NO 3

GUÍA

CLAVES
ORGASMO EN PAREJA

#YoSoyJugoso

UNA GUÍA PARA CONSEGUIR EL ORGASMO SIMULTÁNEO

#YoSoyJugoso

¿DESEARÍAS LLEGAR AL ORGASMO A LA VEZ QUE TU PAREJA?

El orgasmo simultáneo es una realidad y vamos a ayudarte a conseguirlo, porque cuando el clímax se comparte **el placer se multiplica**.

Si te cuesta llegar al **clímax** cuando tienes sexo con alguien esta guía es la solución.

EL AUTORITARISMO DEL ORGASMO

Llegar al clímax puede ser bastante complicado, o al menos de **forma simultánea**, ya que cada miembro suele conseguirlo en un momento diferente de la relación.

Aproximadamente el **62% de las personas con vulva** llegan al orgasmo, en el caso de las **personas con pene** este número aumenta aproximadamente hasta el **87%**.

EL AUTORITARISMO DEL ORGASMO

Teniendo en cuenta la educación sexual existente, nos han inculcado por diferentes medios que **alcanzar al orgasmo** es obligatorio o común, pero esto no siempre es así. Otro gran error es esa creencia romántica de que el amor siempre consigue que dos personas lleguen a la vez, no somos máquinas, por lo tanto, **disfrútalo en todas sus versiones.**

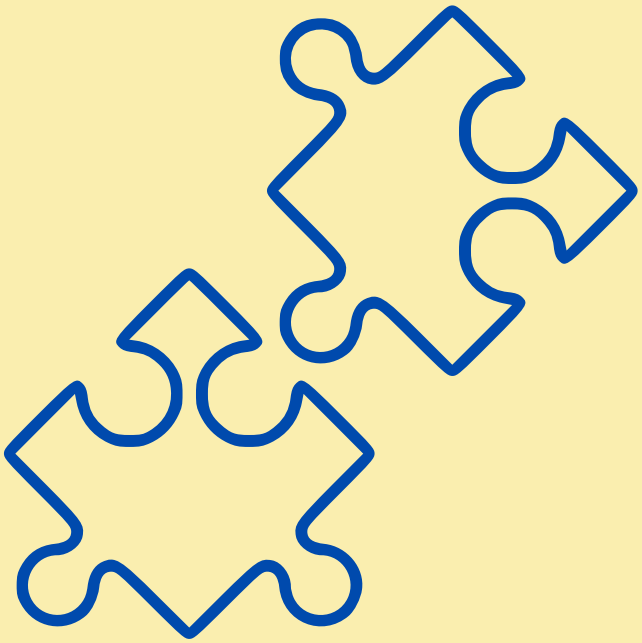
Aunque suene a tópico el fin de una relación sexual es que consigas **disfrutarla al máximo**, por eso si no llegas al orgasmo las primeras veces no te agobies.

ERRORES MÁS COMUNES

- **No** disfrutarás de la relación si únicamente **piensas en alcanzarlo**, ya que esto únicamente conseguirá que te bloquees.
- Es muy probable que se produzca un **gatillazo** en las personas con pene.
- Las personas con vulva posiblemente no se exciten y por tanto no **lubricarán** igual.
- El **estrés y los nervios** se apoderarán de la situación.
- Esta situación puede conseguir la falta de apetito sexual al relacionarlo con una **experiencia estresante**.

ERRORES MÁS COMUNES

Conseguir el orgasmo en pareja no es fácil, ya que requiere **experiencia, confianza y conocer los gustos de tu acompañante**. El principal error es obsesionarse con ello, ya que eso puede derivar en los anteriores inconvenientes.



¿SE PUEDE CONSEGUIR EL ORGASMO SIMULTÁNEO?

Por supuesto que sí, que algo sea difícil **no** significa que sea **imposible**.

Debemos tener en cuenta que en numerosas ocasiones **llega sin esperarlo**, por tanto, la mejor opción es dejar de lado la idea de que es el objetivo final.

¿SE PUEDE CONSEGUIR EL ORGASMO A LA VEZ?

Cada persona es un mundo, por eso, existen diferentes formas de excitarse, por lo que es importante **conocer a tu pareja** para llegar al mismo tiempo y por supuesto, **disfrutar** de la práctica hasta el final.

Por lo que... **¡Manos a la obra!**

CONSEJOS PARA ALCANZAR SIMULTÁNEAMENTE AL ORGASMO

- **Descubrirte** es muy importante, debes experimentar y conocer a la perfección que te gusta. Es por lo que te aconsejamos nuestras **anteriores guías de masturbación**.

- **Explícale a tu pareja** sin ningún reparo que es lo que te gusta.

