



SEGÚN DIVERSOS ESTUDIOS

El 95% de los hombres admiten masturbarse, pero ...

¿Sabemos realmente masturbarnos y los beneficios que ofrece?

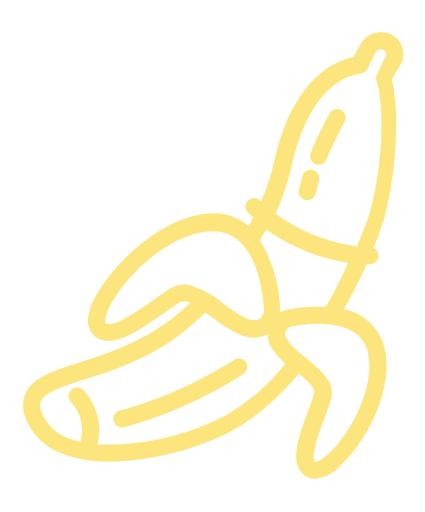
BENEFICIOS DE LA MASTURBACIÓN

- Conciliación del sueño.
- Mayor intensidad de placer en los orgasmos.
- Conocerte te ayudará a llegar al orgasmo cuando tú quieras, ajustando el ritmo perfecto para cada situación.
- Liberación de estrés.

BENEFICIOS DE LA MASTURBACIÓN

- Potencia tu vida sexual de forma positiva, si sabes que te gusta, puedes transmitirlo cuando tengas un encuentro sexual con otra persona.
- Es un buen ejercicio para mejorar la resistencia en las relaciones sexuales.
- Ayuda a prevenir infecciones.
- ✓ Mejora la calidad y la cantidad del esperma.

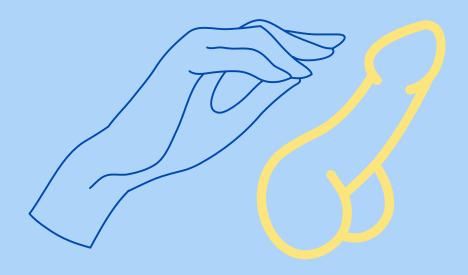
10 TÉCNICAS IDEALES PARA PENE...



1° MASTURBACIÓN CLÁSICA ...

Debes colocar tu **pene** en la palma de la mano, mientras aprietas el puño haciendo movimientos hacia arriba y hacia abajo.

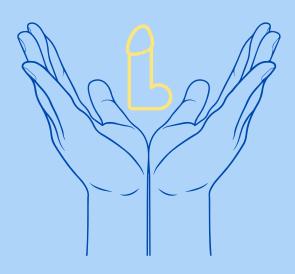
Para conseguir el máximo placer debes **gestionar la presión y variar la velocidad**, además, para intensificar los orgasmos lo mejor es utilizar lubricante.



2° MASTRURBACIÓN A DOS MANOS ...

Es muy parecida a la técnica anterior. Cuando empieces a masturbarte, cierra primero una de las manos en la parte baja de tu **pene** y con la otra toma el glande.

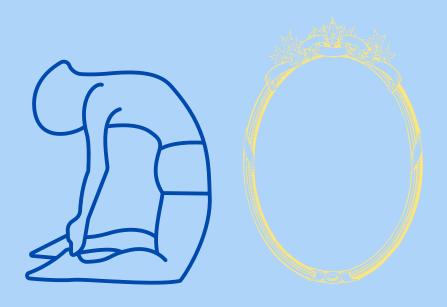
Para intensificar el placer mueve la primera mano hacia arriba y la segunda hacia abajo. Además, puedes hacer círculos en tu glande mientras la llevas a acabo.



3° FRENTE AL ESPEJO...

Para realizar esta técnica, ponte de rodillas al lado de un espejo mientras te masturbas, mírate directamente a los ojos o a la propia acción.

Deja que tu **imaginación** ambiente la situación y vive una experiencia excitante.



4º TÉCNICA DEL FUEGO...

Coloca tus manos a los lados del **pene** como si fueses a realizar fuego con un palo. Gíralas poco a poco hasta que consigas alcanzar la intensidad perfecta para ti.

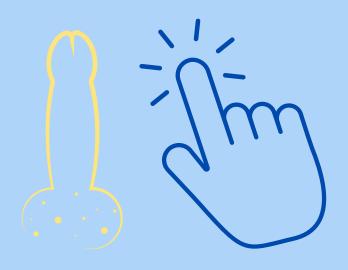
Acompaña esta técnica de **lubricante** para intensificar el placer.



5°, DEDO PULGAR E ÍNDICE...

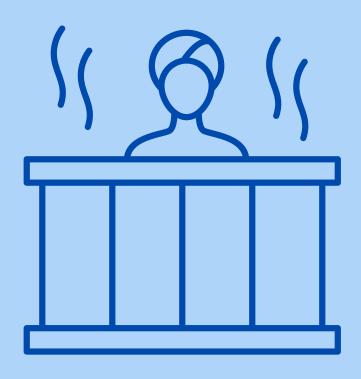
Utiliza en esta técnica solamente el dedo **pulgar e índice**. Coge tu glande y masajéalo.

Intensifica la **presión y la velocidad** para conseguir el máximo placer.



6° EN LA BANERA...

Es la opción perfecta cuando necesitas un **día relajante**, si quieres potenciar ese momento te aconsejamos utilizar algunos juguetitos y diferentes formas de masturbarte.



7° TÉCNICA DEL REVES...

Si quieres sentir un **orgasmo intenso** esta técnica es perfecta para ti. Coloca la **mano al revés** sobre el pene. La parte posterior debe quedar girada con el dedo pulgar apuntando hacia abajo.

Intensifica la **presión y la velocidad** para conseguir el máximo placer.



8° CAMBIO DE TEMPERATURA...

Coge tu pene solamente con una mano y comienza a masturbarte con lubricante efecto calor hasta que llegues al momento previo de la eyaculación. Justo en ese momento con la otra mano toma un cubito de hielo y ponlo en tu pene hasta que alcances el orgasmo.



8° PARA Y SIGUE...

Esta técnica surge con la intención de **prolongar el placer** del hombre.

Debes masturbarte hasta que estés apunto de eyacular, en ese momento **detente** y deja que se enfríe un poco la situación. Seguidamente comienzas a masturbarte de nuevo hasta que por fin a la **quinta vez** consigas llegar al **climax**.



9° MASTURBACIÓN CON SATISFYER...

Aunque las opciones anteriores eran solamente con las manos, puedes seguir los pasos citados pero con un satisfyer.

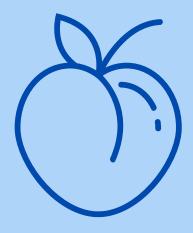
Esto te ayudará a estimular el pene con un producto destinado específicamente para él, consiguiendo una **experiencia única.**



10° ESTIMULACIÓN ANAL...

Esta técnica trata de estimular el **punto G** masculino.

La forma más placentera de llevarla a cabo es introduciendo un dedo o juguete sexual lubricado a través de ano a la vez que te masturbas. Esto hará que experimentes un gran placer y llegues al climax de manera plena.





MASTURBARSE...

Es un acto sensual excitante que practicas con la persona más importante para ti, así que, ihazlo único!

