

# Sexualidad y Salud

Vínculos, prácticas, satisfacción  
y cuidados en la vida sexual  
de los argentinos



VÍNCULOS Y  
TRAYECTORIAS



INICIO SEXUAL Y  
AUTOEROTISMO



VIDA SEXUAL  
EN PAREJA



ORGASMOS Y  
BRECHA DE  
GÉNERO



PRÁCTICAS Y  
CONTEXTOS



CAMBIOS Y  
CUIDADOS



**UBA**  
1821 Universidad  
de Buenos Aires



**OBSERVATORIO**  
PSICOLOGÍA SOCIAL APLICADA

**.UBA** psicología  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



# Sexualidad de los *argentinos.*

Vínculos, prácticas, satisfacción y cuidados en la vida sexual de los argentinos. Dos olas de encuestas con perspectiva de género, edad y trayectoria de convivencia.

01

VÍNCULOS Y  
TRAYECTORIAS

02

INICIO SEXUAL Y  
AUTOEROTISMO

03

VIDA SEXUAL  
EN PAREJA

04

ORGASMOS Y  
BRECHA DE  
GÉNERO

05

PRÁCTICAS Y  
CONTEXTOS

06

CAMBIOS Y  
CUIDADOS

COBERTURA  
GEOGRÁFICA

Grandes  
conglomerados  
urbanos

TAMAÑO MUESTRAL

3.941 casos

ERROR MUESTRAL

$\pm 1,6\%$  · 95 % conf.

FECHA

Olas 2022 y 2026

## HALLAZGOS CLAVE

# Nueve cifras para entender la sexualidad de los argentinos.

El estudio dibuja una sexualidad valorada y notablemente estable entre olas, vivida sobre todo en parejas de larga convivencia. Las diferencias relevantes no pasan por la época: pasan por el género, la edad y los años compartidos.

**CENTRALIDAD****83 %**

considera la sexualidad importante en su vida. Dentro de la pareja, la cifra sube al 89 %.

**LARGO PLAZO****41 %**

de quienes conviven lleva más de 10 años con su pareja actual.

**INICIACIÓN SEXUAL****13,8 vs 17,1**

años de la primera actividad autoerótica en varones y mujeres. Por el contrario, no se aprecia una brecha de género en la primera relación sexual: 17,1 vs 17,4.

**EL PESO DEL TIEMPO****64 %**

reconoce que su frecuencia sexual actual es menor que al inicio de la convivencia.

**SATISFACCIÓN CON LA FRECUENCIA****62 %**

está conforme con su frecuencia actual. Entre los insatisfechos, un reclamo casi unánime: el 95 % la aumentaría.

**BRECHA DEL ORGASMO****61 / 40**

% de varones y mujeres que llegan habitualmente al orgasmo por penetración vaginal.

**DESEO JOVEN****44 %**

de los jóvenes de 18 a 29 años dice que su deseo aumentó en los últimos tres años; entre los mayores de 60, el 21 %.

**CUIDADOS A MEDIAS****38 %**

usa preservativo como método de barrera, pero otro 38 % no usa ninguno; entre los hormonales, el 51 % tampoco.

**SATISFACCIÓN CON LA VIDA SEXUAL****73 %**

se declara satisfecho con su vida sexual — 86 % entre las mujeres y 61 % entre los varones.

## FICHA TÉCNICA

# Metodología y composición muestral.

## TIPO DE INVESTIGACIÓN

Cuantitativa

## MODALIDAD

Encuestas on-line geolocalizadas

## CONTACTABILIDAD

Invitación vía redes sociales según parámetros de geolocalización

## UNIVERSO

Población general, mayores de 18 años

## COBERTURA GEOGRÁFICA

Grandes conglomerados urbanos de Argentina

## TAMAÑO DE LA MUESTRA

3.941 casos · error muestral  $\pm 1,6\%$  · nivel de confianza 95 %.  
Módulo de cuidados y satisfacción (solo ola 2026): 1.314 casos.

## DISEÑO MUESTRAL

Muestra probabilística al azar simple, ponderada por género, edad y educación. La aleatorización se realiza mediante los algoritmos de distribución de las redes sociales.

