

Satisfyer

5 factos a saber sobre sexo anal

Lisboa, 2 Agosto, 2021– O sexo anal é, como a maioria dos temas relacionados com a saúde sexual, um tabu e, como todos os tabus, as pessoas acabam por ter vergonha de falar das suas experiências e dos seus medos. Para ajudar a pôr fim a esses constrangimentos, a Satisfyer, marca de bem-estar sexual, juntamente com a Diretora de Educação e Sexóloga Clínica Certificada, Megwyn White, explicam cinco factos que todos devem conhecer sobre o sexo anal.

1. Anal é para todas as pessoas

O sexo anal é frequentemente visto como uma prática associada a homens homossexuais e isto é algo que precisa de ser esclarecido. Muitos homens e mulheres heterossexuais gostam de sexo anal. Na realidade, está a tornar-se muito popular entre pessoas com menos de 45 anos! De acordo com um recente inquérito¹ do CDC (Centers for Disease Control), 36% das mulheres e 44% dos homens deste grupo etário admitiram ter feito sexo anal com um parceiro do sexo oposto.

Uma vez levantadas todas as barreiras pré-concebidas, a verdade é que o ânus tem milhares de terminações nervosas de prazer e algumas estão até ligadas ao clitóris. Para os homens heterossexuais, o sexo anal também pode ser realizado com a ajuda de um “cinto de fixação” utilizado pela mulher, ou com a ajuda dos dedos ou da vibração. De facto, o sexo anal para um homem pode ser particularmente excitante porque existe a oportunidade de explorar o ângulo conhecido como o "ponto P", uma glândula prostática muito sensível que é responsável por desencadear orgasmos nos homens.

2. Sexo Anal = prazer

Como mencionado, o sexo anal pode ser bastante agradável para ambos os sexos, sem envolver qualquer tipo de dor. Infelizmente, a ideia de que vai doer perpetua um fenómeno chamado dor antecipada. Em suma, se pensarmos que algo vai ser doloroso, o nosso corpo começa literalmente a preparar-se para a dor ao tensionar e amplificar a experiência da dor. Nada que uma dose generosa de lubrificante e a excitação que ajuda a relaxar o corpo não resolvam, mas como se costuma dizer: a prática leva à perfeição. Tal como outros tipos de atividade sexual, o sexo anal tem de ser um processo contínuo de treino e preparação do corpo para o receber.

3. É simples

Precauções simples podem ajudá-lo a perceber que a experiência não precisa de ser confusa ou embaraçosa. Antes de mais, o reto não guarda fezes, mas o sexo anal pode desencadear o ânus a libertar

os intestinos se tiverem fezes suficientes. Por isso, é melhor tentar esvaziar os intestinos antes de decidir explorar o sexo anal. Para ajudar neste processo, pode usar uma água durante cerca de 30 segundos a um minuto e depois esvaziar para ajudar a limpar o intestino de quaisquer detritos.

4. Há muito para explorar

Embora o sexo anal através do pênis de um parceiro possa parecer espantoso, existem muitas outras formas maravilhosas de explorar este tipo de sexo que não envolve penetração. Uma vez que o ânus está cheio de nervos sensíveis ao prazer existe um mundo de possibilidades para explorar. Desde brincar com os dedos, ou usar um acessório como um plug anal ou bolas anais como as [Love Beads](#) da Satisfyer , ou mesmo experimentar outro tipo de vibração ou dispositivo de bem-estar sexual. O importante é alargar a nossa definição de sexo anal e jogo anal para que não consideremos a penetração como a única opção de prazer.

5. As mulheres também conseguem atingir o orgasmo através do sexo anal

As mulheres são capazes de ter orgasmos alucinantes através do sexo anal. Há uma abundância de nervos prazerosos, além de que a estimulação anal muitas vezes pode aumentar a estimulação do clitóris e do ponto G, que são enormes fontes de prazer. É importante, no entanto, que as mulheres evitem fazer sexo vaginal após o sexo anal, dado que pode transferir os germes intestinais para a vagina, levando a infeções.

