

GUÍA DE SEGURIDAD PARA BONDAGE



La quarta corda

Guía de seguridad para bondage

La cuarta corda

Versión 3.0

Página Web:

www.laquartacorda.it

Créditos

Portada: Modelo: Coldeyes – Cuerdas y fotografía: La quarta corda

Página 3: Modelo: Ishemia – Cuerdas: La quarta corda – Fotografía: Konstantin JazzLover Bertinin

Página 7: Modelo: Mel Roshach – Cuerdas y fotografía: La quarta corda

Página 13: Modelo: Coldeyes – Cuerdas: La quarta corda – Fotografía: Tentesion

Página 18: Modelo: Valentia -Cuerdas: La quarta corda – Fotografía: Riccardo Roto

Página 21: Modelo: Coldeyes – Cuerdas: y fotografía: La quarta corda

Licencia

Esta publicación está bajo una licencia procomún, BY-NC-ND. Puede utilizarse gratuitamente este material, dando los créditos apropiados. No se puede utilizar esta publicación para fines comerciales.

INTRODUCCIÓN

En esta guía veremos algunas reglas para saber y seguir un juego seguro con las cuerdas. Esta guía está dedicada tanto al atador como a la persona atada, ya que **el conocimiento, la conciencia y la comunicación** son esenciales para ambos.

No hablamos de riesgos de ataduras particulares. Es recomendable que estos pasos se realicen en clases en vivo, y no solo en guías en línea.

No es posible evitar completamente los riesgos. Por esta razón debe ser consciente y proactivo, capaz de pensar en las consecuencias de tu comportamiento y estar listo para resolverlos de la mejor forma en situaciones peligrosas.

En japonés la palabra **“joshiki”** significa “sentido común” y el conocimiento generalmente aceptado. Una palabra que debe ser recordada durante su juego bondage.

Pdt: Por mucho que esta guía sea aplicable a cualquier tipo de bondage, está enfocado al bondage con cuerdas.

LAS REGLAS DE ORO

1. **Confía** en tu compañero de cuerdas
2. Acuerda los **limites** antes de cada sesión
3. Se conciente de tus **capacidades**, de tu conocimiento y ten sentido común
4. No juegues con cuerdas si no tienes el **tiempo suficiente** para hacerlo.
5. No realices prácticas de bondage si estás cansado, si estás bajo influencias del **alcohol, drogas** o si tienes alguna enfermedad que no te permita atar o ser atado de forma segura
6. Da una correcta **retroalimentación** a tu compañero
7. Si tu tienes una **sensación desagradable**, probablemente algo está mal, díselo a tu compañero inmediatamente.
8. **No dejes solo** a tu atado
9. Ten siempre a la mano **tijeras de emergencia**.
10. Asegúrate que el bondage siempre sea **una experiencia placentera y positiva**.

UNA IMPORTANTE PREMISA

Si ocurre un incidente, usted definitivamente no hizo algo adecuadamente.

Invocar la desgracia, el destino o decir - como muchos lo hacen - "¡sucede!" es sólo una manera de evitar tomar sus propias responsabilidades. Puede llamarlo mala suerte sólo para eventos que van contra todo pronóstico (por ejemplo, un mosquetón defectuoso o una calamidad).

El manejo de la seguridad es una tarea tanto del **atador como de la persona atada**. Es una tarea tanto para informar como para preguntar sobre algunos problemas o características físicas y psicológicas de la persona atada.

Es una tarea del atador **adaptar los nudos** a las características y la experiencia de la persona atada e **informarle** sobre los riesgos y las atenciones a tener en cuenta durante el juego si no tiene suficiente experiencia.

Desviar la responsabilidad hacia la persona atada cuando no tiene ninguna culpa es incorrecto y cobarde. Además, amenazarla y pedirle que no hable de un incidente es un acto serio y espantoso.

Tanto el atador como la persona atada deben ser conscientes que un margen de riesgo de un incidente es imposible de eliminar durante el juego. La conciencia personal y la confianza mutua son esenciales para prevenirlos.

PALABRA DE SEGURIDAD

Durante el bondage, puede utilizar una "**palabra de seguridad**", una palabra o gesto pre acordado para indicar el detenimiento de la sesión inmediatamente, por cualquier razón y en cualquier momento.

Puede elegir cualquier palabra que pueda recordar y no se malentienda; por ejemplo "¡Ya no puedo más!" o "¡detente!", son expresiones genéricas que se pueden decir, incluso si se desea continuar.

Cuando la persona atada lleva una **mordaza**, la palabra de seguridad puede ser no-verbal, ya que puede utilizar un gesto en particular.

Tener una palabra de seguridad no es obligatorio: muchas parejas prefieren tener una **estrecha comunicación**.

Pronunciar la palabra de seguridad o pedir salir del juego por un problema o porque ha llegado al límite no es un signo de falta de resistencia para la persona atada o incapacidad para la parte del atador. Es un signo de confianza mutua y buena conciencia. ¡El juego no se convertirá en una experiencia negativa y se puede continuar más tarde!

POR UNA SEGURA Y DISFRUTABLE SESIÓN DE CUERDAS



CONSENSO

El bondage debe ser una **actividad consensuada**, practicada libremente y sin ninguna coacción.

