

CAMBIOS EN LAS FANTASÍAS SEXUALES. ESTUDIO PRELIMINAR

Antonio López Castedo, Encarnación Sueiro Domínguez y M^a Isabel Nóvoa Pérez
sueiro@uvigo.es

Resumen

OBJETIVO:

Conocer los cambios experimentados en las fantasías sexuales.

MATERIAL Y MÉTODO:

Es un estudio descriptivo transversal realizado con una población diana del alumnado del Campus de Ourense (Universidad de Vigo), en los cursos 97-98 y 07-08, a quien se le aplicó una encuesta estructurada, voluntaria y anónima para conocer variables sociales y relacionadas con sus fantasías sexuales –Escala adaptada del National Health and Social Life Survey (NHSLs), de Laumann et al. (1994).

El análisis de los resultados se hará mediante el SPSS/15.

RESULTADOS:

El alumnado del curso 97-98 tiene una edad media de 21.05 años (DT= 2.99) y el del curso 07-08 de 20.86 años (DT= 2.19). El 70.1% del primer grupo y el 70.61% del segundo es mujer.

Hay diferencia significativa ($p < .05$) entre los dos grupos en todos los ítems investigados sobre fantasías sexuales, salvo en los ítems: 7, 8, 9, 11 y 19.

CONCLUSIONES:

Las imágenes y los pensamientos sexuales son tan importantes como las realidades concretas que uno vive. Sirven para estimular nuestros comportamientos sexuales.

Dado que su papel es relevante en la sexualidad de las personas, las diferencias que halladas entre dos generaciones de universitarias/os hemos de considerarlas cuando trabajemos en Salud afectivo-sexual.

INTRODUCCIÓN

Las fantasías sexuales son "los deseos profundos, más o menos idealizados y pertenecientes supuestamente al mundo de lo imaginario, que adoptando la forma de construcciones, discursos o visiones relatadas de diversa entidad y duración narrativa, conllevarían determinadas formas de percibir, sentir o incluso pretender hacer (aunque no siempre) en la vida sexual y erótica, y que están asociados, facilitan, incitan o provocan estados de excitación y placer, tanto en su vertiente conductual (hacer), como fisiológica (sentir) y de excitabilidad cognitiva (pensar)" (Martínez, 1998, p. 14).

En este sentido, cualquier tipo de imagen mental que posea algún significado erótico o sexual para la persona, puede ser considerada una fantasía sexual (Leitenberg y Henning, 1995).

Y, tal como afirma Avia (1995), las fantasías ocupan un lugar muy importante en la vida de las personas, siendo tan importantes o más que las realidades que a cada cual le toca vivir. Existe una relación estrecha entre aquéllas y las imágenes y entre la vividez de imagen y la excitación sexual (Richarson, 1994) y son, además, importantes en el desarrollo personal y sexual de las y

los jóvenes (Camarero et al., 1985).

Si tenemos en cuenta que la mayor parte de las fantasías tienen como objetivo estimular o aumentar los sentimientos sexuales y que lo que realmente la define es la posibilidad que tenemos, con la imaginación, de controlar lo que en ellas ocurre (Leitenberg y Henning, 1995), se convierten en un recurso excelente en los tratamientos de los problemas o disfunciones sexuales. Así, si nos centramos en la Respuesta Sexual Humana, las fantasías tienen una gran relevancia en el Recondicionamiento Orgásmico:

- Masturbación directa,
- Imagen alternativa,
- Procedimiento de la saciación y
- Cambio en la fantasía de masturbación (Caballo y Buela-Casal, 1993).