## FECHA DE CAMPO

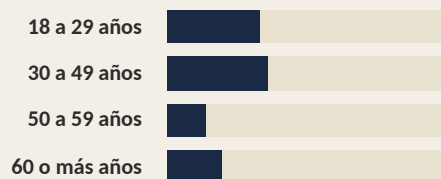
Dos olas de encuestas: 2022 y 2026

## DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA · N = 3.941

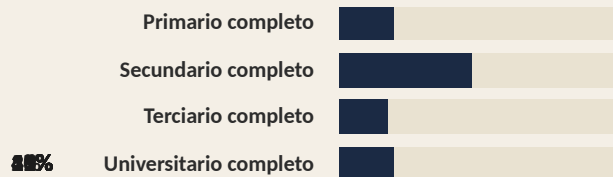
### GÉNERO



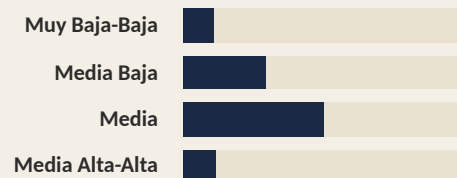
### EDAD



### EDUCACIÓN



### CLASE SOCIAL AUTOPERCIBIDA



## 01

## SECCIÓN UNO · VÍNCULOS Y TRAYECTORIAS

## Una sexualidad vivida en parejas estables y de larga duración.

**Situación de pareja** — Actualmente, ¿está casado o en pareja con alguien?

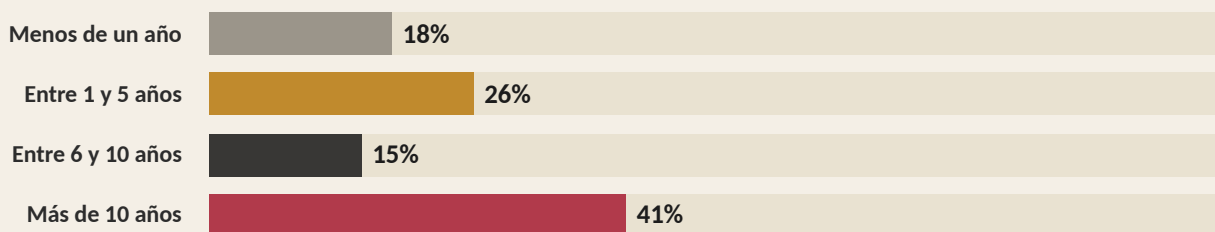
TOTAL MUESTRA · N = 3.941



■ Sí · 72 %   ■ No · 28 %

**Tiempo de convivencia** — ¿Cuál es el tiempo de convivencia que lleva con su actual pareja?

QUIENES ESTÁN EN PAREJA



Siete de cada diez encuestados están en pareja, y el grupo más numeroso lleva **más de una década de convivencia**. La encuesta retrata, sobre todo, la sexualidad de las parejas estables.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

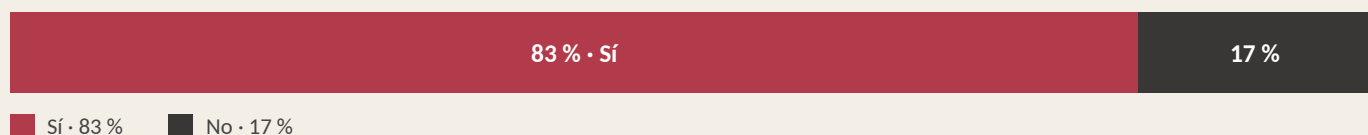
41%

de quienes conviven lleva **más de 10 años** con su pareja actual. Los resultados que siguen deben leerse sobre ese trasfondo: el de vínculos largos, con historia.

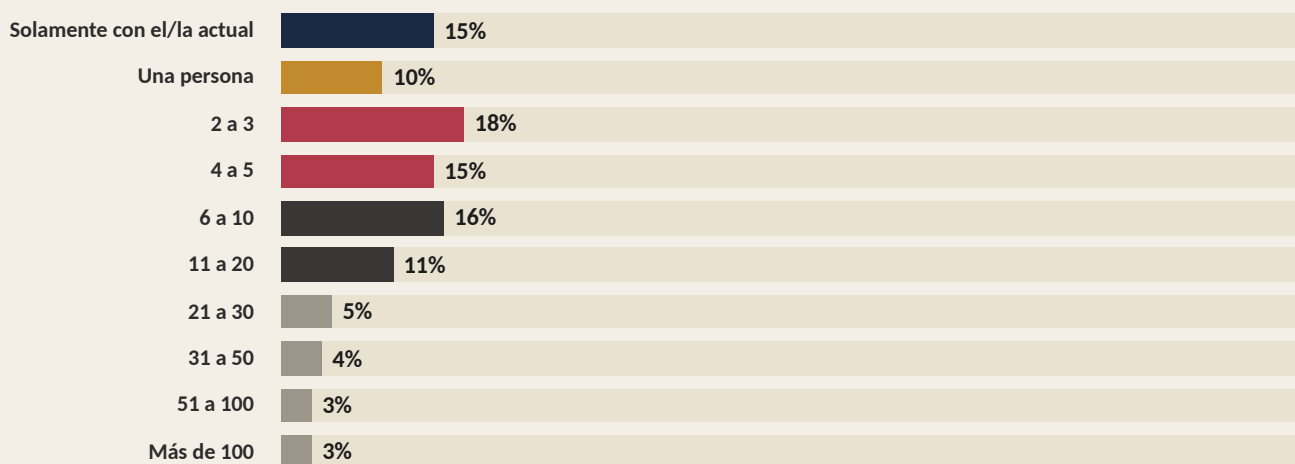
TRAYECTORIAS PREVIAS

# La convivencia llega *con historia*: el 83 % tuvo relaciones antes de convivir.

Relaciones previas — ¿Mantuvo relaciones sexuales antes de convivir con quien hoy es su pareja? TOTAL MUESTRA · N = 3.941



Parejas sexuales previas — ¿Con cuántas personas tuvo relaciones antes de convivir con su actual pareja? TOTAL MUESTRA · N = 3.941



El monogamismo estricto de trayectoria —haber estado solamente con la pareja actual— representa apenas el 15 %. Tres de cada cuatro llegaron a la convivencia con más de una pareja sexual previa.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

75%

llegó a la convivencia con **más de una pareja sexual previa**; uno de cada cinco (19 %) declara más de diez.

# 02

SECCIÓN DOS · INICIO SEXUAL Y AUTOEROTISMO

## La brecha de género aparece desde la adolescencia.

**Primera actividad autoerótica** — ¿A qué edad recuerda haber tenido su primera actividad autoerótica con orgasmo? · promedios

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**Primera relación sexual** — ¿A qué edad tuvo su primera relación sexual? · promedios

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**Autoerotismo actual** — ¿Se masturba actualmente?

POR GÉNERO



**3,3** años

años separan la primera actividad autoerótica de varones (13,8) y mujeres (17,1). En la primera relación sexual, en cambio, la brecha casi desaparece: 17,1 contra 17,4 años.

