

# Caso Beatriz

## Duelo difícil y falta de deseo sexual

### Presentación del caso

#### ***Motivo de Consulta:***

B. tiene 24 años y actualmente vive con su novio (Alberto) en otra localidad distinta a la de origen (Valencia). Acude para buscar ayuda para superar mejor el duelo por la muerte de su padre (hace 1,5 años) y para mejorar su relación de pareja actual (falta de deseo sexual). También le gustaría dejar de estar “obsesionada” con otro chico con el que en su día tuvo un lío (Jaime), pero con el que actualmente sólo hay amistad. A ella cada vez que le ve le desestabiliza. Por este chico sí siente atracción y deseo, pero por su pareja actual no, aunque le quiere y su objetivo es intentar que vaya bien con él, antes de tomar cualquier otra decisión. En el pasado ya mantuvo una relación temporalmente con su pareja actual y en ese momento no hubo ningún problema de falta de deseo, siendo las relaciones sexuales satisfactorias.

Sus objetivos serían:

- Llevar mejor el duelo y enfrentarse a cosas que está evitando
- No estar tan obsesionada con su amigo (Jaime)
- Mejorar su deseo sexual por su pareja actual (Alberto)

#### **Fase de Evaluación:**

La evaluación se desarrolló a lo largo de 3 sesiones:

- 2 sesiones de recopilación de datos.
- 1 sesión de explicación del AF, objetivos y diseño de la intervención.

#### **Exposición de los datos recogidos:**

##### Duelo por la muerte de su padre:

Fallecimiento de su padre hace 1 año y medio. Le diagnosticaron un tumor en la vejiga un año antes del fallecimiento y el proceso de evolución fue muy duro: muchos ingresos y malas noticias (extensión a otros órganos y metástasis), tras previamente haberles dado esperanzas de recuperación. Ella durante todo el proceso trató de mostrar fortaleza para que su padre no sufriese más, pero las preocupaciones iban por dentro.

Tras el fallecimiento trató de seguir con su vida y estar activa. Ahora le preocupa el haber estado poniendo parches al dolor y no haberse permitido pasar el duelo. Nota que desde hace unos meses le

vienen recuerdos y pensamientos sobre la muerte de su padre con más frecuencia y ella trata siempre de cortarlos, distraerse y evitar su aparición, porque le producen mucho dolor. Para ello se refugia en el trabajo o en hacer cosas, pero teme estar evitando el problema y que se pueda enquistar.

Su padre y ella siempre tuvieron una relación muy buena. Él fue un punto de apoyo incondicional en todos sus proyectos y aventuras y se parecían mucho en cuanto a manera de ser. Siempre supo cómo ayudarla y educarla. Por otro lado, la relación con su madre es buena, pero no se sentía tan unida a ella. Entre sus padres la relación se había deteriorado, pero pese a todo, su madre estuvo apoyando durante todo el proceso y se ha ocupado de todos los trámites posteriores.

Actualmente se pone triste cuando aparece algún recuerdo de su padre, cuando ve algo que le recuerda a él, o cuando piensa que le haría falta preguntarle algo. En estas ocasiones siente un vacío muy grande que describe como un dolor muy profundo que “parece que va a acabar con ella”. Es entonces cuando intenta distraerse, hacer algo que ocupe toda su atención y poco a poco se le pasa.

Existen una serie de situaciones que ahora mismo le provocan malestar:

- Evita ver fotos suyas (pese a que hay una que lleva en la cartera a la que ya se ha acostumbrado y no le genera malestar), recordar anécdotas juntos, escuchar una canción que le recuerde a él... y en general las cosas que le recuerden a su padre, porque le abrumba llorar y sentir esa pena tan grande.
- Tampoco quiere afrontar el momento de ir a tirar las cenizas, ni ir a Valencia donde su padre recibió el tratamiento.
- Por las noches le aparecen pensamientos → trata de leer o ponerse la radio para dormirse y evitar pensar.
- Evita a veces hablar de su padre porque se pone triste y tensa.

Cuando piensa en su padre trata siempre de distraerse de los pensamientos y aparcarlos y lo suele conseguir. En esos momentos evita que el entorno la vea mal y en caso de notárselo y tratar de animarla (ej. Su novio), las muestras de cariño en ese momento le sientan peor (no le agradan, no se siente cómoda y le hacen ponerse más triste).