Podría ser una premisa obvia, pero es muy importante que este consenso se dé no sólo para evitar cualquier forma de violencia física, sino también ningún condicionamiento psicológico.

Por ejemplo, un fotógrafo durante una sesión de fotos podría hacer algunas solicitudes peligrosas para la seguridad de la modelo, un dominante podría obligar al sumiso a hacer actividades peligrosas aprovechando su relación o alguien podría aceptar atar o estar atado con el fin de satisfacer la solicitud de la pareja, aunque no quieran.

Estas situaciones deben evitarse porque, además de posibles daños físicos, convierten el bondage en una experiencia negativa, excluyendo a veces la posibilidad de practicarlo con serenidad en el futuro.

CONFIANZA

El segundo prerrequisito para una sesión agradable y segura de bondage es la **confianza en tu compañero** para evitar situaciones malas o incluso peligrosas.

La persona atada debe estar segura que el atador lo hace con seguridad. No estamos hablando solamente de experiencia. Un atador principiante puede utilizar las cuerdas de forma segura si tiene conciencia de sus habilidades y sus límites, y un atador experimentado puede estar atando de forma que sea peligrosa.

El atador debe también confiar en el atado. La persona atada debe haber sido honesta con su experiencia y características físicas y psicológicas, debe ser capaz de dar una devolución correcta durante el juego. No reportar algún problema para no terminar el juego, para aparentar fortaleza o para no hacer sentir mal al atador puede ser muy peligroso y arruinar la experiencia.

El narcisismo, el deseo de demostrar que bueno que es uno y la emoción de experimentar con ataduras nuevas y arriesgadas son los principales enemigos de una sesión de cuerdas segura.

COMUNICACIÓN

Una **buena comunicación** es la base de una buena práctica de bondage.

A menudo se tienen accidentes o episodios desagradables debido sólo a la falta de comunicación; a veces sólo necesitas comunicarte eficazmente para resolver pequeños problemas que se puedan presentar durante el juego, como un problema de tensión en una ligadura, una cuerda que pasa en un punto donde molesta, cualquier problema físico o psicológico, vergüenza, etc.

Aquellos que están atados no deben permanecer en silencio por temor a causa de una mala impresión; del mismo modo, el atador no debe pensar en eso, al contrario, debe preguntar al compañero cómo está denotando la inseguridad.

Comunicar significa sobre todo preocuparse por **usted y su pareja** y es una indicación de buena competencia.

DISTANCIA DE SEGURIDAD

La distancia de seguridad permite al atador intervenir a tiempo en caso de detectar algún problema. Esta distancia va a variar dependiendo de los nudos y otros factores.

Por ejemplo, para una persona atada de pie con los brazos detrás de la espalda, la distancia de seguridad será cero porque podrían caer por sí mismos o debido a un empujón si en un lugar lleno de gente.

Generalmente, **no se debe dejar solo a la persona atada.**

CONDICIONES PSICOFÍSICAS

Alcohol, drogas, sustancias controladas, drogas físicas, etc.

El bondage es una actividad que demanda extrema atención y la capacidad de determinar consecuencias de una acción. Toda sustancia que comprometa su habilidad de razonar, su percepción del peligro o produzca una distorsión de la realidad no permitirá tener una sesión correcta de bondage.

Cansancio, estrés, prisa y falta de privacidad

Al practicar bondage tiene que estar relajado, libre de preocupaciones y con el tiempo y la privacidad que necesita. Estas son las condiciones para atar y estar atado en un ambiente tranquilo y seguro.

Cuando quiera practicar bondage, tiene que elegir un lugar apropiado y preparar cuidadosamente todo lo que necesita; de esta manera vivirá una hermosa experiencia y no una torpe carrera de obstáculos llena de obstáculos inesperados.

Si ata cuando está cansado o preocupado por algo, corre el riesgo de transferir sus sentimientos a las cuerdas y puede causar daños. El estrés puede comprometer una sesión de bondage.

Frío

La persona atada, ya que se mueve muy poco y estar con poca ropa, siente una temperatura ambiente más baja que la real, por lo que necesita una calefacción adecuada. Un ambiente cálido permite que sus músculos sean más fuertes y flexibles y pueda relajarse más fácilmente.

Piercings, problemas físicos y problemas de salud en general

El atador y la persona atada deben discutir sobre los problemas físicos de la persona atada, para así poder adaptar la atadura en caso de ser necesario.

Debe poner suma atención en los piercings, ya que podrían engancharse en la cuerda y lastimar a la persona atada.

RIESGOS

RIESGOS DEL SISTEMA RESPIRATORIO

Muchas personas piensan que el mayor riesgo al practicar bondage es la sofocación. En realidad esto es simplemente evitable; tan solo **no coloques una cuerda por frente del cuello**. Atar el cuello no es imposible, pero debes ser un experto para hacerlo.

Los problemas de respiración pueden ocurrir en otras situaciones. Cuando el pecho está atado o estás atado en posiciones con el torso inclinado hacia adelante o con el cuello tirado hacia atrás, pueden experimentar una sensación de opresión, verdadera o presunta. En estos casos usted debe arreglar o quitar la atadura, tomar un descanso, hablar e intentarlo de nuevo más tarde.

