



Les 7 falses creences més populars sobre el sexe

[inicicentrareport]En els últims anys hem anat tenint cada cop més educació sexual i informació sobre sexualitat, però alhora també més pressió per respondre a certes coses. És per això que a dia d'avui encara hi ha esteses moltes falses creences relacionades amb el sexe, aquestes 7 són les més comunes:

La primera vegada amb penetració sempre fa mal

És cert que a vegades hi pot haver dolor, però sovint és perquè ja anem amb la idea que ens farà mal i això provoca nervis i per tant que sigui més difícil relaxar-nos i lubricar bé. El més important és estar segurs i segures que ens ve de gust, fer-ho amb tranquil·litat i confiança, relaxar-nos i estimular-nos prèviament amb altres jocs i pràctiques perquè hi hagi més excitació i per tant més lubricació.

El coit és el que produeix més plaer

Hem après que el coit, és a dir la penetració, és el centre de les relacions sexuals i que sense això no hi ha sexe. Això no és així, a moltes persones els agrada més el sexe oral o la masturbació mútua que no la penetració.

La mida del penis és molt important

Aquesta creença encara està molt extesa actualment, li donem massa importància a la mida del penis i això fa que moltes persones se sentin insegures. La veritat és que la qualitat del sexe no té a veure amb això. En el plaer tot és qüestió de pràctica i de comunicació amb l'altra persona!

L'home és el que ha de portar la part activa en les relacions

En una societat masclista durant molt segles, hem acabat atribuint certs rols als homes i altres a les dones. En el terreny sexual se'ns ha ficat al cap que els homes han de ser més actius i portar la iniciativa, responsabilitzant-se del plaer de la dona. Això comporta molta pressió tant en els nois com en les dones.

La marxa enrere és un bon mètode anticonceptiu

Aquesta creença no només és falsa sinó que també és perillosa. El penis abans de l'ejaculació deixa anar líquid preseminal que pot contenir espermatozous i per tant es pot produir un embaràs. També pot ser que no hi hagi un bon control de l'ejaculació i que s'acabi tenint un accident desafortunat. Per altra banda amb aquesta tècnica ens podem contagiar de malalties de transmissió sexual. Per tant, sempre preservatiu!

El condó resta sensibilitat

Actualment existeixen infinitat de preservatius que funcionen perfectament i no es noten ni resten sensibilitat. Així doncs, tot és qüestió de provar quin s'adapta millor a cada persona i parella.

Si es perd l'erecció és perquè no hi ha atracció

Això no és així, hi ha varies causes per les que es pot perdre l'erecció. La més comuna té a veure



amb l'ansietat perquè ja ens ha passat en altres ocasions i tenim por que es repeteixi. És por al fracàs o a "no donar la talla". Per tant el millor que es pot fer en aquests casos és demanar suport psicològic. Parlar-ho amb la parella també és una bona manera de baixar els nervis i la tensió.
[ficentrareport]