

## Sommario

Conosci te stesso?.....	2
Preliminari sessuali.....	2
Masturbazione maschile.....	3
Masturbazione femminile.....	4
Carezze sessuali.....	4
Petting.....	4
Anatomia sessuale, l'apparato e gli organi sessuali.....	5
Anatomia sessuale.....	5
Apparato sessuale.....	6
Ciclo mestruale.....	6
Cromosomi sessuali.....	6
Dimorfismo sessuale, differenze dell'apparato umano.....	7
Eccitazione sessuale.....	7
Erezione sessuale, funzione dell'eccitazione.....	8
Feromoni sessuali.....	8
Menopausa, sessualità e effetti.....	9
Menopausa sessualità, ciclo mestruale.....	9
Penetrazione sessuale, funzione dell'erezione.....	10
Caratteri sessuali secondari, differenze.....	11
Contraccettivo - precauzioni sessuali - preservativo.....	11
Precauzioni sessuali, prevenire è meglio!.....	12
Spermicidi abbinati al preservativo.....	12
Profilattici, come usarli.....	13
Acquisto profilattici, una necessità per lui e lei.....	13
AIDS e preservativo.....	13
Dimensioni preservativo, cosa comprare.....	14
Distributore profilattici, sicurezza costante.....	15
Migliori profilattici, scelta personale.....	15
Preservativo, metodo contraccettivo sicuro.....	16
Preservativo piccolo? Dimensioni e taglie.....	16
Preservativo ritardante, contraccettivo per rallentare.....	17
Preservativo stimolante, contraccettivo di coppia.....	17
Preservativo taglie, scegli dimensioni giuste.....	18
Preservativo tipo, contraccettivo adatto.....	18

Profilattici anallergici, contraccettivi senza lattice.....	19
Profilattici aromatizzati, ideali per i rapporti orali.....	20
Profilattici colorati, tanti aromi differenti .....	20
Profilattici lubrificati.....	21

## Conosci te stesso?

Quando si parla di preliminari vengono prese in considerazione tutte le attività che partono come semplici carezze, abbracci, ansimi per concludere con l'atto sessuale o fermarsi praticando petting.

Sessualità è viaggiare alla scoperta del piacere in primis ma anche conoscere chi con voi sta vivendo questa bella esperienza.

Cerchiamo di approfondire tutta quella sfera di attenzioni che prelude al momento in cui, finalmente, potrete godere appieno il vostro partner.

Preliminari come lavarsi e profumarsi, vestirsi con cura, preparare la stanza con qualche candela, una dolce musica di sottofondo con la speranza diventi la vostra colonna sonora sono gesti che conquisteranno una donna e l'uomo avrà già fatto capire che sa creare l'atmosfera e proteggere lei.

Infatti, le femmine hanno bisogno di inserirsi in un contesto, quasi concentrarsi su quello che sta per accadere; il maschio, viceversa, è più pronto ad andare subito al sodo.

Preliminari, carezze sessuali, masturbarsi vicendevolmente e altre pratiche più spinte permettono di conoscersi intimamente: datevi tempo e non sentitevi impacciati.

Infine, non dimenticate la prevenzione: alcune malattie sessualmente trasmissibili possono essere contratte anche in questa fase, siate accorti.

## Preliminari sessuali

I preliminari sessuali, tra cui masturbazione maschile e femminile fino al petting, sono fondamentali per capirsi e divertirsi insieme nell'universo inesplorato della sessualità.

Preliminari come carezze, baci, morsi, massaggi, leccarsi ma anche toccarsi intimamente danno voce ai nostri sensi con chi amiamo e finalmente possiamo scoprirlo interamente.

Durante l'adolescenza, spesso ci si ferma praticando petting e con ciò non ci vediamo nulla di sbagliato. E' un momento da vivere spensierati, vedere se con il partner abbiamo affinità sessuali e imparare a muoversi.

Tra le specie animali siamo gli unici che non possono apprendere guardando ma ascoltando racconti altrui, perchè esiste l'intimità. Attenzione, da una parte può essere pericoloso, si rischia di imitare modelli sbagliati o comunque precipitare i tempi.

Evitate di utilizzare, per mettere in pratica i preliminari, esempi visti in film porno o nel web: sono una distorsione della realtà, saprete cavarvela ugualmente e troverete il giusto equilibrio.

Infine, ricordatevi: prevenzione! Guardate con attenzione la parte "Proteggi il tuo Futuro" in questo sito!

## **Masturbazione maschile**

Quando si parla di masturbazione maschile pensiamo alla solitudine, invece tra i preliminari sessuali è usuale e rientra nella pratica del petting.

Ogni donna può approcciarsi alla masturbazione e dare piacere al suo uomo, oppure può guardarlo mentre lo fa eccitandosi a sua volta. Tutto è lecito nella sessualità, dovete solo sperimentare.

Che cosa dobbiamo sapere noi donne per non rendere questo momento un supplizio? Gli organi maschili sono delicati quanto i nostri, tratteniamoci da movimenti troppo vigorosi e bruschi e se non l'abbiamo mai fatto non avere paura di lasciarci guidare. Lasciate da parte l'orgoglio e giocate a farvi insegnare.

E il maschio? Non rende ciechi!

Dal punto di vista scientifico pratiche di masturbazione maschile sono necessarie per rinnovare il proprio sperma, sessualmente è un modo piacevole per cominciare a conoscersi, ma non affrettate la vostra lei, siate puliti e aiutatela se la vedete in difficoltà. Mica si nasce esperti amatori, con pazienza e amore si raggiunge l'intesa.

Ecco perchè praticare il petting è importante. I preliminari sessuali, tra cui l'atto della masturbazione maschile, aiutano davvero a prendere nel verso giusto il sesso senza renderlo spiacevole o addirittura traumatico.

# Masturbazione femminile

Per una donna masturbazione femminile significa spesso scoprire la sessualità. Tra i preliminari sessuali prediletto dall'uomo, non è certo nella top ten, ma se praticato con cura procura enorme piacere.

Purtroppo, fin dai tempi antichi, le donne dovevano essere pudiche, inoltre, venivano tenute nell'ignoranza e la parola masturbazione doveva rimanere un tabù, non veniva nemmeno menzionata: era scandaloso.

Ancora oggi c'è difficoltà a parlarne liberamente, ammettere che ci si masturba non è facile, proviamo quindi in questa pagina: provate per prime a toccarvi da sole, capite come muovervi, qual è l'intensità che vi appaga e poi chiedete al vostro ragazzo di sperimentare con voi. Vi piacerà e non sarete sporche o problematiche, starete solo praticando petting serenamente.