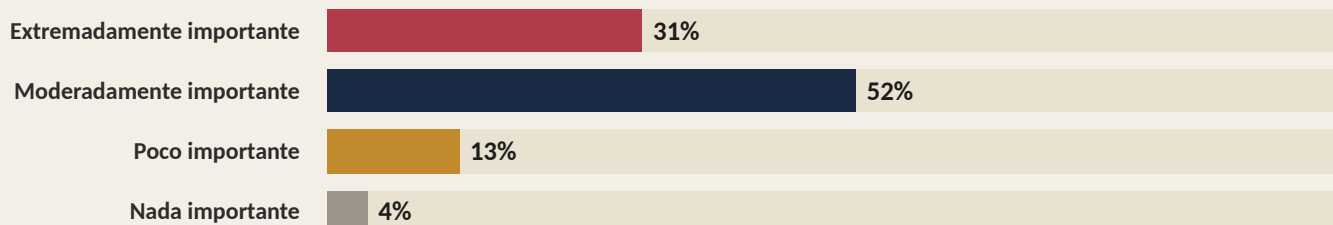
# 03

SECCIÓN TRES · VIDA SEXUAL EN PAREJA

## La sexualidad ocupa un lugar central — más aún dentro de la pareja.

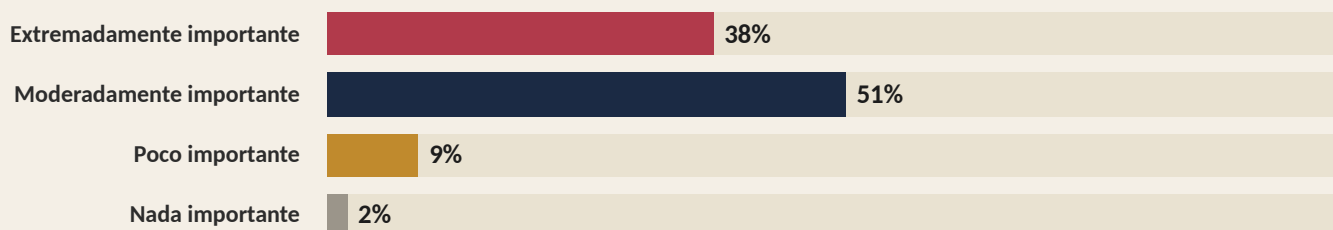
**Importancia en su vida** — *¿Qué tan importante es para usted la sexualidad en su vida?*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**Importancia en la pareja** — *¿Qué tan importante es la sexualidad en sus relaciones de pareja?*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



La centralidad de la sexualidad es transversal: solo el 17 % la considera poco o nada importante en su vida, y apenas el 11 % dentro de la pareja.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

89%

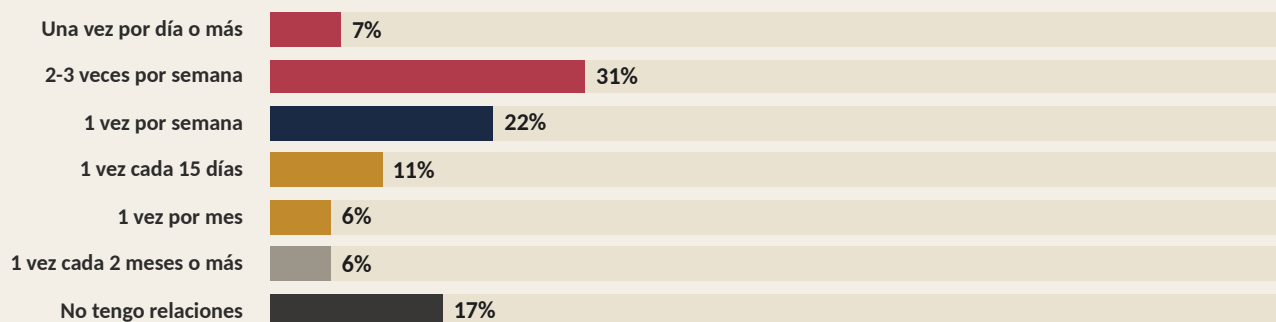
considera **importante la sexualidad dentro de la pareja** (38 % extremadamente + 51 % moderadamente). En la vida en general, la cifra alcanza el 83 %.

FRECUENCIA Y SATISFACCIÓN

# Cuatro de cada diez sostienen *frecuencia alta*; la satisfacción es mayoritaria.

**Frecuencia actual** — ¿Qué frecuencia de relaciones sexuales tiene actualmente?

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



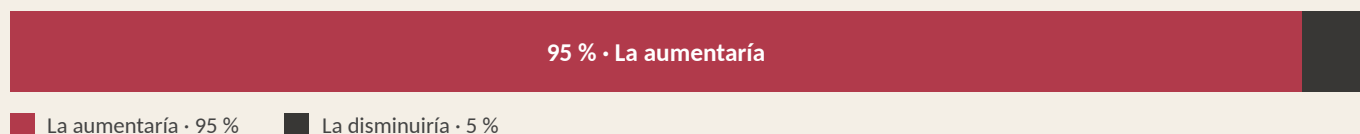
**Satisfacción con la frecuencia** — ¿Le satisface su frecuencia actual de relaciones sexuales? · % Sí

POR GÉNERO



**El reclamo de los insatisfechos** — ¿Qué cambiaría de esa frecuencia?

INSATISFECHOS CON SU FRECUENCIA



El malestar, cuando existe, es casi siempre **por falta y no por exceso**: el 95 % de los insatisfechos querría más frecuencia. Las mujeres están más conformes que los varones (66 % contra 59 %).

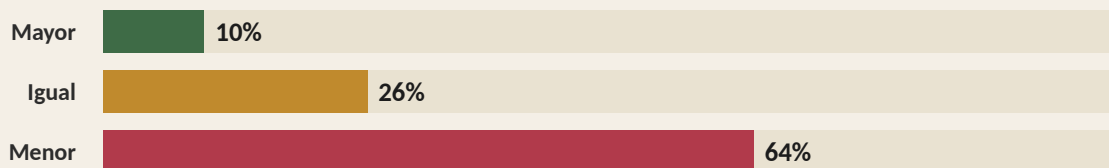
LECTURA DEL OBSERVATORIO

EL PESO DEL TIEMPO

## La convivencia *erosiona la frecuencia*, pero no la satisfacción.

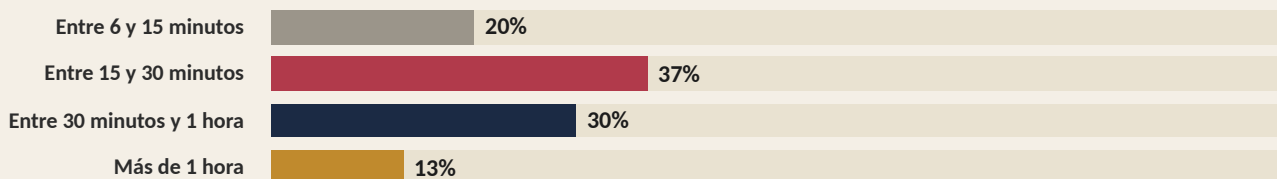
Frente al inicio de la convivencia — En comparación con la frecuencia del principio, la actual es...

