

Detrás del placer:

descubre nuevas
formas de disfrutar
tu sexualidad



¡Te damos la bienvenida a la guía de placer anal de WeSex!

Esta es nuestra primera guía descargable y como nos gustan los desafíos, preferimos empezar por atrás.

Si estás buscando explorar nuevas zonas erógenas y encontrar nuevas formas de conexión con el placer, estás en el lugar correcto. En nuestra guía, te proporcionaremos todo lo que necesitas saber para disfrutar de una experiencia placentera y segura al practicar sexo anal.

Aprenderás cómo abordar la conversación con otra persona, y al mismo tiempo entender cuáles son los cuidados y pasos a seguir según la recomendación de nuestros expertos.

Te mostraremos cómo prepararte, las posiciones ideales, la importancia del lubricante y el preservativo, y otros consejos clave para garantizar tu placer y seguridad. Además como un clásico de WeSex, te compartiremos juegos, ejercicios y técnicas para que puedas ir explorando poco a poco y disfrutar al máximo. ¡Comunícate abiertamente y asegura el consentimiento de ambas partes para una experiencia exitosa!

¿Estás listo para descubrir una nueva dimensión de placer?

Consejos para iniciarse en el sexo anal

Sabemos que estar relajados es fundamental para disfrutar cualquier práctica sexual, pero lograrlo no es tan fácil como decirlo. Por esta razón, les dejamos un resumen de los puntos más importante a tener en cuenta:

- 🍌 Primero que nada tiene que haber un deseo de hacerlo. **Nadie te tiene que presionar**, forzar, ni obligar a practicar el sexo anal (nunca a nada)
- 🍌 Estar caliente es clave. Es difícil llegar al sexo anal sin antes haber estimulado el clítoris o el pene de la persona que será penetrada.
- 🍌 Ambas personas deben tener el control de lo que está pasando. Desmitifiquemos la idea del pasivo vs. activo. La persona penetrada no es pasiva, es quien hace y controla toda la situación.
- 🍌 El concepto no es empujar hacia el ano, sino intentar que el ano abduzca.
- 🍌 Elegir las posiciones más favorables (en esta guía te contaremos cuáles son)
- 🍌 Acá el tamaño sí importa: cuanto más grande es el pene/dildo más lento hay que ir.
- 🍌 Usar preservativo siempre para evitar infecciones. Y una vez que se cambia de práctica se debe cambiar el preservativo. Primero se penetra por vagina y luego por el ano, nunca al revés: lo que entra por el culo no debe entrar a otro lado, para evitar infecciones.
- 🍌 Usar MUCHO lubricante, más es mejor. No hay saliva que alcance, el lubricante es infaltable. Podes usar el mismo que para otras prácticas pero en mayor cantidad.
- 🍌 Si vas a usar dilatadores o plug, que tengan tope, para que no se pierdan adentro.


Ahora sí, empezamos.

Comunicacion: cómo empezar a hablar sobre sexo anal

Dedicar un espacio al diálogo es algo que todas las personas que quieran vincularse sexualmente con otro podrían hacer para construir un espacio seguro. Lo más importante de incorporar una nueva práctica sexual, en este caso una práctica de sexo anal, es el consentimiento de las personas involucradas. En particular esta práctica requiere diálogo previo, y para algunas personas, tiempo para pensar y decidir si les gustaría o no, explorar nuevas formas de dar y recibir placer.

Te invitamos a responder las siguientes preguntas junto a tu pareja sexual. Esta guía nos ayudará a establecer límites y acuerdos antes de la práctica.



- 
- ✎ ¿Has practicado sexo anal antes?
 - ✎ ¿Cómo te sientes al respecto?
 - ✎ ¿Qué temores o preocupaciones tienes?
 - ✎ ¿Qué tipo de estímulos te gustaría recibir?
 - ✎ ¿Qué ritmo o velocidad te resulta más placentero?
 - ✎ ¿Te sientes cómodo/a con la idea de cambiar de posición durante la práctica?
 - ✎ ¿Quieres establecer una señal de seguridad en caso de que necesites detener la práctica?
 - ✎ ¿Estás de acuerdo en comunicarte abiertamente sobre cualquier molestia o comodidad que puedas sentir durante la práctica?
 - ✎ ¿Cómo te gustaría que abordemos la comunicación durante la práctica?
 - ✎ ¿Te gustaría utilizar lubricantes o juguetes sexuales?

