



# A quina edat les relacions sexuals de les dones són més satisfactòries?

[inicentrareport]Avui dia hi ha la creença de què el millor sexe de la nostra vida el tindrem al voltant dels 20 anys. Moltes persones, sobretot les dones, **s'han vist influenciades i pressionades per aquest pensament i creuen que han d'aprofitar aquests anys de vida** perquè després les seves relacions sexuals deixaran de ser tan satisfactòries.

Un recent estudi, però, ha demostrat que, en realitat, **l'edat en què les dones tenen el millor sexe queda lluny dels 20 anys**. Es va entregar un qüestionari a dones de totes les edats sobre la qualitat del sexe que havien tingut en les últimes setmanes i la satisfacció que havien sentit. El resultat va ser que només **el 56% de les dones joves, al voltant dels 23 anys, estaven satisfetes. Mentre que el 76% de les dones que tenien més de 40 anys se sentien totalment satisfetes**.

L'edat d'or del sexe femení són els 36 anys, ja que **el 86% de les dones que es trobaven a prop d'aquesta edat van reportar haver tingut sexe de qualitat en les últimes setmanes**. Els experts creuen que això es deu al fet que és en aquesta edat quan l'autoconfiança és més elevada, ja que la mateixa investigació demostra que el 80% de les dones més grans es consideraven sexis.

Per tant, la clau està en l'**autoestima**. Aquesta t'ajuda a sentir-te més atractiu/va i a respectar les teves necessitats. Et permet demanar amb claredat allò que vols al llit, sense por i sense vergonya.

[ficentrareport]