



# No tens ganes de tenir sexe amb la teva parella?

[inicentrareport]Que no et vingui de gust tenir sexe és la cosa més normal del món, així que **deixa de culpar-te**.

La societat ens ha fet pensar que si no tenim sexe amb la nostra parella és perquè alguna cosa no va bé, però és totalment mentida. **Factors com l'estrès, l'ansietat o el cansament afecten molt el desig sexual.**

Així doncs, cal entendre que **el desig fluctua** i que hi haurà èpoques on tindràs més ganes de tenir sexe que d'altres.

Si et trobes en una època en què no tens massa ganes i vols recuperar-les, el primer que has de fer és prestar atenció a les coses que fas amb la teva parella. **Seguiu tenint cites? Us tireu la canya? Passeu temps de qualitat?**

Organitzar plans que alimentin el vostre desig és molt important, però recorda que **és igual d'important que cuideu el vostre amor fora del sexe** i que respecteu els temps de l'altre.

**El sexe no ho és tot!**

[ficentrareport]