QUIENES CONVIVEN



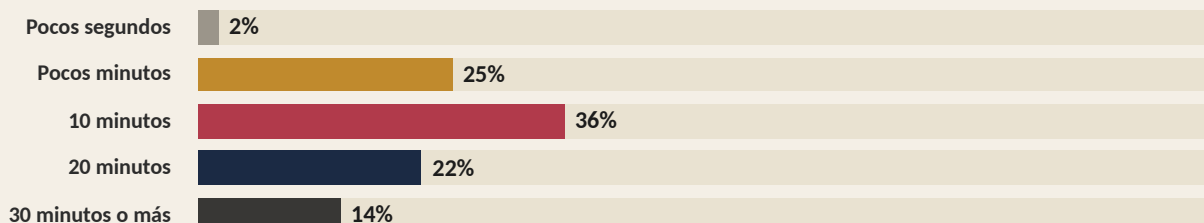
Duración de la relación sexual — ¿Cuál es la duración aproximada desde el inicio del juego amoroso?

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



Duración del coito — ¿Cuál es la duración aproximada del coito desde la penetración?

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



45% → 32%

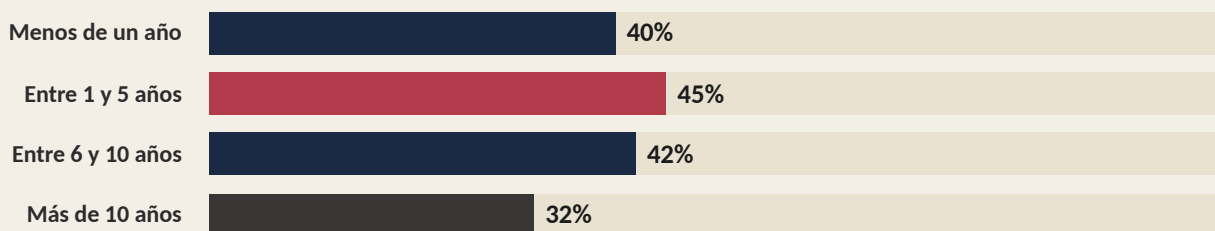
La frecuencia alta cae del 45 % en parejas de 1 a 5 años de convivencia al 32 % en parejas de más de 10. La satisfacción con la frecuencia, en cambio, **se mantiene estable** (~62 %) en todos los tramos: las expectativas se ajustan con los años.

EL CRUCE DECISIVO

## Años de convivencia: *la frecuencia cae, la conformidad resiste.*

Cada barra corresponde a un tramo de tiempo de convivencia con la pareja actual.

**Frecuencia alta** — % que tiene relaciones 2-3 veces por semana o más, QUIENES ESTÁN EN PAREJA  
por tramo de convivencia



**Satisfacción con la frecuencia** — % que está conforme con su frecuencia actual, por tramo de convivencia TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**Satisfacción con la vida sexual** — % satisfecho + muy satisfecho, por tramo de convivencia MÓDULO 2026 · N = 1.314



La frecuencia alta pierde 13 puntos entre el tramo de 1-5 años y el de más de diez; la conformidad con la frecuencia, en cambio, **oscila apenas entre 57 % y 65 %** sin tendencia descendente. La satisfacción con la vida sexual ni siquiera es monótona: su punto más alto (84 %) aparece entre los 6 y 10 años de convivencia.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

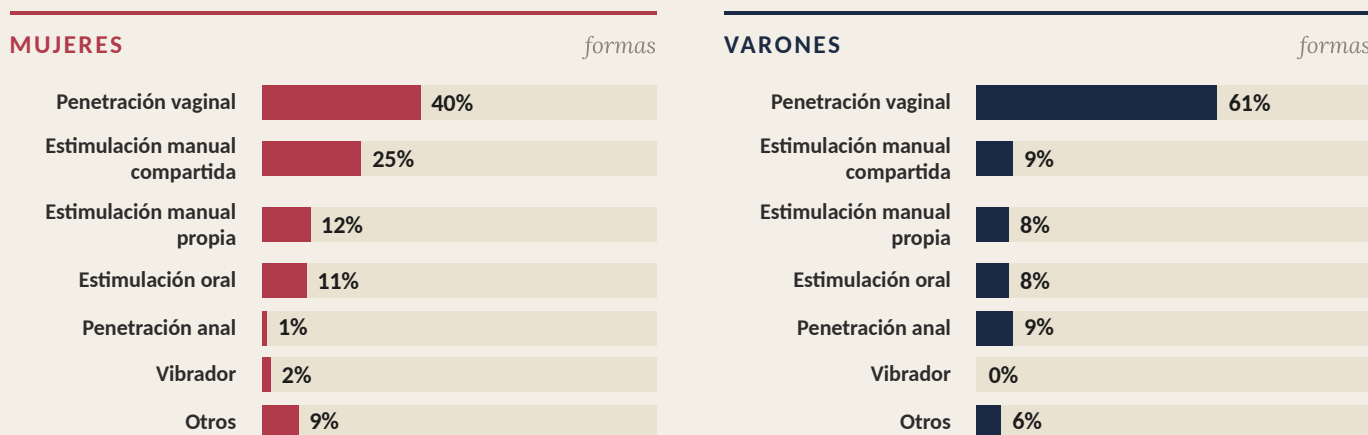
# 04

SECCIÓN CUATRO · ORGASMOS Y BRECHA DE GÉNERO

## Camino distintos hacia el orgasmo: la asimetría más nítida del estudio.

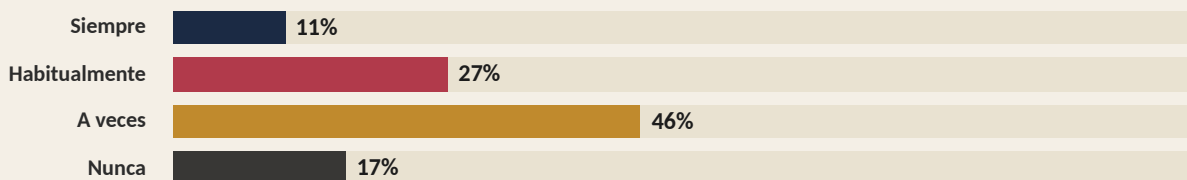
¿Cómo llega usted al orgasmo? — *¿De qué forma llega usted habitualmente al orgasmo?*

