanal.	Dinámicas familiares (juegos, películas o cenas).
Conexión emocional familiar	Promover la conexión emocional y la gestión saludable de conflictos.	Establecer un espacio semanal para expresar emociones y necesidades, enfocados en el manejo asertivo de conflictos.	30 minutos semanales.	Espacio tranquilo y de reflexión.

Fuente: Elaboración propia.

4.5.2 Estrategias Satisfacción sexual**Tabla 20***Estrategias Satisfacción sexual en el factor afectivo*

Factor afectivo				
Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Reflejos positivos diarios	Fortalecer la conexión emocional y la comunicación afectiva.	Al final del día, reflexionar sobre un momento positivo del día compartido con la pareja y expresarlo verbalmente o por escrito.	10 minutos diarios.	Libreta, bolígrafo, espacio privado para reflexionar y dialogar.
Círculos de conexión emocional	Fortificar la cercanía emocional y la intimidad.	Realizar actividades que fomenten la cercanía emocional, como recordar experiencias felices juntos o practicar técnicas de mindfulness en pareja.	15 minutos semanales.	Espacio privado para reflexionar, material visual (fotografías o videos) y guías de mindfulness.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 21*Estrategias Satisfacción sexual en el factor bienestar***Factor bienestar**

Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Rutina de autocuidado integral	Mejorar la salud física y emocional para incrementar la vitalidad y deseo sexual.	Establecer hábitos saludables como ejercicio físico, descanso adecuado y alimentación balanceada.	20 - 30 minutos diarios.	Espacio para actividad física, videos de ejercicios y apps monitoreo de descanso y alimentación.
Tiempo de conexión personal	Promover la relajación y el bienestar personal.	Dedicar tiempo a actividades que generen placer y relajación, como masajes, lecturas o películas.	1 hora semanal.	Libros, servicios de cuidado personal y de entretenimiento (cines o plataformas de streaming)

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 22*Estrategias Satisfacción sexual en el factor erotismo***Factor erotismo**

Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Exploración del deseo	Descubrir nuevas formas de expresión y preferencias sexuales.	Experimentar con nuevas formas de expresión sexual como lecturas eróticas, juegos de rol o fantasías compartidas.	30 minutos semanales.	Libros o artículos sobre sexualidad, juegos sensoriales o accesorios íntimos.
Deseos y límites	Fomentar el autoconocimiento y la comunicación abierta en la relación.	Reflexionar sobre gustos y límites personales, compartiéndolos de manera abierta con la pareja.	10 minutos semanales.	Espacios de confianza mutua y reflexión.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 23*Estrategias Satisfacción sexual en el factor respeto y responsabilidad*

Factor respeto y responsabilidad				
Estrategia	Objetivos	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Acuerdos de respeto mutuo	Crear un ambiente seguro y respetuoso en la relación sexual.	Establecer conversaciones abiertas sobre límites, necesidades y expectativas, asegurando el consentimiento en cada interacción.	30 minutos semanales.	Espacio privado para dialogar y guías de consentimiento o listas de necesidades y límites.
Compromiso mutuo con la satisfacción y el bienestar	Fomentar el respeto y responsabilidad en la relación sexual.	Mantener una comunicación abierta durante y después del acto sexual, revisando cómo se sintieron y qué se puede mejorar en el futuro.	30 minutos después de las relaciones sexuales.	Cuestionarios y guías de comunicación sexual, y aplicaciones de seguimiento de salud sexual.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 24*Estrategias Satisfacción sexual en el factor estímulos sensoriales*

Factor estímulos sensoriales				
Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Estimulación sensorial	Practicar la conexión sexual y el placer a través de la estimulación sensorial.	Practicar ejercicios de estimulación sensorial, como explorar el tacto, aromas y sonidos en un entorno relajado.	30 minutos semanales.	Aceites esenciales o cremas aromatizadas, música relajante y difusores de aromas.
Autoexploración	Explorar y activar nuevas zonas erógenas.	Incorporar técnicas de masaje sensorial que ayuden a descubrir nuevas zonas erógenas.	30 minutos semanales.	Recursos en línea o libros sobre técnicas de masaje erótico.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 25*Estrategias Satisfacción sexual en el factor comunicación*

