

## La salud y el cuerpo humano

RECONOCIMIENTO Y CUIDADO  
DE LOS ÓRGANOS SEXUALES

Los hombres y las mujeres compartimos casi todos los mismos órganos: los pulmones, el estómago o el corazón, por ejemplo. Pero hay órganos que nos diferencian: los órganos sexuales. Estos órganos merecen una mayor atención y cuidado a la hora de higienizarnos.



**HERMAFRODITISMO**  
Algunos organismos, como los caracoles, poseen tanto los órganos reproductivos del macho como de la hembra. A estos seres vivos se los conoce como hermafroditas.

## ¿CUÁLES SON LOS ÓRGANOS SEXUALES FEMENINOS?

Los órganos sexuales de las mujeres se encuentran principalmente en el interior del cuerpo, ubicados en la cavidad abdominal.

Los órganos sexuales femeninos son los siguientes:

**Los ovarios**

Son dos órganos con forma de óvalo que fabrican la célula sexual femenina, el **óvulo**.

**Las trompas de Falopio**

Son dos conductos que transportan el óvulo al útero.

**El útero**

Es un órgano musculoso que en su extremo inferior se comunica con la vagina. En el útero se desarrolla el bebé durante el embarazo.

**La vagina**

Es un conducto que comunica con el exterior. A través de la vagina ingresan las células sexuales masculinas, los **espermatozoides**. Después del embarazo, el bebé sale por la vagina en caso de ser un parto natural.

**La vulva**

Se encuentra en la parte externa y está formada por los labios mayores, labios menores y el clítoris.

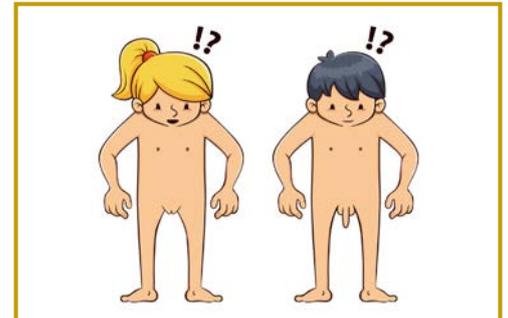
**- Labios mayores y labios menores**

Son pliegues que protegen el clítoris.

**- Clítoris**

Es un órgano eréctil, importante en la sexualidad femenina.

Ver galería de imágenes



Los órganos sexuales diferencian los sexos: femenino y masculino.



Los órganos sexuales femeninos, a diferencia de los masculinos, se encuentran en el interior del cuerpo.

## ¿CUÁLES SON LOS ÓRGANOS SEXUALES MASCULINOS?

Los **órganos sexuales masculinos** se encuentran en la cavidad abdominal. A diferencia de los órganos sexuales femeninos, la mayoría de los masculinos se encuentran en el exterior del cuerpo.

Los órganos sexuales masculinos son los siguientes:

**Los testículos**

Son dos órganos que fabrican **espermatozoides**, la célula sexual masculina. Están situados en una bolsa ubicada en el exterior del cuerpo, por debajo del pene, llamada **escroto**.

**Los conductos genitales**

Son unos tubos que salen de los testículos, se unen al final del trayecto y llegan a la **uretra**. Sirven para almacenar espermatozoides.

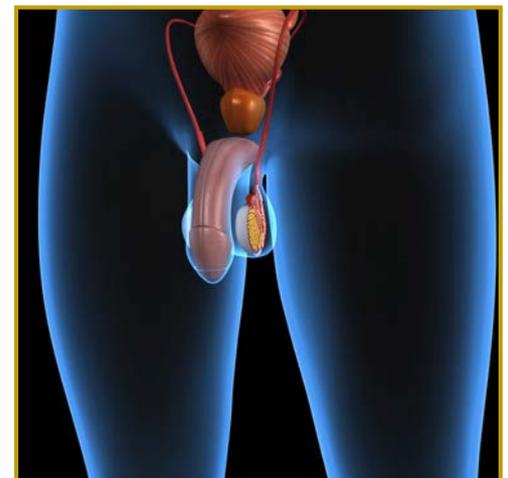
**Las vesículas seminales y próstata**

Son glándulas que fabrican un líquido que mantiene con vida a los espermatozoides y juntos forman el **semen** o **esperma**.