RIESGOS DEL SISTEMA CIRCULATORIO

Otro riesgo que puede ocurrir es el daño al **sistema circulatorio**. En realidad, la eventualidad de tener daños causados por un flujo sanguíneo reducido ocurre generalmente si la interrupción de la circulación dura un tiempo significativo, a menos que interrumpa el flujo sanguíneo al cerebro o si tiene algún problema físico específico. Además, un flujo sanguíneo reducido hace que los síntomas se puedan percibir fácilmente, por lo que la persona atada puede dar **retroalimentación en caso de problemas**

En algunas ataduras es normal que una extremidad se puede atar firmemente y el flujo sanguíneo se ralentiza; esta situación puede causar hormigueo, enfriamiento, enrojecimiento o cianosis. Con una retroalimentación adecuada puede manejar todos los problemas evitando situaciones molestas o peligrosas. Además, **al asistir a una clase**, aprenderá la **tensión correcta de los diferentes nudos**.

Existen algunos métodos empíricos para determinar si el flujo sanguíneo se reduce en una extremidad (por ejemplo, revisar el color de la piel o las uñas o tratar de mover las manos), pero no son confiables. La mejor solución es aprender a atar correctamente y tener **una buena comunicación** con su pareja.

En cualquier caso, evite utilizar nudos corredizos (se vuelven más apretados cuando se tira) y las cuerdas demasiado cerca de los lados del cuello, ya que, presionando la arteria carótida, puede causar un trombo en la cabeza.

RIESGOS DEL SISTEMA NERVIOSO

La **compresión de nervios** es probablemente el mayor riesgo de peligro cuando se utilizan cuerdas, ya que es imposible eliminar el riesgo por completo y puede aparecer repentinamente.

Todos experimentamos los efectos de una compresión nerviosa; por ejemplo, cuando se sienta con las piernas cruzadas, el pie puede entumecerse. En este caso usted no tiene ningún síntoma perceptible antes de intentar mover la pierna; entonces se da cuenta de que el pie se ha entumecido y no puedes moverlo. El problema es que, si está atado, no podría moverte, así que podría ser difícil ser consciente de una posible compresión nerviosa.

La compresión nerviosa generalmente causa **hormigueo**, pero también puede ser asintomática. Sus consecuencias son la imposibilidad de mover una parte de su cuerpo durante días, semanas o incluso algunos meses.

A pesar de que una compresión nerviosa puede ocurrir con más frecuencia en suspensiones, también puede ocurrir en el trabajo en el suelo más a menudo de lo que se podría pensar.

También una compresión de un vaso sanguíneo es responsable del entumecimiento, pero un problema nervioso causa hormigueo sólo en una parte de una extremidad (por ejemplo, sólo dos dedos de la mano), mientras que uno de sangre se extiende hasta toda la extremidad (toda la mano). Además, el hormigueo causado por una reducción del flujo sanguíneo es progresivo, mientras que **los síntomas de la compresión nerviosa podrían ser inesperados**.

En caso de este tipo de problemas, la persona atada tiene que **informar inmediatamente** al atador para arreglar o desatar las cuerdas.



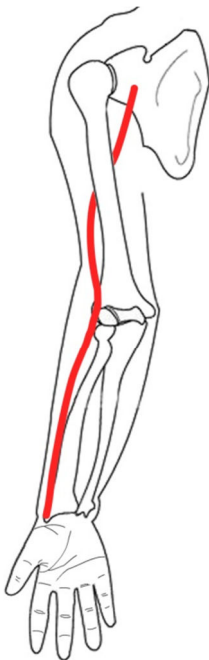
¿POR DONDE PASAN LOS NERVIOS MÁS PELIGROSOS?

El atador y la persona atada deben **conocer el recorrido de los nervios** que frecuentemente están involucrados en incidentes con las cuerdas.

Nervio radial

Se origina a nivel de la axila desde el plexo braquial, luego pasa detrás del húmero y continúa en la parte externa del brazo. Pasa superficialmente por la parte interna del codo paralela al nervio medial, luego va lateralmente al radio en el antebrazo y pasa la muñeca en el lado del pulgar.

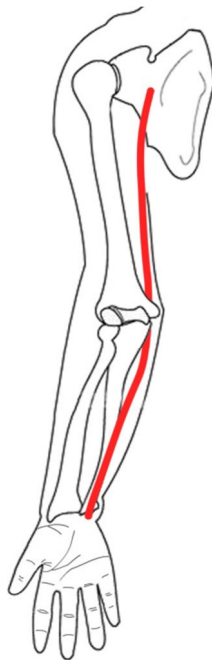
Este nervio siempre está muy expuesto: es vulnerable en la axila, en el antebrazo, en el codo y en la muñeca. Una compresión nerviosa radial causa en particular una pérdida de capacidad de agarrar objetos con la mano y la caída de la muñeca, la incapacidad de sostener la muñeca en línea con el antebrazo.



Nervio ulnar o cubital

Se origina a nivel de la axila desde el plexo braquial, pasa internamente en el brazo paralelo al nervio medial, luego pasa externamente antes del codo y desciende a la muñeca en el lado del meñique (es opuesto al nervio radial).

