

Prima volta: cosa fare e cosa non fare - Continuare con...

Stili di vita

Inviato da : Anna Pupa

Pubblicato il : 19/1/2024 7:20:00



E' uno dei momenti più¹ importanti nella vita dei giovani ma non sempre viene vissuto con la giusta consapevolezza e con le adeguate precauzioni. Ecco alcuni consigli per vivere bene il grande passo, le cose da fare e quelle da evitare assolutamente. Cercate prima di tutto di creare l'atmosfera giusta e di non affrettare i tempi. Aspettate di essere veramente sicuri di voler compiere questo passo perché avete trovato la persona giusta con cui farlo.



Per vivere in maniera rilassata e serena la prima volta è importante creare la giusta atmosfera. La camera dei tuoi, con le loro foto che ti osservano dal bordo del letto e il rischio

Prima volta: cosa fare e cosa non fare - Continuare con...

http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=1663

che rientrano da un momento all'altro non $\hat{A}$ forse il posto migliore per rilassarsi?Ci da consigliare anche l'auto o luoghi all'aperto, poco sicuri. L'ideale $\hat{A}$ la tua camera (o del tuo partner), tra oggetti familiari, scegliendo un momento in cui siete certi che la vostra intimità non potrà essere interrotta all'improvviso. $\hat{A}$ infatti importante dedicare il giusto tempo. Baci e carezze sono fondamentali per predisporre il corpo al piacere, raggiungere la giusta eccitazione e lubrificazione.

La perdita di sangue dovuta alla lacerazione dell'imenne durante la $\hat{A}$ prima volta $\hat{A}$ $\hat{A}$ particolarmente temuta dalle ragazze e può causare qualche imbarazzo. Anche se nella gran parte dei casi $\hat{A}$ di lieve entità: per evitare macchie e problemi si può utilizzare un asciugamano, che potrai lavare facilmente.

Anche la completa nudità può essere fonte di vergogna o pudore, soprattutto se il tuo corpo non ti piace molto. In questo caso, mantenere la luce soffusa o una leggera penombra potrà aiutarti ad essere più a tuo agio.

Per evitare di dover lasciare le cose a metà $\hat{A}$, tenete il preservativo a portata di mano, così da poterlo indossare al momento opportuno, prima dell'inizio del rapporto completo. In questo modo sarete sempre $\hat{A}$ ai sicuro $\hat{A}$ dalle malattie sessualmente trasmissibili senza compromettere l'atmosfera.

LE COSE DA NON FARE!

Tenendo presente che non c'è una data esatta per il primo rapporto, voglio sottolineare che oggi giorno l'età media si è abbassata. La cosa migliore per affrontare un passo così importante, che indubbiamente ricorderemo per tutta la vita, è essere al corrente di quello che succederà. Almeno per quanto possibile.

Prima cosa da sapere $\hat{A}$, cosa avviene biologicamente parlando. Il pene in erezione penetra la vagina lubrificata rompendo l'imenne (membrana attorno all'ingresso della vagina). Questo può avvenire con più o meno dolore e perdita di sangue. E' una variabile legata all'elasticità della membrana che in fisiologi sportivi è più elastica e di conseguenza nell'atto della penetrazione il dolore avvertito può essere molto lieve. Nulla di cui spaventarsi. Per cui i miei consigli riguardano il modo in cui affrontare la prima notte di sesso.

Scopri come fare:

Dopo aver capito cosa accade, iniziamo a rispondere ad alcuni dei mille quesiti che ci si arrovelano nel cervello e nello stomaco.

Sarebbe preferibile concedersi per la prima volta a qualcuno quando il sentimento che vi lega è forte. Quindi per amore, poiché la fiducia che riponiamo nel partner favorisce la tranquillità necessaria con cui approcciarsi alla prima volta. Detto questo vediamo di affrontare il tema dei preliminari. Da sempre gli uomini sono stati accusati di badarci poco e le statistiche sembrerebbero appoggiare questa ipotesi. Ma in una situazione del genere sono indispensabili perché, creano l'atmosfera giusta e come vedremo inseguono favoriscono sia l'erezione che la lubrificazione. I preliminari non sono altro che ciò che viene prima della penetrazione vera e propria. Sono fatti di carezze, baci, massaggi ecc. Quindi il primo consiglio $\hat{A}$ quello di ricavarci del tempo per esplorare il corpo del partner. Bisogna che abbiate a vostra disposizione tutto il tempo che vi occorre. Più stuzzicherete con i preliminari il corpo dell'altro e più sarà l'eccitazione, comportando maggiore lubrificazione per lei, (favorendo così la penetrazione) e maggiore sangue affluisce al pene garantendo migliore erezione.

Non state a pensare a quale sia la posizione giusta o meno, questo verrà da sé, ma sconsiglio vivamente di provare con posizioni acrobatiche. Non ritrovatevi in situazioni complicate, non pensate neanche a cimentarvi in scene degne di qualche pornstar. Le classiche sono la base. La posizione del missionario, ad esempio, favorisce la penetrazione e per una prima volta è l'ideale poiché permette di mantenere il contatto visivo con il partner, e così conserva il clima creato durante i preliminari. Ci si può scambiare un bacio, una carezza o sussurrare dolcemente alle orecchie dell'amato.

