

SEX SHOP

As lojas especializadas em produtos eróticos estão sempre cheias de novidades. Confira algumas delas:



FOTOS REPRODUÇÃO

Batom?

Parece um batom, tem o tamanho de batom, mas não é um batom. Na verdade, é um vibrador. Apresenta multivelocidades e mede nove centímetros. Custa, em média, R\$ 70.

**Vela comestível**

Para apimentar a relação, esta vela é uma ótima opção. Acesa, ela começa a derreter.

O óleo, então, pode ser espalhado sobre a pele. O artigo vem nos sabores uva, chocolate, morango, menta e tutti frutti. Custa cerca de R\$ 35.

**Camisinha com cor e sabor**

Sexo oral sem proteção pode transmitir doenças. Antenada, a indústria oferece dezenas de opções de camisinhas com cores e sabores diferentes, como morango, uva, chocolate, hortelã e tutti frutti. Preço médio: R\$ 3.

COMPORTAMENTO

Terapeuta sexual esclarece dúvidas

Durante uma semana, leitores do blog Vida Saudável puderam enviar por e-mail suas dúvidas sobre sexo para participar desta reportagem. Selecionamos 10 perguntas, que foram respondidas pela psicóloga e terapeuta sexual Izabel Eilert, de Caxias do Sul. Confira e tire também suas dúvidas.



Mulher, 22 anos: Mantenho relações há sete anos com o mesmo e atual companheiro. Nunca consegui ter um orgasmo "sozinha". Tenho que ser estimulada no clitóris e isso me incomoda muito. Por que não tenho orgasmo na hora certa?

Isabel Eilert: Qual seria a hora certa? Você e mais de 80% das mulheres pre-

cisam de estímulo no clitóris durante o sexo. O que importa é que você tem orgasmo. Não importa se o que desencadeia o clímax é o estímulo do clitóris ou de qualquer outra parte do corpo. Se você puder estimular o clitóris durante a penetração, fará o que se chama "manobra de ponte", que é desencadear o orgasmo pelo clitóris e ter a percepção de vagina preenchida.

Mulher, 28 anos: Eu sinto prazer durante o sexo, mas não sei se tenho orgasmo. Qual é a sensação? Quanto tempo dura?

Isabel Eilert: O orgasmo feminino é algo sutil e existem mulheres que o percebem mais facilmente. Outras, não. São sinais discretos: a vagina contrai, os batimentos cardíacos aumentam, as costas podem arquear e pode ocorrer a contração de braços e pernas, sudorese e sons (gemidos e murmúrios). Não se expele nenhum líquido como o homem, mas cada mulher tem um modo de ter o orgasmo. Por isso, não espere fogos de artifício ou sinos batendo. Uma dica para perceber o momento certo é observar o momento em que tiver uma intensa sensação de prazer que culmina com uma "explosão" corporal, seguida por um relaxamento muscular. Está ali o orgasmo. Quanto ao tempo que dura, é algo muito pessoal. Existem mulheres que podem ter essa sensação bem prolongada. Outras, sentem várias vezes. Cada mulher tem um modo de sentir. O que importa é que você saiba como o seu corpo funciona.

Mulher, 19 anos: Meu namorado reclama que não sente prazer com camisinha. Mas eu insisto que ele use. A reclamação dele é verdadeira? O que fazer?

Homem, 38 anos: Quando a ejaculação pode ser considerada precoce?

Isabel Eilert: A ejaculação precoce é o problema mais comum entre as disfunções masculinas, afetando de 20% a 30% dos homens. É caracterizada pela dificuldade de controle voluntário da ejaculação. Ou seja, quando a ejaculação ocorre sem que o indivíduo queira que ela ocorra. Isso ocorre pela falta da percepção do sinal ejaculatório, que é aquele que, se percebido, possibilita ao indivíduo segurar a ejaculação. Para determinar o problema, não considero tempo ou número de vezes de movimentos de penetração, mas sim a percepção do sinal ejaculatório. Quando o tempo da ejaculação interfere no bem estar sexual e emocional do casal, é sinal de que algo não está bem.

Homem, 29 anos: Onde fica o ponto G feminino e o masculino?

Isabel Eilert: O ponto G feminino fica dentro do canal vaginal, numa pequena área atrás do osso púbico, acessível através da parede anterior da vagina. É como se você fosse "pegar" alguma coisa que estivesse atrás do umbigo, mas por den-

Mulher, 22 anos: Tenho mais dificuldade de gozar do que meu parceiro. Isso é normal?

