



## 5 maneres perfectes de tenir sexe (sense penetració)

[inicentrareport]Des de sempre hi ha hagut certa "obsessió" amb la penetració fins al punt d'arribar-nos a creure que tot allò que no inclou penetració, no és sexe. **Anem molt equivocats i equivocades, ja que hi ha moltes maneres de tenir relacions sexuals sense penetració.** De fet, en el cas de les persones amb vagina, només el 18% poden arribar a l'orgasme de forma regular a través de l'estimulació vaginal.

### Com pots tenir relacions sexuals sense penetració?

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz:

### Fregant

Amb o sense roba. No hi ha millor manera d'augmentar el desig sexual que fent-se petons, tocant-se i refregant-se. Algunes persones poden arribar a l'orgasme simplement fregant les seves parts a la cama o alguna altra part del cos de la seva parella.

### Masturbació mútua

Si mai t'has masturbat davant d'algú, potser t'estàs perdent una apassionada forma de connexió psicològica. Si tu i la teva parella us podeu masturbar al mateix temps, mirant-vos i inclús intentar arribar junts a l'orgasme, experimentareu una sensació increïble!

### Massatges

Els massatges tenen un fort poder relaxant i poden marcar la diferència. Us podeu fer massatges per torns, és una manera perfecta d'intimar.

### Juga amb la boca

Demana-li a la teva parella que et faci petons, et llepi, et faci petites mossegades... Sense penetració. Pot centrar-se en les teves parts íntimes, però també altres parts. Us hem de dir que la zona del perineu està molt ignorada i pot donar un gran plaer tant si tens penis com vagina!

### Sexe tântric

Consisteix en crear una intimitat intensa i centrada en el moment. Durant el sexe tântric respireu junts, mediteu junts i viviu les sensacions que us arriben. Poden provenir de qualsevol tipus d'estimulació, ja siguin massatges, sexe oral o simplement respirar junts de forma sincronitzada sense tocar-vos. El sexe tântric enforteix i intensifica el vincle sexual, emocional i espiritual.

[ficentrareport]