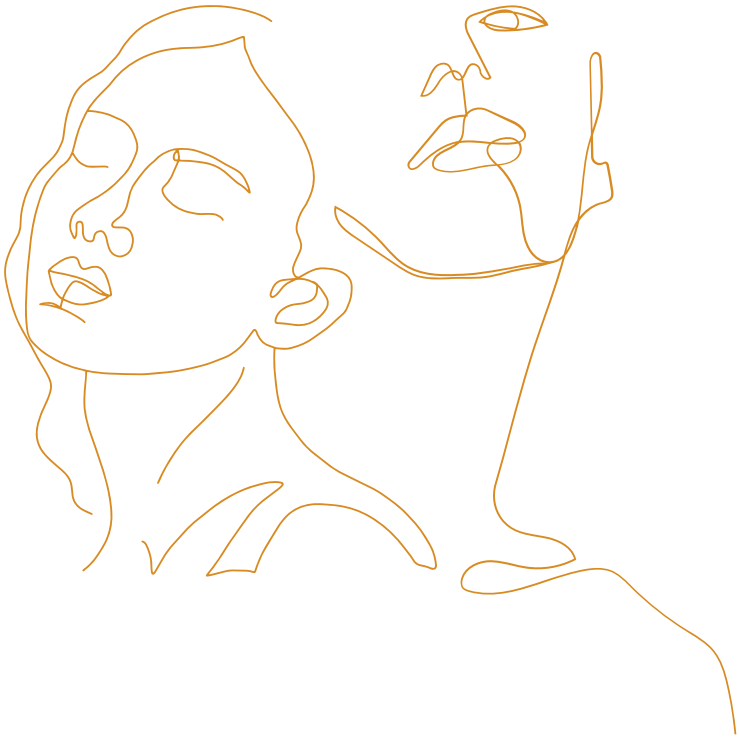
- Cuando estáis juntos debéis **preguntaros que es lo que más disfrutáis**.

CONSEJOS PARA ALCANZAR SIMULTÁNEAMENTE AL ORGASMO

- Debéis **conocer los ritmos de ambos** y alargar los **juegos** que más os gusten.

- Olvidar que tenéis que conseguir el orgasmo, ya que **no es una obligación**, eso permitirá que llegue de forma natural.

LA EXCITACIÓN ES EL PUNTO CLAVE PARA CONSEGUIRLO...



1º PROLONGAR EL PLACER ...

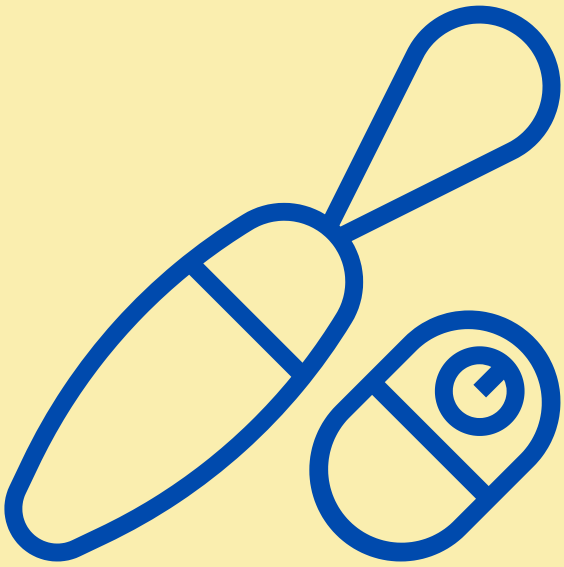
Un consejo clave es alargar e **intensificar al máximo** la **excitación** y el **deseo**.

Alarga todo lo posible los **juegos eróticos** que más os gusten, ya que los preliminares son la base del placer.

2º POTENCIA TUS RELACIONES ...

Los **complementos sexuales** pueden ayudarnos a conseguir aumentar la **excitación** y el **placer**.

Utilizar **juguetes sexuales**, **lubricantes** y **lencería erótica**.



3º POSTURAS ADECUADAS...

Es indispensable **elegir posturas** que os mantengan activos y cómodos a los dos, por eso, es importante **variar hasta conseguir las idóneas** para ambos.

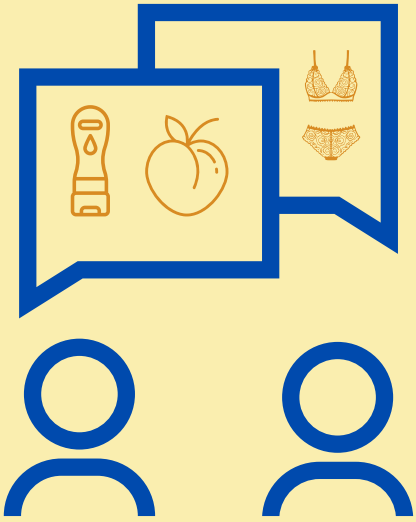
4º CONTACTO CON TU PAREJA...

Mantén el **contacto visual, físico y mental** durante toda la relación, ya que esto hará que experimentéis lo que está sintiendo tu pareja.

5º COMUNICACIÓN SEXUAL...

La comunicación sexual es la **clave del éxito** para una relación que quiere experimentar el máximo placer o cumplir sus fantasías.

Es tan importante **expresase bien** como que la persona que tienes al lado esté dispuesta a **escucharte**.



6º RELAJATE Y DISFRUTA...

Por último, pero no menos importante, **relájate y disfruta**. Recuerda que una relación sexual pasa por diferentes fases y cada una trae un aprendizaje y un **placer inigualable**.

#YoSoyJugoso