

Qué son las relaciones OWC y por qué cada vez más parejas deciden verse solo los fines de semana

15/02/2025



Entre la carga laboral, el estrés que provoca la rutina y la necesidad de tener espacio personal, se empezaron a entablar en el último tiempo relaciones más relajadas y menos demandantes. Además de las Living Apart Together (LAT), una de las formas de vincularse que más creció son las **OWC**, cuyas siglas en inglés significan *Only Weekend Couples* y refieren a aquellas **parejas que únicamente se ven los fines de semana**.

Se trata de un tipo de lazo monogámico que **prioriza la independencia** y se enfoca en **la calidad de tiempo** que se comparte, no tanto en la cantidad. “Así los momentos que estamos juntos son porque realmente lo elegimos y **hay un deseo real de verse**”, expresó Camila en diálogo con TN.

Antes, la idea de verse en esos momentos estaba asociada a las relaciones a distancia. Pero ahora, estas parejas viven en la misma ciudad o a pocos kilómetros y aun así elegir solo encontrarse los fines de semana para **dedicar de lleno su tiempo en el otro** y mantener su autonomía el resto de los días.

“Este modelo se volvió un poco más visible en los últimos 10 años, acompañado de todos los cambios que hubo en las dinámicas de pareja y a nivel social, donde justamente hay una **mayor puesta en valor del tiempo para uno**, para el desarrollo profesional y personal. También una mayor flexibilidad en los vínculos afectivos y a la vez una especie de jerarquización entre estos vínculos y otros, como las amistades”, explicó a **TN** la psicóloga y sexóloga **Noelia Benedetto**.



Se trata de un tipo de lazo monogámico que prioriza la independencia y se enfoca en la calidad de tiempo. (Foto: Adobe Stock).

Por qué cada vez más parejas eligen mantener un vínculo solo de fin de semana

Según detalló Benedetto, hay varios motivos detrás de la elección de una pareja que decide verse únicamente los fines de semana.

- **Autonomía e independencia:** cada persona mantiene su espacio, su rutina y sus compromisos sin necesidad de adaptar su agenda a la convivencia, lo que puede resultar en **encuentros de mayor calidad**. Este modelo puede funcionar bien para quienes buscan equilibrio entre autonomía personal y una relación afectiva significativa, sin renunciar a una conexión interior profunda.
- **Menos desgaste:** la convivencia puede generar conflictos y discusiones por temas domésticos, algo que se evita al no vivir en la misma casa o no verse tan seguido. En concreto, **reduce** las posibilidades de que la relación caiga en **la monotonía**.
- **Flexibilidad:** este modelo se adapta a diferentes circunstancias, como trabajos con horarios opuestos o personas con estudios o responsabilidades, como la crianza compartida.
- **Posibilidad de extrañar:** mantener dinámicas separadas y no compartir todo el tiempo genera un deseo creciente por el otro, lo que puede aumentar la excitación y reducir la monotonía. Darse el espacio de extrañar y **esperar con ganas el encuentro**.
- **Creatividad en los encuentros:** el tiempo limitado favorece la planificación y creatividad en las citas y encuentros sexuales, potenciando la comunicación, la conexión y la imaginación para llevar adelante planes divertidos.

- **Espacio para la autoexploración:** el tiempo a solas también permite la **privacidad** y el **autoconocimiento**, creando un espacio para la masturbación, el consumo de contenido erótico y el experimento.

De extrañarse a disfrutar momentos solos: testimonios en primera persona

Analía (26) y **Nicolás** (27) están en pareja hace 5 años y los separan 10 kilómetros. Ambos tienen rutinas laborales muy cargadas, lo que llevó a que implementaran este tipo de vínculo.

Ella trabaja cuatro veces por semana de manera presencial y una virtual; mientras que él va presencialmente de lunes a viernes, algunos sábados, domingos e incluso feriados. “Los días de trabajo presencial son mucho más largos para mí porque tengo bastante viaje de ida y vuelta. Y Nico, cuando vuelve, generalmente sigue trabajando en proyectos paralelos entonces esto **se fue dando más que nada por los tiempos de cada uno**”, relató.

En ese sentido, describió: “Me considero una persona bastante solitaria y durante la semana suelo preferir estar sola para poder organizarme con mis cosas. Descansar un buen rato después del trabajo porque llego agotada; limpiar y ordenar, cocinar para la cena y preparar comida para llevarme a la oficina el día siguiente. También **disfruto de tener momentos sola** como sentarme a ver una serie o hacer absolutamente nada”.

Para ella, esta modalidad les permite tener su espacio de pareja por fuera de la rutina: “Además, a veces también está bueno ‘extrañarse’ para disfrutar mejor y **compartir tiempo de**

calidad juntos cuando nos vemos. No nos parece que estemos descuidando el vínculo al manejarnos de esta forma, sino que de esta manera podemos **mantener un equilibrio entre la vida personal y la vida en pareja**".

Sabrina y Martín (ambos de 36) llevan más 15 años juntos, la mitad de la vida. Y encontraron la forma de no caer en la monotonía buscando su momento juntos los fines de semana.

"Estamos, aproximadamente, a 60 kilómetros de distancia. **Durante la semana** tenemos nuestra rutina de trabajo, entrenamiento y demás. A eso hay que sumarle que nuestros **horarios están muy cruzados**, entonces no solo no nos quedan muchas horas 'disponibles' para vernos, sino que **coordinar y coincidir no es fácil**, por eso los fines estamos juntos", contó.

De acuerdo a lo que indicó, la relación OWC se dio desde el inicio -sin saber que lo ponían en práctica- y actualmente se sigue dando de manera natural: "Cuando empezamos a salir, ambos éramos estudiantes y teníamos un croquis de horarios, nos veíamos en la medida que podíamos. Y después la vida. **No priorizamos la cantidad de tiempo que nos vemos, sino la calidad del tiempo que pasamos juntos. Entonces la pareja se convirtió en un plan**".



Al verse únicamente los fines de semana, esperan con ganas el momento de encontrarse y dedicarle su tiempo completo al otro. (Foto: Freepik)

En el caso de **Camila** (37) y **Federico** (40), están a solo 4 kilómetros de distancia. Ella en Almagro; él en Caballito.

Él trabaja freelance y no tiene horas y días preestablecidos; ella, en cambio, va todos los días en el turno tarde-noche con una rutina fijada: “Esta situación ayuda porque ninguno tiene horarios convencionales, entonces los dos entendemos que podemos estar trabajando”. Además, ambos van al gimnasio, visitan a sus familias y les gusta disfrutar de su tiempo con amigos.

“Nos vamos organizando en función de todo eso. Lo elegimos así por las obligaciones que tenemos los dos, por la carga laboral, porque **nos da más libertad** para tener nuestras propias actividades diarias y **también para extrañarnos un poco**”, argumentó Camila.

Dentro de los beneficios que planteó, remarcó la no cotidianidad: “Uno oxigena mucho más la cabeza así, no es que llegás a casa todos los días y descargás siempre en esa persona. Es una elección consciente y **vemos como otro tipo de**

vínculos cercanos a nosotros se van desgastando por cuestiones de la rutina y del tiempo que se pasa al lado de la otra persona, de no poder tener espacios propios para las individualidades”.

“Tenés tus tiempos solo es muy importante, disfrutar del espacio, del silencio y de las cosas que te gustan. Todo eso también **te hace llegar con muchas más ganas** al momento del encuentro. Así los momentos que estamos juntos son porque realmente lo elegimos y **hay un deseo real de verse**. Creo que esta modalidad fortaleció el vínculo y a nosotros desde hace seis años que nos funciona”, cerró.