Además, también las imágenes son especialmente importantes en la Desensibilización Sistemática (Wolpe, 1958, 1973; Raich, 1993), en la implosión y en la exposición prolongada de la imagen (Vila, 1984), en la utilización de Técnicas Cognitivas -tales como la Terapia Racional Emotiva de Ellis (1962), la Terapia Cognitiva de Beck (1963, 1970, 1976), la reestructuración racional sistemática de Goldfried y Goldfried (1975) y la Inoculación del estrés de Meichenbaum (1977)- y en el Condicionamiento Encubierto (Cautela, 1973, 1975; Raich, 1993; Campos, 1993), utilizadas en las Técnicas de:

- Reforzamiento Positivo Encubierto,
- Reforzamiento Negativo Encubierto,
- Sensibilización Encubierta -que se ha mostrado eficaz para tratar problemas de orientación sexual-,
- Extinción Encubierta,
- Coste de Respuesta Encubierto,
- Modelado Encubierto,
- Detención de Pensamiento y
- Tríada de Autocontrol, donde, utilizando la imaginación, intentamos alterar la frecuencia de una respuesta a través de la manipulación de las consecuencias (los estímulos antecedentes, los comportamientos en sí mismos y los estímulos consecuentes, son presentados a la persona de manera imaginaria).

Teniendo en cuenta la importancia del mundo de las imágenes y de las fantasías, nuestro objetivo, con la presente investigación, era conocer las fantasías sexuales de la juventud y cómo las mismas han evolucionado en los últimos 10 años.

MATERIAL Y MÉTODO

Éste es un estudio descriptivo transversal realizado sobre la población diana de 2049 estudiantes de primero y último curso (1º, 3º y 5º), de todas las titulaciones existentes en el Campus de Ourense (Universidad de Vigo-España), en los cursos 1997-98 y 2007-08. A todas las personas se les aplicó una encuesta estructurada, voluntaria y anónima para conocer variables de identificación (edad y sexo) y relacionadas con sus fantasías sexuales -adaptada del National Health and Social Life Survey (NHSLs), de Laumann et al. (1994).

El alumnado analizado corresponde a las titulaciones de dos Areas de Conocimiento:

- a) Humanidades-Político-Social: Trabajo Social, Educación Social, Magisterio, Historia, Derecho y Psicopedagogía y
- b) Científico-Técnica: Empresariales, Enfermería, Física, Informática de Gestión e Industrias Agroalimentarias.

Los datos se analizan mediante el programa estadístico SPSS/PC, obteniéndose la estadística:

- Descriptiva: Media y Desviación Típica para las variables cuantitativas y frecuencias y porcentajes para las cualitativas.
- Analítica: Ji cuadrado para comparar variables cualitativas.

RESULTADOS

La edad media del alumnado del curso 1997-98 es de 21.05 años (D.T. = 2.99), siendo el 70.1% mujer, y la edad media del alumnado del curso 2007-08 es de 20.86 años (D.T. = 2.19) y el 70.61% es mujer.

Seguidamente presentamos los resultados obtenidos en las variables que sobre fantasías sexuales hemos investigado.

COMO PROMEDIO, ¿CUÁNTAS VECES PIENSAS ACERCA DEL SEXO?	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Nunca pienso acerca del sexo	20 1.5%	16 2.2 %
2. Menos de una vez al mes	71 5.3%	16 2.2%
3. De una a algunas veces al mes	287 21.5%	94 13.1%
4. De 1 a algunas veces por semana	539 40.3%	289 40.4%
5. Cada día	242 18.1%	182 25.4%
6. Varias veces al día	154 11.5%	112 15.6%
7. No sabe/No contesta	23 1.7%	7 1.0%

$X^2 = 47.392$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

¿CUÁNTAS VECES DE LAS QUE PIENSAS ACERCA DEL SEXO TE SIENTES CULPABLE?	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Nunca	876 65.6%	543 75.8%
2. Raramente	284 21.3%	119 16.6%
3. Ocasionalmente	125 9.4%	30 4.2%
4. A menudo	32 2.4%	11 1.5%
5. Cada siempre	9 0.7%	8 1.1%
6. No sabe/No contesta	10 0.7%	5 0.7%

$X^2 = 31.430$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

TUS FANTASÍAS ACERCA DEL SEXO, HABITUALMENTE SON:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. No tengo fantasías	172 12.9%	140 19.6%
2. Historietas	239 17.9%	120 16.8%
3. Imágenes	212 15.9%	109 15.2%
4. Las dos anteriores (Historietas e Imágenes)	695 52.7%	334 46.6%
5. No sabe/No contesta	15 1.1%	13 1.8%