Luego de generar un acuerdo verbal sobre cómo desean que sea esta práctica, podemos comenzar a preparar el ambiente donde se desarrollará el encuentro.

La previa del encuentro

Estar en un estado de relajación y excitación es clave como vimos en el primer capítulo de esta guía. Pero no todas las personas pueden relajarse con sólo decidirlo. Para crear un ambiente seguro, vamos a ver algunas ideas para ayudar a la persona que recibe la penetración a liberar la tensión en el cuerpo.

El ambiente

Para comenzar, genera un buen clima. Puedes ambientar el lugar con velas o luces bajas, algo de música y un incienso o vela aromatizada pueden servir para expandir la sensorialidad más allá del tacto.



Les dejamos una buena playlist para musicalizar todo el encuentro

Otra opción es que juntxs creen una playlist que los motive y los caliente

Relajación del cuerpo: Meditación y respiración profunda

La respiración profunda es una técnica efectiva para reducir la ansiedad y la tensión muscular durante la práctica del sexo anal. La técnica básica es inhalar profundamente por la nariz y exhalar lentamente por la boca. Al respirar profundamente, se llena el cuerpo de oxígeno, lo que ayuda a reducir la sensación de tensión y aumenta la relajación.

Para comenzar, se puede pedir a la persona que se acueste boca arriba y cierre los ojos. Luego, se puede pedir que se concentre en su respiración y que imagine una luz cálida y suave que envuelve su cuerpo, comenzando por los pies y subiendo lentamente hacia la cabeza. La luz representa la relajación y la calma, y se puede imaginar que fluye a través del cuerpo y libera la tensión muscular.

Acompaña a la persona que está entrando en estado de relajación con caricias, ya sea con las manos o con una pluma. Podés susurrarle al oído con palabras que aumenten la excitación.

Te compartimos acá una meditación guiada para hacer con tu pareja sexual (o para vos)

Del masaje erótico al masaje anal

La persona que reciba la penetración anal será también quien reciba el masaje por parte de la persona que vaya a penetrar.

Como siempre, iremos de menos a más, para asegurarnos que la persona que recibirá la penetración esté relajada, estimulada y lubricada.

Masaje erótico:

Vamos a comenzar masajeando desde los pies a la cabeza recorriendo el cuerpo del otrx, descubriendo pliegues, marcas personales, zonas erógenas desconocidas.

Con-tacto: Seamos conscientes del poder de nuestras manos. Una gran herramienta que tenemos siempre disponible. Tenerlas bien humectadas y tocar con dedos, uñas, palma y talón de la mano, para ir jugando con los diferentes niveles de intensidad según necesitemos.

Involucrarse en la tarea con todo el cuerpo. Más allá de las manos, permitirse experimentar con otras partes del cuerpo como los codos, el pecho, la boca, la lengua, incluso con susurros en el oído.

Sumar accesorios: Lubricantes, plumas, cremas comestibles y vibradores
Bonus: Jugar con la temperatura puede ser una buena manera de relajar los músculos. Pueden probar con un cubo de hielo o con agua tibia para estimular la zona.

Lubricación: Aplica una buena cantidad de lubricante en la zona anal y en tus dedos, asegurándote de que la zona está bien lubricada para facilitar el masaje y evitar molestias.

Masaje anal:

Hay varias técnicas que puedes utilizar para el masaje anal. La más común es la **técnica circular**, en la que se realizan suaves movimientos circulares con la yema de los dedos alrededor del ano. También puedes probar con movimientos suaves de entrada y salida.

Comunicación: Durante todo el proceso, es fundamental que la persona que recibe el masaje se sienta cómoda y segura. Asegúrate de preguntarle cómo se siente y si desea que cambies algo en el masaje. O incluso preguntarle si aún quiere continuar con la práctica.

Ritmo y presión: Es importante ir ajustando el ritmo y la presión a medida que avanza el masaje. Comienza con movimientos suaves y lentos, aumentando gradualmente la presión y el ritmo a medida que la persona se sienta más cómoda y la notes más excitada.

