

BDSM

7 REGRAS E 7 CASTIGOS



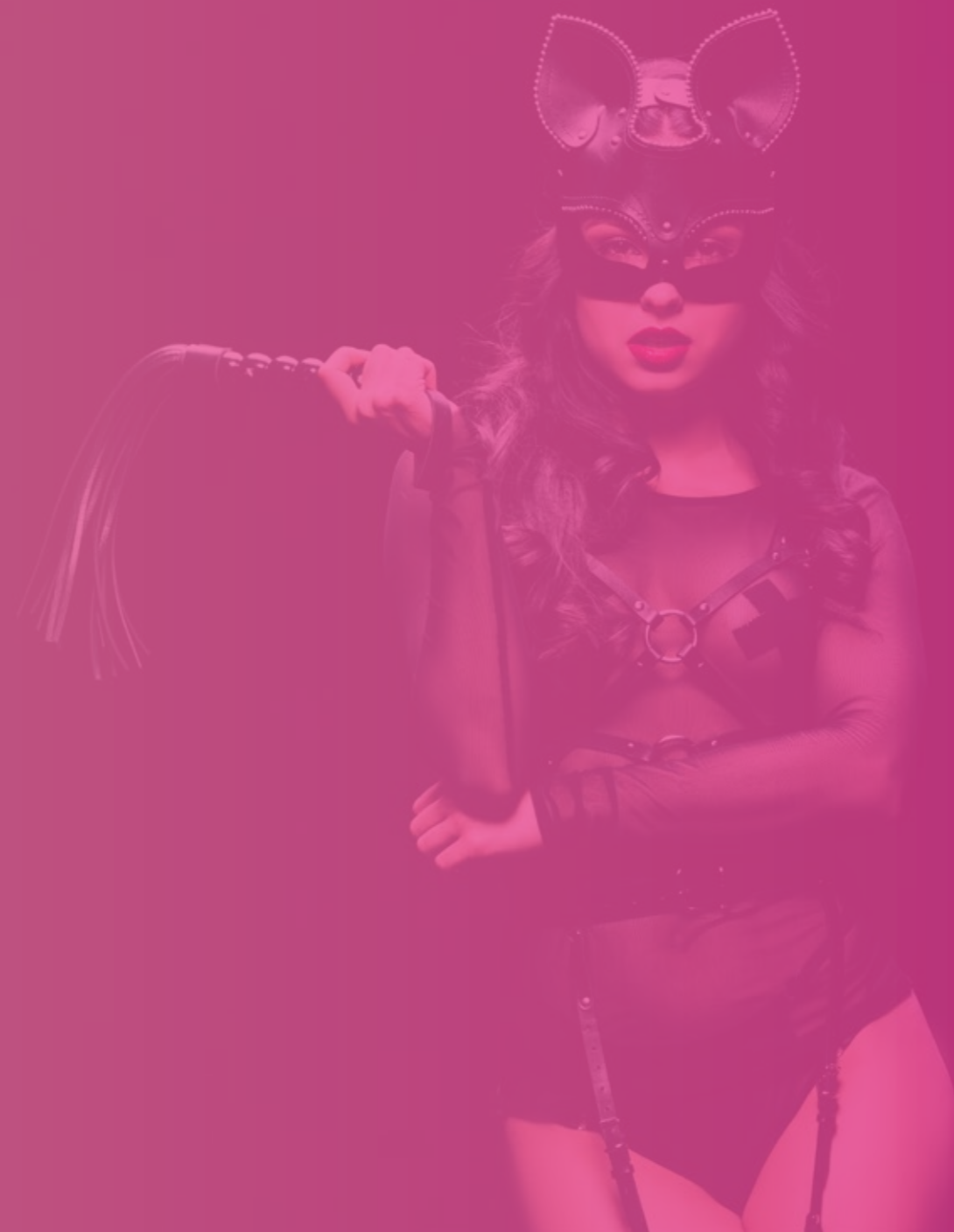
Há muitos mistérios, fantasias e mitos sobre o orgasmo feminino. Podem ser originados pela falta de informação, pela sua complexidade e pelas enormes diferenças entre os orgasmos feminino e masculino.