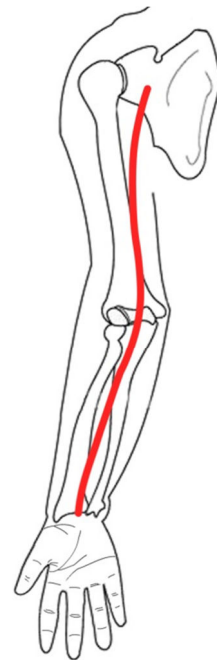
Incluso si la neuropatía clásica del nervio cubital verifica en el codo (el hormigueo que sientes cuando golpeas el codo sobre una mesa), para el bondage los puntos más sensibles son el brazo y la muñeca.



Nervio mediano

Se origina a nivel de la axila desde el plexo braquial, pasa internamente sobre el daño paralelo al nervio ulnar, pasa sobre el codo protegido por líneas fibrosas del brazo, desciende centralmente sobre la muñeca y entra en túnel carpiano al principio de la palma.

Generalmente no se somete a lesiones durante la práctica de bondage.



Nervio ciático

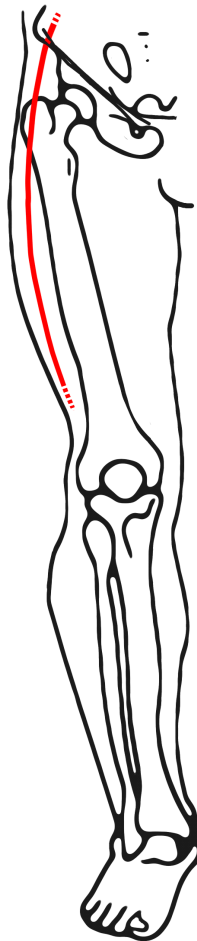
Comienza a partir del plexo sacro al final de la columna vertebral, pasa detrás del muslo y al principio de la cavidad poplíteica se divide en dos ramas: el nervio tibial y el nervio peroneo común. El nervio peroneo inerva la parte anterior de la pierna, el nervio tibial continúa en la parte posterior y llega al pie.

Uno de los síntomas comunes de una presión prolongada en el nervio tibial es el entumecimiento del pie cuando permaneces demasiado tiempo con las piernas cruzadas. Durante el bondage podría ser comprimido, por ejemplo, por un arnés de cadera.

Nervio femoral

Se origina en la columna vertebral, pasa sobre los huesos de la cadera y debajo del ligamento inguinal, luego se divide en cuatro ramas que inervan toda la pierna. Se puede comprimir por un arnés de cadera o por ataduras como ebi shibari donde el pecho está doblado hacia adelante en las piernas.

Algunas personas son particularmente vulnerables a esta posición porque el nervio femoral pasa inusualmente sobre el ligamento inguinal.



Ese hormigueo en los dedos...

Uno de los problemas más frecuentes al practicar bondage es la sensación de **hormigueo en las manos** por algunas ataduras que involucran los brazos.

Como se puede ver, este problema puede ser causado por la reducción de la circulación sanguínea o por la compresión de un nervio.

Si el problema viene de una **baja circulación sanguínea** el entumecimiento se extiende en **toda la mano**. No necesita desatar inmediatamente, porque, a menos que se conozcan problemas físicos específicos, una circulación reducida no implica una situación peligrosa inmediata. A algunas personas atadas no les molesta, algunos no lo soportan en absoluto, con alguien este hormigueo ocurre inmediatamente, con otros con menos frecuencia. Sin embargo, es una señal de un problema en curso que tiene que ser resuelto de todos modos.

Si el problema es causado por la **compresión de nervio**, el hormigueo se limita **solo a un área específica de la mano**, por ejemplo solo dos dedos.

Desafortunadamente, a veces una compresión nerviosa puede surgir cuando la mano ya está entumecida debido a un problema de sangre o incluso puede ser aparentemente asintomática. En esta situación, reconocer el problema podría ser muy difícil.

Un daño a los nervios **puede surgir repentinamente** y causar un daño grave en pocos segundos, especialmente si el bottom está suspendido.

En cuanto al nervio radial (y al mediano), el control más importante es **tratar de levantar el pulgar cerrando los otros dedos** (la posición "thumbs-up"). Si no puede hacer esta comprobación, el nervio radial se ha visto comprometido.

Por otra parte, puede tratar de **tocar y empujar las otras yemas de los dedos con el pulgar** (haciendo un "ok" un dedo a la vez) para comprobar si la funcionalidad es la misma para todos los dedos. Si algunos son menos sensibles o más débiles que los otros, esto puede ser causado por una compresión nerviosa.

También puede comprobar la funcionalidad de la mano si puede **abrirla por completo**; la dificultad para extender completamente el meñique es signo de compresión del nervio cubital.

Recuerde que es **mejor dar la alarma** que ignorar un signo de queja o peligro y terminar la atadura con un daño más o menos grave.

Tenga en cuenta que la seguridad para este tipo de ataduras no se trata sólo de "dónde", sino también "cómo" pasa la cuerda. **Por esta razón es muy importante tener clases con profesores experimentados** que puedan darle recomendaciones fundamentales sobre hacer este tipo de ataduras de la mejor manera.

