

SEXO X NEGÓCIOS

Laura Müller



Muita gente costuma perguntar se a vida sexual interfere em outras áreas do nosso dia a dia, como no setor profissional. Será que manter uma rotina sexual saudável e prazerosa afeta, por exemplo, o mundo corporativo?

Essa questão é ampla e interessante. Um site de empreendedorismo norte-americano perguntou exatamente isso a seus clientes e usuários. A resposta? Interfere sim, disseram unânimes. Veja uma das afirmações: “Você vai se surpreender ao notar como fica mais feliz, menos negativo e tendencioso a desistir dos sonhos quando se faz sexo”. Outra bem curiosa: “Quando estou na cama, tenho que me concentrar e focar no resultado. Faço o mesmo no trabalho. Então, o sexo, na verdade, me ajuda a manter o foco”.

Mas podemos ir além. Confira alguns dos benefícios que uma vida sexual saudável pode trazer.

✓ **Um novo colorido** – O sexo feito de um jeito prazeroso é contagiante, energizando a vida em qualquer faixa etária.

✓ **Maior motivação** – Esse pique pode se refletir em maior energia e motivação para as tarefas do dia a dia. Não é que vai resolver todos os obstáculos, mas certamente trará injeção de ânimo para seguir em frente.

✓ **Um sentido diferente** – Ao abrir espaço para o afeto e o sexo e integrá-los à rotina tão atribulada, isso mostra-nos que o prazer é importante para o bem-estar do corpo e da mente. A saúde agradece. E o trabalho e os outros compromissos se beneficiam, certamente.

O nosso foco aqui está sendo relacionar algo que vivemos a dois com o restante de nossa vida. Para quê? Para entendermos e valorizarmos o fato de sermos um todo – e não partes.

Explico melhor: apesar de termos vários setores na vida (pessoal, profissional, social, familiar e outros), todos eles se conversam de alguma forma. Quando estamos mal em algum deles, isso contamina os outros.

Por exemplo: ao enfrentar dificuldades na cama,

muitas vezes o homem se sente menos potente na vida como um todo. E é comum perder força também no trabalho, nas relações sociais e em outras áreas. O mesmo ocorre com a mulher: ao não conseguir viver o prazer, ou atingir o orgasmo, muitas vezes tal situação gera um sentimento de menos valia que pode se generalizar para o restante de suas atividades.

O que fazer? Entender que a gente precisa olhar para todos os aspectos do nosso mundo e cuidar com carinho deles.

Quanto à vida sexual, vale buscar informações e ajuda especializada quando necessário; e viver uma constante descoberta dos seus prazeres e dos de quem está ao seu lado. Assim o sucesso nos negócios e a felicidade andarão, de fato, juntos.



Laura Müller é psicóloga clínica, especialista em sexualidade e comunicadora social. É autora dos livros *Altos Papos Sobre Sexo – Dos 12 aos 80 anos* (editora Globo, 2009) e *500 Perguntas Sobre Sexo do Adolescente*. www.lauramuller.com.br ou siga no twitter: @laura_Muller.