E voi ragazzi, delicati, leggeri, fatevi istruire, vedrete che sarà fortemente eccitante. Nella masturbazione tra l'altro si ottiene anche un beneficio: lubrificazione per l'eventuale rapporto sessuale.

## Carezze sessuali

Farsi carezze sessuali preliminari aiuta a rendere più piacevole l'atmosfera, a distendervi, togliere quel senso di imbarazzo che si prova le prime volte e magari fare del buon petting successivamente.

Che sia la vostra prima esperienza o siate già "navigati" è importante non dimenticarlo come primo step dei rapporti sessuali.

Tutte le ragazze ne sentono la necessità per potersi eccitare e quindi lubrificarsi naturalmente, a differenza dei ragazzi che sono pronti in poco tempo grazie all'erezione. In caso contrario, infatti, il rapporto sessuale potrebbe essere molto doloroso per la donna e questo diventa un deterrente.

Ricordatevi della sessualità come viaggio alla ricerca del piacere attraverso la relazione duratura con chi ci sta a fianco e non stancatevi mai di questa premessa: non è solo bello, è necessario soprattutto per la ragazza.

## Petting

Con la parola petting, negli Stati Uniti si identificano i preliminari soft come baci e carezze, in Italia i preliminari sessuali prima della penetrazione.

Durante l'adolescenza, fare petting è spesso la forma di sesso più comune, questo perché le ragazze hanno più remore ad arrivare al rapporto completo e preferiscono andarci caute, mentre i ragazzi sarebbero pratici.

Attenzione alla prevenzione: le malattie sessualmente trasmissibili trovano terreno fertile, ci si tocca e poi si toccano le parti intime dell'altro e il passaggio è possibile.

Quindi, cercate di essere consapevoli di chi sia il vostro lui/lei e andate alla nostra sezione **Proteggi il tuo Futuro** per comprendere come avviene il contagio e quali sono i sintomi delle malattie a trasmissione sessuale.

I nostri consigli sessuali pratici sono: lasciate perdere i video porno che girano sul web, i racconti goliardici dei vostri amici ma seguite la vostra fantasia e la voglia di stare insieme e godetevela.

Potete sperimentare tecniche differenti, da accarezzarvi intimamente a qualcosa di più hard come i rapporti orali o la reciproca masturbazione.

E' importante provare questi preliminari sessuali e rispettare le esigenze della coppia: non costringetevi mai, spingetevi in pratiche che sono nelle vostre corde, abbiate il coraggio di dire fin da subito se vi piace o no.

# Anatomia sessuale, l'apparato e gli organi sessuali

## Anatomia sessuale

L'anatomia sessuale è lo studio della struttura dell'apparato sessuale umano, specialmente dei due organi sessuali: quello maschile e quello femminile.

Anatomia del pene: è formato da tre parti di tessuto erettile, cioè due corpi cavernosi e l'uretra (condotto spugnoso in cui passano urina e sperma). La sua estremità interna comincia con la prostata (ghiandola che produce il liquido seminale) e l'esterna finisce con la cosiddetta "testa", molto sensibile poiché ricoperta da terminazioni nervose, che si chiama glande; esso è attaccato all'asta per mezzo del frenulo, ed è coperto da uno strato retrattile di pelle, simile a un cappuccio, chiamato prepuzio.

Anatomia della vagina: è in realtà un tubo elastico foderato di membrane. La parte però a noi visibile, che siamo soliti chiamare erroneamente con questo nome, è la vulva, ovvero l'insieme di: monte di Venere (rigonfiamento sottopelle, ricoperto di peli pubici), grandi e piccole labbra (le prime sono esterne e più spesse), la clitoride (esternamente è una piccola sporgenza, internamente si sviluppa in due lunghe radici che circondano tutto l'apparato). Infine, due diverse aperture la uretrale (da cui fuoriesce la pipì) e la vaginale (in cui l'uomo

inserisce il membro durante un rapporto).

## Apparato sessuale

Tutti gli esseri viventi che si riproducono in modo sessuato possiedono un apparato sessuale; esiste l'apparato sessuale maschile e l'apparato sessuale femminile.

L'anatomia di questi apparati è complessa: determinate ghiandole, le gonadi, contengono le cellule sessuali, e con diverse modalità e tempistiche le ospitano.

Gli spermatozoi sono prodotti nei tuboli seminiferi e vengono conservati al fresco nei testicoli, mentre gli ovuli si formano nelle ovaie, un ovulo al mese: se non viene fecondato il corpo lo espelle attraverso la mestruazione.

A differenza degli uomini, che non hanno una "data di scadenza" sessuale, per le donne essa coincide con la menopausa, ovvero la fine della produzione di ovociti.

L'apparato dell'uomo è formato esteriormente da pene e scroto; al momento dell'eiaculazione lo sperma fuoriesce dall'uretra, lo stesso condotto da cui normalmente esce la pipì.

L'apparato della donna è soprattutto interno, all'esterno è visibile la vulva (che comprende monte di Venere, clitoride, grandi e piccole labbra). Importanti organi femminili sono l'utero e le tube di Falloppio; ne fanno parte anche il seno, ghiandola destinata a produrre latte materno, e l'imene, sottile membrana situata all'ingresso della vagina

## Ciclo mestruale

Spesso voi giovani avete alcuni dubbi in merito al vostro ciclo mestruale femminile: qui cercheremo di chiarire questo aspetto dell'anatomia sessuale.

Dire ciclo mestruale, prima di tutto, non equivale a mestruazioni.

Ogni ciclo è diviso, infatti, nelle quattro fasi di mestruazione, fase follicolare, lutea e ovulazione, ed avviene in ogni donna col fine di creare ogni mese una cellula uovo, fecondabile dagli spermatozoi maschili.

Le donne mostrano differenze nella lunghezza dei loro cicli ovulatori, anche se di norma si considerano essere di 28 giorni. Per convenzione si usa il giorno delle prime perdite mestruali per segnare l'inizio del ciclo. Fate un calcolo del ciclo ovulatorio per trovarvi sempre pronte al suo arrivo!

Generalmente le adolescenti hanno il primo ciclo a un'età che può andare da gli 11 ai 17 anni. Il momento varia in base alla maturità del corpo di ognuna. La durata normale, invece, va dai 2 agli 8 gg.