Isabel Eilert: Como a mulher tem o erotismo distribuído no corpo todo e o homem o concentra mais no genital, fica mais fácil para ele chegar lá. Tente perceber onde são os pontos que a excitam mais e os estimule bastante. Também estimule a mente para impulsionar a excitação (fantasias eróticas). O tempo do homem e da mulher chegar ao orgasmo é bastante diferente mesmo. Não há regra, respeite o tempo de cada um.

Mulher, 31 anos: Gostaria de saber por que eu não me interessava tanto por sexo como a maioria das minhas amigas. Sou casada há 14 anos e adoro meu marido, mas parece que falta algum hormônio. Ele é um deus grego, é ótimo, mas eu não tenho apetite sexual. Se não tivesse relações, não sentiria falta. O que há de errado comigo?

Isabel Eilert: É importante investigar, mas, muito provavelmente, você não tem problemas físicos. As mulheres não têm tanto apetite sexual como os homens. E nosso maior estímulo não é o visual, mas mental, ao contrário deles. Então, o fato dele ser um deus grego não é determinante para seu apetite sexual, ainda mais com a rotina de 14 anos. É importante que você descubra o que lhe dá mais desejo. Usando uma metáfora, não adianta apresentar um churrasco maravilhoso a um vegetariano. Ele nunca vai gostar, mas nem por isso será considerado doente. Descubra do que você gosta e fale para seu marido. Outra dica é pensar mais em sexo durante o dia. Isso ajuda no aumento do apetite sexual. Incorpore pensar no assunto toda vez que você fizer algo da rotina, como escovar os dentes. Você pensará em sexo pelo menos três vezes ao dia, muito mais do que hoje, provavelmente.



Homem, 28 anos: As mulheres gostam mais de homens com pênis grande?

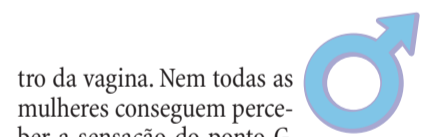
Isabel Eilert: O tamanho não é tão importante, até porque a vagina se dilata e se adapta ao pênis, principalmente quando está excitada. Já um pênis com tamanho exagerado costuma dificultar as relações (ao contrário da fantasia masculina), pois pode bater no fundo do canal vaginal e causar desconforto à mulher. Portanto, o importante não é o tamanho do pênis e, sim, o grau da excitação a que o casal pode chegar.



Homem, 32 anos: Qual é o melhor modo de fazer minha mulher ter orgasmo somente com a penetração?

Isabel Eilert: Se o que leva sua mulher ao orgasmo é estímulo clitoriano, você deve, simultaneamente com a penetração, estimular o clitóris de algum jeito, com a sua mão ou com a dela. Não há nada de errado com a mulher se ela tem orgasmo não sendo pela penetração. Há algo errado, sim, quando a mulher não tem orgasmo. Não importa o que a leva ao clímax, o importante é chegar lá.

Isabel Eilert: A camisinha pode, sim, tirar um pouco da sensibilidade do pênis, mas não ao ponto de estragar o prazer. Imagine que os médicos não poderiam fazer cirurgias com luvas de látex porque não teriam sensibilidade no tato para operarem. Claro que não. Um lubrificante vaginal pode ajudar.



tro da vagina. Nem todas as mulheres conseguem perceber a sensação do ponto G. O ponto G masculino pode ser encontrado com uma estimulação leve e suave na próstata, mas muito mais provavelmente estará na glândula do pênis, que é o local que se assemelha à sensação do clitóris.



Mulher, 41 anos: Sinto dores durante a relação com meu marido. Isso é físico ou psicológico?

Isabel Eilert: Você deve, em primeiro lugar, verificar se tem algum problema físico. Existem fungos e bactérias que podem causar dor e desconforto na hora da penetração. Se estiver tudo bem, então o que está ocorrendo é uma dispareunia, dor na relação sexual. Tente perceber se o momento da penetração está sendo feito sem você estar com a vagina totalmente dilatada e lubrificada, o que pode causar dor e desconforto. Também verifique qual posição de penetração é mais confortável. Durante a penetração, façam movimentos mais lentos em que o pênis não toque o colo do útero. Essas são dicas que podem ajudar, mas se não solucionar o problema procure ajuda. Sexo não tem que doer nunca.