Recuerda que cada persona es diferente y que cada uno tiene sus propias preferencias, tiempos y maneras de expresarse. Por ello, es importante comunicarse y adaptar el masaje a las necesidades y deseos de la persona que lo recibe.

Tips de higiene a tener en cuenta:

- 🍌 Antes del sexo anal, es opcional vaciar el intestino previo al encuentro sexual. Esto puede hacerse mediante una evacuación intestinal normal (ir a 🚽).
- 🍌 Después de vaciar el intestino, es importante que la zona anal se limpie con agua y jabón suave. Con bidet o ducha basta.
- 🍌 De todas formas, estás yendo literalmente a la casa de la caca, no esperes que todo sea color de rosas. Normalicemos :)
- 🍌 Corte de uñas: Se recomienda cortar las uñas de las manos para evitar lastimar el área con la estimulación manual.

- 🍌 Juguetes sexuales: en caso de utilizarse ya sea para el sexo anal u otra práctica de penetración, se deben limpiar adecuadamente antes y después de su uso. Se recomienda utilizar un limpiador específico para juguetes sexuales.
 - 🍌 Lubricante: Utiliza lubricante a base de agua para reducir la fricción y prevenir lesiones en el área anal. Si no tienes agua, puedes usar el que tengas, pero en mayor cantidad.
- Lo dijimos antes y lo diremos más adelante pero nunca está demás aclarar: preservativo siempre!

Penetración

Los roles pasivos y activos deben estar comunicados y coordinados. La persona que penetra no es quién dirige el encuentro, diríamos que es la que recibe quien debe marcar el ritmo. Pero la realidad es que ambas personas deben tener el control de la situación.

RECORDÁ: La persona penetrada no es pasiva, sino que hace y controla la situación. El concepto no es empujar hacia el ano, sino, intentar que el ano abduzca.

La persona penetrada será quien marque el ritmo y por lo tanto quién se irá moviendo según lo que vaya sintiendo. Es importante tener una comunicación verbal (o no verbal) prestando atención a lo que manifiesta la persona penetrada. De esta manera se evitan dolores y malos momentos.

El sexo anal es una de las prácticas más placenteras tanto para personas con vulva como personas con pene y es muy importante que la experiencia sea positiva para lxs involucradxs en la práctica. Si en un primer encuentro la experiencia es negativa, posiblemente esa persona tenga miedo de volver a intentarlo y de esta manera se privará de un placer único.

En el sexo anal, principalmente en los primeros encuentros, es muy importante tener paciencia, diálogo y consentimiento cada vez que se aumenta o modifica la intensidad. Nunca se deben usar anestésicos, ya que pueden ocultar el dolor y causar lesiones.

En prácticas de sexo anal con personas con vulva, nunca realizamos penetraciones primero en el ano y luego en la vagina. Lo que entra al culo no entra en otro lado, para evitar infecciones . Si luego quieres hacer una penetración vaginal, tendrás que cambiar el preservativo!

Recordemos algunos consejos:

En el caso del sexo anal, el tamaño sí importa: cuanto más grande es el pene, más espacio hay que ir.

Si está consensuado, vale hacer doble penetración. Es decir que mientras que se realiza la penetración anal, puede hacerse en simultáneo la penetración vaginal, ya sea con (otro) pene, dildos, dedos e incluso podés penetrar y ser penetrado a la misma vez. Dejamos de tu lado la creatividad y combinación de estos elementos.