Vogliamo poi sfatare una convinzione molto comune ma errata: ragazze, non è vero che durante il flusso si è completamente protette dal rischio di rimanere incinta. Usate in tutti i casi un preservativo, mi raccomando!

## Cromosomi sessuali

I cromosomi sessuali sono la ventitreesima coppia cromosomica del patrimonio genetico di ogni essere umano; dimorfismo sessuale? E' loro responsabilità.

I cromosomi sessuali maschili sono detti XY, i femminili XX; l'ovulo contiene sempre un X, invece gli spermatozoi possono contenere un X oppure un Y: il sesso della prole dipende da quale dei due tipi di gamete maschile (X o Y) riesce a fecondare l'ovocita.

I cromosomi sessuali vengono distinti dagli altri per il loro corredo cromosomico: esso è aploide, ovvero dimezzato; attraverso l'unione gamica si ottiene lo zigote, prima cellula uovo, con un regolare numero di cromosomi.

I nomi X e Y sono stati assegnati a partire dalla forma che i due differenti cromosomi avevano al microscopio; anche le dimensioni non sono uguali: X è più grande di Y.

Daltonismo e emofilia sono due esempi di malattie legate ad alterazioni genetiche del cromosoma X, dette anche recessive: esse infatti non colpiscono le femmine, le quali avendo XX diventano portatrici sane, mentre affliggono i maschi, poiché possiedono solamente un X.

Esistono anche mutazioni di Y, ma solitamente portano alla sterilità: non c'è quindi trasmissione ereditaria.

## **Dimorfismo sessuale, differenze dell'apparato umano**

Dimorfismo sessuale significa differenza morfologica tra individui di sesso diverso, e si esprime soprattutto nella diversità dell'apparato sessuale umano.

Gli indicatori del dimorfismo sono i caratteri sessuali, che possono dividersi in primari e secondari: i primi sono le gonadi, ovvero testicoli e ovaie, i secondi si dividono in genitali (pene, vagina) e extragenitali.

Molte caratteristiche, che nel periodo infantile sono poco definite, si manifestano pienamente grazie ad ormoni specifici: i maschili sono chiamati androgeni, i femminili estrogeni; nonostante ciò entrambi i tipi sono presenti in misura differente sia nell'uomo che nella donna.

Tra i due sessi tale dimorfismo, presente dunque fin dalla nascita, viene fortemente e rapidamente accentuato nell'età puberale, raggiungendo il suo culmine con la piena maturità sessuale: nei ragazzi muta la muscolatura e la voce, si accresce l'organo riproduttivo e si sviluppano peli e barba, nelle ragazze si ingrossano i seni, si allargano i fianchi e cresce la peluria in determinate zone del corpo.

## **Eccitazione sessuale**

Eccitazione sessuale: risposta dell'organismo a uno stimolo sessuale e può essere di tipo fisico o psicologico; gli uomini sono tendenzialmente più suscettibili ai primi (erotismo visivo), mentre le donne ai secondi (pensieri, parole).

I sintomi dell'eccitazione sono differenti per i due sessi; nel maschio il principale sintomo è l'erezione, dovuta all'afflusso di sangue all'interno del pene, il quale è formato da un tessuto spugnoso e di conseguenza si gonfia e indurisce; anche i testicoli si ingrandiscono leggermente e si avvicinano al corpo.

Nella femmina la fase di eccitazione porta alla lubrificazione vaginale e all'ingrossamento della regione genitale sempre a causa dell'aumento del flusso sanguigno; inoltre l'eccitazione femminile, a differenza di quella maschile che è concentrata solo nel membro, si diffonde a tutta la pelvi (comprendente vagina, vulva, utero, grandi e piccole labbra), e non è quindi possibile identificare precisamente un punto massimo di piacere.

Generalmente, nel momento dell'eccitazione sessuale avviene l'accelerazione del battito cardiaco, i muscoli si tendono, aumenta la sudorazione e la salivazione, le zone erogene (organi genitali, capezzoli..) divengono estremamente sensibili.

## **Erezione sessuale, funzione dell'eccitazione**

Erezione sessuale: processo durante il quale organi e tessuti erettili si inturgidiscono, si elevano e aumentano di volume a causa dell'incremento dell'afflusso sanguigno (vasodilatazione).

L'erezione avviene sia nella donna, con l'ingrossamento della clitoride, che nell'uomo, attraverso l'irrigidimento del pene; essendo quest'ultimo un segnale più visibile, comunemente si utilizza il termine erezione specialmente nella sua accezione maschile. Queste reazioni hanno funzione riproduttiva: la finalità è raggiungere il coito con eiaculazione nella vagina.

Al momento dell'erezione le arterie si dilatano provocando il gonfiore del membro e la compressione delle vene che si trovano sulla superficie, in modo che il sangue rimanga imprigionato.

L'erezione iniziata nel corso dell'eccitazione viene mantenuta nella fase di plateau, quindi restare eccitati fino all'orgasmo, e si conclude con l'eiaculazione, apice del piacere, di durata brevissima e caratterizzato da contrazioni muscolari ritmiche.

In caso di ansia di prestazione o affaticamento il maschio può perdere l'erezione, ciò non significa soffrire di disfunzione erettile, meglio conosciuta come impotenza, ovvero l'incapacità cronica di ottenere o mantenere l'erezione sino alla conclusione del rapporto sessuale.

## **Feromoni sessuali**

Opinione comune è che ognuno sia libero di scegliere il proprio partner, in realtà: sessualmente parlando, le nostre scelte sono influenzate dai feromoni sessuali.



I feromoni sono sostanze biochimiche naturali che vengono emesse dalle ghiandole esocrine con determinate funzioni: segnalare qualcosa e indurre determinati comportamenti in altri individui della propria specie che ne entrino a contatto.

Tutti i feromoni, compresi quelli sessuali, sono inodori, e sono percepiti attraverso l'organo vomeronasale (composto da due organi sensori situati nella zona posteriore del naso); i feromoni inducono il rilascio di particolari ormoni, in particolare da parte dell'ipotalamo).

Il valore che noi umani diamo ai feromoni è diverso e ovviamente estremamente minore rispetto a quello che viene dato loro dagli animali: nella scelta di un compagno intervengono infatti altre varie componenti culturali e sociali. Inoltre nella società attuale, ci si lava frequentemente e si utilizzano profumi e deodoranti: il ruolo dei feromoni è quindi molto ridimensionato.