Factor comunicación				
Estrategia	Objetivo	Desarrollo de la actividad	Tiempo	Recursos
Encuentros de crecimiento íntimo	Establecer un espacio seguro de expresión íntima y sexual.	Programar momentos regulares para discutir sobre la relación íntima, enfocándose en lo que ambos disfrutan y desean mejorar.	30 minutos semanales.	Espacio tranquilo, técnicas de escucha activa y compromiso mutuo.
Diario de intimidad compartida	Promover la comunicación sobre la relación sexual mediante el intercambio de pensamientos.	Establecer un diario compartido de pareja en donde cada uno escriba sus pensamientos, sentimientos y deseos sobre su vida sexual, y revisar el diario juntos mensualmente.	10 minutos después del encuentro sexual y una revisión mensual de 30 minutos.	Cuaderno de pareja o aplicaciones de diario compartido.

Fuente: Elaboración propia.

La guía de estrategias psicológicas para preservar la autoestima y fortalecer la satisfacción sexual está disponible en la sección de anexos. Esta guía fue enviada a los correos electrónicos de todas las estudiantes mujeres que formaron parte de la muestra de la investigación, con el propósito de ofrecerles recursos y enfoques prácticos para el apoyo de la autoestima y el desarrollo de la satisfacción sexual.

CONCLUSIONES

- La investigación reveló que las estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte presentan niveles altos de autoestima, destacando especialmente la dimensión de "sí mismo", seguida por las dimensiones social y familiar. Esto sugiere que las participantes poseen una percepción positiva tanto interna como externa, lo que impacta de manera favorable en las demás esferas de su vida. Estos hallazgos coinciden con los de Romani (2022), quien reportó niveles altos de autoestima en el 83.9% de su muestra, destacando una autopercepción positiva, sólidas habilidades de resiliencia y un mayor control sobre la satisfacción y estabilidad emocional.

- En cuanto a la satisfacción sexual, las estudiantes universitarias en su mayoría muestran niveles altos, siendo los factores afectivo, bienestar, erotismo, respecto y responsabilidad, y estímulos sensoriales, seguido con niveles más bajos el factor comunicación. Estos resultados reflejan un adecuado nivel de bienestar personal y en pareja, una evaluación positiva de las relaciones sexuales y un disfrute satisfactorio de su vida sexual, fundamentados en vínculos afectivos saludables. Estos resultados se alinean con la investigación de Bohórquez (2021), quien reportó un 83.67% de satisfacción sexual alta en su muestra de mujeres, señalando que los niveles alto en satisfacción sexual se ven influenciados por una adecuada comunicación en pareja, la autoestima sexual, una percepción positiva de la intimidad y la autoexploración de los propios deseos y límites.

- Como resultado más significativo de la investigación, se confirma la hipótesis planteada, evidenciando una relación estadísticamente significativa y positiva entre autoestima y satisfacción sexual, con un coeficiente de Pearson de 0.181 y una significancia bilateral de

0.027. Esto podría sugerir que la percepción personal y externa influye considerablemente en la valoración de la calidad de las relaciones sexuales, el disfrute satisfactorio de la vida sexual y el bienestar mental. Así, puede concluirse que, a mayores niveles de autoestima, mayor sería el nivel de satisfacción sexual que las mujeres pueden experimentar. Estos hallazgos respaldan los encontrados por Mariño (2019), quien obtuvo una correlación significativa y positiva entre autoestima y satisfacción sexual, con un coeficiente de Pearson de 0.43 y una significancia bilateral de 0.00. Este resultado refuerza la idea de que una autoestima elevada está asociada con una evaluación más positiva de las experiencias sexuales.

- A partir de los resultados obtenidos, se diseñó una guía de estrategias psicológicas orientada a preservar la autoestima y a fortalecer la satisfacción sexual en mujeres, enfocándose en las dimensiones familiares y sociales de la autoestima, así como el factor comunicación de la satisfacción sexual, los cuales presentaron niveles más bajos según los hallazgos de la investigación. Esta guía servirá como una herramienta integral para la educación, prevención e intervención psicológica. Además, constituye una base valiosa para futuras investigaciones y para la formación de psicólogos, profesionales del área y educadores, enfocándose especialmente en las mujeres.

