

## ¿ SEXO ?

### ...Síííí, Por Favor

Es cierto que la sexualidad ha cambiado mucho en los últimos años, pero también es cierto que sigue siendo un mundo complicado para la mayoría de personas.

Ante la pregunta: ¿A ti te gusta el sexo?,

Casi todas y todos respondemos que sí. Pero si nos preguntamos a nosotros/as mismas/os si estamos contentas/os con nuestra sexualidad, muchas y muchos responderíamos que nos gustaría mejorar.

¿Cómo podemos mejorar nuestra vida sexual?

Si ya tenemos claro que queremos tener una vida sexual mejor, es probable que nos tengamos que quitar un montón de "valores" que nuestro entorno socio-cultural nos ha ido metiendo en torno a la sexualidad.

Se trata de ver las posibilidades sexuales que nos ofrece nuestro cuerpo y cómo podemos relacionarnos con otras personas para conseguir salud, **placer** y **diversión** a través de nuestra sexualidad.

Las acciones que podemos realizar para disfrutar y hacer disfrutar del sexo son muchísimas. La regla de oro es "ESTAR DE ACUERDO EN LO QUE SE DESEA HACER", y para cumplirla es importante una buena **comunicación**.

A continuación enumeramos una serie de posibilidades sexuales, pero recuerda que puede valer todo lo que se te ocurra que te pueda gustar siempre y cuando no haya ningún tipo de coacción entre las/los participantes:

- Podemos chupar, besar, lamer, tocar, mordisquear, apretar, arañar cualquier parte del cuerpo.
- Te puedes masturbar sola/o. También delante de tu pareja. O podéis masturbaros mutuamente, a la vez o por turnos.
- Puedes usar lubricante o no hacerlo.
- Puedes vendarte los ojos o vendárselos a tu pareja.
- Podéis poner un espejo donde veros mientras os amáis.
- Podéis poneros ropas fantasía para representar algún papel: lencería transparente, disfraces...
- Podéis jugar a la dominación: uno ordena y otro obedece.
- Podéis ver películas estimulantes juntos, o leer novela erótica.
- Podéis ofreceros mutuamente un streap tease.
- Podéis Visitar una tienda erótica y elegir algún juguete que os gustaría probar.
- Podéis elegir lugares diferentes para amarnos...

Ya sabéis, lo importante es aprender a disfrutar de nuestra sexualidad, para ello tenemos que conseguir una buena **COMUNICACIÓN**, tanto con

nuestro propio cuerpo como con la persona con la que nos relacionemos y con el objetivo de conseguir para ambos **PLACER Y DIVERSIÓN**.

**SEX HAIZEGOA INFORMA**

[www.sexoguay.com](http://www.sexoguay.com)