



## 4 beneficis de practicar sexe durant els dies de menstruació

[inicentrareport]La menstruació és un cicle fisiològic que experimenten la gran majoria de persones amb úter i, tot i que és una cosa totalment natural, encara existeixen molts tabús al seu voltant. De fet, **tenir sexe durant la regla continua provocant incomoditat i vergonya a moltes persones**, però no hi ha res de dolent! La realitat és que tenir sexe durant els dies de menstruació **pot ser molt beneficiós per diversos motius:**

```
[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.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk'));
```

[/playbuzz]

A més, el sexe durant la menstruació pot ser totalment net! **Pots posar una tovallola sobre el llit per evitar tacar-lo.** El millor serà que sigui d'un color fosc i com més gruixuda, millor! I si aquesta idea no et convenç, **la dutxa pot ser un lloc perfecte per jugar**, sobretot si tu o la teva parella teniu aprensió a la sang.

[facentrareport]