**El pene**

Está situado en el exterior, como los testículos, y su función es introducir el semen en el aparato reproductor femenino. La cabeza del pene o **glándula** es una zona donde hay muchas terminaciones nerviosas, está protegida por el **prepucio**, que es una prolongación de la piel de la base del pene.

Ver infografía



Algunos órganos sexuales masculinos se encuentran en el interior, pero la mayoría están en el exterior del cuerpo.

## QUIERO SABER SOBRE...

*Tanto los genitales femeninos como los masculinos son muy delicados. Debemos cuidarlos, ya que algunas enfermedades afectan específicamente estos órganos. Mira la siguiente infografía para aprender sobre una de ellas: el herpes.*



## ¿CÓMO DEBEMOS CUIDAR NUESTROS ÓRGANOS SEXUALES?

Nuestros genitales necesitan de mucha atención a la hora del aseo. Esto se debe a que se encuentran muy próximos a los orificios de salida de la orina y las heces.

Cuando tomamos un baño, tanto hombres como mujeres, debemos higienizar nuestros genitales con abundante agua y jabón hipoalergénico; debemos prestar importante atención a la separación de los pliegues para lavarlos de manera adecuada ya que allí se pueden acumular restos de orina.

Debido a que hombres y mujeres tenemos diferentes genitales, también es un poco diferente el cuidado que debemos tener en cada caso.

## CUIDADOS

## ¿Qué cuidados deben tener las mujeres?

- Debes prestar mucha atención y ser muy minuciosa.
- Cuando te bañes deja que el chorro de agua caiga abundantemente sobre los genitales externos.
- Higienízate con agua y jabón. En lo posible utiliza jabón neutro, que no haga demasiada espuma.
- Es muy importante que seques bien la zona una vez finalizado el baño.
- Luego de orinar o defecar, la forma más correcta de higienizarte es de la vagina hacia el ano, es decir, de adelante hacia atrás, así los restos de excremento no llegan a la vagina y provocan infecciones.

## ¿Qué cuidados deben tener los varones?

- Durante el baño, echa hacia atrás el prepucio y lava con abundante agua y jabón.
- No olvides lavar también el resto del cuerpo del pene y los testículos con mucha agua y jabón.
- Asegúrate de secar muy bien la zona.
- Puedes poner un poco de talco en la zona si sudas mucho.
- Debes lavarte muy bien las manos antes de tocar los genitales para orinar, una vez que terminas debes lavarte las manos nuevamente para quitar posibles restos de orina o heces.
- Cuando creces, debes asegurarte de que entre el glande y el prepucio no se acumule una sustancia blanca de olor desagradable, llamada esmegma.

## CAMBIOS EN LA PUBERTAD

*Tanto hombres como mujeres experimentan cambios en sus órganos sexuales durante la pubertad. En los varones, aumenta el tamaño de los testículos y el escroto, aparece el vello púbico, y crece y se desarrolla el pene. En las mujeres, aumenta el tamaño de las mamas, comienza a crecer el vello púbico, crecen los ovarios, el útero y el cuello del útero en el interior del cuerpo y aparece la primera menstruación.*



## FECUNDACIÓN Y EMBARAZO

A partir de cierta edad, las mujeres y los hombres alcanzan la madurez sexual. En este proceso llamado **pubertad**, que generalmente se da durante la adolescencia, el cuerpo comienza a experimentar una serie de cambios internos y externos, especialmente notorios en los órganos genitales. Una vez que las personas alcanzan la madurez sexual, adquieren la capacidad de reproducirse, es decir, de tener hijos.

El proceso mediante el cual los seres humanos se reproducen se llama **fecundación**. En este proceso, las células sexuales (el ovario en la mujer y el espermatozoide en el hombre) se unen y conforman una nueva célula, llamada **cigoto** o **huevo**.



Se denomina **embarazo** al período en el que el cigoto se desarrolla en el útero materno, hasta que el bebé nace en el parto. El embarazo dura aproximadamente 9 meses, y durante ese tiempo el cuerpo de la mujer sufre una gran cantidad de cambios.

## EMBARAZO MÚLTIPLE

*Por lo general, la fecundación tiene como resultado un único bebé, pero en ocasiones puede ocurrir que la mujer lleve a más de uno en su vientre. A estos casos se los llama embarazos múltiples, y pueden producirse por dos motivos: el cigoto se divide y origina otros cigotos, o más de un óvulo es fertilizado por más de un espermatozoide.*



*Durante el embarazo, la mujer carga en su vientre al bebé.*