RECOMENDACIONES

- Desarrollar investigaciones sobre la relación entre autoestima y satisfacción sexual en la población femenina, explorando diversos enfoques y alcances que aborden otros factores influyentes en el bienestar psicológico de las mujeres.
- Promover la creación de instrumentos de evaluación adaptados al contexto femenino, que identifiquen los factores más relevantes según su experiencia y percepción, considerando las diferencias significativas entre hombres y mujeres.
- Diseñar programas, talleres y charlas psicoeducativas enfocados en la promoción y prevención de la salud sexual, satisfacción sexual y autoestima, promoviendo una sexualidad plena como derecho humano y pilar del bienestar integral.
- Fomentar la conciencia sobre la importancia de ampliar los estudios e información sobre esta temática en nuestro contexto social, promoviendo el conocimiento y contribuyendo a la desestigmatización y desmitificación de tabúes relacionados con la sexualidad.
- Emplear la guía de estrategias como herramienta psicoeducativa tanto para el autoaprendizaje como en contextos educativos, terapéuticos y de intervención, con el fin de ampliar el conocimiento sobre esta temática y desarrollar habilidades y estrategias efectivas para la promoción de la autoestima y la satisfacción sexual, además de prevenir niveles bajos en estas variables.

REFERENCIAS

- Ahumada. S., Lüttges. C., Molina. T., y Torres. S. (2014). Satisfacción sexual: revisión de los factores individuales y de pareja relacionados. *Rev Hosp Clin Univ Chile*, 25, 278-84.
- Álvarez-Gayou, J., Honold, J., y Millán, P. (2005). ¿Qué hace buena una relación sexual? percepción de un grupo de mujeres y hombres mexicanos y diseño de una escala autoaplicable para la evaluación de la satisfacción sexual. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 11(1), 91-141.
link.gale.com/apps/doc/A142572628/IFME?u=anon~9258245a&sid=googleScholar&xid=72a2a054.
- Álvarez, R., y Bermeo, K. (2024). *Satisfacción sexual en estudiantes de primer a tercer año de la Carrera de Enfermería de la Universidad de Cuenca, 2024* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional Universidad de Cuenca
<https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/45628/1/Trabajo-de-Titulaci%C3%B3n.pdf>
- Aquehua, M. (2020). *Satisfacción sexual en estudiantes varones y mujeres de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Andina del Cusco, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio institucional Universidad Andina del Cusco
<https://hdl.handle.net/20.500.12557/3723>
- Artero, D. (2020). *Un estudio sobre el papel de la autoestima sexual, las creencias sexuales disfuncionales y el nivel de información sobre la satisfacción sexual en mujeres* [Tesis de

- maestría, Universitat Jaume I]. Repositorio institucional Universitat Jaume I <http://hdl.handle.net/10234/193589>
- Benique, T., y Huasco, F. (2022). *Autoestima y satisfacción sexual en jóvenes de la ciudad de Juliaca, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional Universidad Peruana Unión <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/9f78cb71-3bb1-4dac-9b61-ebc42f39433f>
- Betregiorgis Zegeye., Gashaw Garede Woldeamanuel., Wassie Negash., & Gebretsadik Shibre. (2020). Sexual Satisfaction and Its Associated Factors among Married Women in Kewot District, Northern Ethiopia. *Ethiop J Health Sci*, 30(2),169-178. doi: <http://dx.doi.org/10.4314/ejhs.v30i2.4>
- Bohórquez, J. (2021). *Satisfacción sexual y bienestar psicológico en personas trabajadoras sexuales que pertenecen al “Sindicato de Trabajadorxs Sexuales de Quito” 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio institucional Universidad Central del Ecuador <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/5beb7934-64bb-4383-a176-4f17cfbda176>
- Brinkmann, H., & Segure, T. (1988). *Adaptación al español del Coopersmith Self-Esteem Inventory (S.E.I)*. Universidad de Concepción.
- Camargo, A., y García, S. (2020). *La autoestima en la satisfacción sexual de parejas de adultos jóvenes* [Tesis de licenciatura, Universidad de Pamplona]. Repositorio de la Universidad de Pamplona <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/4423>

