



## 4 errors que hem d'evitar si utilitzem joguines sexuals

[inici-centrareport] **Les joguines sexuals** ens poden ajudar a conèixer millor el nostre cos i s'ha demostrat que també poden millorar les nostres relacions sexuals en parella. Ara bé, si no les utilitzem de manera correcta o tenim en compte certs elements, poden acabar tenint conseqüències negatives per a la nostra salut. Així ho han explicat diversos experts en un article a El País que us resumim:

[intext1]

[no-intext]

### 1. No rentar-les correctament

Després d'utilitzar les joguines sexuals, cal que les rentem bé amb aigua i sabó. La majoria són submergibles, així que no les espatllarem. Els experts recomanen fer servir escumes o detergents desinfectants com les que s'usen en l'àmbit quirúrgic per a eliminar possibles bacteris i fongs.

### 2. No fixar-se bé en els materials

El material amb el qual es fabriquen les joguines eròtiques ha evolucionat per a garantir-nos més plaer i també més seguretat. Actualment, la gran majoria d'elles està fabricada amb silicona; però encara existeixen productes de 'gelatina de goma', un material molt contaminant. Per tant, a l'hora de comprar un objecte eròtic, també cal fixar-se de què està fabricat.

### 3. No guardar-les com toca

Per tal de mantenir una higiene correcta, el millor és guardar-les en un estoig individual un cop les haguem rentat i eixugat. "Les tovalloles i draps deixen residus que poden traslladar-se al cos o interferir en les característiques del material. El millor és deixar que s'assequin a l'aire una bona estona i mai guardar-les si estan humides", explica un expert a El País.

### 4. Fer-les servir de manera inadequada

Hi ha joguines sexuals que es poden utilitzar per estimular diverses parts del cos i altres que estan pensades, només, per una part específica. El més important de tot és evitar introduir joguines petites, destinades al clítoris, en orificis. María José Rodríguez Jiménez, infermera i experta en sexologia de Dolce Love, fa aquesta afirmació a El País: "Si volem estimular el clítoris i usem dispositius petits, no hem d'utilitzar-los per a la penetració, ja que poden relliscar. Extreure un objecte de la vagina és una tècnica senzilla, però d'altres parts del cos, com l'anús, pot portar-nos al quiròfan". A més a més, l'experta també aconsella utilitzar lubricants amb base aquosa quan es faci servir joguines sexuals, així la sensació és més plaent.

[intext2]

[fi-centrareport]