$X^2 = 16.838$; $p = .001$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

TUS FANTASÍAS ACERCA DEL SEXO, POR LO GENERAL SON:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. No tengo fantasías	153 11.5%	129 18.0%
2. Invenciones propias	584 43.8%	275 38.4%
3. Rememoración de hechos vividos	323 24.2%	221 30.9%
4. Rememoración de películas vistas, historias leídas u oídas	194 14.6%	73 10.2%
5. No sabe/No contesta	79 5.9%	18 2.5%

$X^2 = 31.329$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

TENER SEXO CON MÁ S DE UNA PERSONA A LA VEZ ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	138 10.4%	88 12.3%
2. Bastante excitante	236 17.7%	164 22.9%
3. Poco excitante	256 19.2%	153 21.4%
4. Nada excitante	656 49.2%	287 40.1%
5. No sabe/No contesta	47 3.5%	24 3.4%

$X^2 = 17.555$; $p = .001$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

TENER SEXO CON ALGUIEN DEL MISMO SEXO ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	31 2.3%	24 3.4%
2. Bastante excitante	54 4.1%	35 4.9%
3. Poco excitante	122 9.2%	87 12.2%
4. Nada excitante	1097 82.3%	552 77.1%
5. No sabe/No contesta	29 2.2%	18 2.5%

$X^2 = 8.254$; $p = .041$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

FORZAR A ALGUIEN A REALIZAR ALGUNA ACTIVIDAD SEXUAL QUE NO DESEA ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	10 0.8%	6 0.8%
2. Bastante excitante	20 1.5%	15 2.1%
3. Poco excitante	78 5.9%	33 4.6%
4. Nada excitante	1207 90.5%	650 90.8%
5. No sabe/No contesta	18 1.4%	12 1.7%

$X^2 = 2.338$; $p = .505$ LA DIFERENCIA NO ES SIGNIFICATIVA

SER FORZADO A REALIZAR ALGUNA ACTIVIDAD SEXUAL QUE NO DESEAS HACER ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	10 0.8%	8 1.1%
2. Bastante excitante	23 1.7%	14 2.0%
3. Poco excitante	80 6.0%	55 7.7%
4. Nada excitante	1205 90.4%	630 88.0%
5. No sabe/No contesta	15 1.1%	9 1.3%

$X^2 = 3.149$; $p = .369$ LA DIFERENCIA NO ES SIGNIFICATIVA

VER A ALGUIEN REALIZANDO COMPOR- TAMIENOS SEXUALES ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	80 6.0%	41 5.7%
2. Bastante excitante	396 29.7%	201 28.1%
3. Poco excitante	496 37.2%	256 35.8%
4. Nada excitante	344 25.8%	205 28.6%
5. No sabe/No contesta	17 1.3%	13 1.8%

$X^2 = 2.133$; $p = .545$ LA DIFERENCIA NO ES SIGNIFICATIVA

TENER SEXO CON ALGUIEN QUE TU PERSONALMENTE NO CONOCES ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	122 9.2%	81 11.3%
2. Bastante excitante	332 24.9 %	226 31.6%
3. Poco excitante	397 29.8%	190 26.5%
4. Nada excitante	463 34.7%	206 28.8%
5. No sabe/No contesta	19 1.4%	13 1.8%

$X^2 = 16.575$; $p = .001$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

OBSERVAR A TU PAREJA DESNUDA ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	545 40.9%	336 46.9%
2. Bastante excitante	605 45.4%	297 41.5%
3. Poco excitante	115 8.6%	50 7.0%
4. Nada excitante	34 2.6%	16 2.2%
5. No sabe/No contesta	34 2.6%	17 2.4%

$X^2 = 7.318$; $p = .062$ LA DIFERENCIA NO ES SIGNIFICATIVA

TENER UN COITO VAGINAL ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	684 66.6%	459 64.1%
2. Bastante excitante	431 26.3%	169 23.6%
3. Poco excitante	62 3.1%	30 4.2%
4. Nada excitante	55 6.3%	27 3.8%
5. No sabe/No contesta	101 6.7%	31 4.3%