- Cerna, C. (2022). *Satisfacción sexual y autoconcepto en adultos jóvenes de una Universidad privada de Trujillo, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad privada Antenor Orrego]. Repositorio de la Universidad privada Antenor Orrego https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_5ec7d599cbe0efa2828c42f36949626e
- Chininin, Y. (2022). *Niveles de autoestima en mujeres adolescentes y adultas residentes de un distrito de Lima, 2021: un estudio comparativo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/31004>
- Coopersmith, S. (1967). *The Coopersmith Self-Esteem Inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Cumbre, M. (2019). *Diferencias por sexo en satisfacción vital, satisfacción sexual y asertividad sexual* [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio institucional Universidad Pontificia Comillas <http://hdl.handle.net/11531/53315>
- Feijoo, N. (2019). *Autoestima y satisfacción sexual en personas con discapacidad visual en la ciudad de Tumbes, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio institucional Universidad Nacional de Tumbes <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/1918>
- Fonseca, S., Paredes, E., Albán, G., Raza, A., y Castro, A. (2020). Satisfacción sexual y autoestima en la primera y actuales relaciones sexuales coitales de los adolescentes escolarizados. *Revista UNIANDES*, 3(1), 365-383.

- Guardia, D. (2020). *Autoestima y satisfacción sexual en estudiantes de psicología y administración de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional Universidad Autónoma del Perú <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2490>
- Hernández-Sampieri, D. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*, Mexico: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C. V.
- Laan, E. T. M., Klein, V., Werner, M. A., van Lunsen, R. H. W., & Janssen, E. (2021). In Pursuit of Pleasure: A Biopsychosocial Perspective on Sexual Pleasure and Gender. *International Journal of Sexual Health*, 33(4), 516–536. <https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1965689>
- Lingán-Huamán, S., Ventura-León, J., Ruiz-Hernández, A., & Campana-Tanta, A. (2025). Gender differences in sexual satisfaction through network analysis in young cisgender Peruvians. *Scientific Reports*, 15(706). <https://doi.org/10.1038/s41598-024-81546-0>
- Mallqui, E., y Medrano, L. (2023). *Satisfacción sexual y predisposición a la infidelidad en usuarios que asisten a un establecimiento de salud, Ayacucho – 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de ICA]. Repositorio institucional Universidad Autónoma de ICA <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/2191>
- Mariño, C. (2019). *El autoestima con relación a la satisfacción sexual en madres trabajadoras del hospital de la policía de quito, en el año 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica

- Indoamérica]. Repositorio institucional Universidad Tecnológica Indoamérica
<http://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/1278>
- Ogallar-Blanco, A., Lara-Moreno, R., García-Pérez, R., Liñán-González, A., & Godoy-Izquierdo, D. (2024). Cracking the code to female sexual satisfaction: the serial mediation of sexual behavior and the perceived importance of healthy sexuality from sexual self-efficacy. *Front. Psychol.* 15. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1305399
- Olguín, A., y Pacheco, G. (2021). *Satisfacción sexual en relación a la salud mental en tiempos de pandemia de la COVID-19. Estudio exploratorio-correlacional en estudiantes universitarios de la comuna de Copiapó* [Tesis de pregrado, Universidad de Atacama]. Repositorio institucional Universidad de Atacama
<https://hdl.handle.net/20.500.12740/16373>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Salud sexual*. https://www.who.int/es/health-topics/sexual-health#tab=tab_1
- Organización Panamericana de la Salud. (2017). *Salud sexual y reproductiva*, <https://www.paho.org/es/temas/salud-sexual-reproductiva>
- Orozco Mayorga, R. (2023). *Autoestima y satisfacción sexual en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio institucional Universidad Tecnológica Indoamérica
<https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/5674>
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito Personal. *Revista alternativas en psicología* (41), 22-32.

- Quispe, M., y Soncco, E. (2024). *Machismo sexual y satisfacción sexual en estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio institucional Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco <http://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/9702>
- Reitz, A. (2022). Self-esteem development and life events: A review and integrative process framework. *Soc Personal Psychol Compass*, 16, 1.20. <https://doi.org/10.1111/spc3.12709>
- Romani, A. (2022). *Satisfacción sexual y autoestima en estudiantes universitarios de 18 a 25 años* [Tesis de pregrado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional Universidad Femenina del Sagrado Corazón <http://hdl.handle.net/20.500.11955/1080>
- Ruiz, M. (2020). *La autoestima* [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Perú]. Repositorio institucional Universidad Científica del Perú <http://repositorio.ucp.edu.pe/items/d29263c7-d408-4a09-8eb2-1c9f9dfd4a58>
- Safieh Jamali., Neda Poornowrooz., Zahra Mosallanezhad., & Mahshid Alborzi. (2018). Correlation Between Sexual Satisfaction and Self-esteem and Stress in Women of Reproductive Age. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 12(10), 16-19. DOI: 10.7860/JCDR/2018/37423.12152
- Stephenson, K. R., Pickworth, C., & Jones, P. S. (2021). Gender differences in the association between sexual satisfaction and quality of life. *Sexual and Relationship Therapy*, 39(2), 301–322. <https://doi.org/10.1080/14681994.2021.2004309>

Vargas, A. (2020). *Satisfacción sexual relacionada a la percepción de calidad de vida de los estudiantes de la Universidad del Azuay* [Tesis de pregrado, Universidad del Azuay].

