

**ACTUALIDAD DEPORTES** **WWW.ELLATINODIGITAL.COM**

**La edad, ¿factor determinante en la sexualidad de la mujer?**

Las mujeres atraviesan por cambios en diferentes etapas de su vida, la fortaleza que las caracteriza les permite adaptarse y renovarse en cada período que viven. Ser consciente de su salud sexual desde temprana edad les ofrece la posibilidad de sentirse libres y seguras para tener experiencias sexuales placenteras.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe a la salud sexual como un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad y señala que se requiere de un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales.

**ANTES DE LOS 25: EL DESCUBRIMIENTO**

Es la etapa en la que aparece la menstruación y las hormonas empiezan a hacer que el deseo sexual aparezca y aumente. Las mujeres en este momento de sus vidas buscan experimentar y conocerse, sin embargo la inexperiencia y el miedo llegan a provocar que algunos de sus encuentros sexuales no sean lo que esperaban y sientan frustración y decepción.

En esta fase que la mujer presenta cambios y comienza a entender cómo su cuerpo va respondiendo ante los estímulos sexuales.

Es importante que desde temprana edad comiencen a ser conscientes del cuidado de su cuerpo y sexualidad.

**ENTRE LOS 25 - 35 AÑOS: AUTOCONOCIMIENTO**

Las hormonas han dejado de cambiar constantemente y empieza el ciclo de la mujer adulta. Durante este periodo la vida sentimental y social comienza a cambiar porque se tiene mayor independencia, es el momento en que una mujer se siente radiante, dueña de su tiempo y sus decisiones. La experiencia que ha adquirido provoca menor miedo al entablar relaciones.

Las mujeres son más seguras de ellas mismas y pueden expresar



sarse sobre lo que les gusta o no, con ello la capacidad de disfrutar durante las relaciones sexuales aumenta, gracias al autoconocimiento.

Según datos de la OMS, la capacidad de una mujer para decidir si quiere embarazarse y en qué momento tiene una repercusión directa en su salud y bienestar. En América Latina el uso de anticonceptivos modernos es del 66.7%.

**ENTRE LOS 35 - 45: ADIÓS PREJUICIOS**

El autoconocimiento y la seguridad para quitarse los prejuicios y experimentar nuevas cosas hacen que una mujer en esta etapa disfrute de una vida sexual en su máxima expresión y exploren su cielo.

Para muchas mujeres es el pico de la sexualidad y se encuentran listas para disfrutar su plenitud sexual sin tabúes, en este periodo de sus vidas tienden a estar

más abiertas a experimentar durante el sexo y aceptan tener un mayor número de fantasías sexuales.

Un estudio realizado por la Universidad de Texas reveló que la edad perfecta de una mujer para disfrutar del sexo es entre los 35 y 40 años.

**DESPUÉS DE LOS 45: PLENITUD TOTAL**

Las hormonas se reducen y se sufren cambios físicos y psicoló-

gicos. La menopausia aparece pero no es sinónimo para detenerse, las mujeres modernas saben que su independencia y valor se encuentra en su personalidad radiante y llena de energía.

De acuerdo a la Universidad de Duke, el ejercicio durante la menopausia ayudará a controlar los cambios hormonales que no sólo afectan los cambios de humor, el comportamiento y las emociones sino también el funcionamiento de nuestro cuerpo.

**¡Alquile su Eficiency!**  
**\$9.95**  
**2 Semanas**

**FRANKL KOMINSKY**  
INJURY LAWYERS

- ✓ Heridas Serias
- ✓ Muerto por Negligencia
- ✓ Accidente de Auto
- ✓ Accidente de Motocicleta
- ✓ Caída por Accidente
- ✓ Accidente de Trabajo
- ✓ Herida de Cerebro
- ✓ Mala Práctica Médica

Disponibles las 24 Horas 7 días a la Semana  
Oficinas en Boynton Beach

**1-855-800-8000**

Contratar un abogado es una decisión que no debe ser basada en publicidad. Antes de contratar un abogado, propóngale a los servicios legales para saber sus cualificaciones y experiencia.

**el Latino SEMANAL**

Unidos podemos ayudar

St. Jude paciente Esmeralda

[www.stjude.org](http://www.stjude.org)

St. Jude Children's Research Hospital **Done ithey!**

**el Latino SEMANAL**

Published by: **VERIFIED CIRCULATION**  
El Latino Semanal Inc.