### **Falta de deseo sexual hacia su pareja:**

Está saliendo con Alberto aproximadamente desde un par de meses antes del fallecimiento de su padre. Previamente estuvieron liándose y la química sexual era muy buena, pero ella se alejó un poco debido a la insistencia por parte de él de “ser algo más”. Alberto siempre aparentó estar bastante “colado por ella” (lo mismo que a ella le pasaba con Jaime), pero ella no le correspondía en la misma medida. Perdieron el contacto durante un tiempo y ella estuvo unos meses con otro chico con el que tuvo una relación muy intensa pero inestable (A lo largo de su vida, ha tenido varias relaciones intensas pero que le han generado sufrimiento).

Alberto y ella se reencontraron cuando Bea estaba afrontando la enfermedad de su padre y él se convirtió en su principal apoyo. Ella veía en él lo que le conviene en un chico, pero sin embargo, cree que ya desde el principio no existía tanta atracción como hubo previamente cuando estuvieron liados meses antes o como siente por su amigo Jaime. Lleva desde prácticamente el comienzo de su relación sin experimentar deseo sexual hacia A. y esto le preocupa. En un principio lo achacó a sus preocupaciones familiares, pero pasan los meses y sigue igual. Cuando él la busca ella no tiene ganas

y cuando le apetece a ella, enseguida piensa "qué pereza" y a veces se retracta de intentarlo, anticipando cosas negativas.

Cuando acaba haciendo algo es "por obligación" moral hacia su pareja, aunque él nunca la ha forzado y a base de las negativas de Bea, éste ha aprendido a no "buscarla" y a dejarlo en manos de ella.

En la cama no lo pasa bien, aunque llega al orgasmo siempre porque Alberto siempre está muy preocupado de que ella disfrute. En el momento del acto sí que lo llega a disfrutar en ocasiones, pero no le apetece hacerlo en ningún momento. Además, durante la relación sexual, a veces desconecta pensando en cosas neutras, o piensa "qué pereza", o imagina relaciones sexuales con otros chicos (ej. Jaime), muchas veces con el objetivo de llegar al orgasmo y que la situación finalice lo antes posible. Aspectos relativos a la interacción sexual como son el olor de Alberto o el sudor han empezado a resultar desagradables, pese a que no lo son en otros momentos.

A Alberto le quiere mucho y le aporta cosas que no le han aportado otros chicos. A veces llega a imaginarse un futuro con él, por lo que le gustaría solucionar este problema antes de pensar otras alternativas como romper la relación. Se siente además culpable porque sabe que todo esto afecta a Alberto y le genera inseguridades y esto a la vez le presiona a ella.

### **Sentimientos ("obsesión") con otro chico que no es su pareja:**

Conoció a Jaime hace unos 4 años y tuvieron un rollo durante un tiempo. Compartían muchos intereses y ambos congeniaron muy bien. Ella se enamoró de él, pero en ese momento él no quería tener pareja, por lo que rompieron el contacto y hace un par de años volvieron a encontrarse y a empezar a quedar de vez en cuando (1 vez al mes aprox.). Durante este tiempo ella siempre le ha tenido en la cabeza, pero no pasa nada entre ellos desde hace 2 años. Actualmente cuando se ven están muy a gusto, pero ella cree que Jaime sigue sin querer compromiso y ella ahora está en pareja.

Durante las semanas posteriores a haber quedado siguen hablando con mucha frecuencia y ella no puede evitar pensar en lo que siente y replantearse si estará haciendo lo correcto. Se encuentra "descolocada" emocionalmente durante días. Además todo eso le genera muchos remordimientos respecto a Alberto.

Le da muchas vueltas al debate entre Alberto y Jaime y qué tipo de chico le compensaría más: Por un lado, Alberto es una es la persona tranquila y equilibrada (aunque no le genere mariposas en el estómago cada vez que le ve), con un futuro más estable, más familiar (matrimonio, hijos, comprar casa, etc.)... una persona que previsiblemente va a estar ahí cuando le necesite y que no será una interferencia para su desarrollo como persona en otras facetas distintas a la pareja. Por el otro lado estaría Jaime, que engancharía con la otra faceta de Bea, más pasional y entregada, con el que probablemente viviría una relación muy intensa pero quizá también más fluctuante, menos estable y que a Bea le dañaría más.