Ficarás a conhecer melhor este fenómeno e terás um conjunto de dicas que te ajudarão a potenciar um verdadeiro orgasmo na tua mulher.

MARIA ELEMENTOS
CONSELHEIRA SEXUAL



2



3

AUTOR [MARIA ELEMENTOS](#)
IMAGEM

CONTEÚDO



4



5

06. O que é o BDSM?

11. 7 regras do BDSM

16. 7 castigos de BDSM

23. Conclusão

24. A Erosfarma



6

O QUE É O BDSM?

BDSM é uma sigla que representa uma ampla variedade de práticas sexuais e relacionamentos consensuais, geralmente envolvendo uma dinâmica de poder e controle.

A sigla
BDSM é
composta
pelas iniciais:

B Bondage: Refere-se à prática de amarrar ou restringir uma pessoa, geralmente com cordas, algemas, ou outros dispositivos, a fim de proporcionar prazer e/ou explorar a sensação de estar restrito.

D Dominação: Envolve o exercício do controle e poder sobre uma pessoa, geralmente chamada de submisso(a). O dominante é responsável por impor regras, estabelecer limites, dar comandos e tomar decisões em relação às atividades sexuais ou ao relacionamento em si.

S Submissão: Refere-se à entrega de controle e poder a uma pessoa, o dominante. O(a) submisso(a) pode consentir em seguir comandos, obedecer às regras estabelecidas, e aceitar diferentes níveis de subjugação durante as atividades BDSM.

SM Sadomasoquismo: Envolve práticas que exploram sensações de dor, prazer ou ambos. O sadismo envolve o prazer em infligir dor ou humilhação ao parceiro(a), enquanto o masoquismo envolve o prazer em receber dor ou humilhação.



7

É essencial que todas as atividades sejam consentidas e que haja a preocupação com a segurança e o bem-estar de todos os envolvidos.



8



9

O BDSM é praticado por pessoas de diferentes orientações sexuais e identidades de género, e pode ser tanto uma atividade sexual isolada como um componente de um relacionamento mais amplo.



10



11

7

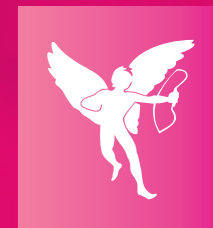
REGRAS DO BDSM



12

Embora não existam regras rígidas e universais no BDSM, há princípios e diretrizes que muitos praticantes seguem para garantir a segurança, o consentimento e o respeito mútuo.

SETE REGRAS COMUNS NO BDSM:



13



14

1

CONSENTIMENTO

O consentimento mútuo, claro e informado é essencial em todas as interações BDSM.

Antes de qualquer atividade, os parceiros devem discutir os seus desejos, limites e estabelecer acordos sobre o que é aceitável.

O consentimento deve ser contínuo e pode ser retirado a qualquer momento.

2

COMUNICAÇÃO

A comunicação aberta e honesta é fundamental.

Os parceiros devem ser capazes de expressar as suas necessidades, preocupações, limites e desejos.

Isso inclui a discussão de palavras de segurança (um termo ou sinal que indica que a atividade deve parar imediatamente).

3

SEGURANÇA

A segurança física e emocional deve ser prioritária.

Isso envolve conhecer e seguir boas práticas de segurança para cada atividade BDSM, como usar equipamentos adequados, conhecer técnicas de amarração seguras, monitorar os sinais de desconforto ou dor do parceiro(a) e ter um plano de ação em caso de emergência.

4

CONHECIMENTO E HABILIDADES

Antes de se envolver em práticas BDSM, é importante adquirir conhecimento e desenvolver habilidades.

Isso pode ser feito por meio de leituras, workshops, grupos de discussão ou buscando orientação de pessoas experientes na comunidade BDSM.

5

RESPEITO

O respeito mútuo é fundamental.

Isso envolve respeitar os limites, a privacidade e a dignidade do parceiro(a). Também é importante respeitar os acordos estabelecidos, evitar julgamentos e tratar todas as pessoas envolvidas com consideração e igualdade.

6

RESPONSABILIDADE

Cada indivíduo é responsável pelas suas próprias ações e pela segurança do seu parceiro(a).

É necessário assumir a responsabilidade por seguir as diretrizes acordadas, respeitar os limites estabelecidos e buscar o consentimento em todas as etapas.

