

Sexo Anal

Depois de receber muitas perguntas sobre sexo anal, e perceber o quanto esse assunto incomoda e gera dúvidas nas pessoas, além de ser, para muitos, recheado de preconceitos, resolvi escrever um texto para comentar sobre essa forma de sentir prazer.

Eu selecionei aquelas questões que aparecem com mais frequência tanto no consultório para mim, bem como nas perguntas feitas pelo site.

Por que os homens gostam tanto de sexo anal?

A nossa cultura valoriza muito essa parte do corpo: a bunda.

Ao observarmos, veremos que existe um apelo muito grande da mídia do que é chamado de “preferência nacional”. Isso está estampado nas capas de revistas, programas de auditório, filmes e principalmente os eróticos. Essa exposição funciona como uma erotização.

Querem ver como isso funciona? Basta olhar para as meninas, ainda na infância, o modo como elas se vestem, como dançam, se comportam. Onde elas aprendem isso? São as sucessivas atrações visuais e auditivas que as bombardeiam. Isso é reforçado cada vez mais com os sucessos que um corpo “malhado” faz tanto na conquistas de parceiros como com uma conta bancária gorda.

Em culturas onde essa parte do corpo não é tão valorizada, é possível perceber claramente como a bunda não tem a conotação erotizada como na nossa.

Por outro lado, existe o aspecto do ânus ser mais apertado que a vagina, o que proporciona uma sensação prazerosa ao homem, o que também justificaria tal prática.

Por que dói tanto?

Você seria capaz hoje, de ter a elasticidade com seu corpo, como as bailarinas e ginastas olímpicos têm? Provavelmente não? E isso se dá porque não treinamos. Lembro da minha tentativa frustrada, aos 12 anos, de ter a elasticidade suficiente de abrir as pernas até ficar rente ao chão. Foi terrível a dor que senti.

A mesma coisa ocorre com o sexo anal. A musculatura do ânus não está acostumada com a penetração, por isso a dor. Mas nada que a prática não resolva.

Tem como doer menos?

Tem sim. Aquele ditado que diz que com jeito e carinho, tudo se resolve, aqui se aplica bem.

Para quem está iniciando ou pretende iniciar a prática do sexo anal, algumas dicas são úteis.

- Quanto mais relaxada estiver a pessoa passiva, melhor. Para isso, é importante conversar antes sobre o que e como vão fazer.
- Estabelecer regras como: quando a pessoa pedir para parar, é necessário respeitar.
- Não comece já introduzindo o pênis. Comece com o dedo, devagar. Isso fará com que o esfíncter (músculo responsável pela contração do ânus, que fica

logo na entrada) se contraia e logo depois relaxe. Assim a pessoa estará se ambientando para introdução do pênis.

- Outra coisa importante: o ânus não possui a lubrificação natural como a vagina, por isso, o uso de lubrificantes tornará esse ato mais prazeroso. Dê preferência a lubrificante a base de água, vendidos em farmácias, pois eles não danificam a camisinha. Deve ser evitada a vaselina que é derivada de petróleo, e por isso pode danificar a camisinha.

O uso de anestésico.

O anestésico, de fato, reduzirá a dor, mas também reduzirá a sensibilidade. Ou seja, a pessoa deixará de desfrutar com prazer esse momento. E praticar sexo sem prazer, não combina.

Preciso fazer higienização interna do ânus antes do sexo anal?

Não. Não existe essa necessidade. Apesar de que, a presença de resquícios de fezes no pênis incomoda algumas pessoas.

A higienização deve ser a mesma que se faz ao tomar banho diariamente.

Faz mal a saúde?

Não faz. Mas é necessário tomar alguns cuidados:

- Mesmo para aqueles casais que transam sem camisinha, ao praticarem o sexo anal é preciso usá-la. Devido ao contato do pênis com os microorganismos, como bactérias e fungos, que vivem no ânus, inclusive nas fezes, podem entrar na uretra e causar infecção.
- Outro cuidado que precisa ser tomado é não penetrar na vagina após ter penetrado no ânus sem trocar a caminha ou lavar bem o pênis (para aqueles que insistem em fazer sem camisinha).

Provoca hemorróidas?

Não causa hemorróida. Isso é mito, vem de uma crença e educação preconceituosa de que o sexo é só para reprodução, portanto, só vaginal.

A hemorróida é a dilatação de uma veia da região anal. Se o sexo anal for praticado no período de inflamação, agravará o quadro além de causar muita dor.

Existe, porém, o receio popular de que a prática constante do sexo anal, ao longo de anos, possa afrouxar a musculatura do ânus; porém os estudos científicos de médicos e sexólogos não confirmam este receio a não ser em caso de intercurso com objetos muito grossos.

Qual a melhor posição para o sexo anal?

A melhor posição é aquela em que a pessoa se sente relaxada e acomodada. Isso vai variar de pessoa para pessoa. Algumas preferem ficar de lado, outras deitadas de barriga para baixo e se sentem melhor, às vezes, quando coloca um travesseiro debaixo do ventre. Outra posição muito pedida pelos homens é a famosa de 4, ou seja, a pessoa fica apoiada nos joelhos e mãos ou cotovelos.

Mas cada pessoa, com a prática, vai desenvolvendo duas preferências de posições.

É possível chegar ao orgasmo com o sexo anal?

Pode sim. O orgasmo acontece na nossa cabeça, o “botão” que vamos usar para acionar, varia de pessoa para pessoa.

Uma paciente me procurou nos consultório para resolver um problema que há tempos a incomodava: ela não conseguia ter orgasmos pela vagina, só tinha pelo ânus. Isso nos mostra claramente que o orgasmos é aprendido. Não nascemos já sabendo a senti-lo, é preciso aprender, desenvolver essa arte maravilhosa que é o orgasmo.

Existem mulheres que, se acariciadas de modo adequadas nos seios, atingem o orgasmo. Uma outra paciente me disse: eu consigo atingir o orgasmo quando faço sexo oral no meu parceiro, sem me manipular. Esses exemplos nos mostram que cada um, pode ter o seu ou seus acionadores do orgasmos.

Sexo anal engravida?

Não. Sexo anal não engravida porque não existe nenhuma ligação do ânus como os ovários. E para engravidar, os espermatozoides precisam entrar pela vagina.

A camisinha pode romper?

Pode sim, principalmente se não for feita uma lubrificação adequada antes, já que o ânus não tem lubrificação própria como a vagina, o que aumentaria o atrito da camisinha e conseqüentemente o risco de rompê-la.

O homem que gosta de ser acariciado no ânus é homossexual?

Não. Isso é mito, e sua origem está na questão de os homossexuais a praticarem como forma de prazer.

A região do ânus é ricamente enervada e com uma vasta rede de vasos sanguíneos, o que torna essa região muito sensível e prazerosa, tanto no homem quanto na mulher.

Recebo muitas dúvidas de homens que angustiados por descobrirem, que ao acariciar o próprio ânus sentem prazer, e por isso acham que são homossexuais. Não necessariamente. A homossexualidade consiste no desejo pelo mesmo sexo. Esses homens que citei, não tinham nenhum desejo por outro homem, não queriam sair com homens. Mas sofriam por causa dessas idéias preconceituosa muito difundidas no nosso meio.

Essa prática é comum em alguns casais, na qual o homem pede para a esposa penetrá-lo com um vibrador, por exemplo, e não passam pela cabeça deles ser penetrado por homem.

Claudecy de Souza

Psicólogo - CRP 06/69861

Terapeuta sexual

Analista do comportamento