Su solución ideal para este conflicto sería conseguir sentir otra vez deseo sexual hacia Alberto y conseguir ver a Jaime como sólo un amigo.

## Preguntas sobre el caso

1. Enumera las variables disposicionales relevantes para el caso.
2. Enumera las conductas-problema identificadas
3. Elabora una hipótesis de origen (cadenas funcionales)
4. Elabora una hipótesis de mantenimiento (cadenas funcionales)

# Caso Beatriz

## Duelo difícil y falta de deseo sexual

### (CORRECCIÓN)

## ANÁLISIS FUNCIONAL

### VARIABLES DISPOSICIONALES:

#### ➤ Del Entorno:

- Contexto Cercano:
  - Entorno Familiar:
    - Aparición de la enfermedad de su padre de forma imprevista y evolución con fluctuaciones y momentos de esperanza seguidos de malas noticias. Tras haberse generado previamente expectativas positivas, puede hacerse mucho más duro aceptar la información negativa.
    - Proceso de deterioro progresivo de su padre durante meses, con un empeoramiento muy rápido en los últimos meses. La prolongación del proceso en el tiempo facilita el ajuste de expectativas y la adaptación a la situación (proceso de habituación). Permite prepararse para lo que va a ocurrir, de forma que no resulte tan impactante como una muerte fortuita o en un corto espacio de tiempo.
    - La relación con su padre era especialmente estrecha. Se parecían mucho en su forma de ser y tenía mucha más complicidad y unión que con su madre. Su padre la había apoyado en los momentos más duros.
  - Entorno Social y Sentimental:
    - Existencia de un chico con el que comparte muchos intereses y con el que ha tenido una relación en el pasado que no se ha llegado a consolidar por negativa de él, pese a que ella sí estaba enamorada de él. Sigue sintiendo cierto enganche emocional y atracción hacia él. Actualmente mantienen una relación de amistad y contacto periódico, lo que está interfiriendo en su relación de pareja actual y en la experimentación de atracción hacia su novio.
    - El hecho de que consolidase su relación con su novio coincidiendo en el tiempo con la muerte de su padre puede explicar que en los inicios el deseo sexual se viese afectado negativamente por su estado emocional y el hecho de que las primeras experiencias no apeteciesen o fuesen insatisfactorias han podido contribuir a un condicionamiento aversivo de las mismas y a una pérdida progresiva del hábito.
  - Otros:
    - El hecho de vivir lejos de su tierra y de la vivienda familiar dificulta que pueda enfrentarse a situaciones y estímulos asociados a la pérdida, poniéndole más fácil la evitación de los mismos.
    - El hecho de que su padre fuera tratado durante el proceso de enfermedad lejos de su tierra facilita también la evitación de dichas situaciones. Al no verse en la obligación de tener que exponerse a ello.
    - Ciertos valores e ideas introducidas culturalmente o en los contextos en los que participa (familia, amigos...) que establecen cómo deben ser las relaciones de

pareja y sexuales... Ej. Uno debe acceder a mantener relaciones sexuales de vez en cuando con la pareja, si no hay deseo sexual algo va mal...

➤ **Del Individuo:**

- Historia Interconductual:
  - Repertorio de Habilidades Básicas:
    - Ella es una persona con muchas iniciativas y muy proactiva, que no ha dejado de hacer cosas y a tratado de continuar con la normalidad en su vida.
    - Es una persona que se considera fogosa y que nunca había tenido hasta ahora problemas de deseo sexual.