Las personas atadas también deben estar preparadas. Una persona atada que puede dar la retroalimentación correcta y que conoce sus caminos nerviosos y en consecuencia la mejor colocación de cuerdas en su propio cuerpo podría informar al atador sobre sus necesidades, contribuyendo a una sesión de cuerdas agradable y segura. Este comportamiento no hace que el atado parezca aprensivo o menospreciado al atador; por el contrario, es un signo de atención y preparación.

¿Qué hacer en caso de compresión de algún nervio?

En primer lugar, **mantenga la calma**. El atador tiene que proporcionar apoyo emocional y práctico a la persona atada, ya que podría sentirse asustada o insegura. Entonces usted tiene que considerar si una atención médica es necesaria. Un hormigueo sin deterioro de la funcionalidad y que se resuelva a la brevedad no necesita ninguna terapia en particular.

Por el contrario, una pérdida de movilidad grave que no mejora en diez/veinte minutos o la presencia de dolor fuerte, deformación de las extremidades o hematoma necesitan **atención médica**.

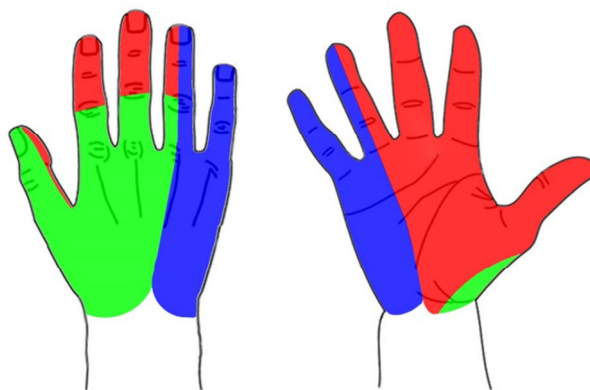
Si llama al servicio de emergencias o a su médico, **indique claramente el origen de su incidente** (haciendo bondage), con el fin de evitar exámenes inútiles, pérdida de tiempo o sospecha de violencia.

El médico probablemente le indicará una terapia (por ejemplo, inyección de cortisona o una receta de suplemento), después tendrá en cuenta la posibilidad de hacer una electromiografía, con el fin de verificar la funcionalidad de los músculos y los nervios y la presencia de otras patologías.

Si no busca el consejo médico, puede esperar a la recuperación completa de la funcionalidad de las extremidades. No haga estiramientos, no masajee vigorosamente ni comprima la zona afectada. Aplicar hielo es probablemente inútil para la recuperación. Si tiene dolor, puede tomar **un analgésico o un antiinflamatorio**, incluso si no ayudan directamente a la recuperación. Una deficiencia de vitaminas del grupo B puede empeorar un daño a los nervios, por lo que tomar un suplemento puede ser útil. Puede utilizar un cabestrillo para proteger la articulación de movimientos repentinos o de la noche a la mañana. Puede mover la extremidad los días posteriores al incidente sin esforzarla.

La presencia del atador es fundamental para la pronta y correcta recuperación, además de ayudar a **cubrir las necesidades** de la persona atada.

Atención: **¡Los daños por la compresión de los nervios son acumulativos!** Usted debe estar seguro que la recuperación sea completa y recupere la función de sus miembros antes de volver a presionar nuevamente con el juego de cuerdas.



Hormigueo y pérdida de sensibilidad en un área específica de la mano indica compresión de nervios.

Area verde: nervio radial

Area azul: nervio ulnar

Area roja: nervio mediano

ZONAS DE CUIDADO

Axilas

Cualquier cuerda que pase bajo la axila no puede ser utilizada para suspender y no debe haber nudos que presionen el interior de la axila. Aquí se sitúa el plexo braquial (dónde comienzan los nervios radial, ulnar y mediano) y arterias grandes (arteria axilar y braquial).

Brazos

Cualquier cuerda tensionada en los brazos puede presionar en puntos donde los nervios no están protegidos, especialmente los nervios radial y ulnar. Esto puede ocurrir, especialmente, con arneses que involucran los brazos, el gote por ejemplo, que pueden causar una compresión peligrosa. Asistir a un taller acerca de este tipo de ataduras es recomendable, para conocer su correcta ejecución y limitar el riesgo de daños.

Codos

La parte interna de los codos no debe ser comprimida, por ejemplo, con un nudo que haga presión en esta área. El nervio braquial podría resultar dañado.

Muñecas

En ataduras de muñecas, los nudos no deben presionar desde los lados a la altura del carpo (los hoyuelos en los lados de la muñeca dónde puedes detectar el pulso); en este caso, los nervios radial y ulnar podrían ser comprimidos (la llamada "síndrome del entrecruzamiento" o "síndrome de Wartenberg"). Se cuidadoso de que las cuerdas o nudos no golpeen o presionen el dorso de la mano, es un área sensible donde los tendones pueden resultar dañados.

Ingle

Como en las axilas, la ingle es un área peligrosa para las cuerdas. Puede atar la ingle pero sin poner tensión en dirección vertical para evitar compresión de nervios o de vasos sanguíneos.

