



EL 90% DE LAS MADRES REVELA QUE SU VIDA SEXUAL SE VIO AFECTADA NEGATIVAMENTE TRAS EL PARTO, SEGÚN UN NUEVO ESTUDIO

- Una nueva investigación de [Peanut](#), la aplicación que conecta a las mujeres en todas las etapas de la maternidad, también revela que el 74% de las mamás se sienten inseguras a la hora de mantener relaciones sexuales debido a su físico, y el 71% sufre agotamiento.

Ciudad de México, 27 de abril de 2023. La llegada de un bebé cambia la vida de una mujer y el postparto es complicado, ya que conlleva todo un recorrido por los cambios hormonales, la recuperación física, la lactancia, así como el reto emocional que supone traer un ser vivo al mundo.

Debido a todos estos cambios, uno de los aspectos que parece pasar a un segundo plano es la vida sexual de una mamá, tenga o no pareja estable, una de las primeras preguntas que surgen es: ¿Cuándo podré volver a tener relaciones sexuales?

Si bien el Instituto Mexicano del Seguro Social ([IMSS](#)) menciona que la reactivación de la vida sexual podría comenzar seis semanas después del parto o cesárea, no hay un tiempo fijo; organizaciones de salud como la [Clínica Mayo](#), afirman que esto depende de cada mujer, ya que después de este periodo hay menos riesgo de sufrir alguna complicación, aunque es casi inevitable que aparezcan algunos síntomas postparto como flujo excesivo, fatiga, resequedad vaginal, dolor y bajo deseo sexual.

Este panorama hace que muchas mujeres se sientan frustradas a la hora de retomar aspectos placenteros de su vida después de ser madres, como mantener relaciones sexuales. Por esta razón, Peanut, la primera comunidad en línea que conecta a mujeres en todas las etapas de la maternidad, lanzó la Encuesta de Sexo Postparto para conocer cómo han vivido esta situación las mamás mexicanas y cómo ha cambiado su vida sexual después del nacimiento de su bebé.

Poca interacción y falta de deseo

Según las madres encuestadas por [Peanut](#), el 90% afirma que la frecuencia con la que mantiene relaciones sexuales desde que nació el bebé ha disminuido considerablemente. El 54% afirma tener relaciones sexuales una vez a la semana; el 23%, menos de una vez al mes; el 18%, una vez al mes; y sólo el 6%, todos los días.



En cuanto a la libido, el 68% de las mujeres que participaron en la encuesta afirmaron que les resultaba difícil recuperar el deseo sexual tras el parto. Del mismo modo, el 65% afirmó que tras el nacimiento de su bebé había aumentado su inseguridad respecto a las relaciones sexuales.

Estigma, inseguridad y cansancio

La falta de confianza con su imagen es una de las principales razones por las que las madres encuestadas afirman que su vida sexual se ve afectada; el 92% reveló que su físico cambió tras el parto y el 74% dijo que esto les hace sentirse inseguras a la hora de mantener relaciones sexuales.

Otros aspectos que influyen en este problema son: el cansancio extremo con un 71%; el estrés 44%; la falta de deseo sexual 40%; el dolor por el parto 13% y la falta de pareja con un 8%.

Aunque el 56% afirmó que el deseo sexual de su pareja no disminuyó tras el parto, el 44% de las mujeres afirmaron que su pareja también experimentó esta falta de deseo y que se debía a factores como el cansancio (39%); que ya no las encuentran atractivas (29%) y el estrés (20%).

Por otro lado, el 87% de las mujeres encuestadas por Peanut afirmaron que todavía existen estigmas en torno a la vida sexual de las madres solteras.

La necesidad de una red de apoyo en la etapa post parto

El 91% de las mujeres mexicanas que participaron en esta encuesta afirmaron que recibir consejos o sugerencias de otras madres que atraviesan una situación similar puede ayudarlas a afrontar el cambio de su sexualidad después de dar a luz.

Con esto en mente, la app [Peanut](#) proporciona una herramienta de apoyo para aquellas que experimentan estos problemas relacionados con su sexualidad, creando un espacio seguro para que las mujeres se conecten y encuentren apoyo en todas las etapas de la maternidad.

Por ejemplo, la aplicación ha creado un Grupo de Sexo y Postparto. Más de 600 madres mexicanas comparten a diario sus frustraciones, dudas y consejos sobre su vida sexual.

La aplicación también ofrece retransmisiones en directo en las que sexólogos y otros especialistas hablan de los retos a los que se enfrentan las madres con su sexualidad después de tener un bebé.



Acerca de Peanut

Peanut es la primera comunidad en línea que conecta a las mujeres en todas las etapas de la vida. Tanto si estás atravesando la fertilidad, el embarazo, la maternidad o la menopausia, la aplicación proporciona acceso a una comunidad que está ahí para escuchar, compartir información y ofrecer valiosos consejos.

Creada por y para mujeres, Peanut es un espacio seguro para conocer a otras como tú y mantener conversaciones significativas sobre temas que van desde el sexo y la salud de la mujer hasta la fecundación in vitro, el embarazo, los primeros años, la mediana edad y más allá. Con más de 3 millones de mujeres que utilizan la aplicación y con recientes reconocimientos como el de Empresa más influyente de 2022 de TIME100 y el de Tendencia del año 2021 de Apple, Peanut se ha convertido en un codiciado destino para las mujeres que buscan conectarse, hacer preguntas y encontrar apoyo.