



6 objectes que els experts en sexe tenen a les seves habitacions

[inici centrareport] Quins són els objectes que no acostumen a faltar a l'habitació de sexòlegs i sexòlogues? El Huffington post ha fet aquesta pregunta a diversos experts en sexologia i això és el que els han respost:

```
[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]

Versió sense playbuzz

Lubricant

La lubricació és clau per gaudir del sexe, així els experts/es recomanen tenir a mà productes que ens ajudin a reduir la fricció i possibles molèsties.

Joguines sexuals

Els objectes eròtics no només poden millorar les relacions en parella, sinó també la masturbació individual. A més, contribueixen a conèixer millor el nostre cos i punts de plaer.

Llums regulables/espelmes

Una llum tènue o unes espelmes acostumen a fer l'ambient més agradable, còmode i excitant. Plug anal Si es practica sexe anal de manera regular o es vol provar, aquests dispositius ajuden a relaxar la zona de l'anus abans de la penetració.

Tovallolletes íntimes i preservatius

La higiene i els mètodes de protecció són claus a l'hora de tenir relacions sexuals. És important escollir els productes que més s'adaptin a les nostres necessitats per tal d'evitar possibles problemes i infeccions.

Coixins fermes o sexuals

Hi ha coixins sexuals pensats especialment per facilitar certes postures. Ara bé, si no en tenim cap, un coixí ferm -més dur que tou- també ens pot servir. Col·locar-lo sota del cul, eleva la pelvis i fa que l'estimulació del clítoris sigui més directe.

Olis essencials

El sentit de l'olfacte té connexió amb el sistema límbic que, alhora, està associat a la memòria. Per tant, les olors dels olis essencials poden ajudar a relaxar-te i a centrar-te més en el plaer i el moment.

[ficentrareport]