

LENGUAJE Y MITOS SEXUALES

MIGUEL ANGEL CUETO

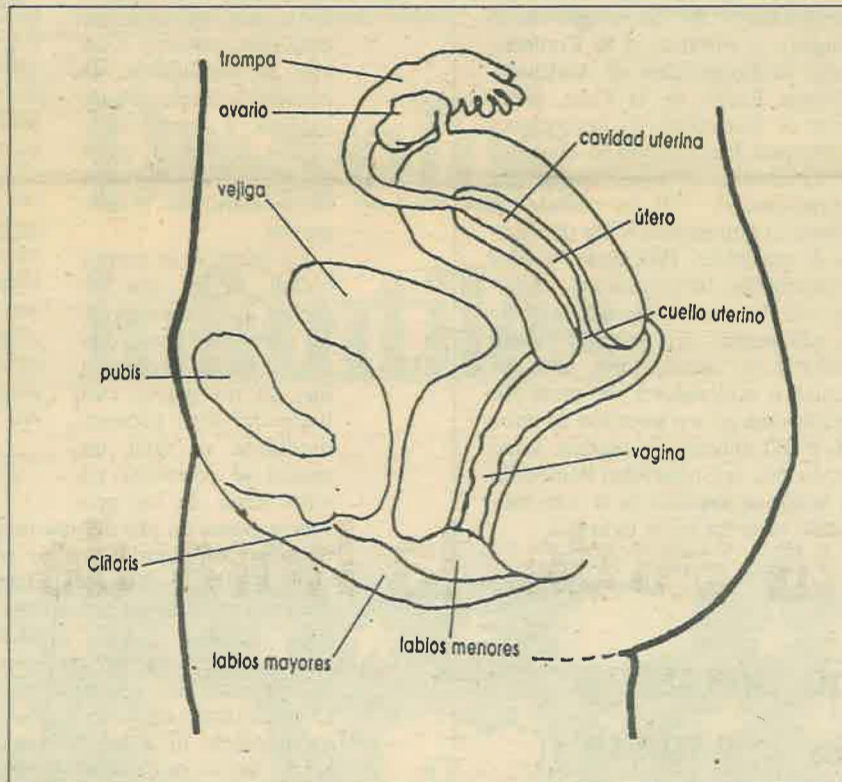
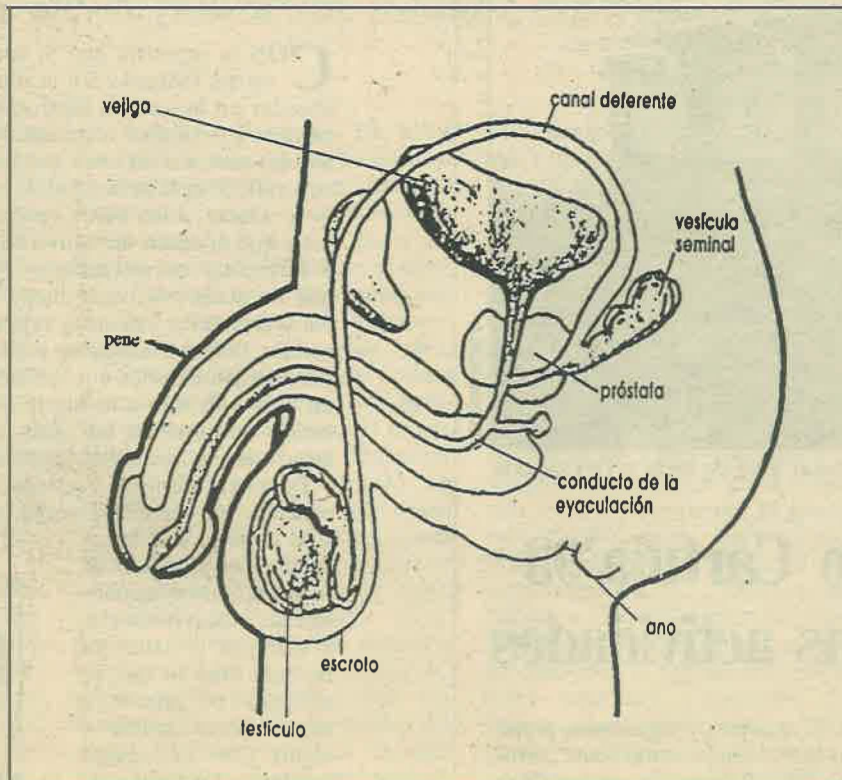
LA mala utilización del lenguaje en cuanto a las conductas, informaciones y términos sexuales suele ser un problema habitual entre la población. Nos referimos aquí a los términos más usados y características de los órganos sexuales que son más frecuentes. Lo que se pretende, en primer lugar, es desarrollar mediante una vertiente didáctica e informativa aquellos términos fundamentalmente orgánicos, que tienen que ver con la conducta sexual de los seres humanos.

