



## «És dolent masturbar-se molt?»



A continuació llegiràs la consulta d'una noia enviada al Consultori d'Adolescents.cat. El text és el que ens ha enviat:

Usuari d'Adolescents.cat:

Bones adolescents.cat,

Jo ja fa bastant que em masturbo, és una cosa rutinària en mi. Però em preguntava si això suposaria algun problema, perquè he vist que hi ha parts del meu membre que han canviat de color cap a fosc, potser és per què apreto molt?

I relacionat amb això, un dia ho estava fent amb una noia i se'm baixava sola estant dins seu, podria ser que aquests fets estiguessin relacionats? O que tingués algun problema? Moltíssimes gràcies.

RESPOSTA:

Hola Someonejaja,

La masturbació no és perjudicial per la salut, és la manera que tenim de conèixer el propi cos i de saber com funciona el propi plaer. T'animem a seguir descobrint-te ;)



---

Pel que fa a la part del penis que t'ha canviat de color, el millor seria que consultessis amb el metge de capçalera o amb un andròleg. És important que quan observeu canvis en els nostres genitals, a la pell, en els fluids, el color o l'olor del semen, etc... ho consulteu amb professionals de la medicina per a poder descartar qualsevol infecció.

Pel que fa a "un dia ho estava fent amb una noia i sem baixava sola estant dins seu", entenem que fas referència a l'erecció. No té res a veure amb la masturbació. Per a què hi hagi una erecció és important que estigueu centrats en el plaer i el passar-ho bé, si això no es dona i sentiu que teniu una pressió per a fer gaudir a l'altra persona amb la penetració i per tant, amb la vostra erecció, aquesta es perdre ja que hauràs deixat de divertir-te.

Per tant, no centreu les relacions sexuals en la penetració, gaudiu, descobriu, jugueu, etc...

Una abraçada i gràcies per escriure'ns!

**Helena Angel**

Psicòloga Iesp - Wommum  
@Helenangelpsico  
<http://www.helenaangel.com>

Video: [https://www.youtube.com/watch?v=ptB\\_nZ119uY](https://www.youtube.com/watch?v=ptB_nZ119uY)

**Elisabet Casanovas**, actriu i una de les protagonistes de la sèrie Merlí, passa per AdolescentsiCat. Parlarem de la seva experiència al món del teatre i també de la seva etapa com a Tània..

Li farem passar algunes proves, per exemple: Recordarà alguns dels diàlegs de Merlí? Serà capaç de parlar de l'obra de teatre que està fent ara després de respirar heli?