

SU
GPS
SEXUAL
¡Feliz viaje!

Taylor Swift
have a magical holiday!
Love Taylor

¿Y si Mr Perfecto
NO ME
ATRAE?

**Pon en
marcha**
un negocio
innovador

Happy new jeans

143 LOOKS
A PRECIOS
MINI

Belleza
VIP
Los
trucos
de las
+guapas

**HUGO
SILVA**
“La mayoría
de los hombres
prefieren mujeres
con curvas”



www.cosmopolitan.com.es



1,80 € (solo España)
Canarias 1,95 € (sin IVA) Incluido transporte

"Y encima
es rubia de
bote..."



La mejor AMIGA de tu chico ¿ES ALGO MÁS?

*¿Tu chico tiene una BFF (Best Friend Forever)?
Te contamos cómo distinguir si esa amistad es algo positivo o no*

esta BFF puede ser la chica del instituto que le pasaba los apuntes; la amiga de la pandilla que le acompañó en las primeras borracheras; la superdotada *friend* de la universidad, o la compañera de trabajo *guay* sin cuyos consejos él no puede vivir... Sea quien sea, es probable que estés en tensión pensando que lo que les une podría ir más allá de una simple

amistad. Estar atenta sí, pero obsesionarse no. Según Mayte Saavedra, experta en ecología emocional, "es importante que tu pareja tenga su vida privada. Además, a través de su amiga, él puede llegar a entenderte mejor y recibir consejos que ayuden a mejorar vuestra relación". Lo fundamental es "que no haya mentiras y que quede muy claro que les une una relación de amistad y nada más".

Con la verdad por delante

Muchas veces estas situaciones son motivo de ruptura. Mayte Saavedra sostiene que se puede mantener una amistad estrecha con personas de otro sexo, pero no hay que mentir, "que tu chico tenga claros los sentimientos hacia su amiga y hacia ti y, si es necesario, que ponga límites. Si crees que comienza a sentir algo más hacia su amiga o que su amiga intenta superar ciertas líneas rojas, (le invita a cenar el sábado por la noche, por ejemplo) hay que decir, en voz alta, basta. Además, cuidado, "cuando se confunden los sentimientos es porque algo va mal en la relación de pareja, algo falta o tal vez falla", asegura esta experta en inteligencia emocional. La solución pasa por observar nuestra relación de pareja para analizarla. "La amistad entre tu novio y su amiga y su evolución puede ser un termómetro que os indique si vuestra relación está sana o enferma".

La inseguridad nace de los celos

Te contamos el caso de dos lectoras, con las que puedes sentirte identificada. "Cuando salimos de compras en grupo y él mira a Cata en busca del veredicto final para comprarse o no la camisa que yo le he aconsejado, me pone mala", dice Elena. Aquí entra, como apunta Saavedra, el factor celos provocado por la "admiración" excesiva que él siente por su amiga. "Esta dependencia puede indicar que él esté demasiado fusionado con ella, y esto provoca dudas". El caso de Elisa es diferente. "Roberto estuvo saliendo unos meses con Cristina hace años, pero la cosa no funcionó, y desde entonces son los mejores amigos. Me pregunto si donde hubo fuego quedan cenizas... Tienen 'sus jueves', a los que yo no estoy invitada". "Una vez a la semana es demasiado", sentencia nuestra experta. "Está bien que nuestra pareja comparta cosas y quede con su mejor amiga, pero sus encuentros deberían ser más flexibles. Sería

positivo que su relación de amistad estuviera abierta a otras personas, incluida tú, sobre todo tú. Él debe integrarte en esa amistad tan especial".

Cuando tú no eres la prioridad

Si tú no eres la preferida, tienes que hablar con él y cuanto antes, mejor. "Una amiga nunca debe ser más importante que tú, su pareja. Solo es admisible en ocasiones concretas -si está enferma- pero cuando de forma permanente ella es la prioridad, la vuestra es una relación de tres", explica. "Tus sospechas pueden estar basada en tus miedos e inseguridades, así que tienes que analizar vuestra relación en conjunto, no solo al detalle. La confianza se gana día a día, y hay que valorar lo que esa persona te da y si cuida la relación", dice Saavedra. Y recuerda: te ha elegido a ti, no a ella. Si tu chico te lo demuestra, no hay amiguísima que pueda con eso. ■

Tipos de mejor amiga

Las mejores amigas de un chico pueden ser múltiples y diferentes entre sí. Hemos tipificado a las 3 más peligrosas.

LA CONFIDENTE

Es a ella a la que le cuenta y le consulta todo. Y ella, una mezcla entre el rey Salomón y Nostradamus, tiene respuestas y soluciones para todo. Lo malo es que no siempre acierta.

OPINIÓN EXPERTA

Si la opinión de esa persona afecta a la relación de pareja, tienes que hablar seriamente con tu chico. Vuestro proyecto es de dos, no de tres. Tres, en este caso, es multitud.

LA REFERENCIA

Lo que dice su amiga del alma, va a más. Ropa, libros, sitios donde ir, decoración, opiniones políticas, ¡todo! **OPINIÓN EXPERTA** *Deja que ella elija de vez en cuando sus jerseys... pero no cómo pasar una noche romántica contigo.*

LA HERMANA MAYOR

Es su amiga, ¡pero parece que le ha criado ella! Quiere hacer pensar al mundo (sobre todo a

él) que le conoce mejor que tú y que sabe lo que necesita en cada momento. ¿Te necesita a ti? No es ella la que tiene que decidir eso. **OPINIÓN EXPERTA** *Hay que valorar hasta qué punto esa chica está controlando a tu chico o vuestra relación. ¿Él no se siente autónomo? Las relaciones de dependencia entre amigos pueden dañar, y mucho, la relación de pareja. Ya tienes una suegra. Dos no, ¡gracias!*