



# Què és l'edging? La tècnica que t'ajudarà a tenir orgasmes més intensos

[inicentrareport]Existeixen diverses tècniques per aconseguir orgasmes més intensos i plaents, i avui parlarem de l'"**edging**", una de les més efectives.

És possible que l'hagis practicat alguna vegada sense adonar-te'n, ja que **consisteix a dur a terme l'excitació sexual fins al moment d'estar a punt de tenir un orgasme. És aquí on s'ha de parar i descansar una estona, per tal de seguir estimulant després.** Com explica la sexòloga Uchenna Ossai, aquesta tècnica et permet mantenir l'excitació sexual durant un període de temps prolongat i aconseguir un orgasme més intens quan finalment s'arriba al clímax, ja que la zona estarà més calenta i sensible internament.

L'"**edging**" funciona tant per homes com per dones. En el cas d'elles, es tracta d'estimular el clítoris, combinant moviments circulars lents i ràpids. A més, **aquesta pràctica pot ser molt beneficiosa per aquelles persones que pateixen d'ejaculació precoç**, ja que aquesta pràctica els ajudarà a conèixer el seu cos i a saber quan han de parar. Es recomana que abans de posar en practica aquesta tècnica amb la parella, es provi a la intimitat a través de la masturbació. D'aquesta manera, cadascú sabrà què li funciona, ja que no hi ha un temps establert de quant temps cal endarrerir l'orgasme.

Així doncs, abans de fer-ho en parella, caldrà que ho parreu. **Podeu utilitzar paraules clau per saber quan heu de parar o continuar, per exemple, "verd" per indicar que es pot continuar o "vermell" per indicar que necessites un descans.** En aquest cas es pot parar del tot o bé seguir estimulant de manera més subtil.

[ficientrareport]