

**SEXO OPOSTO**

## Quatro verdades sobre sexo (quando você é comprometido)

Por Danilo Barba | **Sexo Oposto** – sex, 3 de out de 2014 00:06 BRT

Compartilhar

67

Imprimir



Fonte: Think Stock

Assim como o amor, romance e casamento, nossa cultura é repleta de equívocos sobre o que é real, saudável e sustentável num relacionamento sexual de longo prazo. Partilhamos o pensamento de que “devemos” nos sentir loucamente apaixonados por nossos parceiros todos os dias por toda a eternidade e que “não se deve” experimentar estados normais, como dúvida ou ansiedade, quando estamos com o parceiro “certo”. Assim é com o romance: alimentamos a crença de que se você não está fazendo sexo excitante três vezes por semana há algo errado com seu namoro (casamento ou o que for).

Então, aqui vão algumas verdades sobre o sexo — verdades que você geralmente não encontra nas revistas — que vão mudar sua perspectiva em relação ao amor e, quem sabe, te tornar menos ansioso, inseguro e envolvido pela tal fantasia do “ideal”.



Fonte: Think Stock

### **1) Uma vida sexual saudável é o que funciona para vocês dois**

Segundo o site MindBodyGreen.com, para alguns casais, ter uma vida saudável pode significar transar ao menos três vezes por semana e para outros pode significar ir pra cama uma vez por mês. Somos todos ligados de formas diferentes, e todos os casais desse planeta carregam uma única definição das suas necessidades que não será replicada em nenhum outro relacionamento. Por isso, não adianta comparar a sua relação com a do irmão,

vizinho, amigo, tio, avô. Nem se for só para tomar como base. Esqueça essa de que a “grama do vizinho é mais verde”. Ela é mais verde quando você não sabe valorizar a sua “grama”.

### **2) Geralmente há um parceiro mais necessitado e um menos necessitado**

Quase sempre há um parceiro que tem maior desejo sexual e um que tem menor. Tendemos a pensar que os homens são sempre os parceiros mais necessitados por sexo, mas isso nem sempre é verdade. Aliás, isso muda de relacionamento para relacionamento. Em outras palavras: se você era o perseguidor no relacionamento passado e agora é o que se distancia, isso significa que antes você era o parceiro mais necessitado e agora é o menos. Assim como acontece em todos os aspectos da vida em casal, o desafio é encontrar formas criativas de crescer em direção ao outro e ao mesmo tempo preservar sua individualidade.



Fonte: Think Stock

### **3) Sexo não é só o que acontece na cama**

Numa cultura que gosta de categorizar e compartimentar, muitas pessoas acreditam que o sexo é apenas o que acontece entre os lençóis. Essa forma de pensar invalida os carinhos, flertes, beijos, e todas as outras formas de afeto sexual que podem preencher os tempos entre o que normalmente pensamos ser sexo de verdade. Portanto, ao avaliar sua vida sexual, pense a partir de uma perspectiva mais completa, incluindo todas as

interações sexuais.

### **4) Sexo não tem só a ver com resultado**

Da mesma forma, em nossa cultura orientada para os objetivos e realização tendemos a acreditar que “o sexo não conta” a menos que as duas pessoas atinjam o orgasmo. Mas que visão limitada! O sexo é beijar,

tocar e acariciar. E mais do que tudo isso, uma relação sexual realmente saudável é aquela em que ambas as pessoas se sentem seguras para expressar e explorar sua sexualidade juntas. A segurança emocional sempre impede uma conexão sexual verdadeira. Ficar deitados nus juntos e simplesmente abraçados pode ser um dos momentos mais vulneráveis e bonitos que um casal tem. Mesmo sem a penetração em si.

A questão é que a maioria dos casais durante uma relação de longo prazo irá experimentar dificuldades em relação ao sexo em algum momento. Só de saber isso, em vez de se comparar com a falsa fantasia de que todo mundo tem uma vida sexual sem falhas, livre-se da vergonha e abra espaço no relacionamento para falar sem papas na língua sobre qualquer assunto.

Como sempre, quanto mais aceitação você trazer para quem você é e como vocês dois se relacionam um com o outro, mais prazer e satisfação vocês irão encontrar em todos os aspectos do relacionamento.

**Leia também:**

**Sexo só depois do casamento!**

**Benefícios do sexo oral para as mulheres**

**Sexo só depois do casamento!**

**Etiqueta na primeira transa**