$X^2 = 25.373$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

USAR UN VIBRADOR ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	63 4.7%	91 12.7%
2. Bastante excitante	182 13.7%	191 26.7%
3. Poco excitante	327 24.5%	158 22.1%
4. Nada excitante	596 44.7%	210 29.3%
5. No sabe/No contesta	165 12.4%	66 9.2%

$X^2 = 110.427$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

TENER UNA PAREJA QUE TE HAGA SEXO ORAL ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	545 40.9%	381 53.2%
2. Bastante excitante	391 29.3%	204 28.5%
3. Poco excitante	184 13.8%	64 8.9%
4. Nada excitante	159 11.9%	47 6.6%
5. No sabe/No contesta	54 4.1%	20 2.8%

$X^2 = 37.989$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

HACER SEXO ORAL A UNA PAREJA ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	320 24.0%	238 33.2%
2. Bastante excitante	417 31.3%	249 34.8%
3. Poco excitante	295 22.1%	120 16.8%
4. Nada excitante	252 18.9%	90 12.6%
5. No sabe/No contesta	49 3.7%	19 2.7%

$X^2 = 34.010$; $p = .000$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

QUE TU PAREJA ESTIMULE TU ANO CON SU DEDO ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	118 8.9%	51 7.1%
2. Bastante excitante	192 14.4%	94 13.1%
3. Poco excitante	338 25.4%	151 21.1%
4. Nada excitante	612 45.9%	396 55.3%
5. No sabe/No contesta	73 5.5%	24 3.4%

$X^2 = 13.832$; $p = .003$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

ESTIMULAR EL ANO DE TU PAREJA CON TUS DEDOS ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	103 7.7%	44 6.1%
2. Bastante excitante	167 12.5%	70 9.8%
3. Poco excitante	342 25.7%	169 23.6%
4. Nada excitante	651 48.8%	403 56.3%
5. No sabe/No contesta	70 5.3%	30 4.2%

$X^2 = 10.394$; $p = .016$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

EL COITO ANAL PASIVO ES:	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	42 3.2%	26 3.6%
2. Bastante excitante	114 8.6%	53 7.4%
3. Poco excitante	279 20.9%	108 15.1%
4. Nada excitante	791 59.3%	479 66.9%
5. No sabe/No contesta	107 8.0%	50 7.0%

$X^2 = 13.703$; $p = .003$ LA DIFERENCIA ES SIGNIFICATIVA

EL COITO ANAL ACTIVO ES (<u>SOLO</u> <u>RESPONDEN HOMBRES</u>):	CURSO 97-98	CURSO 07-08
1. Muy excitante	54 4.1%	43 6.0%
2. Bastante excitante	71 5.3%	36 5.0%
3. Poco excitante	56 4.2%	35 4.9%
4. Nada excitante	206 15.5%	113 15.7%
5. No sabe/No contesta	946 71.0%	489 68.3%

$X^2 = 4.972$; $p = .290$ LA DIFERENCIA NO ES SIGNIFICATIVA

CONCLUSIONES

El alumnado del curso 97-98 y del curso 07-08 tiene una edad similar, en torno a los 21 años y casi las tres cuartas partes del mismo es mujer (70%).

Las diferencias, entre el alumnado del curso 1997-98 y 2007-08, son significativas, en el cuestionario de Fantasías Sexuales, cuando hacen referencia al:

Ítem 1: Como promedio, ¿cuántas veces piensas acerca del sexo? “De una a algunas veces al mes” es significativamente mayor el porcentaje para el alumnado del curso 97-98.

Ítem 2: ¿Cuántas veces de las que piensas acerca del sexo te sientes culpable? “Nunca” es una respuesta significativamente mayor para el alumnado del curso 07-08.

Ítem 3: Tus fantasías acerca del sexo, habitualmente son... “historietas e imágenes” para un porcentaje significativamente mayor de la primera muestra.

Ítem 4: Tus fantasías acerca del sexo, habitualmente son... “invenciones propias” para un porcentaje significativamente mayor del grupo perteneciente al curso 97-98.

Ítem 5: Tener sexo con más de una persona a la vez es... para quienes realizan estudios en el curso 97-98 es significativamente “Nada excitante”.

