



# 6 maneres diferents d'estimular el clítoris

[inicentrareport]Avui hem fet un recull dedicat al clítoris i la seva estimulació.

[intext1]

```
[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

Amb l'aigua de la dutxa

L'únic que cal és dirigir el raig d'aigua que surt de la dutxa cap a les nostres parts íntimes. El clítoris s'anirà excitant a poc a poc i augmentarà la sensació de plaer. Podem jugar amb la intensitat de l'aigua incrementant o disminuint la pressió o bé, apropant o allunyant la carxofa de la dutxa.

Estimula el Mont Venus

L'àrea que forma el triangle on creix el pèl púbic és extremadament sensible i ens pot ajudar a excitar el clítoris. Per estimular aquesta zona, anomenada Mont Venus, col·loca el palmell de la teva mà al damunt i fes pressió mentre vas realitzant moviments circulars.

Acaricia la paret vaginal

Col·loca la teva mà mirant cap amunt (cap al sostre) i introdueix un o dos dits dins l'orifici vaginal, inclinant-los lleugerament cap amunt. Mou-los fent moviments verticals o circulars, els que et proporcionin més plaer. Pots utilitzar lubricant per tal que la penetració amb els dits sigui més fluida.

Juga amb els llavis vaginals

Jugar amb els llavis interns és una altra molt bona manera d'estimular el teu clítoris. Amb l'ajuda d'una mà, obre la teva vagina, i amb els dits de l'altra acaricia suaument els llavis interns, de dalt cap a baix.

Experimenta amb els teus dits

Una de les tècniques més recomanades per proporcionar excitació, és la de jugar amb els teus dits i l'orifici vaginal. Es tracta d'introduir només la punta dels dits i fer moviments circulars. Un cop augmenti la sensació de plaer, podem simular la penetració però només utilitzant la punta dels dits, és a dir, posant-los i traient-los de manera ràpida, però sense introduir-los sencers.

Pressiona el clítoris

És una tècnica clàssica, però efectiva. Simplement fes pressió sobre el teu clítoris utilitzant els dits, mentre els mous de dalt cap a baix.

[ficientrareport]