Rodillas

Similar al codo. Nudos presionando en la parte interna de la rodilla son peligrosos porque en la región poplíteica se encuentra la arteria poplíteica y el nervio tibial, cuya compresión puede causar pérdida en la sensibilidad del pie.

Tobillos

A diferencia de las muñecas, los tobillos están bastante protegidos. Sea cuidadoso de no poner cuerdas o nudos en la parte posterior del pie, al igual que con la mano.

Columna

Poner cuerdas o nudos en la columna no es peligroso, a menos que se haga presión en ellos. Por ejemplo, si el bottom está acostado.

Rostro

Es posible poner cuerdas en el rostro, pero se debe ser cuidadoso porque una cuerda muy apretada en los ojos u oídos, puede ser molesta y peligrosa.

OTROS RIESGOS

CAÍDAS

Cuando está inmovilizado, a menos que esté sujeto a una estructura, el riesgo de caer se incrementa. De pie o si recibes un empujón, y más aún, un bottom con sus manos o brazos atados no puede protegerse a sí mismo en caso de una caída. Con riesgo de golpearse la cabeza o los hombros.

El bottom tiene que ser cuidadoso y no moverse innecesariamente si se tiene un equilibrio precario. Pero, por encima de todo, el top **no debe dejar solo a su compañero** y debe lo debe sostener cuando está de pie o en movimiento.

DESMAYOS

Un desvanecimiento puede ocurrir por un descenso en la presión arterial, hipoglucemia, por estar en la misma posición por mucho tiempo, por influencia de medicamentos, por factores emocionales, etc.

El desvanecimiento puede ser peligroso durante una sesión de bondage por las mismas razones que las caídas; además, la situación puede tornarse problemática si el bottom está suspendido porque se convierte en un peso muerto difícil de manejar.

En caso de pérdida de conciencia durante una suspensión, si te encuentras solo, no cortes las cuerdas que sostienen al cuerpo; baja una parte del cuerpo a la vez, o libera todo el cuerpo gradualmente para evitar que el bottom se vuelva un peso muerto sobre ti, haciendo el rescate inseguro.

En caso de caída, coloque a la persona recostada, con las piernas ligeramente elevadas, sosteniendo la cabeza para evitar que la lengua retroceda provocando un atragantamiento. En general, la mejor decisión es desatar rápido o cortar las cuerdas, especialmente si estas bloquean el flujo regular de la sangre o impiden una buena respiración.

Si la persona no recobra el conocimiento rápidamente, si no hay pulso o respiración, u aparece otro síntoma, llame inmediatamente al servicio de emergencia y siga sus instrucciones.



OTRAS PRECAUCIONES

Cuerda en los ojos

Sea cuidadoso de no tirar cuerdas a los ojos accidentalmente. Siempre controle el movimiento de la cuerda.

Ataques de pánico

Puede ocurrir que la persona atada sufra un ataque de pánico debido a la sensación de compresión causada por las ataduras o por factores psicológicos. En este caso, permanezca tranquilo y desate rápidamente o corte la cuerda, cuidando del bottom y tratando de calmarle.

Calambres

A veces, los calambres pueden presentarse; si el miembro afectado está atado, tienes que desatar o cortar la cuerda para dejar que el bottom mueva el miembro y aliviar al músculo.

¡Preste atención! Los atadores también pueden sufrir calambres. Si estuviste amarrando por varias horas, un calambre en la mano puede ocurrir. Si esto pasa, es necesario pensar en la seguridad del bottom, pudiendo pedir ayuda a alguien si lo hay.

Otros

Es recomendable que los bottoms no usen brazaletes, reloj de muñeca, pulseras de tobillo, collares, anillos u otros tipos de joyas que pudiesen ser un obstáculo o un peligro al momento de la sesión de bondage.

LA IMPORTANCIA DE LA TÉCNICA

Vale la pena recalcar que la técnica es **uno de los factores más importantes** para reducir el riesgo de tener incidentes con las cuerdas. Una atadura bien realizada y manejada es poco probable que cause una situación problemática.

En términos generales, **una atadura bien realizada** debe presentar las siguientes características:

- **las cuerdas no se cruzan** entre sí y tienen nudos en lugares equivocados,
- tiene que estar **tensadas uniformemente**,
- debe ser **apretadas de forma precisa**.

Asistir a clases o talleres es fundamental para aprender una buena técnica.

MARCAS DE CUERDAS

Las marcas de cuerda no suelen ser peligrosas, pero debes tener en cuenta que **pueden ser injustificables** para algunas personas en público, en contextos como el gimnasio, la piscina, la playa, etc. o para modelos que necesitan tener un cuerpo sin defectos.

Es recomendable dejar en claro al bottom la posibilidad de tener marcas de cuerda después de la sesión, pero que estas no son permanentes.

Marcas de presión



Equimosis



Cuando la cuerda presiona la piel, deja una marca. La profundidad de los surcos dependerá del área del cuerpo y de la presión ejercida. Estas marcas desaparecen en corto tiempo y no son peligrosas.

En ocasiones, la presión de la cuerda puede dejar moretones, sin embargo, también pueden ocurrir cuando la cuerda pellizca la piel (especialmente cuando las cuerdas no están bien colocadas), cuando la piel es particularmente sensible, durante las suspensiones y en áreas sensibles como la cintura. En estos casos, rasguños de color rojo aparecerán; no son peligrosos y desaparecerán en pocos días.