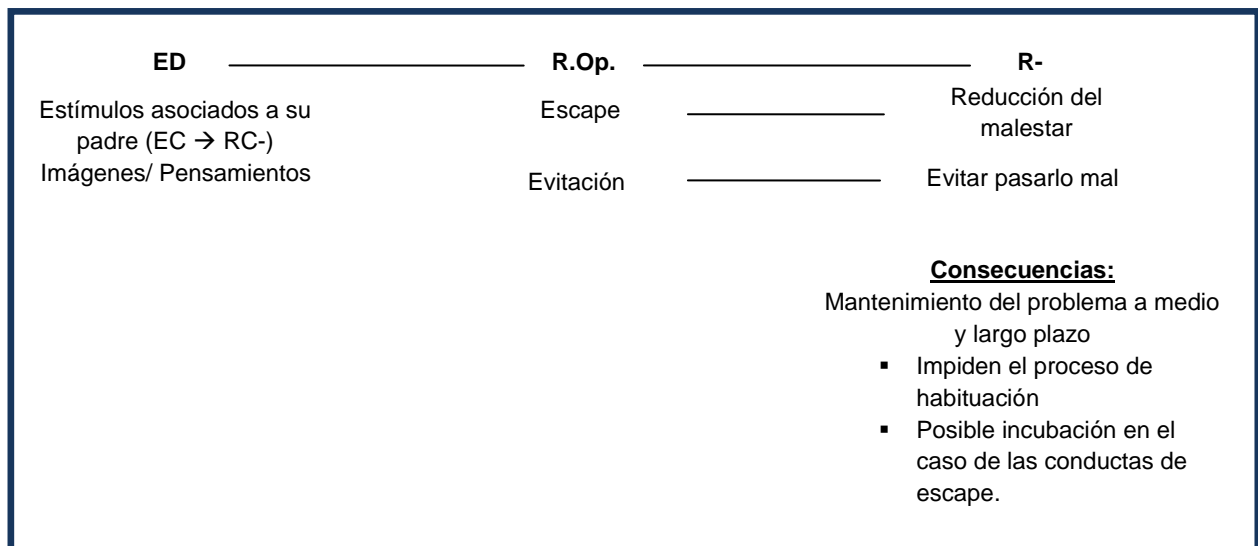
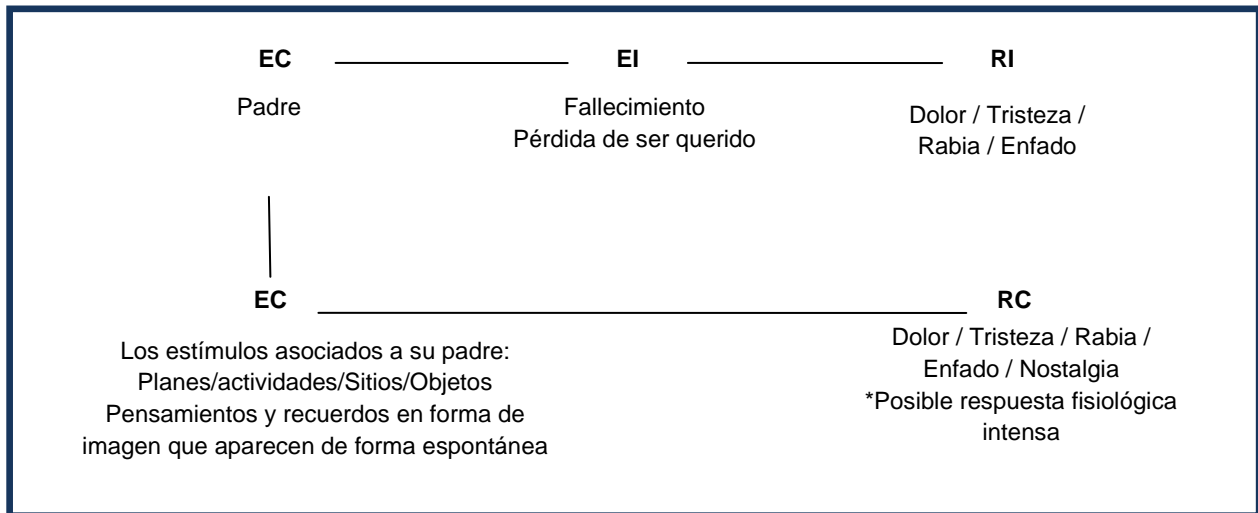
## ANÁLISIS FUNCIONAL

### Historia de Mantenimiento (Momento Actual):

#### ***Duelo por el fallecimiento de su padre:***

La pérdida de un ser querido implica la exposición a una situación intrínsecamente dolorosa (EI) y que provoca malestar. Como consecuencia de ello, cualquier estímulo asociado a la persona querida (objetos, situaciones, actividades que se realizaban con él...) o la mera aparición de recuerdos o pensamientos, provocan emociones negativas (tristeza, nostalgia, rabia, enfado...).

