

MI CUERPO EN TRANSFORMACIÓN

¿Tengo demasiado pelo?

PALABRAS CLAVE

vello | pelo | cuerpo | hormonas



Es totalmente normal que el vello corporal comience a aparecer durante la pubertad, y **todas las personas son un poco diferentes cuando se trata de la cantidad de vello que tienen**. Es un proceso único para cada persona. Si te preocupa si tienes demasiado pelo, debes saber que la cantidad está influenciada por una combinación de factores genéticos y hormonales. Cuando llegas a la pubertad, tu cuerpo comienza a producir hormonas como **la testosterona y los andrógenos**, y eso es lo que activa cambios como el crecimiento del pelo en nuevos lugares.

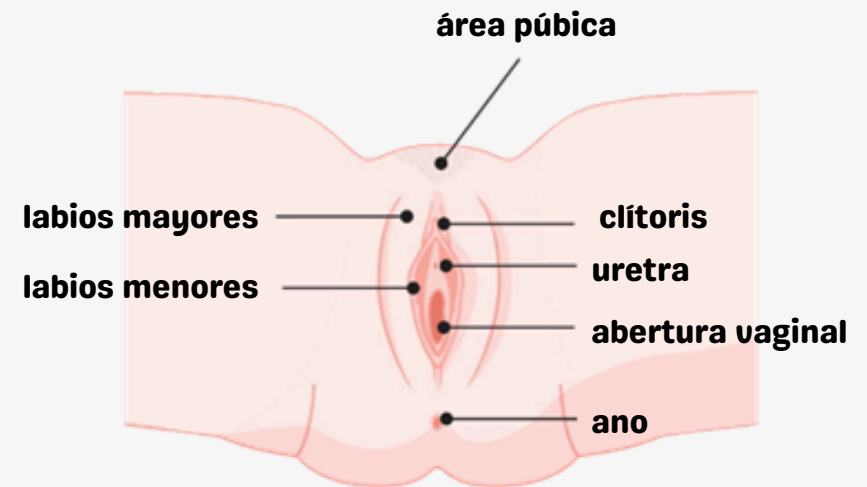
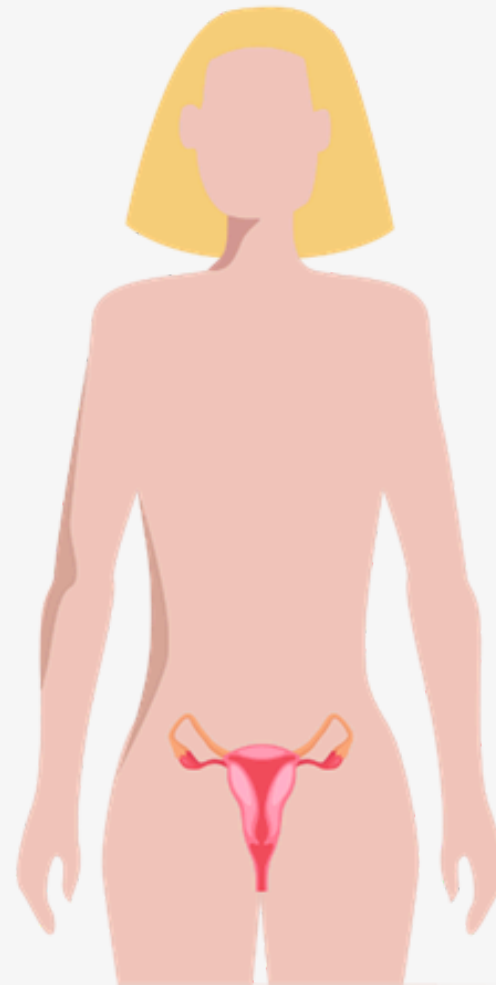
Ahora bien, lo que se considera "normal" ¡varía mucho! Algunas personas naturalmente tienen más vello corporal, y otras tienen menos. Aquí es donde entra en juego el **aspecto genético**: si tus padres son más peludos, es posible que tú también lo seas.

Además, tu **origen étnico** puede tener su papel. Diferentes grupos étnicos pueden tener diferentes patrones de crecimiento del vello, así que lo que es típico para una persona en Grecia podría ser diferente para otra en Suecia. De todos modos, la mayoría de las veces **el crecimiento del vello corporal es natural y, a veces, incluso necesario**. Algunas personas pueden tener más, otras menos, dependiendo del sexo, área del cuerpo, predisposiciones genéticas, edad y problemas de salud relacionados que pueden afectar el crecimiento del vello corporal, aunque raramente.

¿Qué pasa con el vello púbico?