7

APERFEIÇOAMENTO CONTÍNUO

O BDSM é um campo vasto e em constante evolução.

É importante continuar a aprender, crescer e adaptar-se às mudanças nas preferências, necessidades e limites de cada parceiro(a).

Isso pode envolver a exploração de novas práticas, a comunicação contínua e a busca por conhecimento e desenvolvimento pessoal.



15



16



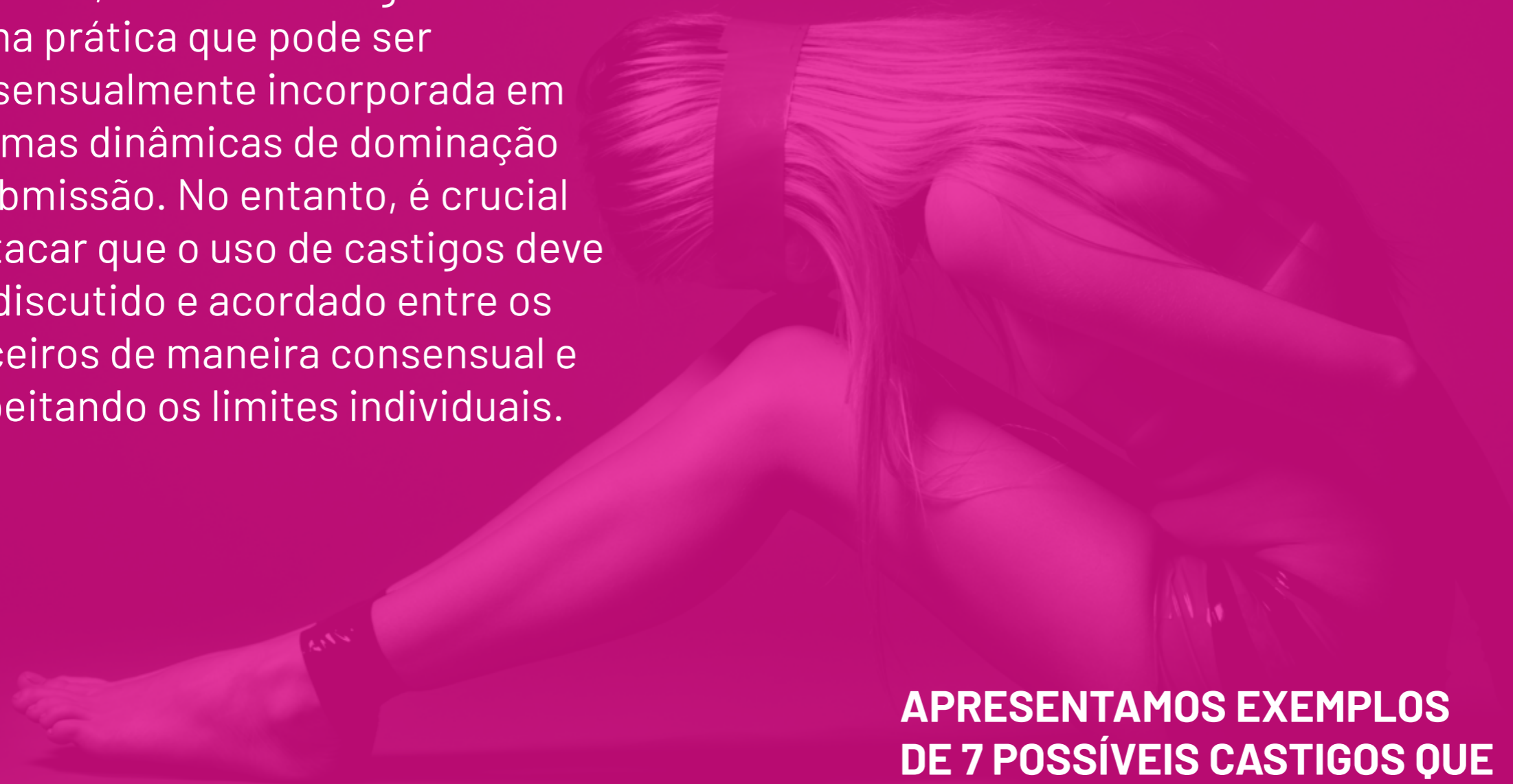
17

7 CASTIGOS DE BDSM

No BDSM, o uso de castigos é uma prática que pode ser consensualmente incorporada em algumas dinâmicas de dominação e submissão. No entanto, é crucial destacar que o uso de castigos deve ser discutido e acordado entre os parceiros de maneira consensual e respeitando os limites individuais.



