



## 4 tècniques d'estimulació per a penis

[inicentrareport]Hem publicat alguns articles centrats en la masturbació per a vulves. És per això que avui hem volgut preparar-ne un sobre l'estimulació de penis. Els consells són de pàgines especialitzades en sexualitat com Diversexual i Platanomelón.

[intext1]

[nointext]

### **A dues mans**

Al masturbar-se, es tanca primer una de les mans en la part baixa del penis, mentre que el puny de l'altra mà es col·loca a la zona del gland. Es recomana intentar moure una mà cap amunt i la segona cap avall. També augmenta l'excitació fer cercles al voltant del gland, mentre amb la mà inferior es mou de dalt a baix.

### **Dos dits**

En aquesta tècnica només s'utilitzen el polze i l'índex per a ajudar. Amb aquests dos dits, s'ha de cobrir la part superior i inferior del gland i un cop fet, s'han de moure de dalt cap a baix, fent com un petit massatge.

### **Fer foc**

Les mans es col·loquen planes als costats del penis com si volguessis fer foc amb un tronc i es mouen d'un costat a l'altre i de dalt cap a baix. És important començar a poc a poc i anar augmentant el ritme. També es recomana utilitzar lubricant perquè els palmells llisquin millor.

### **Espremer llimones**

Amb una mà s'agafa la part inferior del penis i l'altra es col·loca, amb el palmell mig obert, a la part superior. El més important en aquesta tècnica és moure la mà que es troba en el gland, fent moviments circulars, com si s'esprems una llimona o una taronja. Cal fer-ho suau, perquè si no pot ser molest.

[intext2]

[ficentrareport]