POR GÉNERO



Orgasmo simultáneo — *¿Usted llega al orgasmo simultáneamente con su pareja?*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



61 / 40

El 61 % de los varones llega habitualmente al orgasmo por penetración vaginal; entre las mujeres, solo el 40 %: ellas recurren mucho más a la estimulación manual —propia o compartida— y oral.

PERCEPCIÓN CRUZADA

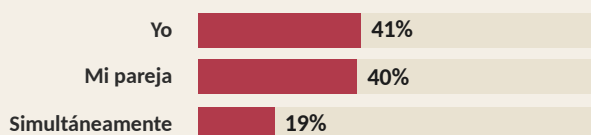
## La mirada sobre la pareja *confirma la asimetría.*

¿Su pareja llega al orgasmo? — ¿Su pareja llega habitualmente al orgasmo? · % Siempre + Habitualmente POR GÉNERO DE QUIEN RESPONDE

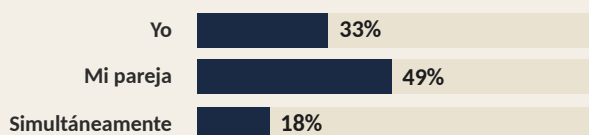


¿Quién alcanza el orgasmo primero? — ¿Quién alcanza habitualmente el orgasmo primero? POR GÉNERO

**MUJERES**



**VARONES**



**Iniciativa sexual** — ¿Quién inicia las relaciones sexuales la mayoría de las veces? TOTAL MUESTRA · N = 3.941



El **93 % de las mujeres** declara que su pareja llega al orgasmo siempre o habitualmente; entre los varones, el **79 %**. La pareja, aun así, es terreno compartido: en la mitad de los casos la iniciativa se alterna.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

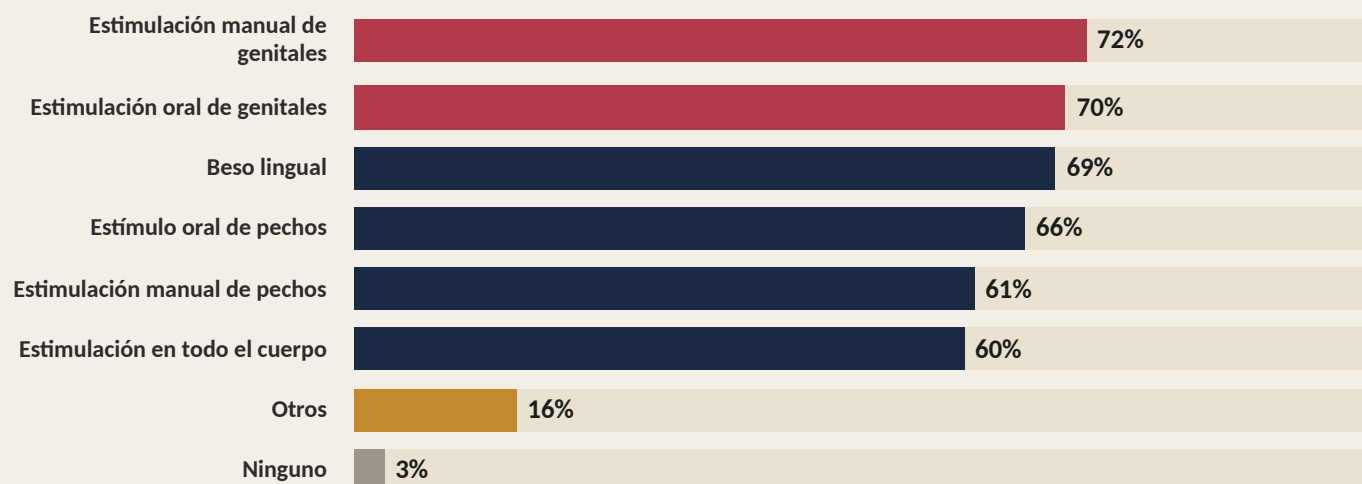
## 05

SECCIÓN CINCO · PRÁCTICAS Y CONTEXTOS

## Un repertorio amplio y compartido: el juego previo es la norma.

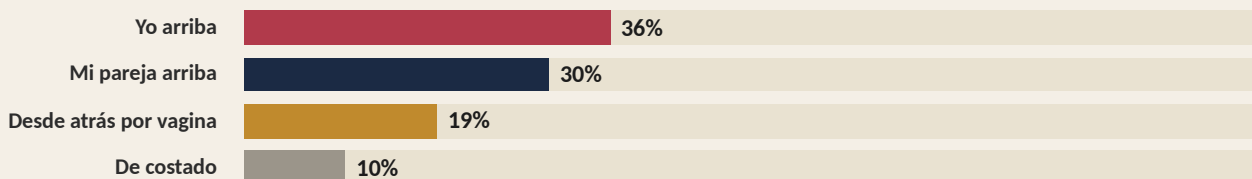
**Juegos sexuales** — *¿Qué juegos sexuales experimenta durante la relación sexual? · respuesta múltiple*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**Posición habitual** — *¿Qué posición sexual practica habitualmente? · principales menciones*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



72%

practica **estimulación manual de genitales** y el 70 % estimulación oral. Solo el 3 % declara no practicar ningún juego sexual.

