

PLAYLIST BDSM

Listado de prácticas BDSM

Esta playlist es una lista de prácticas y preferencias sexuales BDSM en un formato que permite ser rellena según se hayan realizado o no, permitiendo reflejar además el interés de la persona por ellas en una escala.

La columna de “Hecho” se rellena con **Sí/No**.

La columna de “Interés” se rellena en escala **No - 1 - 2 - 3 - 4 - 5** de la siguiente manera:

- **No** – es una práctica que no se realizará **nunca**, en **ninguna circunstancia**.
- **1** – la práctica **no me gusta**, pero existe alguna situación en la que se podría estar dispuesto a probarla.
- **2** – la práctica me resulta **indiferente**, podría realizarla.
- **3** – la práctica me despierta **interés**, podría ser **placentera o divertida**.
- **4** – la práctica **me gusta**, deseo hacerla.
- **5** – la práctica **me encanta**, deseo hacerla.

No es necesario rellena al completo, pudiendo ignorar partes e incluso secciones completas que no se encuentren interesantes.

En caso de que alguna práctica o sección queden sin rellena, se asumirá un No/No/No/No. **Nunca se presupondrá nada** sin que exista un manifiesto expreso.

Ante la duda, **se pregunta y consensua**, nunca se asumirá nada, ni por experiencias previas (propias o ajenas) ni por ninguna otra circunstancia.

La playlist podría volver a rellenarse, teniendo siempre prioridad lo expresado en **la última versión** e invalidando las anteriores.

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

IDENTIDAD

Nombre:

Pronombre(s):

Identidad de género:

Orientación sexual:

Modelo relacional:

Prácticas Sexuales

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Caricias con ropa (petting)				
Caricias sin ropa				
Masajes				
Besos				
Besos en la boca				
Masturbación de vulva				
Masturbación de pene				
Sexo oral en vulva				
Sexo oral en pene				
Sexo oral en ano				
Penetración vaginal				
Penetración anal				
Doble penetración				
Chupetones				
Arañazos				
Mordiscos				

Partes del cuerpo más sensibles

Posiciones favoritas

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

INMOVILIZACIÓN

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Muñecas				
Tobillos				
Uniendo las extremidades superiores e inferiores (hog tie)				
Extendiendo al máximo las extremidades, en aspa (águila)				
Pechos				
Cuerdas				
Cadenas				
Grilletes				
Esposas				
Barra separadora				
Manoplas				
Armbinder a la espalda				
Camisa de fuerza				
Elementos de castidad				
Utensilios de cuero				
Utensilios de metal				
Utensilios de goma				
Momificación				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

SPANKING (AZOTES)

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Con la palma de la mano				
Con el pie				
Bastón				
Cepillo				
Cinturón				
Correas				
Cuerdas				
Elementos de cocina				
Fusta				
Látigo				
Látigo de tiras (flogger)				
Palas de madera o cuero				
Palas de Ping-Pong, raquetas, etc.				
Regla				
Periódico doblado				
Porra				
Rebenque				
Toalla mojada				
Trozo de manguera				
Vara				
Zapatilla				
En genitales				
En la entrepierna				
En el culo				
En el/los pechos				
En las palmas de las manos				
En las plantas de los pies				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

PRIVACIÓN SENSORIAL

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Antifaz				
Venda/Pañuelo en los ojos				
Capucha				
Máscara				
Máscara de gas				
Tapones de oídos				
Envasado al vacío				

JUEGOS CON CERA (WAX PLAYING)

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Cera de masaje				
Parafina				
Cera de abeja				
En brazos				
En el culo				
En el pecho				
En el vientre				
En las palmas de las manos				
En las plantas de los pies				
En los genitales				
En muslos				
Depilación a la cera				
Goteo				
Vertido				
Haciendo base sobre el cuerpo				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

ADORACIÓN

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Besamanos				
Culo				
Genitales				
Pies calzados				
Pies descalzos				
De fluidos o deposiciones				

PET PLAYING

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Perro				
Gato				
Animal de granja				
Uso de cama de mascota				
Uso de comederos de mascota				
Uso de correa de mascota				
Uso de arenero de mascota				
Alimentar de la mano				
Juegos con juguetes de mascota				
Poni de exhibición				
Poni de paseo				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