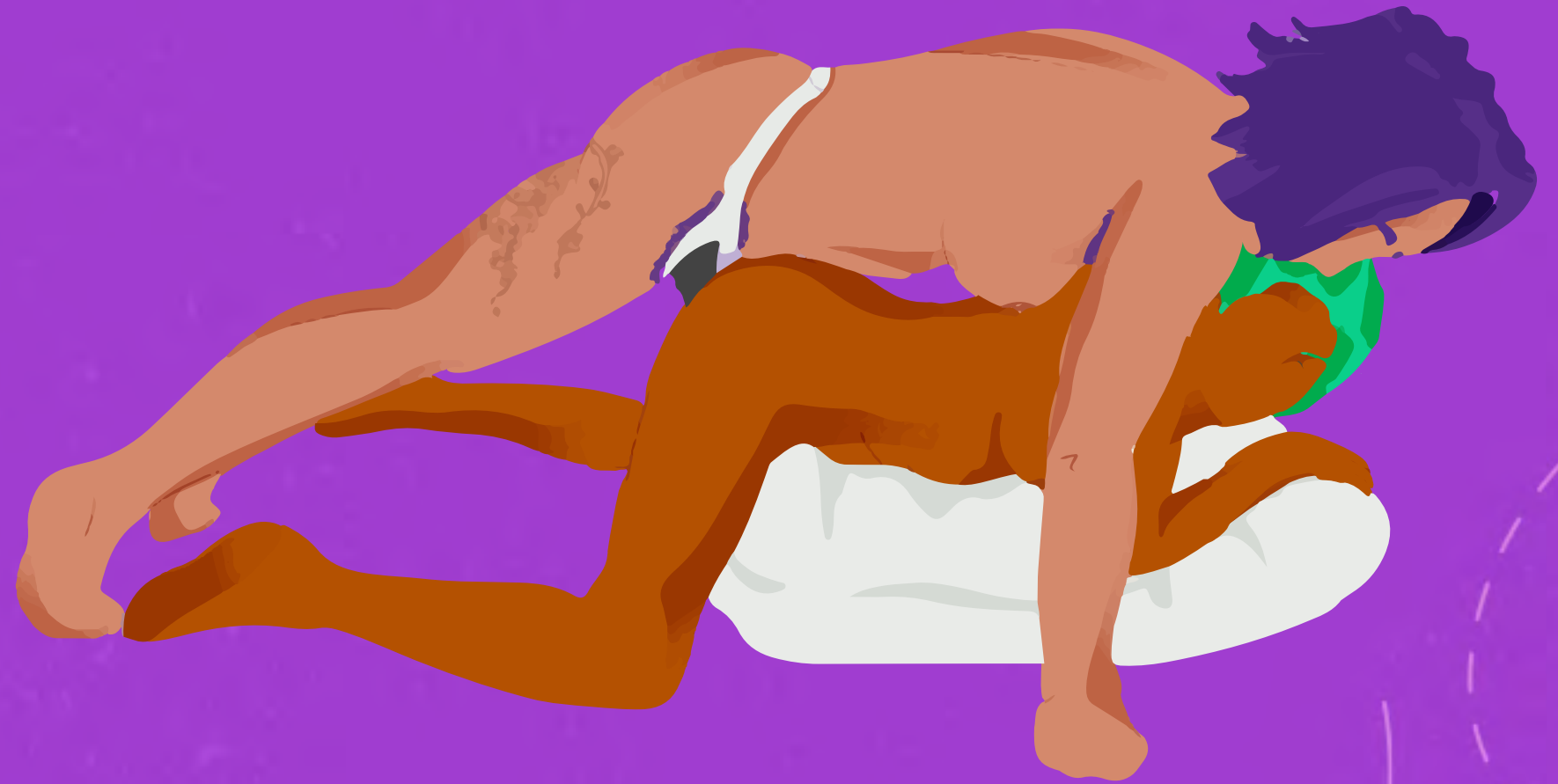


Posiciones y estímulos

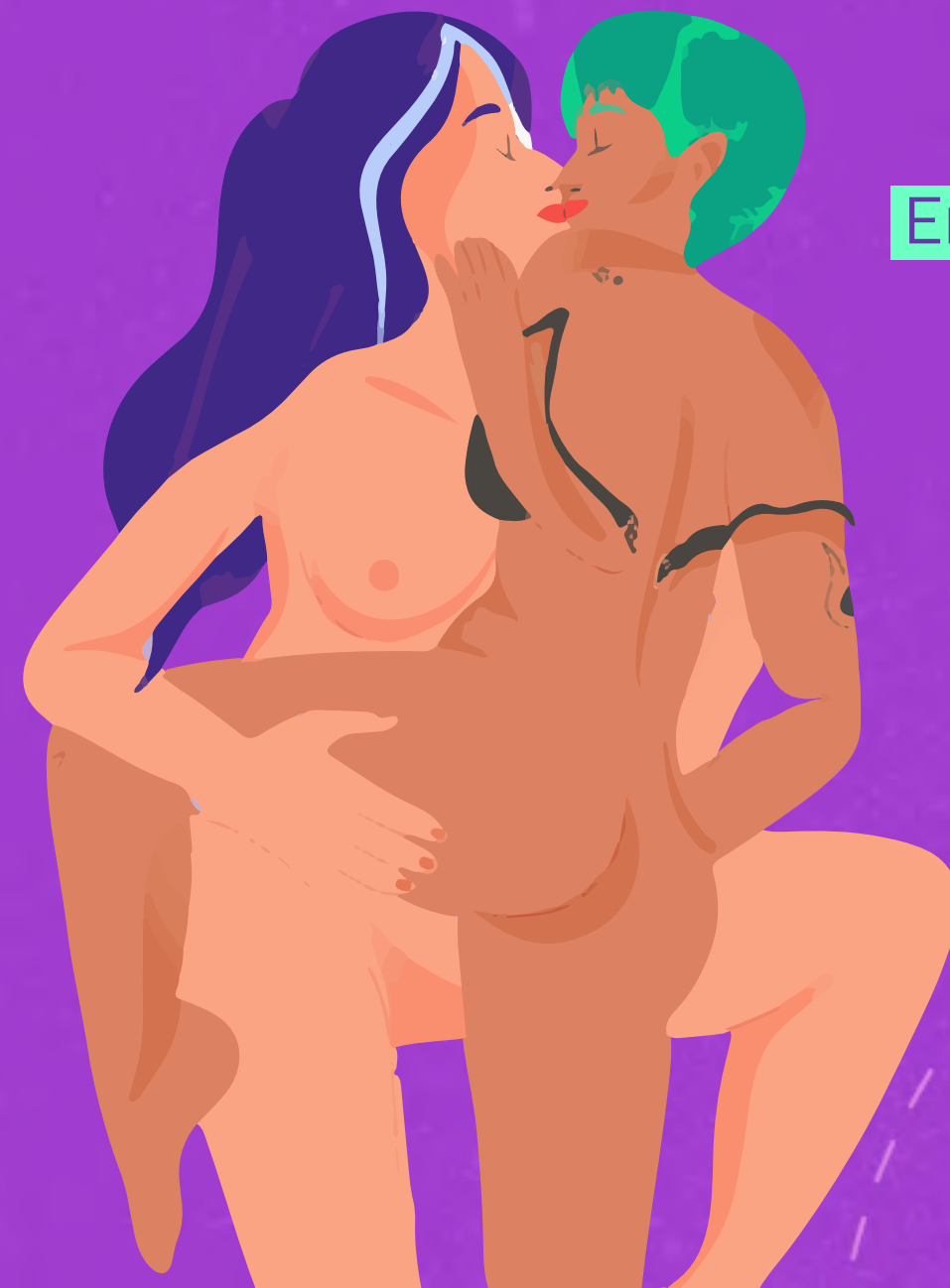
Sentándose encima del pene o del dildo.



Boca abajo



En posición de cucharita



Punto P

El punto P está ubicado en la próstata, la que produce gran parte del semen que forma la eyaculación y es una zona erógena poco explorada pero que al estimularla puede provocar mucho, pero mucho placer.

Para esta práctica es clave que tengas en cuenta:

El consentimiento: Esta práctica puede ser algo nuevo y desconocido para algunas personas, por lo que es esencial hablar y establecer límites y expectativas claras.

La posición: Tiene que ser cómoda para poder relajarse y disfrutar del momento.
#WeSexersRecomiendan acostarse boca arriba con las piernas flexionadas (como en la ilustración)

Una buena lubricación: Es fundamental que la zona esté lubricada antes de comenzar la estimulación. Utiliza un lubricante de base acuosa o silicona para reducir la fricción y hacer que la experiencia sea más agradable.

Estar excitado antes de comenzar la estimulación del punto P. Puedes comenzar con cualquier tipo de estimulación que te genere placer, como la estimulación del pene, los testículos, el perineo y bordear el ano.

El ritmo: Cuando estés listo para comenzar la estimulación del punto P, comienza la penetración de manera muy lenta y gradual. Puedes utilizar dedos, lengua o un juguete sexual, siempre asegurándote de que esté limpio y desinfectado.