## **Menopausa, sessualità e effetti**

Il momento della menopausa certamente non coinvolge voi ragazze adolescenti direttamente, ma è un evento fisiologico che influisce sulla sessualità.

Usando il termine menopausa viene indicato il periodo che inizia dall'ultimo ciclo mestruale e nel quale si smette di essere fertili.

L'età media per l'inizio della menopausa è stata stimata essere attorno ai 51 anni.

Nel lasso di tempo precedente, il corpo può presentare alcuni sintomi, causati dalla modifica dei livelli di estrogeno e progesterone, due ormoni femminili prodotti dalle ovaie.

Quelli più evidenti sono quelli legati a cambiamenti nel ciclo: nella sua durata, regolarità e intensità. Potrebbe poi succedervi di avvertire intense vampate di calore, ossia sensazioni di caldo improvviso soprattutto su collo, viso e torace, prima e durante la fase di menopausa.

Sessualità e atteggiamento nei suoi confronti subiranno delle alterazioni: alcune donne si sentono meno interessate, altre invece più libere e attraenti.

Un avvertimento: dopo un anno dalla menopausa è impossibile rimanere incinta, ma si è comunque soggetti a malattie sessualmente trasmissibili, come l'AIDS. Non dimenticatevi quindi di usare sempre il profilattico!

## **Menopausa sessualità, ciclo mestruale**

Il momento della menopausa certamente non coinvolge voi ragazze adolescenti direttamente, ma è un evento fisiologico, esattamente come la pubertà, che vi toccherà in futuro e che influisce sulla sessualità.

Usando il termine menopausa indica quel periodo che inizia con l'ultimo ciclo mestruale e nel quale si smette di essere fertili.

L'età media per l'inizio della menopausa è quello di 51 anni.

Nel lasso di tempo precedente, il corpo può presentare alcuni sintomi, causati dalla modifica dei livelli di estrogeno e progesterone, due ormoni femminili prodotti dalle ovaie.

Quelli più evidenti sono quelli legati a cambiamenti nel ciclo: nella sua durata, regolarità e intensità.

Potrebbe poi succedervi di avvertire intense vampate di calore, ossia sensazioni di caldo improvviso soprattutto su collo, viso e torace, prima e durante la fase di menopausa.

Sessualità e atteggiamento nei suoi confronti subiranno delle alterazioni: alcune donne si sentono meno interessate, altre invece più libere e attraenti. Vi facciamo, infine, un avvertimento: dopo un anno dalla menopausa è impossibile rimanere incinta, ma si è comunque soggetti a malattie sessualmente trasmissibili, come l'AIDS. Non dimenticatevi quindi di usare sempre il profilattico!

Organi sessuali, anatomia dettata dai cromosomi

Ci sono due tipi di organi sessuali: gli organi sessuali femminili e quelli maschili, l'anatomia di questi organi e tutte le differenze tra uomo e donna sono dettate dai cromosomi sessuali.

Organi sessuali della femmina sono:

- le ovaie, dove vengono conservati gli ovuli e prodotti gli ormoni
- l'utero, destinato a ospitare l'uovo fecondato e consentirne lo sviluppo in embrione
- la vagina, a forma di imbuto e molto elastica, ospita il membro durante i rapporti sessuali e consente al bambino di uscire al momento del parto
- le tube di Falloppio, luogo in cui avviene l'incontro tra ovocita e spermatozoo.

Organi del maschio sono invece:

- il pene, costituito da tessuto spugnoso, privo di ossa, svolge sia funzioni riproduttive che di espulsione dell'urina
- i testicoli, che risiedono nella sacca dello scroto e sono situati all'esterno del corpo poiché, avendo la funzione di produrre e conservare gli spermatozoi, li tengono a temperatura ambiente che è più fresca di quella corporea
- la prostata, ghiandola situata sotto la vescica urinaria che produce il liquido seminale.
- 

## **Penetrazione sessuale, funzione dell'erezione**

Penetrazione sessuale è il momento in cui il pene di un uomo entra nella vagina di una donna, ed è considerata l'unione carnale per eccellenza.

In realtà "penetrazione" è solo una fase del rapporto sessuale e deve essere preparata, fondamentali sono i preliminari (baci, carezze, masturbazione reciproca..) perché hanno la funzione di lubrificare adeguatamente le parti intime di lei e ottenere l'erezione di lui, oltre a portare entrambi all'eccitazione fisica e mentale.

Si parla di deflorazione invece di penetrazione distinguendo la prima volta dalle altre e teoricamente implica la rottura dell'imene femminile (anche se questo non è sempre vero, se molto elastico non si rompe durante il primo amplesso, oppure si può esserne prive fin dalla nascita).

Se la penetrazione è dolorosa, facile accada specialmente a lei e soprattutto nel corso dei primi rapporti sessuali, forzarsi a proseguire è sbagliato; piuttosto che renderla un'esperienza sgradevole, è meglio interromperla e continuare al raggiungimento del reciproco piacere attraverso il petting.

La penetrazione, al fine di evitare gravidanze indesiderate o malattie veneree, comporta l'utilizzo di adeguate protezioni, la più comunemente utilizzata è il profilattico.

## **Caratteri sessuali secondari, differenze**

I caratteri sessuali che differenziano maschi e femmine sono primari (testicoli e utero) oppure secondari; ora ci occuperemo di questo secondo tipo.

Bimbi e bimbe fino all'età di circa sette anni sono praticamente identici, con l'inizio della pubertà, fase di passaggio tra infanzia e maturità, compaiono le prime differenze: gli ormoni che vengono rilasciati nel corpo rendono attivi gli organi sessuali (le gonadi e i caratteri secondari genitali, ovvero pene e vagina) e determinano la comparsa dei caratteri extragenitali.

Il primo segnale puberale è il cosiddetto "scatto di crescita": avviene attorno al decimo anno di vita per le ragazze e al dodicesimo per i ragazzi, la fine di questo rapido aumento di statura è segnato, per gli individui di sesso femminile, dalla prima mestruazione.

Il testosterone è tra i responsabili delle differenze dei caratteri sessuali secondari negli uomini: la nascita della barba e del pelo, il cambio della voce legato al manifestarsi del pomo d'Adamo, lo sviluppo della muscolatura.

Nelle donne sono presenti gli estrogeni che comportano: l'ingrossamento del seno, l'accumulo di grasso in determinate zone (cosce, fianchi), l'allargamento del bacino, la diversa distribuzione di peli.

