

SEXUALIDAD / TENDENCIAS

¡Comprobado! La relación sexual ideal no excede los 13 minutos.

El Ciudadano · 2 de octubre de 2015





El **sexo** debe ser una de las áreas sobre las que rondan muchos prejuicios. Aquel que habla del macho semental viril de las montañas es uno de ellos, un ideal que es completamente absurdo y ridículo y que se aleja por completo de la realidad.

Muchos hombres cargan con él a sus espaldas, y lamentablemente el afán de conseguir desempeñarse en la cama como semejante espécimen de la masculinidad exagerada causa ciertos trastornos sexuales y frustraciones que no son fáciles de combatir. Uno de estos problemas es el de la **duración del acto sexual**.

Pero la realidad se aleja mucho del concepto de relación sexual que habita en las mentes de algunos. Lo cierto es que, tal como indica una investigación llevada a cabo por la Universidad de Pensilvania, la duración sexual ideal en la práctica **no excede los 13 minutos**, contrariamente a esa idea de “cuanto más larga mejor”.

Encuestando a profesionales que han tratado a pacientes de disfuncionalidades y trastornos (físicos y psíquicos) sexuales durante muchos años, los encuestados llegaron a la conclusión de que **la duración del acto sexual ideal va entre los tres y trece minutos**.

Los autores de este interesante estudio lo han ideado para derrumbar toda esa serie de mitos que rondan al sexo y al desempeño del hombre en la cama, los cuales tienen implícita una fuerte connotación machista que carece de total sentido si tenemos en cuenta que en la más hermosa relación sexual ambas partes se sienten cómodas y en un mismo pie de igualdad.

Estudios como este sirven para erradicar todos los temores y frustraciones que giran en torno a las personas que se creen incapaces de tener una relación sexual adecuada. Lo cierto es que somos todos distintos, e investigaciones como esta son muy útiles para hacer que las personas ganen respeto en relación a sí mismos y comprendan que su desempeño sexual es valorable.

Vía: <http://www.sabiasundato.com>

Fuente: El Ciudadano