Precisamente porque los estímulos asociados a la persona querida generan mucho malestar, B. ha empezado a escapar de pensamientos y situaciones asociadas a su padre (Ej. Recuerdos) o incluso evitar enfrentarse a situaciones (Ej. Ver fotos, tirar las cenizas, ir a Mallorca, escuchar canciones, hacer planes que hacía con él). Este tipo de conductas están reforzadas negativamente al cortar o evitar la aparición de la fuente de malestar (EC). Las consecuencias de ello son: 1) Impiden el proceso de habituación y que las emociones que elicitán dichas situaciones sean progresivamente menos intensas. 2) Posible proceso de ***incubación*** cuando escapa de ciertas situaciones o pensamientos que le generan malestar, incrementando así el valor emocional asociado.



**Objetivo:**

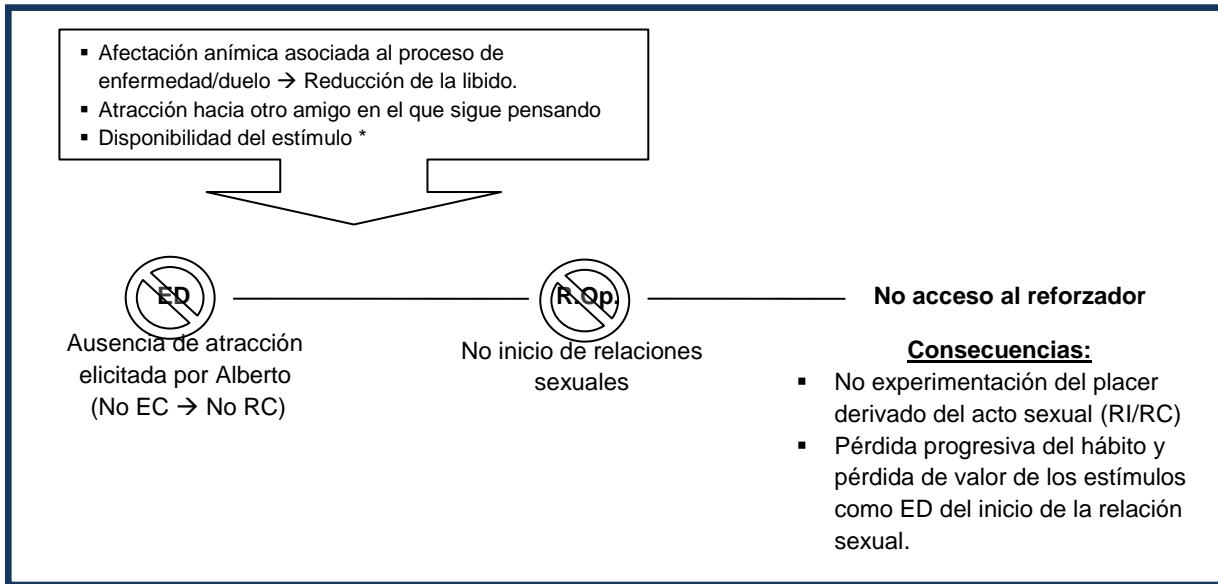
- **Favorecer un mejor manejo del duelo:**
  - Afrontamiento progresivo de las situaciones evitadas.
  - Reducir la carga emocional de los recuerdos y pensamientos sobre su padre → De lo que derivará una reducción de la frecuencia de aparición

\*En cuanto a los pensamientos y recuerdos, no escapar de ellos, pero tampoco recrearse en los aspectos negativos de la pérdida. En esos casos tratar de reenfocarlo en positivo recordándose algo bueno o cómo a su padre le gustaría que llevase las cosas.

