

Les préliminaires - 1/1

Les préliminaires sont importants car ils préparent les corps à l'acte sexuel lui-même par le jeu des caresses et des baisers.

Toute la surface du corps est réceptive ainsi qu'un certain nombre de zones érogènes qui peuvent varier suivant les individus : cou, oreilles, seins, ventre, fesses, intérieur des cuisses, pieds ; les plus importantes se situant au niveau des organes génitaux.

Chez l'homme

L'érection est l'aboutissement de réactions nerveuses et de modifications des vaisseaux sanguins du pénis. Elle n'est pas sous la dépendance de la seule volonté mais obéit aussi à un mode réflexe. Ce qui fait qu'elle peut se déclencher dans des moments inopportuns...

En cas de stimulation et de désir sexuels, le pénis augmente de volume et devient rigide sous l'action de l'afflux sanguin au niveau des corps caverneux, le gland change de teinte (hypervascularisation). Qu'il y ait eu ou non éjaculation, le pénis retrouvera ensuite son état initial à l'aide de réactions locales qui permettront au sang de quitter le pénis.

En même temps que l'érection, les testicules augmentent de volume et remontent dans les bourses. A ce stade, il peut exister un début de sécrétions qui proviennent de la prostate. Attention, ces sécrétions peuvent contenir des spermatozoïdes et donc avoir un pouvoir fécondant et infectant.

Chez la femme

Les seins augmentent de volume, les mamelons se durcissent, le clitoris et les petites lèvres gonflent, le vagin s'humidifie et s'élargit.

Ces modifications sont primordiales pour permettre la pénétration de la verge dans le vagin.

Chez les deux partenaires

Des rougeurs peuvent apparaître sur le corps. Il y a une accélération des battements du coeur et du rythme de la respiration. La tension musculaire augmente.

La communication entre les partenaires est essentielle pour permettre d'arriver à un seuil d'excitation mutuelle.