## **Contraccettivo - precauzioni sessuali - preservativo**

Con il termine contraccettivo si indicano tutti quei metodi utili per evitare gravidanze indesiderate, detti anche anticoncezionali.

Quando si parla di contraccezione si pensa automaticamente al preservativo, metodo contraccettivo maggiormente usato perché facile da utilizzare e non necessita di prescrizione medica. Soprattutto, è l'unico a proteggere anche da ogni malattia sessualmente trasmissibile!

Oltre a questo contraccettivo, esistono altre precauzioni, tutte adottabili dalla ragazza.

La pillola anticoncezionale, per esempio, è in assoluto l'opzione più efficace!

Ci sono però da considerare due fattori importanti prima di scegliere di utilizzarla:

- in età giovanile non è consigliata e, anzi, si tende a ritardarne l'utilizzo, poiché le ragazze in adolescenza stanno ancora producendo i propri ormoni e aggiungere un'ulteriore dose ormonale potrebbe interferire con il corretto sviluppo del corpo;
- non protegge dalle malattie veneree, per cui non è sufficiente per prevenire i rischi di contrarne una: bisogna, quindi, sempre usare i profilattici!
- 

## Precauzioni sessuali, prevenire è meglio!

Usare precauzioni sessuali è fondamentale per ogni coppia! Numerose sono le possibili precauzioni sessuali: naturali, di barriera (profilattici maschili e femminili, diaframma), ormonali (pillole, cerotto, anello), dispositivi intrauterini (spirale) e chimici. Ma i contraccettivi più indicati in età giovanile sono:

- il preservativo: facile da utilizzare, non necessita di prescrizione medica e, soprattutto, oltre a proteggere dal rischio di gravidanze indesiderate, protegge da tutte le malattie sessualmente trasmissibili, come l'AIDS, la gonorrea e la sifilide.
- la pillola anticoncezionale, metodo contraccettivo maggiormente efficace in commercio. Prima di prenderla, però, ogni ragazza deve necessariamente sentire il suo ginecologo, poiché, a causa dell'alto dosaggio ormonale, in alcuni casi non rappresenta il perfetto contraccettivo utilizzabile da voi adolescenti. In ogni caso, in abbinamento a questo, dovrebbe sempre utilizzarsi anche il profilattico, per proteggersi da virus e batteri che si possono contrarre con il sesso.

La combinazione dei due metodi risulta, infatti, essere quella vincente per evitare ogni tipo di problema!

## Spermicidi abbinati al preservativo

Non tutti sanno che tra i tanti metodi contraccettivi, utilizzati per evitare i rischi connessi a gravidanze indesiderate, esistono anche gli spermicidi, naturali o chimici.

Questi spermicidi anticoncezionali sono sostanze che neutralizzano gli spermatozoi maschili e sono confezionati in forma di capsule, ovuli, gelatine, creme.

Le ragazze devono introdurli in profondità nella vagina, subito prima del rapporto sessuale, e lasciarli lì per almeno 6 ore dopo l'amplesso.

Presentano diversi vantaggi: garantiscono una maggiore lubrificazione durante il sesso e non necessitano di alcuna prescrizione medica (anche se è consigliabile consultare comunque il proprio medico).

L'utilizzo di spermicidi naturali deve essere, però, associato ad altre precauzioni sessuali, quali profilattico o pillola, poiché di per sé hanno un indice di fallibilità di circa il 20%. Inoltre, uno degli svantaggi dell'uso degli spermicidi è legato al fatto che la loro efficacia si protrae solamente per 60 minuti a partire dal momento dell'applicazione oltre a non proteggere dalla possibilità di contrarre malattie o infezioni.

## Profilattici, come usarli

I profilattici rappresentano un metodo contraccettivo senza dubbio valido perché assicurano protezione contro gravidanze indesiderate e malattie sessualmente trasmissibili.

Spesso i ragazzi hanno dubbi su come indossarli correttamente, soprattutto la prima volta, questo aspetto è fonte di insicurezza. Non esiste niente di meglio che fare pratica coi profilattici da soli, in completa serenità, per non farsi trovare impreparati al momento del primo sesso.

Vediamo insieme i passaggi principali, utili per lui e per lei:

- aprite la confezione ed estraete il preservativo con delicatezza, facendo attenzione a non lacerarlo
- appoggiatelo ancora arrotolato all'estremità del pene in erezione e srotolatelo fino a coprirlo completamente
- assicuratevi sempre che rimanga dello spazio in punta per lo sperma
- tirate fuori il pene subito dopo l'eiaculazione, tenendo stretto il bordo del condom con due dita per evitare che si sfili.

Un consiglio rivolto alle ragazze: non imbarazzatevi di lanciarvi nell'acquisto di profilattici. Averli non è una cosa esclusivamente maschile, è anzi sinonimo di intelligenza e sicurezza!

## Acquisto profilattici, una necessità per lui e lei

L'acquisto dei profilattici è forse una cosa che imbarazza molti di voi, ma soprattutto che intimidisce le ragazze. Avere a disposizione il profilattico come metodo contraccettivo di prevenzione è fondamentale per ogni coppia esperta o che ha deciso di vivere il suo primo rapporto sessuale.

Occuparsi dell'acquisto di profilattici, poi, non è un onere esclusivamente maschile. Ogni ragazza oggi dovrebbe averli: potete comprarli come scorta e conservarli per l'occasione giusta, oppure fare un acquisto e sceglierli a seconda delle vostre specifiche esigenze (può capitare, infatti, che alcune di voi siano intolleranti al lattice) e proporli al vostro partner, dimostrando di essere emancipate, sicure ed intelligenti!

A indossarli sarà il ragazzo, certo, ma a correre rischi siete in due. Il diritto al sesso sicuro e sereno deve dominare i pensieri sia maschili che femminili!

Non preoccupatevi del costo dei profilattici: è leggermente variabile rispetto alla marca, ma senza dubbio sostenibile per affrontare un acquisto così essenziale.

## AIDS e preservativo

L'AIDS è una delle malattie veneree (o trasmissibili sessualmente): è, cioè, una malattia infettiva che si trasmette o diffonde principalmente per contagio diretto in occasione di attività sessuali.

Dal punto di vista delle cause è definita come sistemica, insieme all'Epatite B e C.

L'AIDS, acronimo per Acquired Immune Deficiency Syndrome (Sindrome da Immunodeficienza Acquisita) è causata dal virus dell'HIV ed interferisce con il sistema immunitario, rendendo le persone colpite più vulnerabili alle infezioni e anche ai tumori che generalmente non colpiscono un organismo con difese immunitarie normali.

