



¿Es malo que te masturbes?

Descripción

La masturbación te ayudará a conocer tus gustos en el sexo y además descubrir esos secretos que podrás aplicar en la cama con tu pareja, pero cuidado, que el exceso puede perjudicar tu salud y vida cotidiana.

SANTIAGO.- Es un verdadero mito que la masturbación es mala para la salud de la mujer, y es justamente porque años atrás todo lo relacionado con el sexo, era visto como un pecado. Es por ello que muchas de nosotras partimos en la adolescencia con la masturbación como un completo secreto, donde solo aplicamos nuestros dedos para realizar esta actividad.

Es importante que sepas que es totalmente normal que lo hagas, porque incluso te ayudará a conocer tu cuerpo, sabrás manejarlo mejor al momento de enfrentarte a tu pareja aumentando los estímulos y también podrás saber de forma precisa los gustos que tú tienes en la cama.



Masturbación femenina

Lo Bueno:

El Congreso mundial de Sexología de Valencia, demostró que la masturbación tiene beneficios que permiten mejorar la vida sexual y la salud de la persona, como:

* La persona puede conocer con detalle sus zonas erógenas y los puntos de su cuerpo que mayor

placer le generan. Una forma ideal de mejorar sus encuentros sexuales.

* Desarrolla un efecto relajante tanto físico como emocional. Facilita la descargar tensiones.

Lo Malo:

Es muy importante que sepas que la masturbación se puede volver adictiva al igual que una droga y ante estos casos debe ser tratado por especialistas en sexología y psicología para superar la adicción, es por ello que debes saber controlarlo:

Los signos que evidencian una adicción son:

- * Necesidad de masturbarse constantemente hasta el punto que interfiere en la vida cotidiana.
- * La necesidad de masturbarse de manera incontrolable. Realizarlo en situaciones o contextos inapropiados como lugares públicos, trabajo, clase o frente a otras personas, etc.
- * No poder pasar un tiempo prolongado sin recurrir a la masturbación.
- * Aparición de lesiones en la zona genital como irritación, inflamación y enrojecimiento y molestias en las manos y muñecas.

Fecha de creación

septiembre 2015