

Cuerpo humano y salud: reproducción, salud y enfermedad

REPRODUCCIÓN HUMANA

Quando hablamos de reproducción nos referimos a un proceso biológico que como resultado crea nuevos organismos. Esta es una característica distintiva de todas las formas de vida que conocemos, pero en el caso de los humanos es de tipo sexual.



HUELLAS

A los tres meses de gestación se forman las huellas digitales en el feto. Estas son únicas y distintivas, ya que no hay dos personas con las mismas. Además, no cambian a lo largo de la vida.

REPRODUCCIÓN SEXUAL

Mientras que la reproducción asexual da descendientes idénticos a sus progenitores, la reproducción sexual origina descendientes diferentes a sus progenitores. Además intervienen los dos sexos: el femenino y el masculino.



En la reproducción intervienen las células sexuales femeninas y las masculinas.

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.

[Ver infografía](#)

Fecundación

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

La fecundación en los humanos es interna, ya que se da en las trompas de Falopio del aparato genital femenino, donde se da el contacto entre los gametos.

Embarazo

[Ver galería de infografías](#)

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.

APARATO REPRODUCTOR FEMENINO

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



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.



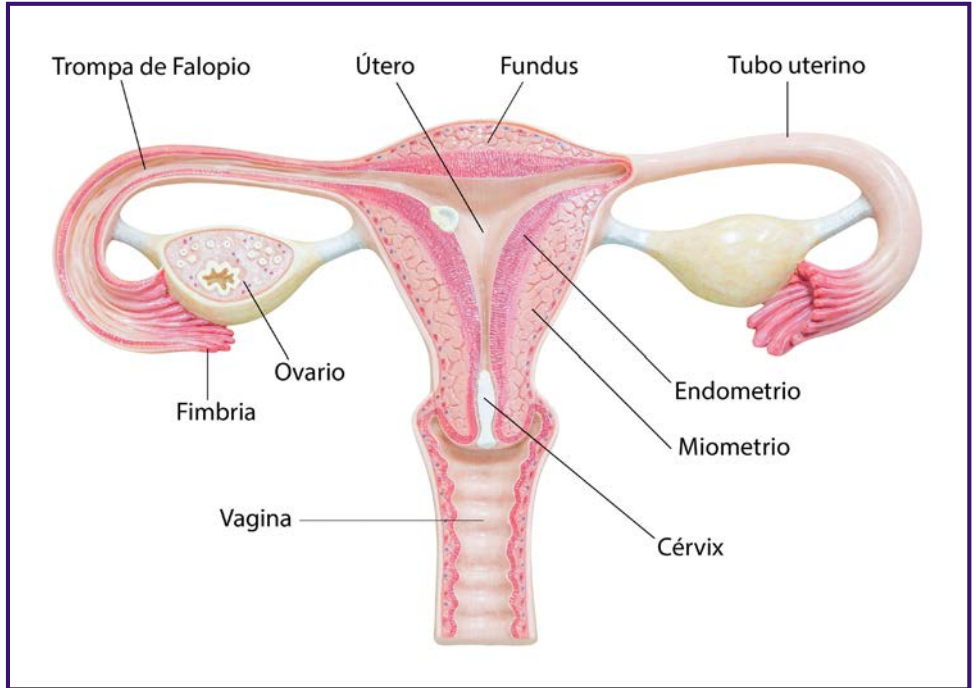
[Ver animación](#)

2 Gamet femenino

¿Cómo se conforma el sistema reproductor femenino?
Fuente: educalab.es/recursos

QUIERO SABER SOBRE...

El ciclo menstrual es fundamental para la fertilidad femenina. Conoce más sobre cómo sucede este proceso con el siguiente video:



Sistema reproductor masculino,
Fuente: educalab.es/recursos

Los ovarios

Son dos órganos con forma de óvalo que se ubican en la parte baja de la cavidad abdominal y son de tamaño similar a una almendra. Se encargan de fabricar la célula sexual femenina: el óvulo, y también de guardarla. A su vez, los ovarios producen hormonas: estrógeno y progesterona.

Las trompas de Falopio

Son dos conductos que transportan el óvulo al útero. Además, en las trompas de Falopio es donde se lleva a cabo la fecundación.

El útero

Es un órgano musculoso que se comunica tanto con las trompas de Falopio como con la vagina. En el útero se desarrolla el bebé durante el embarazo, es por ello que su cavidad interna está revestida de endometrio, una mucosa que cada mes está preparada para recibir al óvulo fecundado. Al no recibirlo, éste se desprende y así se produce la menstruación.

