



SEXO ORAL

7 segredos para aumentar o prazer

erosfarma.pt



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

06. Introdução

08. Vantagens e desvantagens no sexo oral

11. 7 segredos para aumentar o prazer no sexo oral

.12 Comunicação aberta

.12 Higiene

.12 Variedade

.12 Tempo

.13 Uso de lubrificante

.13 Brinquedos sexuais

.13 Prática, prática e prática

14. Brinquedos sexuais

17. Conclusão

18. A Erosfarma



4



5

INTRODUÇÃO



6

Explora o mundo do sexo oral.

O sexo oral é uma das práticas sexuais mais populares e que proporciona prazer para muitas pessoas.

No entanto, pode ser uma prática não aceite por alguns, especialmente para aqueles que se sentem inseguros ou desconfortáveis ao realizá-lo, seja por falta de conhecimento ou de confiança.

Mas não tem que ser assim!



7

Leva o prazer a outro nível.

Este e-book tem como objetivo ajudar-te a descobrir os segredos do sexo oral e a superar alguns obstáculos para que possas proporcionar e receber prazer máximo nesta forma de intimidade.

Com algumas dicas práticas e orientações, aperfeiçoarás esta prática e sentir-te-ás mais confiante na cama.

Além disso, o e-book também irá desvendar a importância da comunicação, higiene e segurança ao praticar o sexo oral.



8

VANTAGENS E DESVANTAGENS NO SEXO ORAL

VANTAGENS:

INTIMIDADE:

O sexo oral é uma forma íntima e pessoal de prazer que pode criar uma relação ainda mais forte entre ti e o(a) teu(ua) parceiro(a).

ACESSO AO CLITÓRIS:

O sexo oral pode proporcionar uma estimulação direta do clitóris, que é uma das principais fontes de prazer para muitas mulheres.

MAIOR PRAZER PARA O HOMEM:

Muitos homens relatam que o sexo oral é uma das formas que mais prazer dá ao receber um estímulo sexual.

VARIEDADE:

O sexo oral pode ser uma forma divertida e emocionante de apimentar a tua vida sexual e experimentar novas sensações e prazeres.

DESVANTAGENS:

DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (DSTs):

O sexo oral pode transmitir DSTs como herpes genital, gonorreia e HIV. É importante usar proteção e fazer exames regulares para garantir que tu e o(a) teu(ua) parceiro(a) estejam saudáveis.

HIGIENE:

É importante manter uma boa higiene antes e depois do sexo oral para evitar infecções e outros problemas de saúde.

SENSIBILIDADE:

Algumas pessoas podem ser sensíveis ao estímulo do sexo oral. É importante informar o(a) teu(ua) parceiro(a) das tuas preferências e limites.

NECESSIDADE DE CONFIANÇA:

O sexo oral pode exigir uma grande dose de confiança e intimidade entre ti e o(a) teu(ua) parceiro(a), o que pode ser um obstáculo para algumas pessoas. É importante estabelecer limites claros e falar abertamente sobre o tema para garantir que ambos se sintam confortáveis e seguros.



9



10

7

SEGREDOS PARA AUMENTAR O PRAZER NO SEXO ORAL



11

COMUNICAÇÃO ABERTA

Fala abertamente com o(a) teu(ua) parceiro(a) sobre as tuas preferências e desejos.

Isso ajudará a criar um ambiente confortável e a garantir que ambos estão a falar a mesma língua.



12

1

HIGIENE

É importante garantir que tanto tu como o(a) teu(ua) parceiro(a) estejam limpos antes de praticar o sexo oral.

Toma um banho antes e certifica-te de que a região genital está limpa.

2

VARIEDADE

Experimenta diferentes posições, técnicas e ritmos durante o sexo oral.

Isso pode ajudar a manter o interesse e ser um momento emocionante.

3

TEMPO

Não tenhas pressa.

Dedica tempo suficiente ao sexo oral para explorar e experimentar todas as sensações e prazeres que ele te pode oferecer.

4

USO DE LUBRIFICANTE

O uso de lubrificante pode tornar o sexo oral mais suave e agradável.

Certifica-te de que escolhes um lubrificante à base de água para evitar qualquer reação alérgica.

5

BRINQUEDOS SEXUAIS

A introdução de brinquedos sexuais pode ser uma forma divertida e emocionante de apimentar o sexo oral.

Experimenta diferentes tipos de brinquedos, como por exemplo, vibradores de língua, para adicionar uma nova dimensão do prazer.

6

PRÁTICA, PRÁTICA E PRÁTICA

O sexo oral pode ser melhorado com a prática, não tenhas medo de experimentar e praticar diferentes técnicas e estilos.

Com o tempo, irás descobrir o que funciona melhor e desfrutar de experiências sexuais ainda mais gratificantes.

7



13

BRINQUEDOS SEXUAIS

Deixo-te também três sugestões de brinquedos que podem maximizar o prazer no sexo oral:



14

VIBRADOR DE LÍNGUA

Imita a sensação de uma língua, pode ser usado para estimular o clitóris ou outras áreas sensíveis durante o sexo oral.

Alguns modelos têm texturas diferentes para aumentar ainda mais o prazer.

ANEL PENIANO VIBRATÓRIO

É colocado na base do pênis e é usado para aumentar o prazer tanto para o homem como para a mulher.

O anel ajuda a manter a ereção enquanto a vibração proporciona estímulo adicional ao clitóris.

DEDEIRA VIBRATÓRIA

Este brinquedo é uma luva que se encaixa no dedo, tem uma pequena ponta vibratória que pode ser usada para estimular o clitóris ou outras áreas sensíveis. É uma ótima opção para pessoas que desejam mais controlo sobre o tipo de estímulo a oferecer durante o sexo oral.



15

É importante lembrar que, na hora de escolher o brinquedo sexual, deves escolher o que garanta mais segurança e qualidade, e limpar adequadamente antes e após a sua utilização.



CONCLUSÃO

O sexo oral é uma forma fantástica de prazer e de intimidade que potencia a conexão entre o parceiro e/ou parceira.

Com uma comunicação clara e aberta, com a prática, e até mesmo com o uso de brinquedos sexuais, pode-se maximizar o prazer e descobrir novas formas de prazer sexual.

É importante lembrar que o sexo oral deve ser consensual, seguro e realizado com

respeito mútuo.

Se estás pronto(a) para explorar novos horizontes de prazer, experimenta algumas das dicas deste e-book mas, lembra-te que cada pessoa é única e o que funciona para um casal pode não funcionar para outro.

A chave é manter uma mente aberta e uma abordagem positiva para se poder partir para a descoberta.





18



+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.



19



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→