



El método Karezza, la técnica para disfrutar más del sexo

[inicialreport][noindex]Casi siempre vamos con prisas y nos cuesta, por extraño que parezca, pausar el ritmo. Es por eso que hoy os queremos hablar del **método Karezza**, una técnica erótica que reivindica el sexo pausado. Un sexo donde la sensualidad y la estimulación son los protagonistas.

Esta técnica busca incrementar las sensaciones y crear una sensación de intimidad especial y única. De hecho, se ha comprobado que practicar el método Karezza aumenta la conexión emocional de la pareja, relaja e incluso ayuda a calmar ciertos dolores, como por ejemplo los menstruales. Por lo tanto, es una práctica ideal para reforzar el vínculo con aquella persona especial y también para vivir una experiencia diferente.

¿Cómo es practica?

[noindex]

Expresar emociones: es importante expresar lo que se siente por el otro y decirle cosas que nos gusten. Parece muy básico, pero a menudo no lo hacemos y mostrar lo que sentimos incrementa el bienestar propio y el de nuestra pareja.

Caricias y besos: el siguiente paso es empezar a acariciar la piel del otro despacio y darle besos. Abrazarlo y sentirlo/a sin prisas.

Estimulación: es importante que el erotismo no pierda importancia y, por lo tanto, lo ideal es estimular varias zonas erógenas y usar la imaginación. Por ejemplo, se puede utilizar una pluma erótica para acariciar ciertas partes del cuerpo o se puede jugar con la vibración de un juguete sexual.

Conexión: es importante centrarse en el momento y conectar con el otro: mirarse los ojos, tocarse...y sobre todo ir con mucha calma y disfrutar cada instante. Lo importante en este método no es llegar al orgasmo, sino incrementar el vínculo con la otra persona.

[intext2]

[finalreport]