Domingo 19 de mayo de 2013

Edición impresa

RAMPOLLA Y UN LIBRO PARA NO CAER EN EL ABURRIMIENTO DE LA PAREJA

Hacia un matrimonio estable y feliz

La mediática sexóloga dice que al final del día las personas buscan estar acompañadas. "Todos tenemos la ilusión de que eso dure toda la vida, lamentablemente no siempre ocurre y por eso quise reflexionar sobre cómo armar algo que valga la pena".

BUENOS AIRES (Télam) -- La sexóloga Alessandra Rampolla por primera vez se aleja de lo estrictamente sexual y en su nuevo libro *"Juntos y revueltos ¿Para siempre?"*, que presentó este mes en la Feria del Libro de Buenos Aires, brinda consejos sobre maternidad, menopausia y estrés, a la vez que explica cómo crecer y divertirse en pareja a pesar de los años.

La edición de Sudamericana es una respuesta a los lectores que durante largo tiempo le pidieron tips al respecto.

"Aquí explico cómo hacer para no llegar al aburrimiento antes de estar en el aburrimiento", dice Rampolla.

"La pareja tiene que ser un lugar donde sentirse querido y contenido pero también tiene que incluir un fuerte factor de erotismo, aunque hay mucha mala fama que dice que cuando te casas el sexo se convierte en aburrido y todo termina en caos", se ríe la portorriqueña.

Rampolla consideró necesario escribir este libro después de terminar con una importante relación sentimental.

"Al final del día las personas buscan estar acompañadas y creo que todos tenemos la ilusión de que eso dure toda la vida, lamentablemente no siempre ocurre y por eso quise reflexionar sobre cómo armar algo que valga la pena.

"Al terminar con mi matrimonio me sentí terrible porque tuve que reevaluar un montón de conceptos en mi vida. Hipotéticamente yo era la experta pero tuve que replantearme situaciones dolorosas porque, sin querer, me había dejado llevar por el negativismo colectivo", recuerda.

Algunos de los temas que trata en estas páginas son la diferencia entre amor, enamoramiento y desenamoramiento; la búsqueda de un hijo, la infertilidad, el sexo durante el embarazo y el sexo tántrico, la relación entre padre y amante o la andropausia.

Con consejos realizables por cualquier mortal --testimonios, tests y algunos ejercicios--, la autora de *"La diosa erótica"* se centra en la efectiva comunicación de la pareja, "una regla económica que se aplica maravillosamente al amor y las relaciones. El 80 por ciento de todas las frustraciones están causado por un 20 por ciento de problemas ciertos".

La comunicación efectiva, según remarca, alivia, abre la posibilidad de cambio, brinda sensación de logro, mayor compromiso e intimidad y resguarda la conexión emocional además de mantener la pareja saludable y hacerle bien a la vida sexual.

"Todos me conocen como sexóloga, pero en este caso es la primera vez que a mi trabajo le sumo un contexto de pareja y me alejo un poco de las técnicas crudas, para empezar a pensar por ejemplo como rayos elijo o cuido al novio".

También afirma estar segura de que este libro es el más completo que escribió porque la volvió a conectar con su faceta de terapeuta matrimonial y con ayudar a las parejas a afrontar el desafío de vivir el día a día con amor.

Rampolla se despide, tajante: "Hay que elegir a la pareja y tratarla como a nuestra persona favorita en el

mundo, si no es así, no están con la persona correcta. Quienes lean estas páginas seguramente se replantearán su situación sentimental y se encaminarán al camino correcto para tener una pareja estable y feliz".

Sexo después de los 50

El nuevo trabajo de Rampolla también alcanza a las personas mayores, para quienes crean que el sexo se acaba luego de los 50 Rampolla remarca que "ése es el momento para disfrutar a pleno porque hay más comprensión y entonces más diversión", aunque no descuida consejos para superar cuestiones físicas propias de la edad.

[<< Página anterior](#)

© Copyright "Diario La Nueva Provincia S.R.L.". Prohibida su reproducción total o parcial sin expresa autorización.

[A+](#) [A-](#) | [Imprimir](#) | [PDF](#)