**Falta de deseo sexual:**

Ante la ausencia de atracción hacia Alberto (No EC → No RC / Ausencia de ED) no se inician conductas dirigidas al mantenimiento de relaciones sexuales, por tanto, tampoco se experimenta el placer y disfrute derivado de las mismas (privación del reforzador: EI → RI). Eso dificulta que apetezca

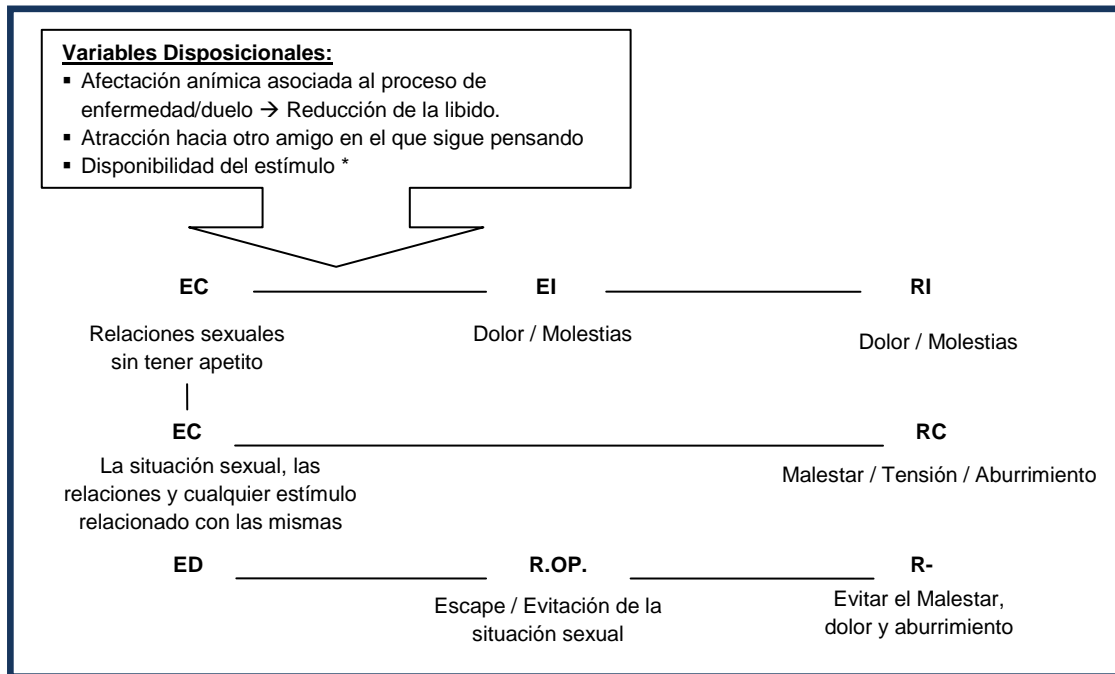
volverlas a iniciar en el futuro. Así mismo, se va perdiendo el hábito, lo que también dificulta el inicio futuro.



En los casos en los que se mantienen relaciones sexuales, aunque no le apetezca, experimenta dolor y molestias, que le impiden disfrutar. Como resultado, las relaciones sexuales y por extensión todo lo relacionados con ellas (cualquier señal, situación, conducta que anticipe la probabilidad de relaciones sexuales) se han condicionado aversivamente y generan rechazo, malestar, tensión y conductas de escape y evitación.

Una V. disposicional que ha podido influir en los inicios del problema fue la coincidencia en el tiempo de la muerte de su padre con la formalización de su relación con Alberto. Es posible que en aquel entonces las emociones derivadas de la pérdida de su padre interfiriesen con el deseo sexual y que en esos momentos las relaciones sexuales fueran poco satisfactorias (Ej. No apetencia, molestias)





Si tiene relaciones sexuales dolorosas e insatisfactorias la conducta de mantener relaciones (iniciarlas ella o ceder ante los inicios de A.) estará siendo Castigada por las consecuencias negativas (C+) experimentadas: Dolor, asco, malestar..., reduciéndose la probabilidad de que se vuelvan a dar en el futuro.

Hay una serie de aspectos asociados a la relación sexual que también se han convertido en desagradables y que aumentan su valor aversivo: el sudor del otro, las muestras de cariño durante la misma, la duración...

Antes de iniciar las relaciones en ocasiones también anticipa cosas negativas: La pereza que le dan los trámites, la duración, lo que la situación implica, las variables anteriores... y ante la competencia de dicha actividad con otras más reforzantes, prefiere hacer otras cosas. La conducta de evitación es reforzada positivamente por la realización de otras cosas más satisfactorias y negtivamente por la evitación del aburrimiento y el malestar.