18



**APRESENTAMOS EXEMPLOS
DE 7 POSSÍVEIS CASTIGOS QUE
PODEM SER INCORPORADOS NO
CONTEXTO BDSM:**



19

1

SPANKING (PALMADAS)

O uso de palmadas nas nádegas pode ser um castigo leve ou mais intenso, dependendo da preferência dos envolvidos.

2

RESTRIÇÕES FÍSICAS

Amarrar ou prender o corpo do submisso(a) pode ser usado como castigo, mantendo-o(a) imobilizado(a) ou privado(a) de movimentos.

3

PRIVAÇÃO SENSORIAL

Privar um ou mais sentidos do submisso(a), como visão (usando uma venda), audição (usando phones) ou até mesmo o paladar (usando uma mordaca), pode ser uma forma de castigo.

4

HUMILHAÇÃO VERBAL

O uso de palavras ou linguagem humilhante, desde que previamente acordado e dentro dos limites estabelecidos, pode ser um tipo de castigo.



20



21

5

JOGOS DE DOMINAÇÃO PSICOLÓGICA

Envolve a manipulação de emoções, como ignorar o(a) submisso(a), estabelecer desafios mentais ou até mesmo brincar com a ansiedade.

6

INTENSIFICAÇÃO DE ATIVIDADES

Aumentar a intensidade de práticas já consensuais, como spanking mais forte, uso de brinquedos sexuais mais intensos ou a aplicação de sensações dolorosas controladas.

7

TAREFAS DE SERVIDÃO

Impor ao submisso(a) tarefas domésticas ou serviços pessoais como forma de castigo ou disciplina.



CONCLUSÃO

O BDSM é uma prática sexual e de relacionamento que envolve uma ampla variedade de atividades consensuais, incluindo bondage, dominação, submissão e sadomasoquismo.

É importante destacar que o BDSM é baseado em princípios fundamentais, como o consentimento mútuo, a comunicação clara, o respeito e a segurança.

As pessoas envolvidas em práticas BDSM têm diferentes interesses, limites e preferências.

É essencial que haja uma discussão aberta e honesta sobre desejos, limites e acordos entre os parceiros. O consentimento deve ser contínuo e pode ser retirado a qualquer momento.

O BDSM oferece uma oportunidade

de explorar diferentes papéis e dinâmicas, permitindo que os participantes vivam sensações de poder, submissão, prazer, dor controlada e intimidade emocional.

No entanto, é importante ressaltar que o BDSM é uma atividade consensual e não deve ser confundido com abuso ou comportamentos não consensuais.

É importante lembrar que cada pessoa tem suas próprias preferências e limites, e não há uma maneira "certa" ou "errada" de se envolver no BDSM, desde que seja consensual e respeitoso.

A diversidade de interesses e práticas é uma característica importante do BDSM, e cada casal ou grupo pode encontrar suas próprias formas de explorar e desfrutar dessa experiência.





24



+EROSFARMA→

A Erosfarma foi a primeira sexshop legalizada em Portugal, pioneira na venda de produtos íntimos para adultos.

É uma marca registada, tem mais de 26 anos de experiência e dispõe de uma conselheira sexual para aconselhamento e atendimento personalizados e confidenciais.

Tem uma loja física com excelentes condições e espaço. É uma loja discreta, reservada e preserva a privacidade de cada cliente.

Para os mais tímidos tem uma loja online em www.erosfarma.pt onde permite que os clientes explorem cada produto em casa durante o tempo que necessitarem. Paralelamente tem um serviço de atendimento telefónico para qualquer dúvida ou esclarecimento.



25



Av. José Domingues dos Santos
139, 1º Esq (EN209)
4300-351 Porto



(+351) 225 314 000
(+351) 917 841 023



maria@erosfarma.pt



erosfarma.pt



EROSFARMA→