

ANEXOS

ANEXO 1. CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN MARITAL

Autor: Russell y Wells (1990)

Responda por favor a todas las preguntas. Asegúrese de no dejar ninguna en blanco. En el caso de preguntas referidas a hijos, si no tienen hijos -comunes o de alguno de los dos- es decir, si no procede, debe marcar la opción de respuesta NP (No procede).

Muchas gracias

	Nada				Mucho			NP
	1	2	3	4	5	6		
1) ¿Ama a su pareja más que antes?								
2) ¿Aprueba usted la manera en que su pareja se comporta con sus hijos?								
3) ¿Cómo es de sociable su pareja ?								
4) ¿Su estado de salud es parecido al de su pareja?								
5) ¿Comparte usted un pasado similar al de su pareja ?								
6) ¿Con qué frecuencia tienen ustedes una pelea seria?								
7) ¿La formación académica que ha recibido usted es similar al de su pareja?								
8) ¿Se siente satisfecho(a) con lo que aporta usted a la totalidad de los ingresos familiares?								
9) ¿Cuánto le quiere su pareja ?								
10) ¿Cuánto tiempo pasan ustedes solos juntos?								
11) ¿Cuánto trabajo doméstico hace usted?								
12) ¿Disfruta usted de la compañía de su pareja ?								
13) ¿Disfruta usted haciendo cosas junto a su pareja ?								
14) ¿El dinero es un problema en su matrimonio?								
15) ¿Encuentra usted satisfacción sexual en su matrimonio?								
16) ¿Era usted más feliz antes de casarse?								
17) ¿Es importante el compañerismo en su matrimonio?								
18) ¿Es su pareja cruel con usted?								
19) ¿Es su pareja feliz?								
20) ¿Considera que su nivel intelectual no está al nivel de su pareja?								
21) ¿Es su pareja posesivo con usted?								
22) ¿Es su pareja totalmente honesto?								
23) ¿Es su pareja un(a) buen(a) padre(madre)?								
24) ¿Es usted amable con su pareja ?								
25) ¿Es usted feliz con su rol en la vida?								
26) ¿Es usted feliz?								

27) ¿Es usted posesiva(o) con su pareja ?	N						
	1	2	3	4	5	6	NP
28) ¿Es usted sociable?							
29) ¿Es usted un buen padre (madre)?							
30) ¿Esconde usted sus sentimientos?							
31) ¿Están de acuerdo en quién hace qué actividades en su matrimonio?							
32) ¿Están ustedes de acuerdo en cómo deben ser criados los hijos?							
33) ¿Ha cambiado para bien su pareja desde que se casaron?							
34) ¿Ha pedido usted alguna vez ayuda a alguien sobre su matrimonio?							
35) ¿Ha pensado divorciarse de su pareja ?							
36) ¿Ha salido bien su matrimonio?							
37) ¿Habría sido más feliz viviendo solo(a)?							
38) ¿Sus padres y familiares cercanos estuvieron de acuerdo con la pareja que eligió?							
39) ¿Le respeta su pareja?							
40) ¿Le gusta estar con sus hijos?							
41) ¿Le preocupa que su pareja le sea infiel?							
42) ¿Considera que su matrimonio tiene los valores positivos de los matrimonios de antaño?							
43) ¿Piensa su pareja que es usted atractiva?							
44) ¿Presta su pareja suficiente atención a su aspecto personal?							
45) ¿Piensa usted que su pareja es atractiva?							
46) ¿Piensa usted que su pareja es atractiva(a) para otras?							
47) ¿Puede acudir a su propia familia en busca de ayuda o apoyo?							
48) ¿Se siente satisfecho(a) con el nivel de vida de su familia?							
49) ¿Quedaría usted en una posición difícil si se divorciara?							
50) ¿Ambos toman equitativamente las decisiones importantes de la familia?							
51) ¿Considera que como pareja hicieron cosas que no debían antes de casarse?							
52) ¿Se altera sin razón el estado de ánimo de su pareja?							
53) ¿Se altera sin razón su estado de ánimo?							
54) ¿Se da en su matrimonio una relación romántica?							
55) ¿Se interpone el trabajo de su pareja en su matrimonio?							
56) ¿Se interpone su trabajo en su matrimonio?							
57) ¿Se lleva bien con la familia de su pareja?							
58) ¿Se siente usted atractiva(o)?							
59) ¿Se siente usted cerca de sus hijos?							
60) ¿Se siente usted sola(o)?							

