



Erótica Freyja

¿Por qué ya no me siento sexy?

Mini-guía + Test de Reconexión Erótica para Mujeres





Introducción

Quizá nadie te lo ha dicho así de claro:

No es que hayas perdido el deseo... es que te desconectaste de tu identidad erótica.

A muchas mujeres les pasa después de años de cuidar, trabajar, cumplir y sostener. El cuerpo sigue ahí, la piel sigue sintiendo, pero algo adentro se apaga. No porque estés rota, sino porque dejaste de habitarte como mujer deseante.

Este pequeño test no es para juzgarte.

Es para que te reconozcas.





Test...

¿En que estado esta tu identidad erótica?... Lee cada frase y marca la opción que más se parezca a ti.

1

Quando pienso en mi cuerpo, lo primero que siento es...

A) Crítica y exigencia

B) Indiferencia

C) Aprecio suave

D) Deseo o curiosidad

2

Quando alguien me mira con interés sexual...

A) Me incomoda

B) Me da igual

C) Me sorprende

D) Me enciende o me gusta



Test...

3

En mi vida diaria me siento más como...

- A) Cuidadora**
- B) Trabajadora**
- C) Compañera**
- D) Mujer**

4

Mi sexualidad actualmente se siente...

- A) Lejana**
- B) Dormida**
- C) Inestable**
- D) Viva**



Test...

5

Quando tengo tiempo libre...

A) Me lo dedico a otros

B) Me distraigo

C) Descanso

D) Me conecto conmigo

6

Quando me miro desnuda en el espejo...

A) Me critico

B) Me observo sin sentir mucho

C) A veces me agrado

D) Me gusta lo que veo



Test...

7

La idea de sentir placer para mí misma me parece...

- A) Lejana o incómoda
- B) Irrelevante
- C) Interesante
- D) Necesaria

8

En mi día a día, mi cuerpo se siente más como...

- A) Una herramienta
- B) Algo que cargo
- C) Algo que empiezo a cuidar
- D) Un lugar donde me gusta estar



Test...

9

Cuando pienso en erotismo o sensualidad...

- A) Me da pena
- B) Me parece ajeno
- C) Me da curiosidad
- D) Me conecta

10

Mi deseo en este momento está...

- A) Apagado
- B) Dormido
- C) Despertando
- D) Presente



Resultados

Mayoría A

Tu identidad erótica está desconectada.

No porque esté rota, sino porque ha estado demasiado tiempo ocupada sobreviviendo. Has aprendido a cumplir, a sostener, a cuidar, a resolver... pero no a sentirte. Es posible que tu cuerpo esté lleno de tensión y tu deseo escondido. Aquí no hay falla: hay cansancio emocional. Y eso, con el espacio adecuado, se puede transformar.





Resultados

Mayoría B

Tu erotismo está en pausa.

Tu deseo no se ha ido, solo se quedó sin lugar. Has estado viviendo más en la mente que en el cuerpo, más en lo que toca hacer que en lo que se anhela sentir. Tu fuego sigue ahí, solo necesita permiso y atención para volver a encenderse.





Resultados

Mayoría C

Estás despertando.

Algo dentro de ti ya empezó a moverse. Quizá sientes curiosidad, pequeños destellos de deseo o ganas de volver a mirarte con otros ojos. Estás en un momento muy poderoso: no estás desconectada, estás en transición hacia una versión más viva de ti.





Resultados

Mayoría D

Estás en reconexión.

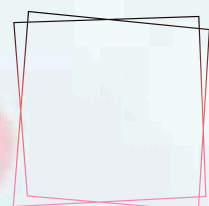
Tu erotismo ya es parte de ti otra vez. Te habitas, te miras, te sientes. Aún puedes profundizar mucho más, pero tu cuerpo ya recuerda lo que es el placer y la presencia. Estás lista para explorar tu deseo con más libertad, seguridad y gozo.



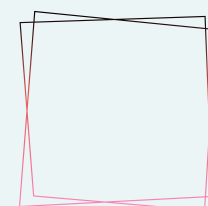


La verdad que nadie te dijo

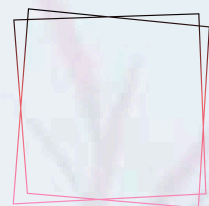
Las mujeres no dejan de sentirse sexys por la edad, el peso o la pareja. Dejan de sentirse sexys cuando:



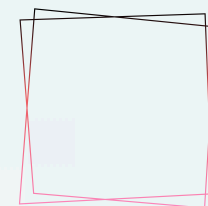
Se olvidan de habitar su cuerpo



Pierden el contacto con el placer



Se viven solo como función (mamá, esposa, empleada)



Dejan de sentirse vistas y deseadas

No es un problema de sexo.
Es un problema de identidad.



La buena noticia...



Si tu deseo se apagó, no es porque esté roto.

Es porque nadie te enseñó a cultivarlo.

El erotismo no es algo que tienes.

Es algo que practicas.

Y se puede recuperar.



La buena noticia...

Si al leer tus resultados sentiste una mezcla de reconocimiento, nostalgia o curiosidad, eso es importante. No es casualidad. Esa sensación es tu identidad erótica tratando de volver a ocupar su lugar.

Esa es tu identidad erótica tocando la puerta.

Porque el deseo no desaparece. Se esconde cuando no lo escuchamos.

Durante años muchas mujeres aprendimos a funcionar, a cumplir, a cuidar, a sostenerlo todo... pero nos olvidamos de sentirnos. De mirarnos como mujeres vivas, sensuales, deseantes. Y poco a poco, sin darnos cuenta, dejamos de habitarlos desde el placer

**No es falta de libido. No es que ya no seas atractiva.
Es que tu fuego necesita ser invitado de nuevo.**



Erótica Freyja

La reconexión sí es posible

La identidad erótica no se recupera forzándose, ni comparándose, ni tratando de “volver a ser la de antes”.

Se recupera creando un espacio seguro dentro de ti donde el cuerpo pueda volver a sentir, desear y disfrutar.

Por eso creé el programa:

De
Invisible a
Irresistible

reconecta con tu erotismo y tu deseo





De
Invisible a
Irresistible

reconecta con tu erotismo y tu deseo

No es un curso para complacer a nadie. Es un viaje para volver a desearte tú. Ahí aprenderás a:

- **Reconectar con tu cuerpo sin culpa**
- **Despertar tu sensibilidad y tu placer**
- **Volver a mirarte como una mujer deseable**
- **Recuperar tu fuego, a tu ritmo**



Erótica Freyja

De
Invisible a
Irresistible

reconecta con tu erotismo y tu deseo

Si una parte de ti sabe que ya es momento de dejar de sentirse apagada, invisible o desconectada, este espacio es para ti.

Tu erotismo no se perdió. Solo estaba esperando que regresaras.

 [Empieza aquí.](#)

www.eroticafreyja.com