



# Com estimular el punt A per allargar els orgasmes

[inici centrareport] Als anys 80, el ginecòleg Ernst Gräfenberg va "descobrir" l'anomenat punt G. Una zona erògena situada entre uns 3 o 5 centímetres dins de la vagina. Si bé aquest és probablement "el punt" més famós en l'àmbit de la sexualitat femenina, no és l'únic.

La sexòloga Zoraida Granados explica a El País que una de les zones més desconegudes, però que més plaer pot proporcionar és el "**punt A**". **I on es troba?** Doncs se situa a uns 7,5 centímetres dels llavis vaginals, prop de la bufeta.

L'estimulació d'aquesta zona, a diferència del punt G, pot produir lubricacions més abundants i orgasmes més seguits. Per estimular **el punt A** es poden utilitzar joguines sexuals, els dits i també la penetració. Segons Zoraida Granados les millors postres per excitar aquesta part són: "la dona estirada bocaterrosa i la seva parella darrere d'ella i la dona asseguda en un cantó del llit i la seva parella agenollada al davant".

Sigui com sigui, per trobar el punt A cal tenir paciència, explorar el cos i experimentar. I és que, **cada persona i cada vagina són un món.**  
[ficentrareport]