LOS SECRETOS DE EROS
7 CLAVES PARA SER:
MAESTRO DEL
ORGASMO
LOS SECRETOS DE EROS

CLICK AQUI
PARA DESCARGAR
COMPLETO

LOS CAMINOS DEL CLÍMAX NO SON INESCRUTABLES

La guía definitiva del orgasmo femenino: los 12 tipos que existen y cómo conseguirlos

Para muchas mujeres alcanzar el clímax es casi un mito, pero eso se acabó. A partir de ahora la pregunta no debe ser si ha llegado, sino en qué zona lo ha disfrutado

Para muchas mujeres disfrutar de relaciones sexuales óptimas resulta bastante complicado, y con esto nos referimos a **alcanzar el orgasmo**. A todos nos afectan factores externos como el estrés, la falta de tiempo, distracciones mentales o, lo peor, el no practicar sexo correctamente. Pero es un hecho que los hombres disfrutan del clímax en un porcentaje mucho mayor que las féminas, y esto es un problema que tiene **solución**: buscar alternativas para que las relaciones sexuales sean placenteras para los dos.

Disfrutar de orgasmos regularmente no es tan complicado como muchas mujeres pueden pensar y muchos **hombres obvian**. Sólo hay que saber dónde y cómo tocar. Pero una vez hallada la llave del placer, repetir siempre el mismo camino puede resultar de lo más aburrido y desolador para ellas.

Buenas noticias. Más allá del clitoridiano o de la búsqueda y estimulación del punto G, existen muchos tipos de orgasmos femeninos que conducen a sensaciones y **experiencias sexuales** sorprendentes y clímax de lo más placenteros. Y probablemente ni sabías que la posibilidad estaba ahí. “Lo que es importante es entender que todas somos capaces de experimentar el orgasmo en una variedad de maneras diferentes”, **comenta** la sexóloga **Carlen Costa** en *Yahoo*.

Desde curación de migrañas o aliviar el dolor, hasta fortalecer el sistema inmunológico o convertirse en el **entrenamiento físico** más eficaz para estar en forma, los orgasmos realmente son una **panacea** para nuestra salud y felicidad. Así que la pregunta es bien sencilla: ¿cuál probamos hoy?

1. Orgasmo vaginal

Aunque pueda resultar de lo más común y hayas oído halar de él cientos de veces, lo cierto es que apenas el 25% de las mujeres aseguran ser capaces de alcanzar el orgasmo a través de la penetración vaginal: es una **técnica más complicada** de lo que piensan la inmensa mayoría de los hombres. No es tan sencillo como que al penetrar a la mujer el pene acaricia el **punto G** y se desencadenen cascadas de placer. A veces no se consiguen estimular las zonas erógenas internas y se pasa por alto la posibilidad de acercarse o acariciar el clítoris y, lamentablemente, la vagina por sí sola no reacciona igual para todas las féminas. Está la opción de darle al 'prueba y error' hasta encontrar los movimientos y posturas correctos, o probar con alguno de los otros 11 tipos de orgasmos.

2. Punto G

Una de las **zonas erógenas** más polémicas. Incluso algunos expertos insisten en que esta pequeña área esponjosa situada por encima de la pared vaginal frontal es un mito: “Realmente no importa si se lo quieren creer o no, la realidad es que si se aplica la presión adecuada sobre esta zona misteriosa, se consiguen orgasmos vaginales de lo más placenteros”, resume Costa.

Situarlo, acariciarlo y masajearlo suavemente con **un dedo** o algún juguete sexual antes de lanzarse a la penetración puede resultar de lo más útil para conseguir este tipo de orgasmos.

3. Senos y pezones

Según un **estudio** publicado en *Science of Relationships* la estimulación del pezón activa un área del cerebro conocida como la corteza sensorial genital. “Esta es la misma región del cerebro que se activa mediante la estimulación del clítoris, la vagina y el cuello uterino. Lo que significa que los cerebros de las mujeres procesan la estimulación del pezón y la genital de la misma manera”, afirmaban los investigadores.

A veces se nos olvida que el cerebro es el **mayor órgano sexual** que tenemos y que él decide cómo, cuándo y dónde experimentamos placer. Así que con suavidad y encontrando el punto exacto de placer al apretar, lamer, acariciar o morder los pezones femeninos se puede alcanzar el clímax.

4. Orgasmo oral

Como ocurría con los senos, los labios tienen cantidad de terminaciones nerviosas conocidas como la región mucocutánea cuyas sensaciones son similares para nuestro cerebro a las provenientes de la parte externa de la vulva, los pezones y el clítoris. Sí, se puede conseguir el orgasmo a través de la boca pero, como explica la experta en sexología, “requiere bastante **dedicación** y una concentración profunda”. No obstante, se puede tomar nota para incluir su estimulación en los **preliminares**.

5. Punto U

Puede resultar sorprendente, pero la uretra –sí, el orificio de orinar– puede conducir al orgasmo femenino. Probablemente no lo habías pensado pero esta zona está rodeada por el clítoris hasta por tres zonas ya que éste es en realidad mucho **más grande** de lo que se piensa, teniendo entre 7 y 12 centímetros de profundidad.

