



¿Ansiosexualidad? El estrés por el sexo existe

Descripción



“No tengo ganas, estoy muy estresada”, si alguna vez le has dicho esa frase a tu pareja durante el sexo, es posible que estés sufriendo de ansiedad. Es un trastorno que puede tener dos aspectos: primero, que el sexo en sí da miedo, y segundo, que pierdes el deseo en momentos de gran estrés.

En teoría, el sexo es una actividad placentera diseñada para disfrutar, olvidarse de los problemas y divertirse. Cuando se convierte en una actividad que provoca malos sentimientos, surge el agobio y el estrés cuando surge el problema.

Video.

¿Qué es asexual?

Hay personas que consideran fundamental que todo vaya bien en las relaciones sexuales, es decir, que se encuentren en un estado de estabilidad física y emocional. Cuando ocurre lo contrario, no se sienten cómodos y, por lo tanto, lo último que quieren es tener relaciones sexuales mientras están en un estado de desequilibrio.

El problema surge cuando no se gestionan estas emociones y el estrés del día a día desborda la situación. Si ese fuera el caso, nunca tendríamos relaciones sexuales ya que la vida agitada a la que estamos acostumbrados nos persigue todos los días.

Fecha de creación

marzo 2023