## HÁBITOS Y PANTALLAS

## Palabras, luz, prácticas — y un sexo online *generacional*.

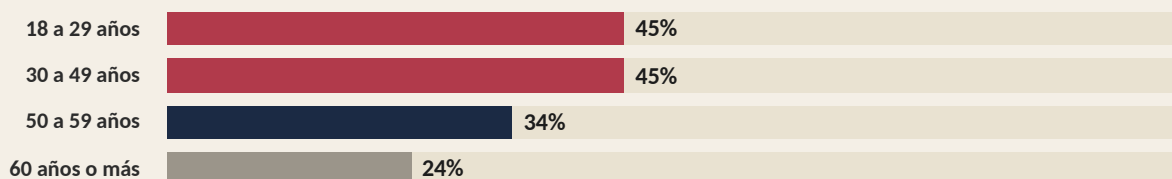
Tres rasgos del encuentro — % que responde afirmativamente en cada práctica

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



Sexo online — ¿Ha practicado actividades eróticas y/o sexuales de manera online? · % Sí por edad

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



Satisfacción con la experiencia — ¿Le resultó satisfactoria esta experiencia?

QUIENES PRACTICARON SEXO ONLINE



■ Sí · 74%   ■ No · 26%

El sexo online exhibe el gradiente generacional más pronunciado del estudio: **45 % entre los menores de 50** contra **24 % entre los mayores de 60**. Para tres de cada cuatro practicantes, la experiencia fue satisfactoria.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

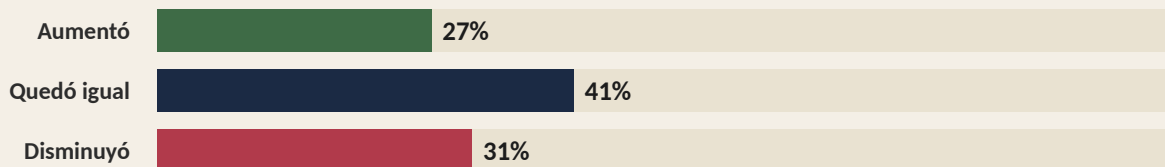
# 06

SECCIÓN SEIS · CAMBIOS Y CUIDADOS

## El deseo se mueve con la edad; la frecuencia, con la vida.

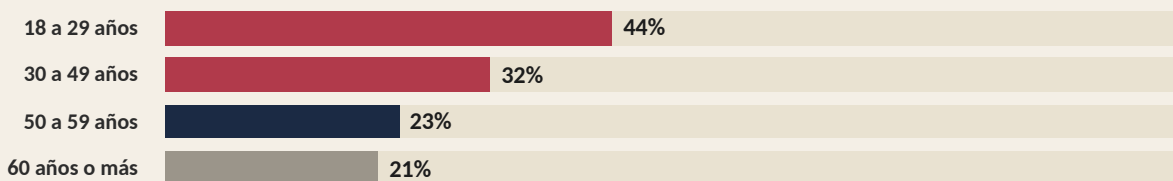
**Evolución del deseo sexual** — *¿Cómo definiría la evolución de su deseo sexual en los últimos 3 años?*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



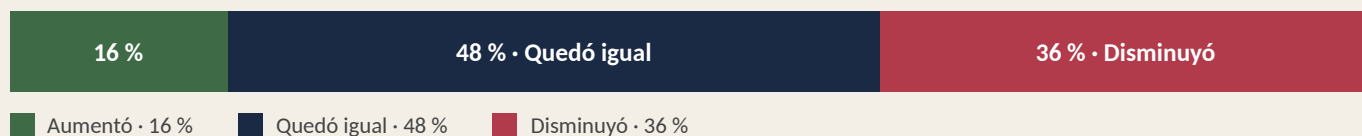
**El deseo según la generación** — *% que dice que su deseo aumentó en los últimos 3 años, por edad*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**Frecuencia en el último año** — *¿La frecuencia de sus relaciones durante el último año aumentó o disminuyó?*

TOTAL MUESTRA · N = 3.941



**44 / 21**

Entre los jóvenes de 18-29, el **44 %** dice que su deseo **aumentó**; entre los mayores de 60, el **21 %** — y un 39 % reporta que disminuyó. La edad ordena la curva del deseo.

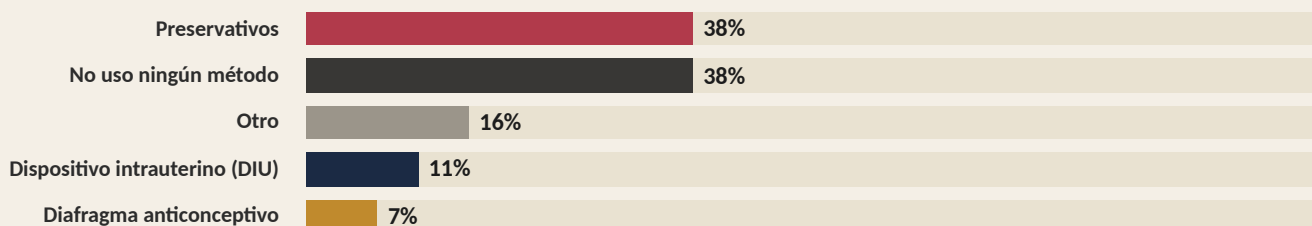
CUIDADOS ANTICONCEPTIVOS

## Protección a medias y *carga desigual.*

Módulo aplicado solo en la ola 2026 · n = 1.314 casos.