Repositorio institucional Universidad del Azuay

<http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/10082>

Zenteno, M. (2017). La autoestima y como mejorarla. *Ventana Científica*, 8(13), 43-46.

ANEXOS

Anexo 1. Autorización para la aplicación de encuestas.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
 Acreditada - Resolución Nro. 173-SE-33 CACES-2020
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA "FECYT"
PSICOLOGÍA EN LÍNEA



Oficio nro. UTN-FECYT-PSL-L-2024-0003-OF

Ibarra, 30 de julio 2024

ASUNTO: Autorización encuesta de cuarto a octavo semestre

Jhuliana Villalba Arteaga
 ESTUDIANTE OCTAVO SEMESTRE PSICOLOGÍA EN LÍNEA

De mi consideración:

En atención a su solicitud en la que pide autorización para aplicar dos encuestas electrónicas a estudiantes de cuarto a octavo semestre de la carrera de Psicología en línea; información que, formará parte de su Trabajo de Integración Curricular: AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN SEXUAL EN ESTUDIANTES MUJERES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN LÍNEA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE, informo que está autorizada aplicar lo solicitado.

Particular que remito para fines pertinentes.

Atentamente,
CIENCIA Y TÉCNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO



MSc. Saud Yarad
 COORDINADOR PSICOLOGÍA EN LÍNEA

SL/ a. cupuerán

Anexo 2. Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos.

INVENTARIO DE AUTOESTIMA - VERSIÓN ADULTOS

CARRERA PROFESIONAL:.....**EDAD:**.....**SEXO:** (M) (F)

ESTADO CIVIL:.....**FECHA:**.....

Marca con un aspa (X) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios:

V: Cuando la frase SI coincide con su forma de ser o pensar.

F: Si la frase No coincide con su forma de ser o pensar.

Nº	FRASE DESCRIPTIVA	V	F
1	Generalmente los problemas me afectan muy poco.		
2	Me cuesta mucho trabajo hablar en público.		
3	Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí.		
4	Puedo tomar una decisión fácilmente.		
5	Soy una persona simpática.		
6	En mi casa me enoja fácilmente.		
7	Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo.		
8	Soy popular entre las personas de mi edad.		
9	Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos.		
10	Me doy por vencido(a) muy fácilmente.		
11	Mi familia espera demasiado de mí.		
12	Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.		
13	Mi vida es muy complicada.		
14	Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas.		
15	Tengo mala opinión de mí mismo(a).		
16	Muchas veces me gustaría irme de mi casa.		
17	Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo.		
18	Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente.		
19	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.		
20	Mi familia me comprende.		
21	Los demás son mejor aceptados que yo.		
22	Siento que mi familia me presiona.		
23	Con frecuencia me desanimo en lo que hago.		
24	Muchas veces me gustaría ser otra persona.		
25	Se puede confiar muy poco en mí.		

Anexo 3. Consentimiento informado encuesta de Autoestima.

Encuesta de Autoestima

El presente cuestionario forma parte de un Trabajo de Integración Curricular dirigido a estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.

A continuación, se presentará una serie de preguntas relacionadas con su autoestima. El cuestionario tomará aproximadamente 15 minutos. Se abordarán preguntas para medir las actitudes hacia sí mismo en las áreas personal, familiar y social. Esperamos contar con su honestidad, sinceridad y colaboración. Cada respuesta es valiosa y contribuirá a crear un entorno más inclusivo y satisfactorio para todos.

La información proporcionada será anónima y tratada con total confidencialidad. Tu participación es voluntaria.

¡Gracias por participar y contribuir al progreso continuo!

