

SEXUALIDAD / TENDENCIAS

Descubre cuáles son los errores que cometes en tu vida sexual e íntima

El Ciudadano · 7 de octubre de 2015





Sin que te des cuenta, algunos hábitos o actitudes pueden dañar la relación con tu **pareja** en la intimidad, a tal punto que lo mejor es la separación. Para que no te pase esto, debes conocer los errores en la **vida íntima**, así evitarás que se acabe la pasión.

De acuerdo con **Cory Silverberg**, investigador y educador sobre intimidad, tener una **vida íntima placentera** y satisfactoria depende de cada persona; sin embargo, a menudo se cometen errores que impactan en la relación y que ocasionan una mala intimidad.

¡EVÍTALOS!

Si quieres disfrutar de una intimidad sana y llena de pasión, sólo debes evitar los siguientes errores.

1. COMPARARTE CON LOS DEMÁS

Cada persona es diferente, tanto física, mental y emocionalmente. Por ello debes evitar las comparaciones en el sexo.

Mejor enfócate en lo que sientes, lo que quieres y en tus emociones. No olvides preguntar lo que quiere y necesita tu pareja para que estén en armonía y lograr altos niveles de placer.

2. DESCUIDAR TU CUERPO

Ama y cuida tu cuerpo. Olvídate de lo que dicen los medios, las películas sobre la apariencia que debes tener para disfrutar de la vida íntima.

Cory Silverberg explica: “No importa cómo sea tu cuerpo, tu intimidad es parte de él”.

3. TOMAR LOS CONSEJOS DE INEXPERTOS

Muchas veces para enriquecer tu vida íntima quieres retomar los consejos de los demás, pero, ¿quién te garantiza que pasó realmente?

Si quieres mejorar tu vida íntima, lo mejor es que te acerques a especialistas en el tema.

4. FALTA DE INFORMACIÓN

Evita la ignorancia íntima. Si tienes dudas, pregunta a algún especialista. A veces por vergüenza a preguntar expones tu salud a muchos riesgos.

5. DEJAR QUE EL MIEDO TE INVADA

Tener una **vida íntima plena** y satisfactoria no tiene nada de malo, así que elimina de tu mente todos tus miedos.

Sé más abierto con tu pareja respecto a tus deseos, fantasías y lo que esperas en la relación íntima. De esta manera ambos gozarán de su vida íntima y se sentirán más seguros y confiados.

Vía: <http://elpeaton.net>

Fuente: [El Ciudadano](#)