



Adeus repressão

A leopoldense e atual moradora de Florianópolis/Santa Catarina, Tainá Diniz, conta que se abriu para a sexualidade mesmo antes de praticar o ato. “Eu fui muito privilegiada, porque minha mãe sempre conversava comigo abertamente. Foi importante porque tudo que ouvia na rua eu checava com ela”, afirma. Para Tainá, o conhecimento faz com que as pessoas caiam menos em armadilhas, reconheçam mais seus limites e entendam sua individualidade.

No entanto, apesar desta naturalização ser positiva, a atitude a tornou alvo de julgamentos durante a adolescência. “Eu comecei a ficar com pessoas aos 16 anos e fui transar no meu primeiro namoro. Eu não tive pressa nas relações sexuais, mas as pessoas imaginavam que eu tinha experiência só porque eu falava sobre.” Passados 18 anos, a realidade parece ser outra. Segundo dados do Censo do Sexo, 75% dos entrevistados acham importante falar de sexo e masturbação com pessoas próximas.

A pesquisa também pontua que inibição sexual e falta de conhecimento sobre o próprio corpo, como o funcionamento da genitália feminina e das zonas erógenas, gera desconforto, insegurança e interfere na qualidade de vida. Em relação a isso, Tainá diz que segue quebrando velhos tabus. “Eu que estou sempre em busca de entender mais, me deparo com descobertas. O que nos ensinaram é equivocado, porque antes não era importante a gente se conhecer.”

Olá, prazer!

Foi ao se entender como lésbica que Tainá atingiu o bem-estar sexual. “No meu caso eu tive que aprender a falar sobre sexo duas vezes, porque cai em outro tabu quando me descobri”, pondera. Antes disso, ela viveu um relacionamento heterossexual. “Eu só sentia dor, era bem complicado. Eu fui saber outras formas de sentir prazer com a minha atual namorada.”

Conforme explica a sexóloga Débora, o orgasmo feminino inicia por meio do diálogo mental, em que os desejos e prazeres devem ser reconhecidos pela mulher. “É onde se dá o start do prazer e desejo, porque se não quero, não sinto e não executo.”

Foi em sua primeira relação sexual com a ex-esposa, a qual foi casada por 12 anos, que Tainá soube que poderia sentir prazer durante o sexo. Porém, com o passar do tempo, o relacionamento deixou de a satisfazer afetiva e sexualmente. A experiência gerou diversos receios em Tainá, que aos poucos foi se libertando. “Temos o sexo como validação, em que precisamos do outro para nos sentir desejados”, reflete.

A parceira Sani Viegas foi crucial durante este processo. Juntas há quatro anos, elas vivem um relacionamento saudável e não monogâmico. “Sexo é entrega, é conexão, sexo vai além. Conforme vivemos, vamos entendendo o sexo em outros níveis, vamos aprendendo a nos conectar com as pessoas. Acredito que, por isso, só melhora”, afirma Tainá. Em sua opinião, cada mulher sente prazer de um jeito, independente da orientação sexual, sendo a conversa, a chave para uma relação bem-sucedida.



Qualidade do sexo

Conforme explica a sexóloga, por compreender a importância da preliminar, a mulher lésbica tende a alimentar seu apetite sexual com mais qualidade. “Preparar um clima, utilizar os sentidos sensoriais, ter um bom sexo oral, praticar a massagem vulvar, tudo isso potencializa o orgasmo. A preocupação não é penetrar, é importante desconstruir isso”, salienta. O mesmo reforça a ginecologista Fernanda. “A taxa de orgasmo em relações homossexuais é maior por uma questão de conhecimento. Que isso possa ser conversado também nos relacionamentos heterossexuais. Não se deve normalizar a falta de prazer.” ▶