

Mois du sexe anal : les 5 choses que vous devez savoir !

Comme la plupart des sujets liés à la santé sexuelle, le sexe anal est un tabou. Pour aider à mettre fin à cela, la marque de bien-être sexuel Satisfyer, ainsi que Megwyn White, Directrice de la formation chez Satisfyer et sexologue clinicienne certifiée, ont décidé de mettre en lumière cinq faits que tout le monde devrait connaître sur le sexe anal.

1. Le sexe anal est pour tout le monde

Alors que le sexe anal est souvent perçu comme une pratique principalement associée aux homosexuels, il convient de préciser que de nombreux hommes et femmes hétérosexuels apprécient celui-ci. En effet, cette pratique est en train de devenir très populaire chez les personnes de moins de 45 ans. Selon une récente enquête¹ du CDC (Centers for Disease Control), 36 % des femmes et 44 % des hommes de cette tranche d'âge ont admis avoir eu un rapport anal avec un-e partenaire du sexe opposé. Une fois toutes les barrières levées, la vérité est que l'anus possède des milliers de nerfs, dont certains sont directement reliés au clitoris. Pour les hommes hétérosexuels, le sexe anal peut également être agréable à l'aide de ce que l'on appelle un "god-ceinture" que la femme peut porter, ou à l'aide d'un doigt, voire d'un vibromasseur. Le sexe anal pour un homme peut être particulièrement agréable car il permet d'explorer l'angle connu sous le nom de "point P", une glande prostatique très sensible qui est responsable du déclenchement des orgasmes chez les hommes.

2. Sexe anal = plaisir

Le sexe anal peut en effet être très agréable pour les deux sexes, sans impliquer une quelconque douleur. Malheureusement, l'idée que cela va faire mal perpétue un phénomène appelé "douleur anticipée". C'est à dire que si vous pensez que quelque chose va être douloureux, votre corps commence à se préparer à la douleur en se crispant et en amplifiant l'expérience de la douleur. Une bonne dose de lubrifiant, une excitation croissante pour détendre le corps et une pratique régulière, sont la clef pour une expérience agréable. Comme beaucoup d'autres pratiques sexuelles, il est nécessaire de préparer et d'entraîner le corps afin de profiter pleinement du plaisir que procure cette pratique.

3. Ce n'est pas salissant

De simples précautions peuvent vous aider à réaliser que l'expérience n'est pas nécessairement salissante ou embarrassante. Tout d'abord, le rectum ne stocke pas les selles. Cependant, le sexe anal peut déclencher l'évacuation des intestins par l'anus s'il contient suffisamment de selles. Il est donc préférable d'essayer de vider ses intestins avant

¹ <https://www.cdc.gov/nchs/data/nhsr/nhsr036.pdf>

Satisfyer

de décider d'explorer le sexe anal. Pour faciliter ce processus, vous pouvez utiliser une seringue auriculaire ou nasale avec un peu d'eau pendant environ 30 secondes à une minute, puis vider l'intestin pour l'aider à se débarrasser de tout débris.

4. Un tout nouveau monde à explorer

Bien que le sexe anal avec un pénis puisse procurer une sensation extraordinaire, il existe de nombreuses autres façons merveilleuses d'explorer ce type de pratique sexuelle et n'impliquant pas forcément de pénétration. L'anus étant une zone très innervée, les possibilités d'exploration sont multiples. Du simple jeu avec les doigts à l'anulingus, en passant par l'utilisation d'accessoires comme un plug anal ou des perles anales telles que nos Love Beads, ou même l'expérimentation d'un autre type de vibromasseur ou de dispositif de bien-être sexuel ; il est important d'élargir notre définition du sexe anal et du jeu anal afin de ne pas considérer la pénétration comme la seule option agréable.

5. Les femmes peuvent aussi avoir des orgasmes anaux

Les femmes sont capables d'avoir des orgasmes époustouffants grâce au sexe anal. La stimulation des nombreux nerfs situés dans cette zone peut souvent renforcer la stimulation du clitoris et du point G, qui sont d'énormes sources de plaisir. Il est toutefois important que les femmes évitent d'avoir des rapports vaginaux après une relation anale, car cela peut entraîner le transfert de germes intestinaux de l'anus au vagin, et donc une infection.

