



El 8 de agosto es el Día del orgasmo femenino y tenemos que hablar sobre cómo conseguirlo, cómo acelerarlo y cuántos tipos de orgasmo puedes disfrutar

Descripción

Cada 8 de agosto se celebra el Día del Orgasmo Femenino, una buena fecha para recordarnos que esa dulce sensación de placer es una de las partes fundamentales de nuestra relación con el sexo, nuestra pareja y nuestro propio cuerpo. Pero muchas mujeres todavía tienen dudas sobre si alguna vez experimentaron un orgasmo o no, y no saben si existen técnicas que puedan ayudarlas a sentirlo o incluso acelerar el orgasmo para llegar al clímax con sus parejas. Y es que a veces dominar el arte de experimentar el máximo placer que nos brinda nuestra sexualidad no es fácil. Según una reciente encuesta realizada por Intimia, aún hoy el 10% de las españolas no disfrutaban de su primer orgasmo hasta después de los 25 años y la falta de confianza y conocimiento tiene mucho que ver en ello. Así que en este Día del Orgasmo, vamos a repasar todo lo que necesitas saber sobre los orgasmos, para que aprendas a alcanzar tus orgasmos más rápido, para que puedas disfrutar de todo lo bueno que el placer trae a tu vida sexual y a tu salud. ...y no tienes que esperar hasta tener 30 años o más para disfrutarlo.

Empezando por lo básico, ¿cuántos tipos de orgasmos existen?

Mucho más de lo que parece, aunque todos disfrutan por igual. Si nos ponemos en modo científico, solo hay un orgasmo (y es un mito que solo se puede lograr con penetración y con pareja). El orgasmo es la sensación que se produce cuando, tras una estimulación sexual adecuada, los músculos de la vagina se tensan y luego se relajan en una serie de contracciones rítmicas. Dicho esto, suena como el orgasmo de cópula vaginal de tu vida... pero lo es, hay mucho más de lo que parece.

Para la mayoría de las mujeres (y la mayoría significa todas) el orgasmo es el resultado de una estimulación adecuada del clítoris, una estructura mucho más grande de lo que parece en la superficie, reducida a una pequeña área de nuestros genitales. De hecho, ahora se sugiere que el escurridizo punto G también puede ser parte de la estructura más interna del clítoris, un área de nuestra anatomía con más de 8,000 terminaciones nerviosas.

Son los diferentes grados de excitación de esta estructura y cómo logramos lograr esa excitación, lo que significa que algunos orgasmos pueden variar en intensidad y duración en comparación con otros,

y algunos se logran de una manera y otros de otra. En definitiva, solo hay un orgasmo, pero se han descrito hasta 11 tipos diferentes de orgasmos y técnicas para conseguirlos.

Video.

Curiosas reacciones post-orgásmicas en el cuerpo

¿Todas las mujeres son multiorgásmicas o eso es un mito?

Sin mito: según los sexólogos, todas las mujeres sanas tienen el superpoder del orgasmo múltiple, que es la capacidad de tener orgasmos múltiples en la misma relación sexual... pero tener la capacidad no significa que esta situación placentera siempre ocurrirá. . Lo primero que debemos saber es qué son los orgasmos múltiples (y, lo que es más importante, cómo experimentarlos por ti mismo).

La excitación es la clave: nada funciona sin ella. Y para alcanzar un buen nivel de excitación, es necesario olvidarse de la vergüenza y los complejos y explicarle a tu compañero de cama qué necesitamos para que la excitación llegue a su punto máximo. Sin comunicación, será difícil que la pareja logre la compenetración necesaria para que el orgasmo se repita una y otra vez.

Cuanto más excitada está la mujer, más fácil le resulta experimentar orgasmos múltiples. Y no tienes que dejarlo todo en manos de tu pareja: también tienes que responsabilizarte de tu cuerpo y de tu propio placer y saber qué es lo que más placer te da. Por eso, la recomendación de todos los sexólogos para mejorar los orgasmos y experimentarlos con mayor intensidad y frecuencia parte siempre del mismo consejo: Conócete a ti mismo y a tu cuerpo, solo así funcionarán el resto de técnicas.

Fecha de creación

marzo 2023