Los órganos genitales masculinos son: dos testículos, dos canales deferentes, dos vesículas, la próstata y el pene. Los testículos son dos glándulas del tamaño de una nuez contenidas en un saco de piel llamado escroto. Están situados en el exterior del cuerpo y producen los espermatozoides, que son las células reproductoras masculinas. Constan de una cabeza y una cola que les da movilidad. Los testículos también producen la hormona sexual masculina, llamada testosterona. Los espermatozoides suben por unos canales llamados deferentes y se depositan en las dos vesículas seminales. Estas producen el semen, que es una sustancia viscosa y blanca que sale al exterior durante la eyaculación. Su función es la de mantener vivos y móviles a los espermatozoides. Cerca de la vesícula seminal está la próstata. Segrega unas substancias nutritivas para los espermatozoides que pasan a la vesícula seminal.

El aparato genital femenino consta de dos partes: una externa y otra interna. Al observar los órganos externos, lo primero que se ve es el pubis o monte de venus. Debajo aparecen dos grandes pliegues, que son los labios mayores. Separando estos labios hay otros dos pliegues más pequeños que se llaman labios menores. En la parte superior, y donde ambos se unen, se encuentra el clítoris, que es un pequeño órgano de tejido eréctil, muy sensible a la estimulación. Más abajo, en el centro de la vulva, está el meato urinario, que es por donde se expulsa la orina. En la parte inferior se encuentra el orificio vaginal.

El aparato genital interno de la mujer está compuesto por la vagina, el útero o matriz, las trompas de Falopio y los ovarios. La vagina es un canal elástico y con pliegues que permiten su dilatación en el momento del parto. Durante el coito, es el lugar donde se introduce el pene. En el fondo de la vagina, y cerrándola, sobresale el cuello del útero. El útero tiene forma de pera invertida y es donde se desarrolla el feto en caso de embarazo. Es un órgano con capacidad muscular muy potente. Del fondo del útero salen dos prolongaciones en forma de canal, llamadas trompas de Falopio (10-12 centímetros), y sirven para hacer llegar al óvulo desde el ovario hasta el útero. En ellas tiene lugar el encuentro del óvulo con el espermatozoide (fecundación).

Los ovarios son dos pequeños órganos del tamaño de una almendra situados cerca de las extremidades de las trompas. Tiene dos funciones: la producción de óvulos (de los 500.000 ovocitos -óvulos inmaduros- sólo llegan a madurar unos 200 ó 300 en toda la vida fértil) y la producción de las hormonas femeninas (estrógenos y progesterona). Bajo el influjo de estas hormonas, cada mes, el endometrio del



Aparato genital masculino (gráfico superior) y aparato genital femenino (gráfico inferior).

útero se engrosa y se prepara para así acoger un posible óvulo fecundado. Si no ha habido fecundación, cesa la producción de hormonas, y esa parte del endometrio engrosada se desprende produciendo la menstruación o regla. Y vuelve a empezar otro ciclo. Todo este proceso está regido por la hipófisis, que es una glándula situada en el cerebro que dirige la mayoría de los procesos hormonales del cuerpo.

