

---

## Besos y caricias antes de la primera relación sexual

La sabiduría popular aconseja &ldquo;no poner la carreta delante de los bueyes&rdquo; si queremos que las cosas marchen bien. En materia de sexo entre adolescentes esto puede traducirse como que no es recomendable saltarse etapas, como puede ser la de los intercambios eróticos, antes de practicar el sexo propiamente.

Según sexólogos que se han especializado en esta compleja etapa de la vida, la mayor parte de los jóvenes suelen comenzar por los besos y caricias. Los chicos, en particular, adoran explorar los senos, esas protuberancias redondeadas que tanto les atrae y que, tal como sospechan, es una de las zonas más erógenas del cuerpo femenino. Las chicas, en cambio, prefieren besar el cuello y el pecho de pareja. Los más atrevidos de ambos bandos llegan a tocar superficialmente sus genitales y los de su pareja.

### Placer y estímulos antes del sexo

Tras este preámbulo que puede repetirse días, semanas o meses, en dependencia de la experiencia previa de una de las partes, llega la masturbación en solitario o en pareja, etapa esencial en el descubrimiento de las diferencias morfológicas, psicológicas y de las maneras propias de reaccionar ante el placer y otros estímulos asociados a él.

Al final, todo ese entramado de experiencias novedosas, contribuye a que la joven pareja esté lista para un encuentro mucho más profundo que casi siempre ocurre bajo mucha tensión para ambos bandos.

Las chicas casi siempre llegan viciadas por aquello de que la primera vez &ldquo;duele y sangra&rdquo; y a los jóvenes la entrada a una vagina les ha sido descrita casi como la conquista del paraíso.

Estos prejuicios suelen comprometer la experiencia pues en un caso condiciona una respuesta física contraria a la que se necesita para facilitar y disfrutar la penetración &mdash;el miedo al dolor hace que la vagina se contraiga y no lubrique como potencialmente podría&mdash; y en los varones, las falsas expectativas sobre el primer coito, usualmente demasiado corto, les deja la sensación de &ldquo;¿esto es todo?&rdquo;.

Es preciso entonces que ambos lleguen al sexo por un camino natural, de a poco, sin saltos y sin condicionamientos externos que pueden venir del grupo, un ambiente esencial a esa edad, o de las familias.

El primer coito casi nunca es memorable por el placer físico que reporta &mdash;tiempo lleva descubrir las capacidades sensuales del cuerpo, administrar orgasmos y dominar ciertas técnicas que ayudan a retener o provocar la eyaculación de forma controlada lo que exige autoobservación, lecturas adecuadas, y diálogo con la pareja y también con personas de más experiencia&mdash; sino porque marcar el despertar de una de las aristas más importantes de la realización humana.

El éxito de este primer encuentro no está en dejar abierta la puerta al vasto mundo de la sexualidad, sino mostrarnos que existe y es conquistable.