61) ¿Son demasiado problema sus hijos para usted?							
62) ¿Su matrimonio es tradicional en los aspectos positivos?							
63) ¿Su pareja conoce lo que usted realmente piensa y siente?							
64) ¿Tiene usted fuertes creencias ético- religiosas que favorecen el matrimonio?							
65) ¿Tienen los dos la misma visión de la vida?							
	1	2	3	4	5	6	NP
66) ¿Trabaja usted habitualmente mucho más de lo que quisiera?							
67) ¿Trata usted sus preocupaciones diarias con su pareja?							
68) ¿Tuvieron sus padres un matrimonio feliz?							
69) ¿Piensa usted que luchar por la unidad de la familia y que el divorcio es algo malo?							
70) Si no se siente feliz, ¿puede discutir esto con su pareja?							
71) Si usted pudiera escoger, ¿se casaría con la misma persona de nuevo?							

Gracias por su colaboración. Utilice este espacio si desea hacernos llegar algún comentario u observación.

Ítems negativos que deben ser invertidos:

6/14/16/18/20/21/27/30/34/35/37/41/49/52/53/55/56/60/61/66.

Agrupación de ítems según dimensiones

Cohesión familiar: 1/6/9/10/11/12/13/15/17/18/21/24/27/31/32/33/34/35/36/39/

40/41/54/55/63/67/70/71 = 28

“Admiración/Atracción”: 3/19/22/43/44/45/46/52/58 = 9

“Apoyo familiar/Crianza”: 2/23/29/38/47/57/59/61 = 8

Asuntos económicos: 14/48/49 = 3

Autopercepción_ 16/25/26/28/30/37/42/53/56/60/66 = 11

Valores: 51/62/64/65/68/69 = 6

Homogamia: 4/5/7/8/20/50 = 6

ANEXO 2. ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Autor: Ryff Carol (1ra versión 1995; revisión 2004). Adaptación española por Díaz et al., (2006).

EDAD: **SEXO:** FEMENINO () MASCULINO ()

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

1. Totalmente desacuerdo
2. Poco de acuerdo
3. Moderadamente de acuerdo
4. Muy de acuerdo
5. Bastante de acuerdo
6. Totalmente de acuerdo

1 .Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	1	2	3	4	5	6
3 .No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	1	2	3	4	5	6
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	1	2	3	4	5	6
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me Satisfaga.	1	2	3	4	5	6
6 .Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.	1	2	3	4	5	6
7 .En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	1	2	3	4	5	6
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	1	2	3	4	5	6
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	1	2	3	4	5	6

10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.	1	2	3	4	5	6
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi Gusto.	1	2	3	4	5	6
12 .Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	1	2	3	4	5	6
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que Cambiaría.	1	2	3	4	5	6
14 .Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5	6
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	1	2	3	4	5	6
16 .En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5	6
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5	6
19 .Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	1	2	3	4	5	6
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	1	2	3	4	5	6
21 .Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	1	2	3	4	5	6
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	1	2	3	4	5	6
23 .Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.	1	2	3	4	5	6
24 .En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	1	2	3	4	5	6
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	1	2	3	4	5	6
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	1	2	3	4	5	6

28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.	1	2	3	4	5	6
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	1	2	3	4	5	6
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	1	2	3	4	5	6
31 .En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.	1	2	3	4	5	6
32 .Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	1	2	3	4	5	6
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.	1	2	3	4	5	6
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.	1	2	3	4	5	6
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
37 .Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
38 .Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.	1	2	3	4	5	6
39 .Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6

Baremos generales de la Escala de Bienestar Psicológico y sus sub-escalas.

Pc	Relaciones Positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Propósito en la vida	Crecimiento personal	Total	Pc	
99	35-36	41-42	30	42	48	30	217-233	99
90	31-34	37-40	26-27	38-41	46-47	29	205-216	90
80	30	34-36	24-25	36-40	43-45	28	197-204	80
70	29	32-33	23	35	41-42	27	189-196	70
60	28	31	22	34	39-40	25-26	181-188	60

50	25-27	30	21	32-33	35-38	24	172-180	50
40	24	28-29	19-20	30-31	34	23	164-171	40
30	23	26-27	18	29	31-33	22	155-163	30
20	20-22	24-25	16-17	24-28	30	21	133-154	20
10	14-19	17-23	11-15	17-23	13-29	13-20	82 - 132	10
1	0-13	0-16	0-10	0-16	0-12	0-12	0 - 81	1
<i>N</i>	390	390	390	390	390	390	390	<i>N</i>
<i>Media</i>	25,65	29,36	20,71	31,80	36,12	23,82	169,72	<i>M</i>
<i>Moda</i>	28	28	21	32 ^a	38	25	164	<i>Mo</i>
<i>DE</i>	4,778	5,559	4,368	5,982	7,559	4,337	28,700	<i>DE</i>
<i>Mínimo</i>	11	12	9	12	8	9	64	<i>Mín.</i>
<i>Máximo</i>	36	42	30	42	48	30	233	<i>Máx.</i>