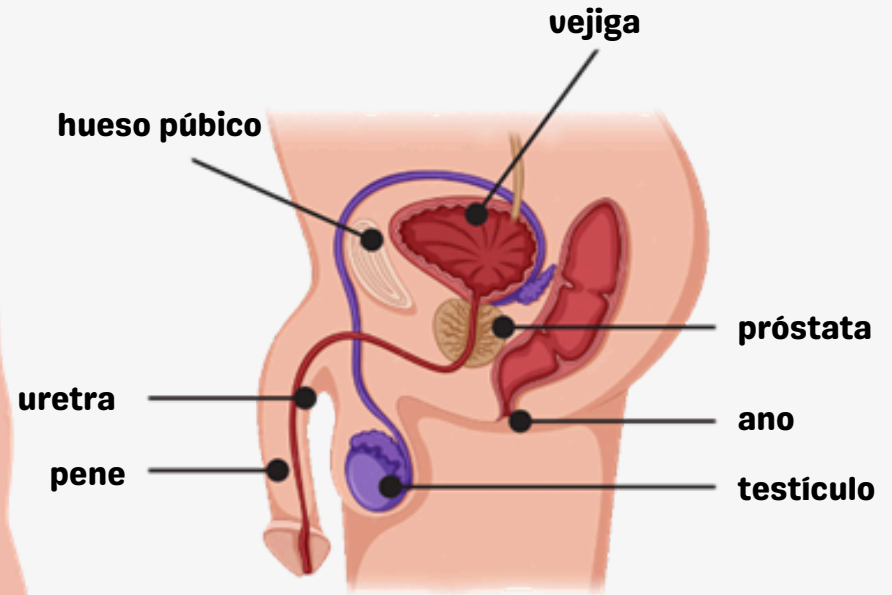
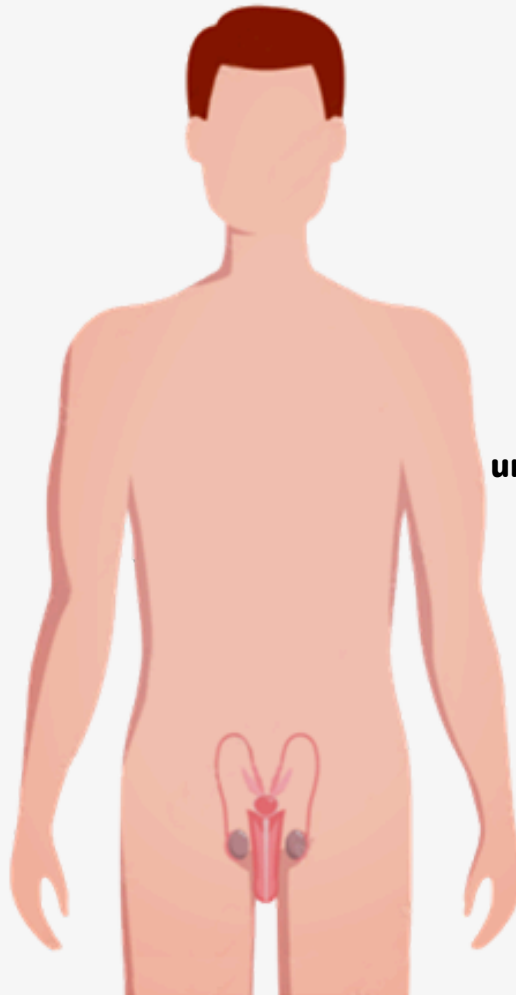
Cuando se trata de vello en las zonas íntimas, estos pelos suelen ser más gruesos, más oscuros y se presentan en varios lugares y cantidades.

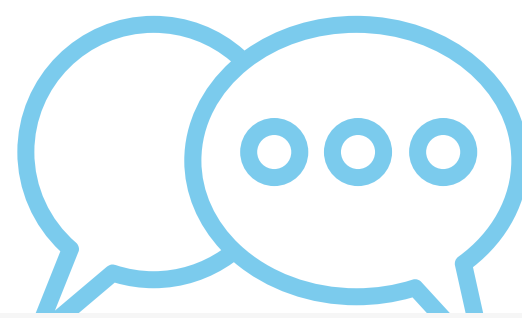
En las mujeres jóvenes, el vello púbico cubre los labios mayores (labios externos) hasta el montículo púbico (monte de Venus), formando una forma triangular, pero también el espacio entre las nalgas (ano).





En los hombres jóvenes se encuentra en los testículos, la ingle y los glúteos.





El vello púbico juega un papel importante ya que su finalidad es proteger las zonas íntimas de bacterias, virus u hongos que pueden causar infecciones, y también protege la piel de la fricción durante la actividad sexual.

¿Qué se considera demasiado pelo para las chicas?

Muchas personas pueden pensar que son demasiado peludas cuando en realidad tienen una cantidad de pelo completamente normal. Es normal que te crezca vello en las piernas, en los brazos y en las partes íntimas. Además, las mujeres tienen naturalmente algo de vello en la cara, el pecho y la espalda, pero suele ser más fino y claro (a veces llamado "pelusa de melocotón").

Solo entre el 5 y el 10% de las mujeres tienen un trastorno conocido como **hirsutismo**. El hirsutismo es un trastorno caracterizado por el crecimiento excesivo de vello en las mujeres en ciertas áreas de su cuerpo: la cara (que podría parecerse al crecimiento de un bigote), el pecho, el abdomen, la espalda, las nalgas y la parte interna de los muslos. Sucede muy raramente, pero la mejor manera de tranquilizarse en esta situación es tener una **consulta médica**.



¿Qué se considera demasiado pelo para los chicos?

Una gran cantidad de vello corporal en un hombre generalmente no indica nada de lo que deba preocuparse. Si experimentas un aumento en el vello corporal, generalmente se debe a las hormonas sexuales masculinas, como la testosterona. Sin embargo, hay otras causas que deben tenerse en cuenta.

- **La hipertricosis**, también conocida como síndrome del hombre lobo, es un trastorno genético caracterizado por una gran cantidad de pelo en todo el cuerpo donde es poco común (como en toda la cara y las orejas).
- El crecimiento excesivo del vello en los hombres también puede ser causado por una **mala alimentación** o estar relacionado con enfermedades del sistema nervioso central, medicamentos, estilo de vida y trastornos hormonales.

Recuerda que el vello corporal es algo natural y su aparición repentina y su rápido crecimiento durante la pubertad no deben alarmarte. Todo el mundo pasa por estas transformaciones a su propio ritmo, ¡así que abraza tu singularidad!

**MI CUERPO EN
TRANSFORMACIÓN**

