

---

## La intimidad en las primeras relaciones sexuales en la adolescencia

La falta de intimidad impide que una joven pareja disfrute de sus primeras relaciones sexuales. Muy a menudo, los jóvenes adolescentes no tienen un espacio privado para encontrarse y, sin prisas, explorarse y disfrutar del sexo. La mayoría de la veces las relaciones son rápidas y nerviosas en lugares inadecuados o en la casa del novio o de la novia con los padres a punto de llegar.

Así que es muy importante preparar un lugar propicio donde podáis estar relajados y hacer el amor con calma. Explorar la sexualidad con tranquilidad ayudará a los chicos a no eyacular antes del tiempo o a no tener problemas de erección. Las chicas adolescentes que viven situaciones sexuales muy nerviosas y con prisas suelen sentir más dolores en la penetración y no alcance un nivel más intenso de placer por la tensión.

La prisa en el sexo causa ansiedad y dolores

Por eso, la intimidad es un factor muy importante en las primeras relaciones sexuales. La prisa puede llevar a la ansiedad y la angustia. Se necesita tiempo para encontrar la intimidad y expresión natural de sentimientos sexuales. Hay que buscar un espacio propio para relajarse y disfrutar del momento.

La sexualidad es una necesidad biológica, natural como comer o dormir. Si nos sentimos bien, relajados y tranquilos podemos apreciar las cosas buenas de la vida. Del mismo modo, al desarrollar una sexualidad natural y serena con el tiempo y espacio adecuados, vas a tener más placer con el sexo, principalmente en la primeras e inolvidables relaciones sexuales.