Ítem 6: Tener sexo con alguien del mismo sexo es... para el primer grupo resulta significativamente “Nada excitante”.

Ítem 10: Tener sexo con alguien que tú personalmente no conoces es... “Nada excitante” para un porcentaje significativamente mayor del alumnado del curso 97-98.

Ítem 12: Tener un coito vaginal es... “Muy y Bastante excitante” para un porcentaje significativamente mayor del alumnado del curso 97-98.

Ítem 13: Usar un vibrador es... “Nada excitante” para un porcentaje significativamente mayor del alumnado del primer grupo.

Ítem 14: Tener una pareja que te haga sexo oral es... “Muy excitante” para un porcentaje significativamente mayor del alumnado del curso 07-08.

Ítem 15: Hacer sexo oral a una pareja es... “Muy y Bastante excitante” para un porcentaje significativamente mayor del alumnado del segundo grupo.

Comparando las respuestas dadas al ítem anterior y a éste, podemos afirmar que las y los jóvenes prefieren ser receptivas/os al sexo oral antes que activas/os.

Ítem 16: Que tu pareja estimule tu ano con su dedo es... “Nada excitante” para un porcentaje significativamente mayor del alumnado del curso 07-08.

Ítem 17: Estimular el ano de tu pareja con tus dedos es..., en clara concordancia con el anterior, “Nada excitante” para un porcentaje significativamente mayor de alumnado del segundo grupo.

Ítem 18: El coito anal pasivo es... “Nada excitante” para un porcentaje significativamente mayor de alumnado que cursaba sus estudios en el curso 07-08.

En los restantes ítems, que siguen, no hemos hallado diferencias significativas entre el alumnado del curso 97-98 y el del curso 07-08, de la Universidad de Vigo (Campus de Ourense):

Ítem 7: Forzar a alguien a realizar alguna actividad sexual que no desea es...

Ítem 8: Ser forzado a realizar alguna actividad sexual que no deseas hacer es...

Ítem 9: Ver a alguien realizando comportamientos sexuales es...

Ítem 11: Observar a tu pareja desnuda es...

Ítem 19: El coito anal activo es...

Tal como afirmábamos al comienzo, la imaginación y la fantasía, en nuestra área afectivo-sexual, son probablemente tan importantes o más que las realidades concretas que uno vive y sirven para estimular nuestros comportamientos sexuales. En este sentido, podemos afirmar que tienen un papel relevante como inhibidoras (Fisher, 1986) e inductoras del deseo sexual (Gómez, 1995), sirven para mantener y aumentar la excitación sexual (Meuwissen y Over, 1990), e incluso pueden facilitar la respuesta orgásmica.

Además, de estudios anteriores realizados también con población universitaria, sabemos que quienes realizan disciplinas técnicas tienen una mayor frecuencia de fantasías sexuales (García et al., 1995) y que, con el paso del tiempo, se incrementa la frecuencia con la que las/os jóvenes

tienen fantasías y pensamientos sexuales (López et al., 1990).

Para finalizar simplemente indicar que las fantasías sexuales podrían tener las características que siguen:

- Puede ser una historia altamente elaborada o un pensamiento pasajero acerca de una actividad romántica o sexual.
- Puede implicar las imágenes de experiencias extrañas y extravagantes o imágenes absolutamente realistas.
- Puede implicar la recreación de acontecimientos o situaciones pasadas o el desarrollo de experiencias totalmente imaginarias.
- Pueden ocurrir espontáneamente, ser inducidas intencionalmente, o ser provocadas por otros pensamientos, sentimientos o estímulos sensoriales.
- Pueden tener lugar al margen de cualquier otra actividad sexual, ocurrir durante la masturbación, o durante la actividad sexual con otra persona (Wilson, 1978).

Porque consideramos que su papel es relevante en la sexualidad de las personas, los resultados obtenidos hemos de considerarlos cuando trabajemos la educación afectivo-sexual y cuando realicemos tratamientos ante problemas sexuales, con nuestra adolescencia-juventud.