ESCALA. Cada dimensión tiene su propia escala y valores:

Autoaceptación.	Nivel Alto: 32 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 20 y 31 puntos. Nivel Bajo: 19 puntos o menos.
Relaciones positivas.	Nivel Alto: 34 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 24 y 33 puntos. Nivel Bajo: 23 puntos o menos.
Autonomía.	Nivel Alto: 40 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 29 y 39 puntos. Nivel Bajo: 28 puntos o menos
Dominio del entorno.	Nivel Alto: 30 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 23 y 29 puntos. Nivel Bajo: 22 puntos o menos.
Crecimiento personal.	Nivel Alto: 38 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 29 y 37 puntos. Nivel Bajo: 28 puntos o menos.
Propósito en la vida.	Nivel Alto: 32 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 23 y 31 puntos. Nivel Bajo: 22 puntos o menos.

Ryff (1995). Nota: Tomada de Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle, & van Dierendonck, (2006 citado por Rodríguez & Rocha, 2018).

ANEXO 3. ESCALA DE AJUSTE DIÁDICO (DAS)

Autor: Spanier, G. B. (1999)

A continuación, encontrarás frases relacionadas con tu relación de pareja. Por favor, lee atentamente cada frase y señala en qué medida crees que reflejan lo que piensas.

Indica con qué frecuencia tu pareja y tú están de acuerdo en cuanto a:	Siempre de acuerdo	Casi siempre de acuerdo	A veces en desacuerdo	A menudo en desacuerdo	Casi siempre en desacuerdo	Siempre en desacuerdo
1. Manejo del dinero disponible	5	4	3	2	1	0
2. Diversiones	5	4	3	2	1	0
3. Cuestiones religiosas	5	4	3	2	1	0
4. Demostraciones de cariño	5	4	3	2	1	0
5. Amistades	5	4	3	2	1	0
6. Relaciones sexuales	5	4	3	2	1	0
7. Muestras de educación (lo que creemos que es correcto o no)	5	4	3	2	1	0
8. Filosofía de la vida	5	4	3	2	1	0
9. Relaciones con los familiares cercanos	5	4	3	2	1	0
10. Cosas y objetivos considerados importantes	5	4	3	2	1	0
11. Cantidad de tiempo pasado juntos	5	4	3	2	1	0
12. Toma de decisiones importantes	5	4	3	2	1	0
13. Actividades rutinarias	5	4	3	2	1	0
14. Intereses y actividades a realizar durante el ocio	5	4	3	2	1	0
15. Decisiones en relación con el estudio o el trabajo	5	4	3	2	1	0

Con qué frecuencia...	Siempre	Casi siempre	A menudo	A veces	Casi nunca	Nunca
16. Habéis pensado en la separación	0	1	2	3	4	5
17. Tu pareja o tú se separan después de una discusión	0	1	2	3	4	5
18. Piensas que las cosas os van bien como pareja	5	4	3	2	1	0
19. ¿Confías en tu pareja?	5	4	3	2	1	0
20. ¿Te arrepientes en alguna ocasión de haber empezado esta relación con tu pareja?	0	1	2	3	4	5
21. Discutís tú y tu pareja	0	1	2	3	4	5
22. Tú o tu pareja acabáis por perder el control en el transcurso de una discusión	0	1	2	3	4	5

23. ¿Besas a tu pareja?					
Varias veces al día (5)	Todos los días (4)	Casi todos los días (3)	Ocasionalmente (2)	Raramente (1)	Nunca (0)
24. Cuando salen a divertirse, ¿cada uno lo hace por separado?					
Siempre (0)	Casi siempre (1)	Algunas veces (2)	Solo cuando es inevitable (3)	Casi nunca (4)	Nunca (5)

Con qué frecuencia...	Nunca	Menos de una vez al mes	Una o dos veces al mes	Una o dos veces a la semana	Una vez al día	Más a menudo incluso
25. ¿Tenéis un intercambio enriquecedor de ideas?	0	1	2	3	4	5
26. ¿Os reis juntos?	0	1	2	3	4	5
27. ¿Dialogáis tranquilamente sobre cualquier cosa?	0	1	2	3	4	5
28. ¿Trabajáis juntos en un proyecto?	0	1	2	3	4	5

Hay algunas cosas en las que las parejas están a veces de acuerdo y a veces en desacuerdo. ¿Con qué frecuencia, en la actualidad, las siguientes cuestiones son motivo de discordia o diferencias de opinión entre tú y tu pareja?