De manière générale, le sexe anal n'est pas, et ne doit pas être, un désir caché. Par exemple, certaines femmes n'ont besoin que de l'image mentale de faire quelque chose de coquin pour se faire plaisir. Comme tout ce qui est lié à l'intimité, le sexe (sous toutes ses formes) doit être discuté et exploré au bon moment, sans contraintes. Il n'y a pas plus de précautions à prendre avec le sexe anal qu'avec le sexe vaginal, il suffit d'utiliser beaucoup de lubrifiant, et d'explorer des positions permettant à l'anus de se détendre, ou de faire appel à des plugs anaux.



Megwyn White, est une sexologue clinicienne agréée basée à New York. Actuellement Directrice de la Formation chez Satisfyer, elle a été formée et accréditée par l'Institut Dr Rachael aux États-Unis en 2020. Depuis 2002, elle se concentrait sur les domaines holistiques liés au corps, tels que le yoga, le Pilates, le travail corporel basé sur l'alignement et la guérison somatique. Ses écrits ont été publiés dans Sexual Health Magazine, Sensheant et d'autres publications spécialisées, sur des sujets tels que l'intimité numérique, le déblocage de l'orgasme par la libération de l'incarnation et de l'expression, et d'autres sujets liés à la santé sexuelle.

En tant que conférencière, elle a participé à des événements tels que le Sex and Medicine Summit, le Sex Expo, Assemblage et la Yale School of Consciousness. Elle a également étudié l'anatomie intégrale avec Gil Hedley et suivi des cours de sexologie clinique à l'Institut International de Sexologie Clinique. Son travail vise à donner à chacun les moyens d'explorer le potentiel de son corps et à faire progresser le débat sur les raisons pour lesquelles l'auto-plaisir est l'un des moyens les plus prometteurs pour vivre une vie plus heureuse et plus saine.

Satisfyer

Satisfyer recommande :



Love Beads

- 19,95€
- Fabriqué en silicone de qualité médicale, très doux et respectueux du corps, lisse au toucher
- Stimule simultanément le périnée et la prostate



Booty Call

- 14,95€
- Idéal pour les débutants et l'entraînement anal
- La sangle de récupération permet un retrait facile



Lolli plug 2

- 29,95€
- 12 programmes de vibration variés et puissants
- Convient aux hommes et aux femmes

-fin -

À PROPOS DE SATISFYER

Mêlant innovation technologique et santé sexuelle, Satisfyer est une marque de bien-être sexuel dédiée à la création d'expériences agréables et multi-sensorielles pour les consommateurs. Créée en 2016, Satisfyer est la plus grande marque mondiale de bien-être sexuel prônant une santé sexuelle accessible à tous, quels que soient les préférences sexuelles, le contexte socio-économique, l'âge, le sexe ou le niveau de compétence. En tant que marque de bien-être sexuel à la croissance la plus rapide au monde, Satisfyer est désormais disponible dans plus de 100 pays, avec plus de 200 produits et plus de 190 prix de design. Satisfyer propose la gamme de produits la plus complète et innovante mêlant qualité supérieure à des prix accessibles. L'une des innovations ayant reçu des prix est notre application gratuite Satisfyer Connect qui intègre le toucher, le son et le retour haptique, permettant aux utilisateurs de créer leurs propres programmes de plaisir personnalisés et de contrôler virtuellement l'appareil d'un partenaire en toute transparence. L'application est constamment mise à jour et offre de nouvelles expériences d'utilisation pour votre produit Satisfyer compatible avec l'application. Satisfyer est en tête de la catégorie dans de nombreux pays, grâce à son produit phare, le Pro 2, avec plus de 25 millions de produits vendus depuis 2016, et plus de 100K d'avis sur Amazon.

Contact presse : Camille.Niechcicki@satisfyer.com – +33 6 50 03 58 03