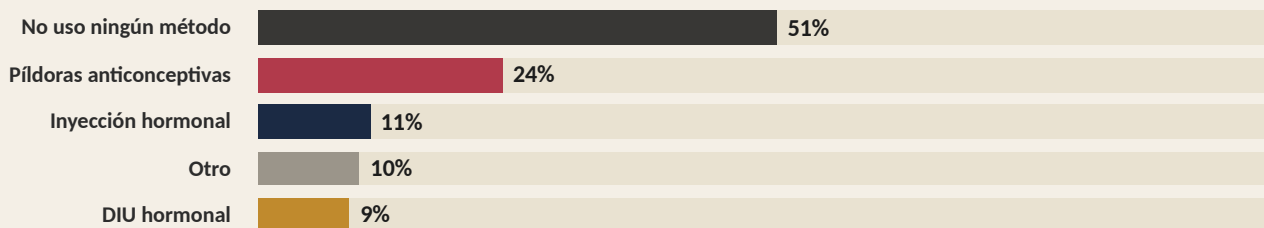
**Métodos de barrera** — *¿Cuál usa mayormente? · respuesta múltiple, principales menciones*

MÓDULO 2026 · N = 1.314



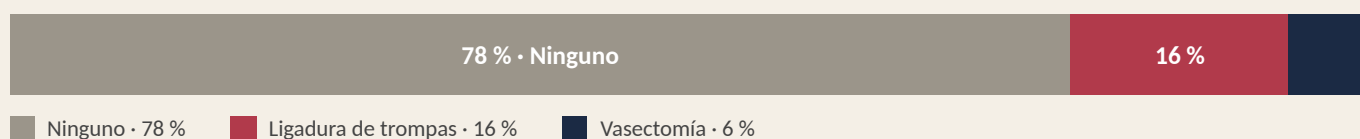
**Métodos hormonales** — *¿Cuál usa mayormente? · respuesta múltiple, principales menciones*

MÓDULO 2026 · N = 1.314



**Métodos permanentes** — *¿Usa algún método anticonceptivo permanente?*

MÓDULO 2026 · N = 1.314



16 / 6

La **ligadura de trompas (16 %)** casi triplica a la **vasectomía (6 %)**: la carga de la anticoncepción definitiva —como la cotidiana— recae mayormente sobre las mujeres.

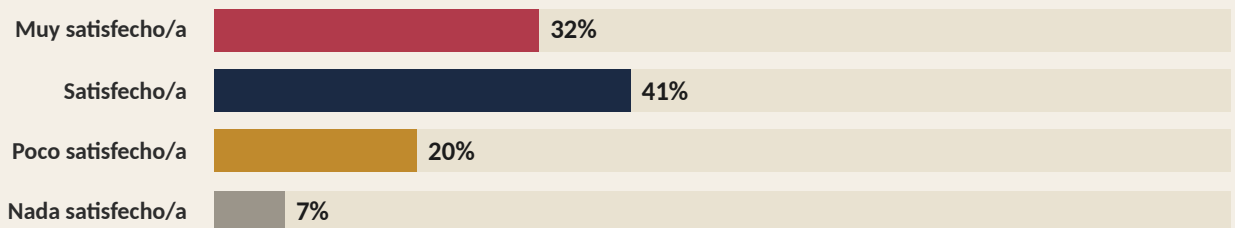
## SATISFACCIÓN Y NUEVAS CONFIGURACIONES

**Una mayoría conforme; aperturas *minoritarias pero visibles*.**

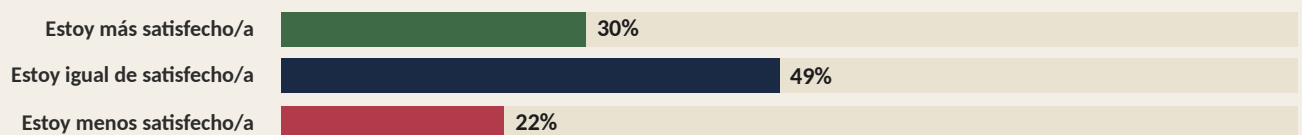
Módulo aplicado solo en la ola 2026 · n = 1.314 casos.

**Satisfacción con la vida sexual** — *¿Cuál es su grado de conformidad o satisfacción con su vida sexual?*

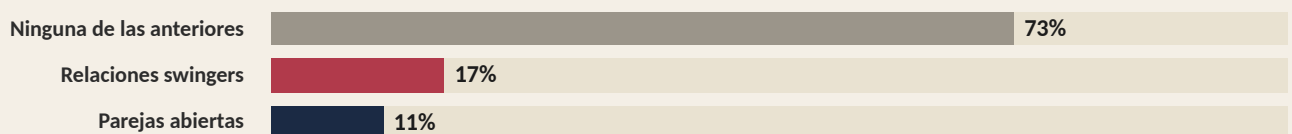
MÓDULO 2026 · N = 1.314

**Cambio en los últimos 3 años** — *¿Ha cambiado su grado de satisfacción con su sexualidad?*

MÓDULO 2026 · N = 1.314

**Parejas abiertas y swingers** — *¿Ha experimentado con alguna de las siguientes relaciones? · respuesta múltiple*

MÓDULO 2026 · N = 1.314



El **73 %** está satisfecho con su vida sexual — **86 % entre las mujeres y 61 % entre los varones**, la otra cara de la brecha del orgasmo. Las experiencias no monógamas alcanzan a uno de cada cinco.

LECTURA DEL OBSERVATORIO

# La frecuencia baja con los años; *la satisfacción, no.*

La frecuencia alta cae del **45 %** en parejas de 1 a 5 años de convivencia al **32 %** en parejas de más de diez. Pero la conformidad con la frecuencia **no acompaña esa caída**: se mantiene estable en torno al 62 % en todos los tramos. Las parejas largas no tienen menos sexualidad satisfactoria — tienen expectativas renegociadas. Y cuando hay malestar, el reclamo es casi unánime: el 95 % de los insatisfechos querría más, no menos.

