



# Com d'important és tenir sexe amb la teva parella?

[inicentrareport]El sexe és important, però no imprescindible. **Hi ha parelles que en tenen cada dia i hi ha d'altres que en tenen dos cops al mes, i no és res dolent.**

Al final, el sexe té la importància que se li vulgui donar. Com expliquen des de *Men's Health*, s'ha de pensar en el sexe com qualsevol altre valor compartit: **"si un dels membres de la parella vol ser pare algun dia i l'altra no vol tenir fills pot ser que no siguin la millor parella".**

És a dir, els problemes sorgeixen en el moment en què una persona de la parella dona molta més importància al sexe que l'altra. **Si totes dues estan d'acord en tenir poc sexe o en tenir-ne molt, no hi haurà cap problema.**

També cal tenir en compte que la libido no és constant i que **hi ha èpoques en què ve més de gust tenir sexe que d'altres.** L'estrès, els desequilibris hormonals, una mala alimentació, poca salut física, certs medicaments... són algunes de les coses que poden influir en el desig sexual.

Així doncs, en el moment que hi hagi una discrepància en el sexe s'ha d'intentar descobrir quin és el motiu. **"Una vegada hakis identificat la desconexió, parla sobre com et fa sentir i explora solucions que ajudin a satisfer a tots dos",** recomanen des del mateix mitjà.

[ficentrareport]