L'unico metodo contraccettivo utile a proteggersi dall'AIDS è quello del preservativo. Quindi, ragazzi e ragazze, munitevi sempre di preservativo, mi raccomando, anche durante il periodo delle mestruazioni!

Sarebbe bene, poi, fare un test dell'HIV prima di qualsiasi relazione sessuale, in modo da garantire al partner il vostro stato di salute.

Costo profilattici

Costo di profilattici e loro acquisto, assolutamente, non devono costituire un problema o un impedimento per nessuno di voi, né ragazzi né ragazze. I profilattici sono, infatti, l'unico metodo contraccettivo utile per proteggersi da gravidanze indesiderate e contemporaneamente da malattie sessualmente trasmissibili.

Il costo varia relativamente a caratteristiche, modello, marca e numero di preservativi nella confezione. Quello di un preservativo venduto singolarmente è, per esempio, decisamente superiore (circa 1€) rispetto a quello di una scatola che contiene 12 o più pezzi di profilattici (dai 3€ in su).

Anche se forse vi sembrerà di spendere più soldi, conviene però acquistare una confezione da almeno 12 condom: in questo modo ammortizzerete costo e spesa e sarete sempre preparati a dolci occasioni!

Se qualche volta, non disporrete di una somma tale per affrontarne il costo, rivolgetevi pure ai vostri genitori, senza intimidirvi: saranno più sicuri per voi, nel sapere che vi preoccupate di proteggervi!

## **Dimensioni preservativo, cosa comprare**

Taglie e dimensioni del preservativo, una delle precauzioni sessuali maggiormente utilizzate, sono importanti per avere rapporti correttamente protetti e piacevoli.

E' possibile che i ragazzi non riescano a vivere in modo soddisfacente il rapporto sessuale a causa di un preservativo dalla taglia sbagliata! Usando un condom stretto o troppo largo, non si riesce a godere pienamente oltre a rischiare che si sfilii durante l'atto.

Larghezza e dimensioni dei preservativi si misurano in millimetri, di seguito le misure:

XS (47mm/70 - 90mm di diametro del pene)

S (49 - 52 mm/90-105mm)

M (52 - 54mm/105 - 120 mm)

L (54 - 56mm/120 - 135mm)

XL (56 - 60mm/135 - 150mm)

XXL (60 - 64mm o più/150 - 170mm)

La dimensione media è la più venduta ed è facilmente reperibile nei supermercati o presso i distributori. La lunghezza è meno rilevante in quanto tutti i profilattici sono adattabili a dimensioni normali.

Dimensioni dei profilattici sono indicate su ogni confezione e vanno controllate prima dell'acquisto!  
E tu... quale porti? Scopri!

## **Distributore profilattici, sicurezza costante**

Comprare ad un distributore di profilattici rappresenta, indubbiamente, la soluzione più comoda e semplice per l'acquisto di profilattici.

Inoltre, nel caso in cui, voi ragazzi, siate imbarazzati nell'acquisto, usare un distributore permette di evitare lo sguardo temuto di farmacisti o cassiere del supermercato.

Ogni distributore automatico è aperto 24 ore su 24, in giro per la città o addirittura in molti bagni di locali e discoteche. Spesso succede di rendersi conto solo all'ultimo minuto di non avere a casa neanche un preservativo: grazie a questa comodità, potrete correre a comprarli in qualsiasi momento, senza rischiare di fare qualcosa di avventato solo perché i negozi sono chiusi.

Anche voi ragazze, probabilmente più intimidite, avrete la possibilità, ormai, di acquistare presso un distributore queste importanti precauzioni sessuali, evitando spiacevoli imbarazzi!

## **Migliori profilattici, scelta personale**

Quali sono i migliori profilattici? Dirlo è difficile: in fatto di precauzioni sessuali ognuno di noi può avere differenti idee in merito.

L'acquisto dei preservativi è una cosa davvero personalissima.

Noi possiamo elencarvi i tanti modelli, in modo tale da avere una panoramica completa.

Ottimi per chi è allergico al lattice sono quelli anallergici, che evitano bruciori o irritazioni a lui e lei.

Alla frutta o aromatizzati sono ideali per il sesso orale!

Potreste provare quelli ritardanti nel caso in cui vogliate controllare e ritardare l'eiaculazione; effetto contrario si ha invece con quelli stimolanti che, grazie a una superficie zigrinata, contribuiscono all'eccitazione e al piacere di lui e lei.

Insomma ce n'è per tutti i gusti!

Forse, però, quelli migliori sono i condom che non si bucano e non si rompono, assolvendo in pieno a quelle che sono le loro funzioni: la protezione da gravidanze indesiderate e da malattie sessualmente trasmissibili.

Quindi, fatevi consigliare le prime volte dal farmacista: non abbiate timore, saprà aiutarvi a scegliere i migliori profilattici disponibili sul mercato e adatti alle vostre esigenze.

## Preservativo, metodo contraccettivo sicuro

Il profilattico, o preservativo, metodo contraccettivo tra i più validi, va utilizzato fin dall'inizio del rapporto sessuale e infilato sempre sul pene in erezione prima della penetrazione.

È opportuno utilizzarlo anche durante i rapporti orali, poiché anche in questi casi si rischia OK di contrarre malattie sessualmente trasmissibili.

I preservativi sono precauzioni sessuali e vanno conservati in luoghi freschi e asciutti e non bisogna esporli direttamente ai raggi solari. Il portafogli non è il posto ideale in cui conservarli e per chi ha appena preso la patente nemmeno il portaoggetti: un pratico porta-preservativo rappresenta una soluzione!

Controllate sempre che il condom sia in buone condizioni. Anche dopo un'attenta cura, potrebbe succedere, però, che si rompa mentre fate sesso o ve ne accorgete solo alla fine.

Come comportarsi? In primo luogo, mantenete la calma, senza farvi prendere dal panico. Poi occorre recarsi subito dal proprio medico, esporre la situazione, calcolare insieme la probabilità di una gravidanza e fare delle analisi specifiche. Qualora, invece, aveste paura di contagi, non abbiate timore di parlarne e vi verranno prescritti dei test diagnostici.

Questo vale sia per gli uomini che per le donne!

Preservativo femminile, contraccettivo alternativo

Il femidom, o preservativo femminile, è uno strumento contraccettivo sicuro, che fornisce anche la funzione di protezione nei confronti di malattie sessualmente trasmissibili, compresa quella dell'AIDS.