Capita che, anzi quasi nel 90% dei casi, la prima volta non si arrivi all'orgasmo. Niente paura, è normale.

Per una sensazione del genere c'è bisogno di massima tranquillità e di tempo.

Ultima cosa, che poi è la più importante, la protezione dalle malattie sessualmente trasmissibili.

Il mio consiglio $\hat{A}$: quando sentirete le farfalle nello stomaco e sarete pronti per un rapporto sessuale mai farlo senza preservativo. E' un gesto d'amore per voi e per il vostro partner.

UN BACIO PICCANTE

La fellatio è una parola che deriva dal latino e vuol dire succhiare. Era una pratica una volta considerata improponibile nel rapporto di coppia tra marito e moglie, solo le prostitute la mettevano in pratica con i loro clienti. Già nell'antica Grecia si trovano scritti relativi alla pratica della fellatio soprannominata suonata di flauto fino ad arrivare al Kama Sutra che la descrive nei minimi particolari.

Scopri come fare:

COME FARE

La fellatio $\hat{A}$ una delle pratiche orali e preliminari di un rapporto sessuale.
Con il movimento della bocca, della lingua e delle labbra si riproduce la penetrazione, cambiando il ritmo e la velocità $\hat{A}$ per dare all'uomo il massimo del piacere.
Ci sono due tipi di fellatio, il primo consiste nel penetrare la bocca con l'intero pene cio $\hat{A}$ eseguire un **soffocotto**.
La seconda invece consiste nel penetrare la bocca solo con una parte del pene e serve per aumentare l'attesa all'atto finale cio $\hat{A}$ il rapporto sessuale. Ci sono anche diversi modi per effettuare la fellatio, uno $\hat{A}$ la stimolazione orale del pene con la lingua eccitando l'uomo in maniera strepitosa senza per $\hat{A}$ portarlo alla fine del rapporto con la eiaculazione.
Una altro metodo $\hat{A}$ quello di prendere il pene in bocca e succhiarlo con dolcezza ma anche con molta passione facendolo arrivare all'eiaculazione e all'ingiro dello sperma. $\hat{A} \hat{A} \hat{A} \hat{A} \hat{A} \hat{A}$

COME PROCURARE PIACERE

La pratica della fellatio $\hat{A}$ forse una delle situazioni che l'uomo **predilige** per un senso di potere e di proibito o per le sensazioni che gli rimbombano per tutto il corpo.
Il desiderio di dominare la donna magari in posti inconsueti e a rischio aumenta l'erezione e il piacere di sentire le labbra bagnate che si strusciano contro il pene.
Una fellatio eseguita inaspettatamente con indosso un abito sexy $\hat{A}$ nell'immaginario di ogni uomo.
Far crescere il desiderio iniziando a baciare l'ombelico per scendere sempre più $\hat{A}$ più fino a raggiungere il pene e giocarci con la lingua e le labbra farebbe impazzire qualsiasi uomo.
Per una fellatio perfetta utilizzare anche le mani sarebbe perfetto, mentre si succhia il membro stuzzicare i capezzoli o accarezzare i testicoli procura un piacere inaspettato per non parlare di saliva calda che cola per il pene.

ATTENZIONE

Purtroppo per ogni cosa che crea piacere ci sono anche delle controindicazioni
Se si hanno problemi di erezione **la fellatio** aiuta a stimolare il pene, oltre all'uso della bocca per $\hat{A}$ bisogna aggiungere la mano che si muove su e giù $\hat{A}$ per il membro.
Stimolare l'immaginazione permetterà $\hat{A}$ di eseguire una fellatio che possa far piacere ad entrambi i partner, per esempio la classica posizione 69 creando nell'immaginario dell'uomo un'immagine che dovrebbe creare una erezione perfetta
Per quanto riguarda le malattie, la percentuale di contrarre epatite e HIV con la fellatio $\hat{A}$ molto bassa, ma purtroppo il rischio c' $\hat{A}$ perché $\hat{A}$ potrebbe capitare un leggero scambio di sangue e sperma
Il virus del papilloma umano di cui ne esistono molti ceppi per la maggior parte sono innocui, vanno via da soli o con medicine comuni e possono portare ad avere verruche cutanee, solo pochi ceppi con il passare del tempo portano addirittura al cancro
Si possono prendere anche dei parassiti o herpes
Per tutti questi motivi $\hat{A}$ consigliato non

All'interno della **sessualità** $\hat{A}$ di coppia si possono praticare differenti tipi di rapporti fisici intimi. Oltre al cosiddetto rapporto completo, definito atto sessuale in senso stretto, nel quale primariamente sono coinvolti gli organi **genitali** dell'uomo e della donna, ci può $\hat{A}$ essere spazio anche per altre tipologie di intimità $\hat{A}$. Nel caso in cui la bocca di uno dei due partner venga a contatto con la zona genitale dell'altro partner, si parla di rapporti **orali**. E' la presente guida si occupa proprio di questo tipo di rapporto.