**El Latino Semanal, Inc.**

PUBLISHER

**Mr. José R. Uzal**  
National Sales Manager

**Sra. Olga Vazquez**  
Relaciones Comunitarias

**El Latino Publishing**  
Diseño Gráfico

**Sergio Sanchez**  
561-601-0674  
Manager de Circulación

**Sr. José Zamora**  
561-951-4983  
DIRECTOR DE VENTAS

**Sr. Eduardo Monzon**  
561-255-3209

**Para Anunciarse**  
Tel.: (561) 835-4913  
Fax: (561) 832-2550

**El Latino Semanal**

Editado en West Palm Beach, FL.

Derechos Reservados,  
El Latino Semanal, INC. 2019

[www.elLatinoDigital.com](http://www.elLatinoDigital.com)  
4404 Georgia Avenue,  
West Palm Beach, Florida 33405

el Latino Semanal is published weekly.  
Periodicals postage paid at West Palm Beach, Florida  
La primera copia es Gratis, las demas cuestan \$1  
The first copy is free, additional copies are at \$1

**Solución Crucilatino**

C	A	M	I	N	O	D	I	O	N	E	A
A	T	O	N	O	S	A	R	R	E	A	R
B	A	N	A	N	A	S	A	L	E		
A	J	A	A	D	A	A	S	T	A		
L	O	C	A	A	Z	A	R	U	D		
A	D	N	A	M	A	L	A	Y	A		
G	A	T	E	A	R	A	D	O	B	A	N
A	P	O	R	T	A	R	A	R	A		
L	I	A	N	E	A	A	C	E	C		
A	S	C	A	I	B	A	O	T	E		
A	R	A	C	A	S	A	R	O	N		
F	U	L	A	N	O	C	A	T	A	N	A
A	T	A	L	I	A	A	S	E	S	O	R

**Rainbow Verticals & Interiors**

Estimados Gratis  
Balances, tornillos, etc. Gratis

Atendido por usted mismo

36 x 50	\$49.99
52 x 50	\$64.99
73 x 50	\$74.99
73 x 84	\$94.99
96 x 84	\$119.99

\*Cortinas verticales  
\*Mini-blinds \*Horizontales  
\*Persianas de madera e imitación \*Cortinas plisadas  
Productos Graber y Kensington

Atendido por nosotros

36 x 50	\$69.99
52 x 50	\$84.99
73 x 50	\$99.99
73 x 84	\$124.99
96 x 84	\$159.99

**PLANTATION SHUTTERS**  
\$29.99 p.c.  
Intalado

Hacemos reparaciones

Ordenes mínimo de \$100.00  
Igualamos el estimado de cualquier otro lugar

**(561) 585-5055**  
7627 S. Dixie Highway, W.P.B., FL 1/4 milla al sur de Forest Hill Blvd.

**El Cid**

**Clínica Veterinaria y Centro Dental**

**Cirugía Ortopédica, Dental y General.**  
Vacunas, Dentales, Laboratorio y tratamientos para Perros y Gatos.

**Dr. Xavier Garcia**

3006 South Dixie Hwy., WPB, Florida 33405  
Tel.: (561) 832-7922 Fax: (561)832-1119

**Abogado Elliot Brooks**

**¿Tuvo un accidente?**

**¡Llame hoy mismo!**  
**561-433-4200**

Yo le ofrezco una consulta gratis directamente conmigo  
Usted no paga un centavo si nosotros no recuperamos dinero de la compañía de seguro o de la persona culpable del accidente.

"Ud. tiene derecho de hablar con su abogado en su idioma, no a través de un traductor.  
Yo hablo español"

Abogado Elliot Brooks

Por Internet: [www.ybplaw.com](http://www.ybplaw.com)  
Por email: [ebrooks@youngbrooks.com](mailto:ebrooks@youngbrooks.com)

1860 Forest Hill Blvd. Suite 201  
West Palm Beach, FL 33406

Contratar un abogado es una decisión importante que no debe ser basada en publicidad. Antes de contratar un abogado tiene derecho a pedir información a cerca de sus cualificaciones y experiencia.