È composto da una morbida guaina trasparente, che si inserisce nella vagina prima di ogni rapporto sessuale. Questo preservativo femminile presenta diversi vantaggi: è inodore, già lubrificato, non provoca reazioni allergiche, protegge cervice e genitali esterni, rappresentando un'estesa barriera protettiva e rispetto al lattice è più resistente; infine, può essere usato sia con lubrificanti a base di oli che con quelli acquosi.

Il suo utilizzo non è legato all'erezione del ragazzo: così, eviterete di interrompere la spontaneità e la passione del momento. Inoltre, non richiede l'immediato ritiro del pene dopo l'eiaculazione.

Insomma, ragazze, questo metodo di precauzione sessuale costituisce una valida alternativa al comune preservativo maschile e sarebbe bene averne sempre qualcuno da parte per non ritrovarsi impreparate e sprovviste quando potrebbe servire!

## Preservativo piccolo? Dimensioni e taglie

Usare un preservativo piccolo rispetto alle dimensioni del pene è fastidioso e pericoloso.

Un profilattico stretto procura dolore al ragazzo, non permettendogli di godersi a pieno il rapporto sessuale.



Oltre al fastidio fisico, un preservativo piccolo comporta rischi e pericoli. E' più facile, infatti, che si laceri o si rompa sotto la pressione del corpo e del movimento.

Scegliere attentamente i preservativi in base alle reali dimensioni dell'organo maschile è fondamentale. Fortunatamente su ogni confezione è indicata la taglia. Le possibili taglie vanno dalla XS alla XXL.

Voi ragazzi dovrete, quindi, appurare quale sia quella più adatta a voi e leggere le indicazioni della scatola prima dell'acquisto del preservativo.

Così facendo, non rischierete di fare del sesso spiacevole a causa della misura di profilattici sbagliata!

## **Preservativo ritardante, contraccettivo per rallentare**

Il rivoluzionario preservativo ritardante è considerato da molti ragazzi la soluzione migliore ai problemi di eiaculazione precoce. Questo tipo di preservativo è realizzato in lattice come tutti gli altri, ma usando in più un lubrificante contenente la benzocaina, in grado di ridurre la sensibilità del pene. L'effetto ritardante è proprio dovuto a questa sostanza.

E' un contraccettivo pensato per prolungare i rapporti sessuali, per questo può portare inconvenienti agli uomini con difficoltà di erezione.

Nel caso in cui ne abbiate bisogno, non c'è da vergognarsi: capita a ognuno di noi di "arrivare alla conclusione" troppo presto, per svariati motivi.

Spesso, però, la causa è semplicemente costituita da stress o ansia e rilassarsi ed essere in confidenza con la partner potrebbero rappresentare le uniche risposte al problema!

Se invece volete provare come contraccettivo un preservativo ritardante utile a migliorare le vostre performance sotto le lenzuola, consigliamo di indossarli solamente pochi istanti prima del rapporto, poiché la riduzione di eccitabilità potrebbe causare un calo dell'erezione.

## **Preservativo stimolante, contraccettivo di coppia**

Preservativo stimolante: utile a moltiplicare le sensazioni di piacere. La superficie di questo tipo di contraccettivo, infatti, non è liscia come quella dei condom normali, ma presenta zigrinature e rilievi che creano uno stuzzicante attrito nel corso della penetrazione e sollecitano le parti intime più sensibili della donna, ossia la vagina e la clitoride.

Questo preservativo, malgrado le convinzioni diffuse, garantisce godimento non solo alle ragazze, ma anche ai ragazzi, grazie alle particolari micro-sporgenze che si avvertono anche all'interno.

Se volete, quindi, provare qualcosa di nuovo, sperimentare nuovi modi per vivere sesso e amore, o fare una sorpresa alla vostra ragazza: acquistare un preservativo stimolante potrebbe essere l'idea migliore, carina ed eccitante.

Funzionano davvero e non perché possiedano la formula magica, ma perché solleticano le zone erogene di ognuno di noi in modo assolutamente naturale. Ne sarete piacevolmente colpiti entrambi!

Potete trovare i preservativi stimolanti in qualsiasi farmacia o supermercato.

## **Preservativo taglie, scegli dimensioni giuste**

Misure e dimensioni del preservativo sono importanti per avere rapporti protetti al 100% e piacevoli.

E' possibile, infatti, che i ragazzi non riescano a vivere in modo soddisfacente il rapporto sessuale proprio a causa di un preservativo di taglie sbagliate: usando un condom stretto o troppo largo, non si riesce a godere pienamente.

Inoltre, profilattici stretti rischiano di rompersi con più facilità, sotto la pressione della massa del pene e dei movimenti.

Larghezza e dimensioni del preservativo vengono misurate in millimetri e presentano due valori: il primo si riferisce alla grandezza nominale e il secondo alla circonferenza del pene. Taglie esistenti sono:

- XS (47mm/70 - 90mm)
- S (49 - 52 mm/90-105mm)
- M (52 - 54mm/105 - 120 mm)
- L (54 - 56mm/120 - 135mm)
- XL (56 - 60mm/135 - 150mm)
- XXL (60 - 64mm o più/150 - 170mm)

Taglie dei profilattici sono indicate su ogni confezione: prima dell'acquisto, verificate quale sia la taglia di cui avete bisogno e controllate l'indicazione sulla scatola!

Tu che misura porti? Scoprilò subito!

## **Preservativo tipo, contraccettivo adatto**

Non esiste solo un preservativo tipo, anzi sono decine i modelli possibili, uno per ogni occasione, adatti a qualsiasi tipo di esigenza. L'acquisto dei profilattici è una cosa davvero personale, per questo solo voi stessi potete sapere quale sia il miglior contraccettivo.

Partiamo dal preservativo anallergico: evita bruciori e irritazioni a lui e lei ed è pensato per tutti coloro che sono allergici al lattice.

Tra i preservativi ci sono anche quelli anatomici: si adattano alle forme dell'uomo, stringendosi lievemente appena sotto il glande, esaltando la sensibilità durante il rapporto.

Quelli ritardanti servono a controllare e ritardare, appunto, l'eiaculazione. Funzionano grazie all'utilizzo di un lubrificante leggermente anestetizzante.

Al contrario, quelli stimolanti hanno una superficie lavorata in modo tale da contribuire all'eccitazione e al piacere di uomo e donna.

Quelli alla frutta o aromatizzati sono ideali, infine, per il sesso orale!