Hemorragia petequial



Quemaduras



Una hemorragia petequial es un sangrado subcutáneo que produce manchas rojas puntiformes (petequias) en la piel. La petequias pueden aparecer durante una sesión de bondage, cuando la presión de la cuerda causa la ruptura de capilares en la superficie de la piel. Algunas personas son más sensibles a esta patología. En caso de una suspensión invertida, puede ocurrir también alrededor de los ojos. Petequias no son dolorosas y son absorbidas en pocos días.

Cuando la cuerda corre por la piel muy rápido, el rozamiento genera calor que puede causar una quemadura. Las quemaduras también pueden ocurrir por la presión de las cuerdas en la piel. Es posible que aparezcan pequeñas ampollas. Se recuperan en pocos días.

DEL LADO DEL TOP Y DEL BOTTOM

PARA AQUELLOS QUE ATAN

Una de las tareas, para aquellos que atan, es **tener buena experiencia técnica**.

Si ata a alguien que no tiene conocimiento de los aspectos de seguridad, tiene que **informarle** para contribuir activamente a la realización de una sesión de bondage segura.

Consulte sobre la posibilidad de **problemas físicos o psicológicos** en su compañero y negocie los límites que permitan que una sesión sea viable.

No sobrepase los límites acordados con tu compañero. En las cuerdas, como en la vida, “no” significa “no”.

PARA LOS QUE SON ATADOS

La seguridad es un aspecto importante que concierne a ambos, top y bottom. **Un bottom bien informado**, capaz de una buena comunicación, contribuye activamente con la seguridad.

Ya hemos hablado de la importancia de **no mentir** durante las ataduras: si un problema ocurre, no comunicarlo para no parecer débil, por miedo a menospreciar las habilidades del top o no detener la sesión, puede ser muy peligroso.

A veces un pequeño cambio es suficiente para continuar jugando sin preocupaciones. Un dedo entre las cuerdas, mover una cuerda unos milímetros o un ajuste de posición puede hacer la diferencia entre una experiencia molesta y peligrosa o una satisfactoria.

Una falsa alarma siempre es mejor que un accidente.

Diga claramente al comienzo de la sesión si tiene algún **problema físico o psicológico** y negocie los límites que permitan que una sesión sea viable.

Además, especialmente si es atado con regularidad, entrenar y estirar puede ser beneficioso. Un cuerpo tonificado es menos vulnerable ante las ataduras.

No haga un estiramiento intenso antes de la sesión. Es mejor calentar los músculos con movimiento y estiramiento ligero. Estirar es una actividad muy útil pero requiere tiempo para ser efectuada apropiadamente. Hazlo continuamente si quieres resultados duraderos.

Por último, así como el top debe respetar al bottom, también los que son atados deben saber cómo comportarse. Sea paciente con los novatos, no se torne agresivo en caso de un pequeño error o descuido, y no olvide expresar tu satisfacción a quien le ató.

ROPESPACE

Ropespace es un **estado de conciencia alterado, de alienación**, que un bottom puede experimentar cuando el sentimiento de estar entre las cuerdas es muy intenso. Es como un **estado de raptura** que hace que el bottom se olvide del mundo, perdiéndose completamente en la sesión de cuerdas. Esto ocasiona soltura de tensión muscular, respiración profunda y disminución en la percepción del dolor.

Para aquellos que son atados, estar en el ropespace es una experiencia muy profunda e intensa, tanto que al final, cuando regresas a la realidad, puede sentir una sensación de desorientación, soledad, tristeza y se puede romper en llanto. Conociendo esta posibilidad, es muy importante evitar confundirlo con un error en el manejo de la sesión o con una mala experiencia.

La persona que ha experimentado un ropespace intenso, terminando en una sensación general de abatimiento, no debe sentirse avergonzada y la persona que le ató debe de estar cerca a su compañero, para consolarlo después de remover las cuerdas.

Tenga en cuenta que, si un bottom se encuentra en el ropespace, no va a ser capaz de comunicar posibles problemas. En este caso, es importante ser extremadamente cauteloso.



SEGURIDAD CON LOS MATERIALES



CUERDAS

Generalmente, cuerdas de fibras naturales y sintéticas (algodón, yute, cáñamo) son usadas para la práctica del bondage.

Algunas personas son alérgicas a algunos materiales. Si la piel del bottom se torna roja, tal vez la persona es alérgica.

Un aspecto en particular, a tener en cuenta, es **la carga de quiebre** en suspensión, o el peso que una soga puede soportar sin romperse. Algunos materiales tienen muy poca resistencia (como el algodón), otros son particularmente resistentes (lino, cáñamo, la mayoría de fibras sintéticas). Sin embargo es imposible establecer, sin experimentación apropiada, la carga de quiebre de una cuerda, porque este es influenciada por el tipo de fibra usada y cómo ha sido usada (proceso de preparación, uso, etc). Desafortunadamente, cuando una cuerda se rompe, espontáneamente “explota” y esto puede causar un accidente serio para la persona suspendida.