Em geral, o sexo anal não é, nem deve ser, um desejo oculto. Por exemplo, algumas mulheres só precisam da imagem mental de fazer algo "tão maroto" para sentirem o corpo estremecer. Como todas as coisas relacionadas com a intimidade, o sexo, em geral, deve ser discutido e explorado na altura certa, sem restrições. Não há mais cuidados a ter com o sexo anal do que no sexo vaginal, basta usar muito lubrificante e explorar posições que permitam que o ânus relaxe.



Megwyn White é uma sexóloga clínica certificada de Nova Iorque. Atualmente, é a Diretora de Educação na Satisfazer, a marca líder de produtos de prazer e bem-estar sexual com foco na democratização do prazer acessível. Recebeu formação e acreditação através do Instituto Dr. Rachael, nos EUA, em 2019, tendo desde 2002 estudado campos holísticos relacionados com o corpo, tais como yoga, pilates, exercícios de alinhamento corporal e cura somática. Os seus artigos têm sido publicados na Sexual Health Magazine, Sensheant, e outras publicações especializadas, debruçando-se sobre tópicos como a Intimidade Digital, desmitificando o orgasmo através de uma abordagem libertadora, e outros tópicos relacionados com a saúde sexual.

Como apresentadora e porta-voz, a Megwyn tem estado presente em eventos como o Sex and Medicine Summit, a Sex Ecpo, Assemblage e na Yale School of Consciousness. Outros estudos incluem Anatomia Integral com Gil Hedley, e trabalhos em curso em

Sexologia Clínica no Instituto Internacional de Sexologia Clínica. O seu trabalho tem-se focado em empoderar todas as pessoas a explorarem o potencial dos seus corpos e no aprofundamento da conversa em torno da razão pela qual o prazer próprio é uma das portas mais promissoras para viver uma vida mais feliz e saudável.

¹ [National Health Statistics Reports Number 36, April 6, 2011 \(cdc.gov\)](#)

Recomendações da Satisfyer:



[Love Beads](#)

- Preço: 19,95€
- Feito em silicone médico, muito macio e suave para a pele
- Estimula simultaneamente o períneo e a próstata



[Booty Call](#)

- Preço: 14,95€
- Ideal para principiantes e treino anal
- A pega de extração permite a fácil remoção



[Lolli plug 2](#)

- Preço: 29,95€
- 12 programas de vibração variados e poderosos
- Adequado tanto para homens como para mulheres

Sobre a Satisfyer

Combinando inovação tecnológica e saúde sexual, a Satisfyer é uma marca de bem-estar sexual dedicada a criar experiências prazerosas e multissensoriais aos consumidores. Fundada em 2016, a Satisfyer é a maior marca global de bem-estar sexual que defende que a saúde sexual é para todos, independentemente da sua orientação sexual, nível socioeconómico, idade ou género.

Como a marca de bem-estar sexual de crescimento mais rápido em todo o mundo, a Satisfyer está agora disponível em mais de 100 países, com mais de 200 produtos e mais de 190 prémios de design. A Satisfyer oferece o leque mais abrangente e robusto de produtos inovadores e de alta qualidade, tudo a preços acessíveis. A premiada inovação da marca, Satisfyer Connect, é uma aplicação gratuito que integra toque, som e feedback tátil, permitindo que os utilizadores criem os seus próprios programas de prazer personalizados e controlem virtualmente o dispositivo de um parceiro. A aplicação é constantemente atualizada e oferece novas experiências de utilização dos produtos Satisfyer habilitados para a mesma. Lidera a categoria em muitos países, devido ao seu produto principal, o Pro 2, com mais de 25 milhões de unidades vendidas desde 2016 e mais de 100 mil avaliações na Amazon.

Para mais informações, por favor visite www.satisfyer.com