Por otro lado, existen una serie de ideas equivocadas, especialmente entre los jóvenes, de cómo evitar el embarazo. Muchas jóvenes creen erróneamente que realizar el acto sexual por primera vez, las exonera de quedarse embarazadas. Este pensamiento equivocado se repite cuando creen que al hacerlo de pie, lavarse la vagina inmediatamente después del coito o realizar el coito interrumpido pudieran librarles de un posible embarazo que no desean. Otra falacia extendida entre la pobla-

ción es la de pensar que el pene es importante para la gratificación y el placer de la mujer. Existe poca relación entre el tamaño del pene flácido y su tamaño cuando está en estado de erección. Y existe aún una menor relación entre el tamaño del pene y el placer que una mujer puede tener. Ya Comfort (1980) había estudiado que los hombres piensan que el tamaño del pene es asunto de suma importancia para las mujeres. Sin embargo, éstas tienden a dar más importancia a otros atributos físicos del hombre, tales como piernas o cadera, resultándoles más atractivos. Así, el tamaño del pene de un hombre no tiene casi nada que ver con el placer experimentado por su pareja sexual. Por tanto, sea cual sea la medida del pene, es capaz de lograr el mismo rendimiento durante el coito.

Miguel Angel Cueto es psicólogo-director del Centro Psicológico de Terapia de Conducta (CEPTECO) de León.

Las españolas, rezagadas en cuestión de higiene íntima

Nadie lo hubiera dicho, pero las estadísticas no contemplan tabúes. Según los resultados de un reciente estudio acerca de los hábitos de las europeas en cuanto a su higiene íntima, parece que las españolas están al final de la lista en cuestión de una higiene íntima correcta. Analicemos: según dicha encuesta (encargada por los laboratorios Sterling Health) y realizada a 2.400 europeas de edades comprendidas entre los 18 y los 60 años, sólo el 42% de las españolas declara efectuar habitualmente una higiene íntima, frente al 65% de las belgas y suizas, el 69% de alemanas, suecas y holandesas o el 80% de francesas, portuguesas e italianas.

Además, mientras el 38% de las europeas usa ya productos específicos para el aseo íntimo, sólo el 10,3% de las españolas los utiliza. Tan parecidas a las españolas en tantas cosas, las italianas las aventajan de largo y superan a todas las europeas en este punto: el 75% emplean un producto específico para el aseo de la zona vaginal. Asimismo, el 32% de la francesas también utiliza un jabón específico, y el 18% de las portuguesas. En la misma línea, el 25% de las alemanas, suecas y holandesas utilizan un producto específico para su higiene íntima, así como el 16% de belgas y suizas.

A las puertas del siglo XXI, lo que queda claro es que muchos prejuicios en este tema siguen vigentes: un sorprendente 24% de europeas no efectúan ningún tipo de higiene íntima, y un 28% realiza el aseo «sólo con agua». Para alivio general, según los datos, el grado de concienciación de las españolas en cuanto a higiene íntima está aumentando muy positivamente. Tres de cada cuatro declararon que «es necesario una higiene íntima adicional al baño o ducha, especialmente durante la menstruación», y muchas declararon que «ese aseo adicional debe ser diario».

Aunque el problema, según los especialistas, no sólo radica en la frecuencia de los lavados, sino en el tipo de productos utilizados. Ni el agua es suficiente ni los geles y jabones ordinarios son recomendables.

El particular pH (grado de acidez) natural de la zona vaginal está sabiamente diseñado por la naturaleza para mantener la zona libre de irritaciones, molestias e infecciones. Si se utilizan productos demasiado alcalinos —la mayoría de jabones y geles—, se altera esa acidez y queda la puerta abierta a todo tipo de agresiones.

El flujo o mucosa de la vagina de una mujer adulta sana contiene tres elementos estrechamente vinculados entre sí: glucógeno, el bacilo de Doderlein y el ácido láctico. Justamente, el bacilo de Doderlein se ocupa de transformar el glucógeno (generado por estimulación hormonal), en ácido láctico. Sin una dosis exacta de ácido láctico, es decir, de acidez o pH, no es factible la existencia del beneficioso bacilo de Doderlein. A la vez, todas las infecciones de la vagina cursan con una alteración en los niveles de pH.