SALOFILIA

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Saliva				
Tragar saliva				
Eyacuación femenina (squirt)				
Tragar eyacuación femenina				
Flujo				
Tragar flujo				
Semen				
Tragar semen				
Orina				
Tragar orina				
Sudor				
Tragar sudor				
Lágrimas				
Tragar lágrimas				
Leche materna				
Tragar leche materna				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

MEDICAL PLAYING

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Aguja				
Bisturí				
Catéter				
Guantes				
Sangrado				
Inyecciones				
Enemas				
Enemas con calor				
Enemas con frío				
Ducha vaginal				
Ducha anal				
Sonda uretral				
Uso de espéculo				
Uso de silla ginecológica				
Piercing				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

DOMINACIÓN Y SUMISIÓN

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Bofetadas				
Burlas				
Humillación				
Humillación basada en género				
Romper la ropa				
Denigrar y ensuciar (salirofilia)				
Uso de agresividad				
Uso de collar				
Suplicar				
Arrodillarse				
Castidad				
Control de orgasmos				
Interrupción de orgasmos				
Ritos				
Control de la alimentación				
Control de la apariencia				
Control de la respiración				
Control de uso del baño				
Control del sueño				
Restricciones de contacto visual				
Restricciones de lenguaje				
Dominación financiera				
Desobediencia provocativa (brat)				
Shibari				
No consentimiento consensuado (CNC)				
Ejecución de fantasías				
Juegos de roles				
Age playing (care giver)				
Age playing (little)				
Hipnosis				
Amenazar				
Provocar miedo				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

DISCIPLINA

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Servicio como mueble				
Servicio como mesa				
Servicio como silla				
Servicio como elemento decorativo				
Servicio de afeitado facial				
Servicio de depilación genital				
Servicio de depilación de cuerpo completo				
Servicio doméstico				
Servicio como chófer privado				
Servicio como masajista				
Ignorar				
Deberes y tareas				
Escribir como castigo				
Castigos físicos				
Tiempo en silencio				
Tiempo en esquina				
Recompensas				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

TORTURA

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Asfixia				
Calor / Quemaduras				
Cilicio				
Cortes				
Electricidad				
Escarificación				
Flagelación				
Hielo				
Marcas corporales				
Marcas corporales permanentes				
Pinzas y clips				
Clítoris				
Vulva				
Pene				
Testículos				

ESCATOLOGÍA (SCAT)

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Mocos				
Tragar mocos				
Vómito				
Tragar vómito				
Heces				
Tragar heces				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

ESTÉTICA

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Arnés				
Body				
Camiseta de malla				
Capa				
Catsuit				
Corsé				
Collar				
Cuero				
Falda				
Guantes				
Látex				
Lencería				
Liguero				
Lycra				
Medias				
Medias de malla o rejilla				
Minifalda				
Panties con aberturas				
Prendas con aberturas				
Prendas con cremalleras				
Prendas transparentes				
PVC				
Top				
Traje				
Traje de enfermería				
Traje de sirviente				
Vestimenta tipo militar o policial				
Vinilo				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

JUGUETES

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Aceite				
Afrodisíacos, estimulantes, etc.				
Bolas chinas				
Caja				
Asiento con orificios				
Atadero				
Barra separadora				
Bolsa corporal o saco				
Camilla				
Cepo				
Colchoneta				
Columpio				
Copa de succión				
Cruz de San Andrés				
Dildo				
Dildo en arnés				
Gancho anal				
Gancho vaginal				
Jaula				
Lubricantes				
Mesa				
Mordazas				
Muñeca hinchable				
Pesas				
Pinzas				
Pinzas de pezones				
Plug anal				
Poste o picota				
Potro				
Rueda de Wartenberg				
Vibrador				
Yugo o guillotina				

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com

AFTERCARE

	Hecho		Interés	
	Dar	Recibir	Dar	Recibir
Recapitulación				
Cuidados				
Feedback				
Planificación de futuras sesiones				

Otras cuestiones no contempladas en la playlist

ShibarHita

Playlist elaborada por Jose ShibarHita. Autorizada su distribución y modificación siempre citando fuente. Disponible en www.shibarhita.com