BIBLIOGRAFÍA

- AVIA, M^a D. (1995) Fantasías sexuales. En LABRADOR, F. *Guía de la sexualidad*. Madrid: Espasa Calpe. pp. 119-124.
- BECK, A.T. (1963) Thinking and depression. idiosyncretic content and cognitive distortion. *Archives of General Psychiatry*, 9: 324-333.
- BECK, A.T. (1970) Cognitive therapy: nature and relation to behavior therapy. *Behavior Therapy*, 1: 184-200.
- BECK, A.T. (1976) *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- CABALLO, V. E. y BUELA-CASAL, G. (1993) Técnicas diversas en terapia de conducta. En CABALLO: *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- CAMARERO, C.; REDONDO, E. y URRUZOLA, M^aJ. (1985) *Sexualidad en la escuela Manual para educadoras-es*. Barcelona: LaSal.
- CAMPOS, A. (1993) A função clínica das imagens mentais. *Jornal de Psicologia*, 11 (3-4): 3-7
- CAUTELA, J. R. (1973) Covert processes and behavior modification. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 17: 27-36.
- CAUTELA, J.R. (1975) The use of covert conditioning in hypnotherapy. *International Journal of Clinical and experimental Hypnosis*, 23: 1-28.

- ELLIS, A. (1962) *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart. (Traducción castellana, Desclée de Brouwer, 1980).
- FISHER, W.A. (1986) A psychological approach to human sexuality: The sexual behaviour sequence. En BYRNE, D. y KELLEY, K. (Eds.) *Alternative approaches to the study of sexual behaviour*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- GARCIA, J. L.; AVIS, M.; COBOS, F.; BIURRUN, A. C.; ESLAVA, J. L.; RODRIGO, C.; PADILLA, B. y TINAJAS, M. R. (1995) Conductas sexuales de riesgo en universitarios/as: Un estudio en la Universidad Pública de Navarra. *C Med Psicocom.*, 36: 48-60.
- GOLDFRIED, M. R. & GOLDFRIED, A.P. (1975) Cognitive change methods. In KANFER, F.N. y GOLDSTEIN, A.P. (Eds.), *Helping people change*. New York: Pergamon.
- GÓMEZ, J. (1995) El deseo sexual y sus trastornos: aproximación conceptual y etiológica. *Anuario de Sexología*, 1: 45-66.
- LAUMANN, E. O.; GAGNON, J. H.; MICHAEL, R.T. y MICHAELS, S. (1994) *The Social Organization of Sexuality*. Chicago: The University of Chicago Press.
- LEITENBERG, H. y HENNING, K. (1995) Sexual fantasy. *Psychological Bulletin*, 117: 469-496.
- LÓPEZ, F.; GARCÍA, J.J.; ALONSO, A.; FORCADELL, J.; DOMÍNGUEZ, C.; MONTERO, M. A.; MARTÍNEZ, P. y CABRERO, M. A. (1990) La sexualidad de los universitarios: Un estudio comparativo (1977-1987). *Revista de Sexología*, 42: 1-20.
- MARTÍNEZ, B. (1998) El paradigma social de las relaciones sexuales en la socialización de la erótica profunda. *Revista española de sexología*. 85-86.
- MEICHENBAUM, D. (1977) *Cognitive-behavior modification: An integrative approach*. New York: Plenum.
- MEUWISSEN, I. y OVER, R. (1990) Habituation and dishabituation of female sexual arousal. *Behaviour Research and Therapy*, 28: 217-226.
- RAICH, R. M^a (1993) El Condicionamiento encubierto. En CABALLO: *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- RICHARSON, A. (1994) *Individual differences in imaging their Measurement. Origins and Consequences. Imagery and Human Development Series*. New York: Baywood Publishing Company, Inc.
- VILA, J. (1984) Técnicas de reducción de ansiedad. En MAYOR, J. Y LABRADOR, F. (Eds.) *Manual de modificación de conducta*. Madrid: Alhambra.
- WILSON, G. D. (1978) *The secrets of sexual fantasy*. London: Dent.
- WOLPE, J. (1958) *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. Stanford: Stanford University Press.
- WOLPE, J. (1973) *The practice of behavior therapy*. Oxford: Pergamon Press.