29. Demasiado cansancio para practicar sexo.					
Varias veces al día (0)	Todos los días (1)	Casi todos los días (2)	Ocasionalmente (3)	Raramente (4)	Nunca (5)
30. Ausencia de muestras de cariño					
Varias veces al día (0)	Todos los días (1)	Casi todos los días (2)	Ocasionalmente (3)	Raramente (4)	Nunca (5)

31. A continuación aparecen números que representan grados diversos de felicidad en la relación de pareja. El punto 3: satisfecha, representa el grado de felicidad de la mayor parte de las relaciones. Rodea el que describa mejor el grado de felicidad, tras hacer un balance global, de tu relación de pareja.

0	1	2	3	4	5
Muy insatisfecha	Bastante insatisfecha	Un poco insatisfecha	Satisfecha	Muy satisfecha	Extremadamente satisfecha

32. Elige una sola frase, la que describe mejor tus sentimientos acerca del futuro de tu relación de pareja:

5	Deseo de todo corazón que nuestra relación tenga éxito y haría lo imposible por conseguirlo.
4	Deseo muchísimo que nuestra relación tenga éxito y haré todo lo que pueda por conseguirlo.
3	Deseo mucho que nuestra relación tenga éxito y pondré de mi parte lo necesario para conseguirlo.
2	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero no puedo hacer mucho más de lo que ya hago para conseguirlo.
1	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero me niego a hacer más de lo que ya hago ahora para contribuir a que mi pareja vaya bien.
0	Nuestra relación nunca podrá ser un éxito. No hay nada más que yo pueda hacer para preservarla.

Los ítems con escalas inversas (16, 17, 20, 21, 22, 24) se debe a que su redacción está en negativo.

DIMENSIONES:

Dimensiones	Ítems	N° de ítems	Sumatoria
1.- Consenso cognoscitivo	1 – 15 / 25 - 28	19	95
2.- Armonía emocional	16 - 22	7	35
3.- Expresión conductual de afecto	23 – 24 / 29 - 30	4	20
4.- Satisfacción afectivo / sexual	31 - 32	2	10
		32	160

El ajuste diádico se expresa a través de esta escala final de manera global:

CATEGORÍA	PUNTAJE TOTAL
Muy bajo.	0 – 32
Bajo.	33 – 64
Medio.	65 - 96
Alto.	98 – 128
Muy alto	129 - 160

VALORES POR DIMENSIONES

DIMENSIONES	ESCALA				
	Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
1.- Consenso cognoscitivo	0-19	20-38	49-57	58-76	77-95
2.- Armonía emocional	0-7	8-14	15-21	22-28	29-35
3.- Expresión conductual de afecto	0-4	4.1-8	8.1-12	12.1-16	16.1-20
4.- Satisfacción afectivo / sexual	0-2	2.1-4	4.1-6	6.1-8	8.1-10

ANEXO 4. ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Autor: Gismero González Elena (2002)

Nombre:

Edad:

Fecha:

Sexo:

INSTRUCCIONES: A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

<p>A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría. B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos</p>
--

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido.	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas , oficinas, etc. para preguntar algo.	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado (a).	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga(o) por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se cómo "cortar " a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con una personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo(a) que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A B C D

28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A B C D
30. Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados.	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
Total	

Normas en percentiles de la Escala de Habilidades Sociales (EHS), de Gismo, E.

Pc	Habilidades Sociales	Autoexpresión en Situaciones Sociales	Defensa de los propios derechos como consumidor	Expresión de Enfado o Disconformidad	Decir No y Cortar Interacciones	Hacer Peticiones	Iniciar Interacciones Positivas con el sexo opuesto
99	119-122	32		15-16		20	20
98			20			20	20
97	118	31	19		24	20	19
95	114	30		15	23	19	19
90	111		17	14	22	19	18
85		29				18	17
80	106	28		13	21	17	16
75	103	27			20	17	
70	100		16		19		
65				12			
60	96	26	15			16	15
55	95	25			18		14
50	94	24		11	17		13
45	92		14		16	15	
40	89	23					
35	88	22		10	15		12
30	85	21	13		14	14	
25	84	20		9	13		
20	81	19				13	11
15	78			8			10
10	75	18	12	7	12	12	9
5		17	10	6	10	11	8
3	72	16			9	9	6
2	69	15	9		8	8	5
1	58-69	14	8	5	6	7-8	5