Ultima novità è quella del preservativo vegan, prodotto senza caseina, una proteina del latte.

Individuate il giusto tipo di preservativo, quello che pensate faccia più al caso vostro, e fate un acquisto mirato!

Preservativo XL, dimensioni adatte a grandi amatori!

La misura di un preservativo XL equivale a 56 - 60mm/135 - 150mm, dove il primo valore si riferisce alla larghezza nominale e il secondo alla circonferenza del pene.

Se hai verificato di rientrare in questo range, XL è la misura che fa per te!

Se così non fosse, individua allora la tua sulla base di queste informazioni relative alle taglie:

- XS (47mm/70 - 90mm)
- S (49 - 52 mm/90-105mm)
- M (52 - 54mm/105 - 120 mm)
- L (54 - 56mm/120 - 135mm)
- XXL (60 - 64mm o più/150 - 170mm)

Un uso corretto del preservativo presuppone l'acquisto del prodotto più indicato alle esigenze di ciascuno, a cominciare dalle dimensioni.

Ogni preservativo ha infatti propria lunghezza, diametro e spessore.

In quanto vera e propria seconda pelle, i profilattici devono essere comodi, facili da inserire e piacevoli da indossare. Inoltre, dimensioni sbagliate possono aumentare i rischi di rottura (se troppo stretto) o di fuoriuscita dello sperma (se eccessivamente larghi).

Superate eventuali imbarazzi e chiedete al farmacista le taglie corrette!

## **Profilattici anallergici, contraccettivi senza lattice**

I profilattici anallergici sono realizzati senza lattice e pensati per chi soffre di allergia a tale sostanza.

Questo particolare tipo di contraccettivi evita reazioni allergiche, arrossamenti, gonfiori, irritazioni e prurito.

Questi profilattici anallergici sono composti da materiali alternativi, come il poliuretano, che garantiscono la stessa sicurezza in fatto di resistenza, rispetto a quella offerta dai classici preservativi.

Ragazzi e ragazze, appurate di non essere allergici e verificate che neanche il vostro o la vostra partner lo sia. Spesso ci dimentichiamo che ci sono le esigenze di due persone in gioco!

Se doveste risultare intolleranti al latex chiedeteli in farmacia e se non dovessero avere contraccettivi anallergici, potete ordinarli, non è detto siano presenti a causa di una scarsa richiesta. Attenzione esiste anche la versione al femminile senza lattice.

Profilattici anatomici, perché usarli

I profilattici anatomici sono contraccettivi pensati e realizzati per adattarsi perfettamente alle dimensioni del pene, rimanendo aderenti e confortevoli.

Ogni membro maschile ha le proprie forma e dimensione: possono essere incurvati verso l'alto, il basso, destra o sinistra.

In ogni caso ognuno è diverso dall'altro. Per questo e perché tutti voi possiate vivere un rapporto sessuale che sia piacevole al massimo, è fondamentale scegliere profilattici facili da infilare e comodi da tenere e usare! I profilattici del tipo easy fit sono preservativi comodissimi.

A molti ragazzi capita di trovarsi in difficoltà quando devono indossare profilattici subito prima di fare l'amore: se si è ansiosi, poi, l'imbarazzo e l'impaccio aumentano e la situazione peggiora.

Mettere questi profilattici anatomici rappresenterà la soluzione. Sottili ed elastici, vi sembrerà quasi di non avere nulla addosso, li indosserete in poche e semplici mosse e potrete godervi il sesso in tutta la sua naturalezza!

## **Profilattici aromatizzati, ideali per i rapporti orali**

Avete mai sentito parlare di profilattici aromatizzati? Questo è un particolare tipo di contraccettivi con gusti e aromi particolari. Generalmente sono al sapore di frutta, ma ne esistono di molti altri tipi, anche se meno diffusi e conosciuti.

Ci sono, per esempio, profilattici all'aroma di caffè, di menta, di caramello, di cioccolata, di liquirizia, di vaniglia e addirittura di drink alcolici e cocktails.

Per i loro profumi e i loro sapori, i profilattici aromatizzati rendono più piacevole ed eccitante, ma soprattutto più fantasioso e divertente, il sesso orale. Voi ragazze potrete, così, evitare di sentire il fastidioso odore di lattice e godere di dolci fragranze, afrodisiache e stimolanti.

Oltre ad essere profumati, poi, questi preservativi sono spesso anche colorati.

Cosa aspettate? Scegliete il gusto di preservativo che più vi piace e cominciate a divertirvi!

## **Profilattici colorati, tanti aromi differenti**

Si tratta di un tipo di preservativi multicolore prodotti con lattice di varie tinte, tutte testate e sicure al 100% per la salute.

Esistono profilattici di colore rosso, giallo, verde, blu, viola, rosa e di quanti più colori si possa immaginare!

Spesso questi profilattici sono anche aromatizzati con gusti diversi: alla frutta sono i più comuni, ma ci sono anche quelli al cioccolato, alla menta, alla vaniglia, alla cannella e addirittura quelli al gusto di alcuni cocktails.

Nel fare l'amore c'è bisogno di novità, divertimento e fantasia: questi profilattici colorati sono proprio quello che serve per creare un po' d'atmosfera. Allegria e originalità caratterizzeranno il momento e voi potrete sbizzarrirvi in tutti i giochi erotici possibili!

Dal punto di vista delle prestazioni, questi preservativi sono assolutamente equivalenti agli altri, quindi non preoccupatevi: fate come avete sempre fatto. E divertitevi!

## **Profilattici lubrificati**

I profilattici lubrificati servono a diminuire l'attrito inumidendo le parti intime durante i rapporti sessuali. Il fatto che la vagina si inumidisca è essenziale per la penetrazione e per tutta la durata del coito: per natura, infatti, si auto-lubrifica nei momenti di eccitazione e piacere, in misura variabile nelle donne.

A volte può capitare, però, che non si lubrifici sufficientemente e i movimenti risultino difficoltosi, se poi il pene è sopra la media come dimensione questo fenomeno può accentuarsi per irrigidimento della ragazza in caso di dolore.

Vi renderete conto che è molto spiacevole, potreste anche trovarvi a dover smettere di fare l'amore.

E' per risolvere o evitare queste eventualità che sono stati inventati questi contraccettivi lubrificati!

Questo tipo di profilattici assicurano la giusta quantità di olio, o crema lubrificante, che viene rilasciato nel corso dell'attività sessuale.