ED	R.Op	C+
Situación íntima	Si mantiene relaciones sexuales y resultan dolorosas o aburridas (EC → RC- *Condicionamiento aversivo de la situación)	Aburrimiento y/o molestias que funcionan como Castigo *Reducción de probabilidad posterior
<p><b>Durante:</b> No estar centrada en la situación / Aparición de pensamientos negativos (Ej. "Qué pereza" / Fijarse en aspectos que resultan desagradables / Utilizar fantasías relacionadas con J. para llegar antes al orgasmo...) *Estas verbalizaciones juegan el papel de ECs apetitivos o aversivos, según el contenido</p>		

Durante la interacción sexual, Bea suele no estar centrada en la situación y se distrae con diversas cosas, lo que también dificulta experimentar el placer derivado de las sensaciones físicas. Durante ese tiempo está pendiente de terminar, pensando en cosas como "Qué pereza", "A ver si acaba", que se focalizan en los aspectos negativos de la situación e incrementan el malestar y aburrimiento, dificultando el disfrute (EC → RC-). En otras ocasiones trata de excitarse con fantasías asociadas a Jaime (EC → RC+) para llegar antes al orgasmo.

\*VD relevante: La figura de Jaime por la que existe una atracción, unida al efecto de privación que puede convertirlo en un estímulo aún más atractivo y deseable (y más con la historia previa vivida con él, puede competir con la atención dedicada a Alberto y con la respuesta emocional que éste le genere.

Cuando ve a Jaime, se queda algo desestabilizada emocionalmente, ya que éste le despierta sentimientos y atracción (EC → RC). Esto hace que los días posteriores esté pensando en él e incluso dude de su relación de pareja. Todo esto interfiere en su plena implicación con la relación.

### Objetivo:

- **Aumentar la satisfacción con las relaciones sexuales e incrementar el deseo sexual.**
  - Recondicionar apetitivamente las interacciones sexuales\_e incrementar el deseo sexual
  - Volver a generar un hábito de interacciones sexuales (\*Relacionado con el paso anterior)
  - Manejo de su relación de amistad con Jaime de una forma que no interfiera o llegado el caso, toma de decisiones respecto a este tema: Llegado el momento se valorara si hay que poner límites o cortar el contacto con Jaime, ya que es un estímulo que compete con Alberto en cuanto a atractivo e implicación.

## PLANIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN:

### Objetivos de intervención:

- **Favorecer un mejor manejo del duelo:**
  - Afrontamiento progresivo de las situaciones evitadas → Realización de un listado de situaciones y planificación de la exposición a las mismas
  - Reducir la carga emocional de los recuerdos y pensamientos sobre su padre → De lo que derivará una reducción de la frecuencia de aparición → Exposición a pensamientos y recuerdos. No escapar de ellos, pero tampoco recrearse en los aspectos negativos de la pérdida. En esos casos tratar de reenfocarlo en positivo recordándose algo bueno o cómo a su padre le gustaría que llevase las cosas.
  
- **Aumentar la satisfacción con las relaciones sexuales e incrementar el deseo sexual.**
  - Recondicionar apetitivamente las interacciones sexuales\_e incrementar el deseo sexual
  - Volver a generar un hábito de interacciones sexuales (\*Relacionado con el paso anterior)
  - Manejo de su relación de amistad con Jaime de una forma que no interfiera o llegado el caso, toma de decisiones respecto a este tema: Llegado el momento se valorara si hay que poner límites o cortar el contacto con Jaime, ya que es un estímulo que compite con Alberto en cuanto a atractivo e implicación.

### Procedimiento y Técnicas de Intervención:

- Exposición progresiva a estímulos y situaciones evitadas (Exposición con prevención de respuesta).
- Exposición a pensamientos y recuerdos sin que se produzca escape
- Focalización Sensorial (para el incremento del deseo sexual y de la satisfacción con las relaciones de pareja)
- Manejo de las conductas de “enganche hacia Jaime → Control del discurso interno sobre Jaime y la autoexposición a EC apetitivos relacionados con él, control estimular si se hace necesario...
- Toma de Decisiones respecto a Jaime (En función del papel que se observe que sigue jugando en la situación).