



Non c'è nessuna raccomandazione che vieta i rapporti sessuali in gravidanza: quindi niente paura, anzi! Continuate a fare l'amore, il bimbo nascerà più sereno. Il feto infatti non può essere ferito o disturbato in alcun modo.

Pensate che il **secondo trimestre di gravidanza è indicato come il periodo migliore per l'attività sessuale** ! Perché? La pancia non è ancora troppo ingombrante e i disturbi delle prime settimane di gravidanza come nausea, stanchezza e sonnolenza solitamente non si fanno più sentire.

Si dice che nel primo trimestre l'interesse sessuale diminuisca a causa della tempesta ormonale alla quale è sottoposta la donna. Paure e ansie la fanno da padrone, ma nel secondo trimestre la voglia dell'altro torna a livelli stellari.

Si può optare per la posizione carponi della donna, la più istintiva, e scegliere anche soluzioni alternative al rapporto vaginale, se siete avventurose. Anche la classica candela o il cucchiaino sono benvenuti, in quanto la pancia non subisce attriti e la donna è libera di muoversi.