Cuando se estimula la uretra, el tejido eréctil que rodea la abertura se llena de sangre, lo que desencadena que las glándulas de Skene produzcan líquido prostático (el protagonista de la **eyaculación femenina**) y la mujer se excite hasta alcanzar el clímax.

6. Orgasmo anal

Como explica **Betty Dodson**, sexóloga conocida como 'la madrina de orgasmos', “la estimulación del **nervio pélvico** a través del recto también puede conducir al placer en algunos aspectos sorprendentes”. Incluso algunas mujeres consiguen disfrutar más del **sexo anal** que del vaginal una vez lo dominan. Para practicarlo es fundamental una buena estimulación previa, relajación y lubricar la zona. Un juguete erótico puede ser la mejor herramienta para empezar a practicar el coito anal.

7. Punto A

Es la zona vaginal interna, también conocida como el fondo de saco anterior. Se encuentra en la pared vaginal frontal hacia el área del ombligo y la presión adecuada sobre la zona es similar a la estimulación indirecta del **punto G**. Es una zona ideal para explorar cuando la mujer está muy excitada y sus músculos totalmente relajados.

8. Orgasmo cervical

Por su nombre, quizás estés pensando que se trata de estimular el cuello pero no. Se trata de otra cérvix. Concretamente, del cuello uterino que comunica vagina y útero y por el cual espermatozoides y menstruación se cruzan en sus respectivos caminos. Mide unos **3 centímetros** de longitud y 2,5 de diámetro, y se encuentra en la parte final de la vagina.

También conocido como el **orgasmo profundo**, el clímax en esta zona tan sólo se puede conseguir mediante una penetración profunda, de ahí que aquellas mujeres que tengan este área demasiado sensible posiblemente puedan sentir más dolor que placer si se ejerce demasiada presión.

> Los cerebros de las mujeres procesan la estimulación del pezón y la genital de la misma manera

9. Orgasmo clitoridiano

Casi todas las mujeres son capaces de tener un orgasmo clitoridiano, de hecho, muchas sólo son capaces de disfrutar los de este tipo. El clítoris puede ser considerado como el **centro del placer** ya que por él pasan alrededor de 8.000 terminaciones nerviosas (mientras que en el pene hay en torno a 4.000). Este pequeño botón es en realidad un **poderoso** órgano que se divide en 18 micropartes que se encuentran dentro y fuera del cuerpo. Simplemente con acariciarlo y estimularlo se consigue producir placer en la mujer y "cuanto más se excita la zona, se vuelve más sensible y se pone erecto", explica Costa.

10. Orgasmo mental

No es nada sencillo, pero si partimos de la base de que todas las sensaciones están en nuestra cabeza, la idea de que concentrándonos en nuestra **fantasía sexual favorita**, observando imágenes y escenas sensuales o leyendo un relato de alto contenido erótico las mujeres podemos alcanzar el clímax tiene bastante lógica. De hecho, un experimento científico realizado en el año 1992 demostró que para las féminas es posible sentir placer sólo con imaginarlo.

Hace falta concentración y un poco de entrenamiento, pero podemos tener orgasmos solo con **pensamientos** relacionados sin necesidad de tocarnos. Incluso mientras dormimos.

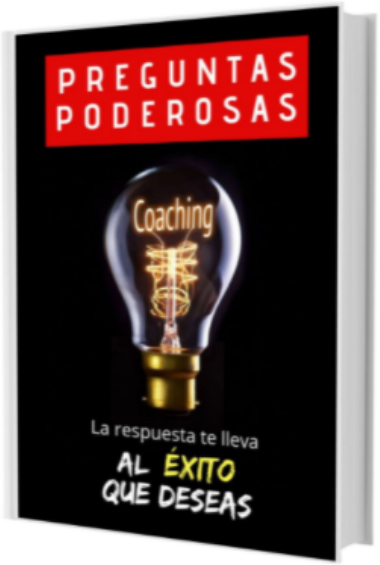
11. Orgasmo de zona

“Son los que se experimentan a través de la estimulación de un área que no se considera necesariamente como erógena”, comenta la sexóloga: surgen de zonas como la clavícula, la nuca, la cara interna del muslo o la **próstata**. Se consiguen combinando la excitación de cualquiera de estas zonas con caricias, besos, mordiscos e incluso con la penetración. Ideales para jugar en pareja y descubrir nuevos puntos erógenos del mapa femenino.

12. Multiorgasmos

Pueden darse de dos formas: **secuenciales** (se produce uno después de otro con tiempo de descanso en medio) y **en serie** (cuando se disfruta uno tras otro sin pausa). Tener orgasmos múltiples requiere sin duda de tiempo para la autoexploración para determinar qué zonas nos excitan más, qué ritmo hay que mantener y cuándo acelerarlo o frenarlo en seco.

Teniendo en cuenta que muchas mujeres tienen dificultades para alcanzar un sólo orgasmo, poder experimentar varios durante una misma sesión sexual puede parecer imposible, pero no lo es. Pequeños detalles como cambiar de postura, **no dejar de estimular** otras áreas o prestar atención al clítoris –que permanece erecto tras el orgasmo–, el ano o las paredes de la vagina tras el clímax, pueden conducir a más placer con diferentes intensidades y sensaciones.



CLICK AQUI
PARA DESCARGAR
COMPLETO