Espressione di una sessualità $\hat{A}$ piuttosto disinibita, il rapporto orale non $\hat{A}$ ovviamente la prerogativa di tutte le coppie che fanno dell'attività $\hat{A}$ sessuale. Tuttavia esprime un tipo di sessualità $\hat{A}$ molto intenso e coinvolgente. Nondimeno esso possiede un significato simbolico molto particolare, in quanto il partner che usa la **bocca** nello stimolare i genitali altrui, esprime un ruolo attivo, quasi di dominio della situazione. E spesso questo costituisce un rovesciamento delle dinamiche di coppia, osservabili nella loro vita relazionale non sessuale.

La stimolazione orale di natura sessuale prevede l'utilizzo della lingua o delle labbra o di entrambe. Quando $\hat{A}$ praticata **dall'uomo**, egli si deve concentrare sulla vagina oppure, per generare un piacere molto più $\hat{A}$ intenso nella partner, sul clitoride. Una **stimolazione**, infatti, concentrata sulla zona clitoridea frequentemente può $\hat{A}$ condurre velocemente ad un orgasmo femminile.

Quando $\hat{A}$ invece la **donna** a condurre un rapporto orale, normalmente si concentra sul pene dell'uomo, più $\hat{A}$ raramente sui suoi testicoli
La **stimolazione** ottenuta $\hat{A}$ di entità $\hat{A}$ molto elevata e solitamente induce all'**eiaculazione dopo pochi minuti**.
In generale, per rendere appagante e sicuro questo particolare tipo di rapporto intimo, $\hat{A}$ assolutamente indispensabile praticarlo con **scrupolo igienico e sanitario**.

Infatti il **contatto tra le mucose della bocca** e quelle sessuali (in particolare quelle femminili) possono essere parecchio pericolose nel caso di **malattie sessualmente trasmissibili**. Inoltre anche la questione **igienica** non va sottovalutata: i cattivi odori, ad esempio, rischiano di vanificare quasi completamente l'intensit  erotica di questo tipo di intimit . Infine   rilevante notare che questa pratica sessuale deve necessariamente essere condotta da estranei i partner e non deve rappresentare **mai una prevaricazione** di uno nei confronti dell'altro.

L'attivit  sessuale con il proprio partner   sicuramente una tra le attivit  di **coppia** pi  intense e appaganti che si possano vivere insieme. Accanto al **sezzo**, diciamo, tradizionale, se ne possono praticare anche diversi altri, che possiamo definire alternativi. Pensiamo al sesso orale, per esempio, oppure al sesso **anale**, pratica quest'ultima abbastanza diffusa secondo le statistiche. E proprio al sesso anale   dedicata questa guida.

Ti dico che per **sezzo** anale si intende la penetrazione da parte dell'organo sessuale maschile dell'**orifizio** anale femminile. E sulla base di questa definizione devi immediatamente renderti conto della delicatezza necessaria nell'affrontare questo argomento. Innanzitutto, infatti, l'ano di una donna non   un organo sessuale e quindi la natura non l'ha preparato a questo scopo. Quindi, tra le altre cose, la **lubrificazione** indotta dal desiderio, e presente normalmente nella zona vaginale all'approssimarsi del rapporto intimo classico, non si genera invece prima del rapporto anale. Di conseguenza questa zona va lubrificata preventivamente in modo manuale da parte dell'uomo, adoperando delle specifiche **creme**.

Poi l'introduzione dell'organo maschile deve essere molto graduale e particolarmente lenta, questo per evitare sensazioni dolorose per la donna, oltre che possibili piccole lacerazioni alla delicata zona interessata. Durante il conseguente rapporto anche le spinte maschili non devono essere mai violente, proprio in virt  della particolarit  anatomica dell'orifizio e del canale che da esso parte. A livello igienico e **sanitario** ti devo ricordare che questo   un rapporto sessuale decisamente a **rischio**, in quanto le mucose genitali rischiano di infettarsi a livello molto serio in caso di **malattia** sessualmente trasmissibile di uno dei due o anche solo per il contatto con sostanze di scarto presenti nel canale anale. Di conseguenza il consiglio   di praticare il sesso anale sempre utilizzando il **preservativo**, quindi anche per le coppie non occasionali.

A livello **erotico**   una pratica che consente un **massaggio** molto pi  piacevole dei seni della donna e una visione del suo corpo pi  completa ed eccitante

Va per  sconsigliata a uomini che soffrono di precoci  eiaculatoria, in quanto la ristrettezza dimensionale dell'orifizio anale tende ad accelerare l'orgasmo maschile.

Il rapporto anale   mediamente appagante per la donna, soprattutto se accompagnato da una **stimolazione** manuale vaginale da parte dell'uomo o da un'auto-stimolazione femminile.