Anexo 4. Encuesta Autoestima.**DATOS INFORMATIVOS**

Género *

☐ Femenino

Edad (en años) *

Tu respuesta

Orientación sexual *

☐ Heterosexual☐ Homosexual☐ Bisexual☐ Asexual☐ Pansexual☐ Otro:**INSTRUCCIONES**

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones que deberá leer y responder indicando si se identifica o no en términos de "verdadero" y "falso".

Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas.

1. Generalmente los problemas me afectan muy poco *

☐ Verdadero☐ Falso

Anexo 5. Inventario de Satisfacción Sexual de Álvarez Gayou.

INVENTARIO DE SATISFACCIÓN SEXUAL

Número de Hijos: _____ **Edad:** _____

Estado civil:

Soltera	Casada	Conviviente	Divorciada	Separada	Viuda
---------	--------	-------------	------------	----------	-------

Instrucciones:

- A continuación, te presentamos una serie de frases las cuales deberás leer y responder de acuerdo a tu forma de actuar y sentir más frecuente en tus relaciones sexuales.

- Por favor responde todas las preguntas con sinceridad con una **(X)** y recuerda que esta prueba es anónima.

- SI NO PUEDES contestar alguna pregunta o si la pregunta no tiene sentido para ti, por favor pregúntale a la persona que te entregó este material y te explicó la importancia de tu participación.

Nota:

- Los datos recogidos se mantendrán en estricta confidencia y se utilizarán para una investigación científica.

Ítems		Siempre	La mayoría de las veces	En ocasiones si y en otras no	Pocas veces	Nunca
1	Durante la relación sexual doy y me dan besos.					
2	Recibo y doy muchas caricias durante mis relaciones sexuales.					
3	Disfruto mucho el acariciar a mi pareja durante la relación sexual.					
4	Siento mucho cariño por parte de mi pareja en la relación sexual.					
5	Disfruto mucho recibir caricias de mi pareja durante la relación sexual.					
6	En mis relaciones sexuales tengo muchos sentimientos positivos hacia mi pareja y los recibo también.					
7	Siento y tengo mucha confianza con mi pareja.					
8	En mis relaciones sexuales siento que me importa mucho la otra persona y que le importo a ella.					
9	En mis relaciones sexuales tengo orgasmos.					
10	Tenemos tiempo suficiente para nuestras relaciones sexuales.					
11	La frecuencia con la que tengo relaciones sexuales me satisface.					
12	Me siento satisfecho(a) después de tener relaciones sexuales.					
13	En mis relaciones sexuales me siento libre.					
14	Las relaciones sexuales que tengo son apasionadas.					
15	En mis relaciones sexuales siento erotismo propio.					
16	En mis relaciones sexuales me siento seducido(a).					
17	Mis relaciones sexuales son placenteras.					
18	En mis relaciones sexuales siento erotismo en la pareja.					
19	Se da una entrega total en mí y mi pareja.					
20	En mis relaciones sexuales se da el respeto.					
21	Siento respeto mutuo en las relaciones sexuales.					
22	Me parece que mi pareja actúa en forma responsable durante las relaciones sexuales.					
23	Son importantes los olores durante mis relaciones sexuales.					
24	Son importantes en mis relaciones sexuales los sabores.					
25	La masturbación contribuye a mi satisfacción sexual.					
26	Ver a mi pareja desnuda, y yo estarlo, es importante para disfrutar de una relación sexual.					
27	Me cuesta trabajo aceptar que mi pareja me diga lo que le gusta y no durante la relación sexual.					
28	Planeamos nuestras relaciones sexuales.					
29	En mis relaciones sexuales expreso lo que me gusta y no durante la relación sexual.					

Anexo 6. Consentimiento informado encuesta Satisfacción sexual.

Encuesta de Satisfacción Sexual

El presente cuestionario forma parte de un Trabajo de Integración Curricular dirigido a estudiantes mujeres de la carrera de Psicología en línea de la Universidad Técnica del Norte.

A continuación, se presentará una serie de preguntas relacionadas con su sexualidad. La encuesta tomará aproximadamente 15 minutos. Algunas preguntas serán muy íntimas y directas, pero esperamos contar con su honestidad, sinceridad y colaboración. Cada respuesta es valiosa y contribuirá crear un entorno más inclusivo y satisfactorio para todos.

La información proporcionada será anónima y tratada con total confidencialidad. Tu participación es voluntaria.

¡Gracias por participar y contribuir al progreso continuo!