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.

Genitales externos

Son aquellas estructuras que protegen y cubren el orificio por donde se orina, el clítoris y el orificio de la vagina.

APARATO REPRODUCTOR MASCULINO

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 testículos

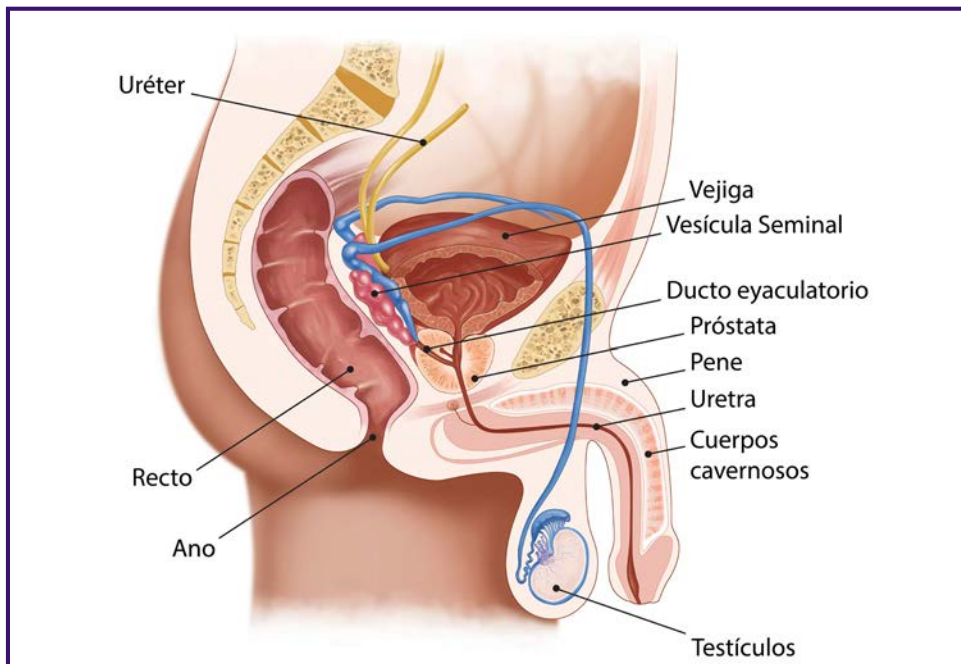
Son dos órganos que fabrican espermatozoides, la célula sexual masculina. Están situados en una bolsa ubicada en el exterior del cuerpo, por debajo del pene, llamada escroto.

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.



Es importante ir al médico periódicamente para estar sanos y prevenir todo tipo de enfermedades.



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 **glande** 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

CUIDADO DE LOS SISTEMAS REPRODUCTORES

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 diferente el cuidado que debemos tener en cada caso.

Cuidados femeninos

- 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. 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 desde la vagina hacia el ano, es decir, de adelante hacia atrás, así los restos de excremento no llegan a la vagina y provocan infecciones.
- Mantén tu ropa interior limpia y cámbiala diariamente.
- En caso de comezón, dolor o malestar, es muy importante acudir a un médico y explicarle los síntomas.

QUIERO SABER SOBRE...

El escroto es una bolsa o saco de piel que alberga a los testículos. Está formado por una piel fina, rica en pigmentos y carece totalmente de tejido graso. En forma subcutánea encontramos una capa continua de células musculares lisas. Cuando hace frío esta capa se encarga de encoger y arrugar la pared escrotal para mantener los testículos más cerca del cuerpo y darles calor.

¿SABÍAS QUÉ?



Antes de salir, los espermatozoides pasan por el epidídimo donde obtienen la acrosoma, una especie de capucha en el espermatozoide, que contiene enzimas y una capa que lo protege de la acidez de la vagina.

CUIDADOS DURANTE EL EMBARAZO

Durante el embarazo, las mujeres deben cuidar su cuerpo con especial cuidado, ya que las infecciones en los genitales pueden ser dañinas para ella y para su bebé. Los órganos sexuales de la mujer embarazada son muy sensibles, por eso debe limpiarlos de forma superficial y con abundante agua. Por otra parte, el exceso de jabón nunca es bueno: deben emplearse el tipo y las cantidades apropiadas.





Es importante realizarse los chequeos médicos necesarios para cuidar nuestro organismo.

Cuidados masculinos

- 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.