---

**45 % → 32 %**

FRECUENCIA ALTA, SEGÚN AÑOS DE CONVIVENCIA (1-5 VS. +10)

**~62 %**

SATISFACCIÓN CON LA FRECUENCIA, ESTABLE EN TODOS LOS TRAMOS

**95 %**

DE LOS INSATISFECHOS LA AUMENTARÍA

## SÍNTESIS · I

## Una sexualidad valorada, estable y vivida en parejas largas.

*El estudio retrata una dimensión donde los argentinos mayoritariamente encuentran bienestar — y donde las diferencias significativas no las marca la época, sino el género, la edad y los años de convivencia.*

**E**l presente estudio describe la vida sexual de los argentinos de los grandes conglomerados urbanos a partir de dos olas de encuestas (2022 y 2026) sobre una muestra total de 3.941 casos. El primer dato estructural es el marco vincular: el **72 %** está casado o en pareja y, entre quienes conviven, el grupo más numeroso (**41 %**) lleva más de diez años con su pareja actual. Lo que la encuesta retrata es, sobre todo, la sexualidad de las parejas estables y con historia: el **83 %** tuvo relaciones antes de convivir y tres de cada cuatro llegaron a la convivencia con más de una pareja sexual previa.

Sobre ese trasfondo, la sexualidad ocupa un lugar central en la vida de los encuestados. El **83 %** la considera extremadamente o moderadamente importante en su vida, cifra que asciende al **89 %** cuando se pregunta por su importancia dentro de la pareja. La iniciación es temprana —la primera relación sexual se ubica en promedio a los 17,2 años— y exhibe la primera huella de género del estudio: la primera actividad autoerótica de los varones (13,8 años) antecede en más de tres años a la de las mujeres (17,1).

La frecuencia sexual dibuja una distribución amplia: el **38 %** mantiene relaciones dos o tres veces por semana o más,

mientras un **17 %** declara no tener relaciones actualmente. La marca del tiempo es nítida: el **64 %** reconoce que su frecuencia actual es menor que al inicio de la convivencia, y la frecuencia alta cae del **45 %** en parejas de uno a cinco años al **32 %** en parejas de más de diez.

Sin embargo —y éste es uno de los hallazgos centrales del estudio—, la satisfacción con la frecuencia **no acompaña esa caída**: se mantiene estable en torno al **62 %** en todos los tramos de convivencia. Las expectativas parecen ajustarse con los años. Y cuando hay malestar, el reclamo es casi unánime: el **95 %** de los insatisfechos querría aumentar la frecuencia, no reducirla. El deseo, lejos de extinguirse, queda en lista de espera.

El módulo de satisfacción aplicado en la ola 2026 completa el cuadro: el **73 %** se declara satisfecho o muy satisfecho con su vida sexual, y el **30 %** afirma estar hoy más satisfecho que tres años atrás. En un país habituado a medir malestares, la sexualidad aparece como una dimensión donde los argentinos, mayoritariamente, encuentran bienestar.

## SÍNTESIS · II

# La brecha del orgasmo y los otros clivajes: género, edad, convivencia.

*Los promedios generales esconden las diferencias más reveladoras del estudio. Tres variables ordenan sistemáticamente los resultados.*

**E**l género es el primer clivaje, y su expresión más nítida es la **brecha del orgasmo**. El 61 % de los varones llega habitualmente al orgasmo por penetración vaginal; entre las mujeres, solo el 40 %, que dependen en mayor medida de la estimulación manual —propia o compartida— y oral. La percepción cruzada confirma la asimetría: el **93 %** de las mujeres declara que su pareja llega al orgasmo siempre o habitualmente, contra el **79 %** de los varones. La brecha se replica en el autoerotismo (se masturba frecuentemente el 28 % de los varones y el 15 % de las mujeres) y reaparece, invertida, en la satisfacción: el 86 % de las mujeres está conforme con su vida sexual, contra el 61 % de los varones.

La edad es el segundo clivaje. Entre los jóvenes de 18 a 29 años, el **44 %** afirma que su deseo sexual aumentó en los últimos tres años; entre los mayores de 60, solo el 21 %, con un 39 % que reporta disminución. El sexo online —practicado por el 35 % del total, con un 74 % de experiencias satisfactorias— exhibe el mismo gradiente: alcanza al 45 % de los menores de 50 y cae al 24 % entre los mayores de 60. La sexualidad conserva, a la vez, sus rituales transversales: ocurre de noche, en la habitación, con palabras y sonidos de por medio (87 %), y con un repertorio de juegos amplio y compartido.

El tercer clivaje es el tiempo compartido: los años de convivencia erosionan la frecuencia sin erosionar la conformidad, un patrón que sugiere una renegociación silenciosa y mayormente exitosa de las expectativas dentro de las parejas largas.

En el terreno de los cuidados, el estudio registra una **protección a medias y una carga desigual**. El preservativo es el método de barrera más usado (38 %), pero una proporción idéntica declara no usar ninguno, y entre los hormonales la mitad (51 %) no usa ninguno. La distribución de la anticoncepción definitiva es elocuente: la ligadura de trompas (16 %) casi triplica a la vasectomía (6 %). La carga anticonceptiva —cotidiana y permanente— sigue recayendo mayormente sobre las mujeres.

Finalmente, las nuevas configuraciones vinculares son minoritarias pero visibles: el **17 %** experimentó relaciones swingers y el **11 %** parejas abiertas. Y la comparación entre olas aporta el dato de contexto: entre 2022 y 2026 los grandes indicadores permanecen prácticamente inmóviles —satisfacción con la frecuencia (62 % → 63 %), frecuencia alta (39 % → 37 %), ausencia de relaciones (17 % → 16 %)—. La sexualidad de los argentinos cambia menos con la época que con el género, la edad y los años compartidos.

# Información institucional y equipo responsable del estudio.

*Estudio de opinión pública realizado por el Observatorio de Psicología Social Aplicada de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.*

DECANO · FACULTAD DE PSICOLOGÍA UBA

**Lic. Jorge A. Biglieri**

COORDINADOR DE GESTIÓN TÉCNICA

**Dr. Gustavo E. González**

UNIVERSO

**Población general · grandes conglomerados urbanos · 18+**

DIRECTOR DEL OPSA · RESPONSABLE DEL ESTUDIO

**Dr. Gustavo E. González**

RESPONSABLE DE MEDIOS

**Lic. Pablo Fernández**

MUESTRA · ERROR · CONFIANZA

**3.941 casos · ± 1,6 % · 95 %**