Anexo 7. Encuesta Satisfacción sexual.**DATOS INFORMATIVOS****Género ***☐ Femenino**Edad (en años) ***

Tu respuesta

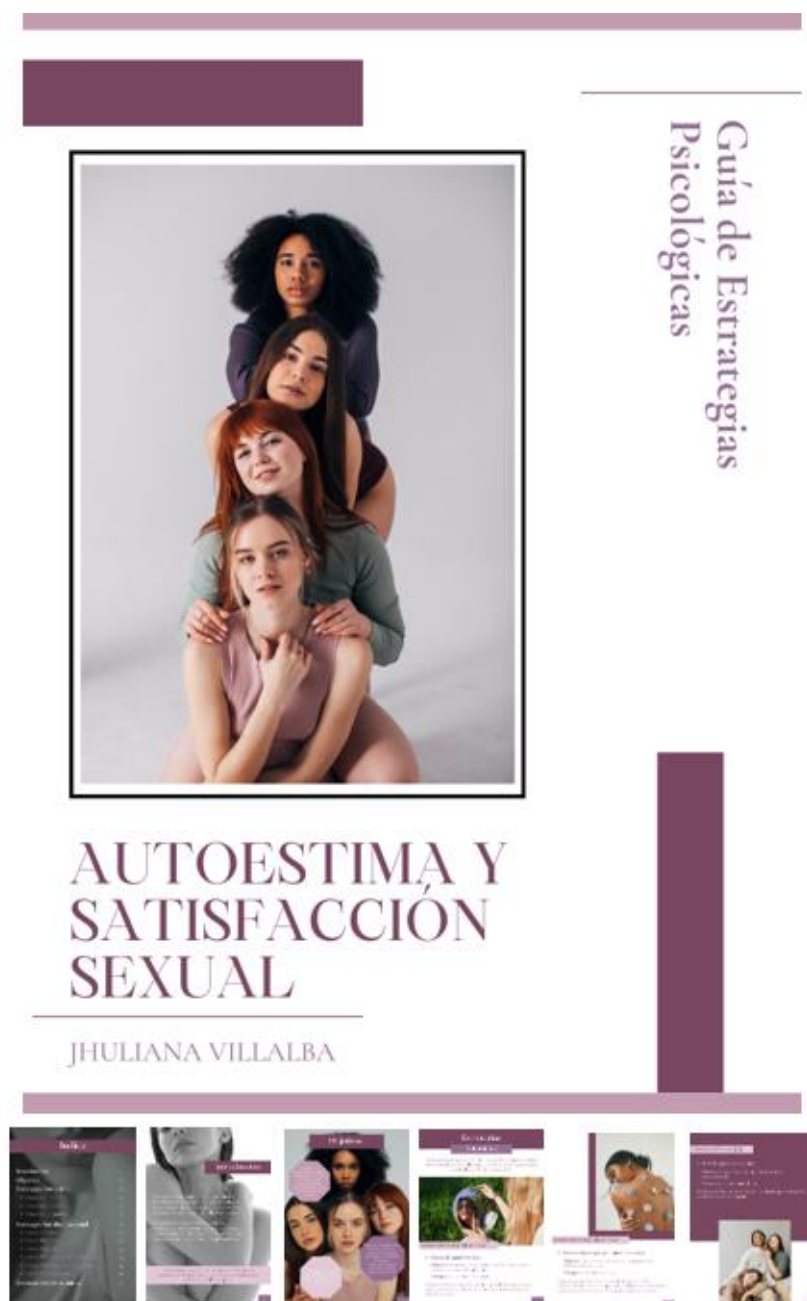
Orientación sexual *☐ Heterosexual☐ Homosexual☐ Bisexual☐ Asexual☐ Pansexual**INSTRUCCIONES**

A continuación, encontrará una serie de frases que deberá leer y responder según su forma de actuar y sentir más frecuente en sus relaciones sexuales, ya sea con su pareja actual o en su última relación sentimental.

Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas.

1. Durante la relación sexual doy y me dan besos *☐ Siempre☐ La mayoría de las veces☐ En ocasiones si y en otras no☐ Pocas veces☐ Nunca

Anexo 8. Guía de estrategias psicológicas para fortalecer la autoestima y mejorar la satisfacción sexual.



Enlace:

https://www.canva.com/design/DAGL5uxkSjY/PyklSTkXPbb9KvA3ImogjQ/view?utm_content=DAGL5uxkSjY&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=editor