CONSULTORIO | | Actualitzat el 24/04/2017 a les 11:29

«¿A parte de la masturbación puedo hacer otra cosa para calmar las ganas de sexo?»

Esta es la pregunta que nos llega de un chico de 17 años y que seguro que os habéis preguntado más de una vez:

PREGUNTA

Hola, me gustaría hacer una pregunta al consultorio:

¿Qué puedo hacer para calmar las ganas de sexo que no sea la masturbación? Soy un chico de 17 años, por si eso ayuda a la gente a comentar alguna solución a parte de la que me podáis dar vosotros. ¡Muchas gracias!

RESPUESTA

¡Hola!

Sin duda, la mejor forma de liberar tensión sexual cuando está uno solo es la masturbación. Masturbarse tiene muchos beneficios: te ayuda a explorar tu propio cuerpo, a saber qué te gusta, a liberar tensión sexual... Sobre tu pregunta, para 'quitarnos' las ganas de sexo lo mejor es masturbarse o tener relaciones sexuales. ¡Durante la adolescencia es muy normal tocarse con frecuencia ya que piensa que las hormonas están disparadas!

Si no quieres masturbarte directamente puedes hacerlo de otras formas (puedes frotarte, por ejemplo). Lo mejor es que lo hagas en un momento en el que sabemos que podrás hacerlo tranquilo, sin que nadie te moleste.

Si por ejemplo esas ganas de sexo te vienen cuando no puedes masturbarte (porque tal vez estás en clase, en la calle, en el transporte...) y tienes que dejarlo para más tarde, puedes intentar mantener tu mente ocupada para que no piense en cosas que te exciten en ese momento (repasa lo que has hecho en clase, intenta memorizar cosas, juega a algo en el móvil...).

¡Esperamos que nuestra respuesta te haya servido de ayuda!

¿Quieres hacernos una pregunta anuestro consultorio sobre amor, sexualidad, amistad, estudios, salud o problemas? Pues envíanos un mensaje privado a nuestro Facebook, Instagram o Twitter (es anónimo, no diremos tu nombre).