La dirección de la penetración debe ser dirigida hacia arriba y hacia adelante, hacia la zona abdominal, en lugar de hacia la espalda. La próstata se encuentra a unos 4 cm dentro del ano, por lo que la penetración debe ser suave y gradual para evitar incomodidades

Estimular la próstata: Una vez que hayas encontrado la próstata, puedes presionar suavemente y realizar el movimiento "círculo, círculo, ven, ven". Acompaña siempre la estimulación del punto P con la estimulación del pene para maximizar el placer.

Tips extras:

🍏 La estimulación del punto P puede ser una práctica nueva y emocionante, pero también puede llevar tiempo para explorar y encontrar lo que les funciona mejor. Tómense tiempo para experimentar y descubrir lo que genera más placer.

🍏 La lengua no falla: Estimular el ano con la lengua también puede dar mucho placer. Se puede combinar la masturbación con la estimulación oral del ano para que tu pareja se vuelva loco de placer.



Beso negro

El beso negro o anilingus, es una práctica poco explorada pero muy placentera. Consiste en usar la lengua y la boca para estimular el ano de otra persona. Eso.

Veamos cómo hacerlo:

Luego:

Empieza con besos suaves alrededor del ano para estimular la zona y asegurarte que tu pareja se sienta cómoda antes de penetrar con la lengua.

Acariciar el área con la lengua haciendo círculos suaves. Si tu pareja se siente cómoda, puedes intentar penetrar con la lengua lentamente.

Sé suave: La lengua debe estar húmeda y suave, moverse con cuidado y lentamente.

#WeSexersRecomiendan la técnica del alfabeto: Con tu lengua, haz la forma de diferentes letras del alfabeto en la zona, variando la presión y velocidad de la lengua.

Combina la lengua con los labios usándolos para succionar mientras la lengua está penetrando, y alterna entre hacer círculos con la lengua y chupar suavemente con los labios.

Toys y cositas que pueden ayudar a la practica:

El uso de juguetes sexuales en el sexo anal puede ser una forma divertida y emocionante de explorar nuevas sensaciones y maximizar el placer. Para que la experiencia sea super placentera, es importante elegir los juguetes adecuados y usarlos de manera segura para evitar lesiones y prevenir la transmisión de infecciones. A continuación, te presentamos una guía completa de los mejores juguetes sexuales para el sexo anal y un sexshop de confianza SAVAGE en donde pueden conseguir los que mas les gusten:

Plugs anales : Son juguetes sexuales que se insertan en el ano para dar una sensación de plenitud. Están diseñados para ser cómodos de usar durante largos períodos de tiempo y tienen una base ancha para evitar que se deslicen por completo en el recto. Algunos plugs anales vienen con vibraciones para aumentar la estimulación.

Dildos anales: Tienen una forma fálica y se utilizan para la penetración anal. Vienen en diferentes tamaños, formas y texturas para adaptarse a diferentes preferencias y niveles de experiencia. Es importante elegir un dildo con una base ancha para evitar que se pierda en el recto.

Vibradores de próstata: Están diseñados específicamente para estimular la próstata masculina. Tienen una forma curva y una punta redondeada para llegar fácilmente a la próstata. Algunos vibradores de próstata tienen también vibraciones para aumentar la estimulación.

Bolas anales: Son una serie de bolas unidas por una cuerda que se insertan en el ano para estimular las terminaciones nerviosas en el área anal. Algunas bolas anales tienen vibraciones para aumentar la estimulación.

Lubricantes: Reducen la fricción y hacen que la experiencia sea más cómoda y agradable. Es importante elegir un lubricante a base de agua o silicona, ya que los lubricantes a base de aceite pueden dañar los juguetes sexuales y aumentar el riesgo de infecciones.

Recuerda que es importante: Lavar los juguetes sexuales con agua y jabón antes y después de cada uso.

El sexo anal es una práctica sexual satisfactoria y placentera que nos abre un mundo de nuevas posibilidades para la exploración de nuestros cuerpos. Para que esta práctica sea satisfactoria para cualquier persona, es importante el diálogo previo, el consentimiento y mutuo acuerdo de cómo será el encuentro sexual.

¡Gracias por leer!

Escanea este código para sumarte al grupo de **telegram** con los demás lectores de esta guía y discutir sobre la práctica, preguntar tips y compartir experiencias!.



[Haz click aqui](#)



WeSex