Especialmente para suspensiones, las cuerdas deben ser las apropiadas para esta función y deben estar en buenas condiciones. Por ejemplo, cuerdas de algodón no ofrecen suficiente resistencia y cuerdas de yute o cáñamo no deben ser menores de seis milímetros de diámetro para ser usadas como líneas de suspensión.

HERRAMIENTAS

Revise (si es posible) la estabilidad de las estructuras que quiera utilizar para suspensión o trabajo de piso. La estructura debe sostener un peso mayor al de una persona, debido a que el peso cargado en el punto de anclaje es dinámico. Una estructura que no sea lo suficientemente robusta puede ceder de un tirón. No utilice estructuras si no conoce sus capacidad de carga.

DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD

Los tops siempre deben tener un **dispositivo de seguridad para cortar las cuerdas**.

La mejor opción son las tijeras de seguridad (tijeras de seguridad de grado médico). Herramientas como cuchillos, hojas de afeitar o tijeras genéricas, no deben ser usadas porque no son eficientes o son muy filosas. En el segundo caso, pueden cortar la piel o, al no tener una punta suficientemente redondeada, pueden provocar heridas, especialmente si la persona se encuentra en un estado de pánico.

En caso de accidentes, no siempre es recomendable cortar. A veces es mejor desatar rápidamente una parte del cuerpo para rescatar al bottom, luego se puede desatar con calma el resto. En algunas ocasiones, cortar la cuerda puede ser peligroso. Por ejemplo, si el bottom está suspendido o desmayado, no podrás sostener el cuerpo.

Trata de evaluar cuidadosamente, pero con rapidez, los peligros de cada situación.

Tijeras de seguridad

Las tijeras de seguridad o de emergencia, o de grado médico, tienen una punta redondeada y plana para ingresar entre las cuerdas sin arañar la piel, y un filo aserrado para no cortar por accidente. Son baratas y muy útiles. Sólo deben ser usadas en caso de emergencia, para que se encuentren en un estado óptimo en caso de ser necesitadas.



Ganchos de rescate

Los ganchos de rescate son filosos ganchos de acero con los que puedes enganchar y cortar cuerda jalando. Es un dispositivo de seguridad alternativo. Son seguros y útiles, pero menos intuitivos que las tijeras. Solo funcionan bien con cuerdas en tensión y son más caros.



AFTERCARE

“Aftercare” se refiere a los cuidados que se dan y se obtienen luego de una sesión de bondage.

Hablamos de esto en una guía de seguridad puesto que una sesión de cuerdas, además que segura, debe ser placentera y satisfactoria. Para lograr esto, top y bottom deben tomarse un momento al final para “regresar a la realidad” y sentirse satisfechos y protegidos.

Tenga en cuenta que, al final de una sesión de bondage, el bottom puede tener frío, hambre o sed. Es apropiado tener una manta, alguna bebida o algo para comer.

El momento en que las cuerdas son retiradas por completo debe estar lleno de atenciones y emociones, como en todo el proceso de atar. **¡No desperdicie este momento!**

“Muchos de los componentes emocionales en el aftercare recaen en el **deseo de aprecio**” (Midori, “The seductive art of Japanese bondage”). Ambos, top y bottom, después de la lucha mental y física de una sesión de bondage, necesitan ser tranquilizados, sentir que fue una experiencia maravillosa, sentirse bien ambos como modelos o atadores. A veces, un abrazo o palabras al oído son la mejor recompensa.

Todos pueden encontrar el aftercare de su preferencia. Una vez liberados de las cuerdas, pueden tener sexo, o un momento íntimo, abrazarse mutuamente y permanecer cerca, quedarse a solas, hablar o permanecer en silencio.

¡Recuerden! Un top o bottom agradecido, jugará gustoso con ustedes una próxima vez.



LA QUARTA CORDA



La quarta corda es un artista de cuerdas italiano.

Ha tomado clases con renombrados maestros europeos y japoneses.

Su encuentro con Naka Akira y Yukimura Haruki en Tokyo fue fundamental para su acercamiento al bondage tradicional japonés.

El estilo de La quarta corda está basado en la comunicación a través de las cuerdas. Un muy cautivador kinbaku con un control fuerte sobre el bottom.


A través de un continuo proceso de desarrollo, Andrea creó sus propias ataduras, logrando un estilo personal, donde la tradición e innovación van de la mano.




Es un experto de La valigia rossa, un proyecto de salud y sexualidad femenina.

Andrea enseña y realiza presentaciones a lo largo de Europa, ha sido huésped de importantes eventos como Shibari Showparty, Moscow Knot, Shibari Dojo Warsaw, London Festival of Rope Art, BoundCon, Rome BDSM Conference, Bound, EURIX, Ecole des cordes, etc.

En 2017 empezó un proyecto propio: Nawame, el primer libro online gratuito de bondage japonés, con tutoriales, videos y artículos sobre el mundo del kinbaku y el estilo de La quarta corda.

www.laquartacorda.it 

laquartacorda@gmail.com 

La quarta corda shibari   

Traductores

Pag. 1 - 11: ÖRÖM (Leonardo A Robles Guzmán) (México)

Pag. 12 – 21: Karo Watanabe (Carlos Karo Watanabe) (Perú)

Revision: p0l.ropes (Uruguay)

