

MI CUERPO EN TRANSFORMACIÓN

¿Cómo deben oler mis genitales?

PALABRAS CLAVE

genitales | higiene | feromonas



Al igual que otras partes del cuerpo, como el cuero cabelludo, el ombligo y las axilas, **las zonas íntimas también tienen su propio aroma distintivo.**

La vagina de una mujer y el flujo vaginal deben tener un **aroma neutro, suave y ligeramente ácido** (los franceses se refieren a él como el aroma del incienso). El flujo vaginal es el fluido natural producido por la vagina que ayuda a mantener su salud y limpieza. La forma en que suele oler es completamente natural, no desagradable, y es el resultado de la presencia de moco y bacterias lácticas en este órgano. En cuanto al color, la descarga debe ser **clara o blanca**. Si hay un cambio de color a amarillento o verdoso, así como un olor como el de pescado, esto es un signo de infección.



La forma en que huele la vagina también cambia:

- dependiendo del día del ciclo menstrual
- dependiendo del nivel de excitación sexual

Cuando se trata del olor del pene, **no difiere mucho del de la vagina**. Un olor preocupante sería el de la levadura o el pescado, lo que indica una infección.

Para evitar infecciones y olores desagradables de las zonas íntimas que pueden producirse como resultado, aquí hay algunas prácticas recomendadas a seguir:

- Limpia tus genitales regularmente con productos de limpieza adecuados (jabones sin fragancia o solo agua). Después del lavado, asegúrate de que tus genitales están completamente secos antes de ponerte la ropa interior.
- Usa ropa interior de algodón que no sea demasiado ajustada, ya que puede atrapar la humedad que las bacterias y los hongos necesitan para sobrevivir
- Sigue una dieta saludable, que incluya productos lácteos y mucha agua
- Durante la terapia con antibióticos, considera el uso de probióticos ginecológicos como apoyo
- Practica sexo seguro, como usar condones y hacerse pruebas de detección de infecciones de transmisión sexual (ITS) con regularidad, para prevenir la propagación de infecciones.



DATO CURIOSO: Nuestro olor íntimo individual, detectable no solo en nuestras áreas privadas sino también debajo de las axilas, en el torso, la cabeza e incluso en menor medida en la cara, ¡puede incluso cautivar e influir en nuestra elección de pareja!

- Las glándulas odoríferas no se abren directamente en la superficie de la piel, sino en los folículos pilosos (los poros). Esto significa que una de las funciones importantes del sudor, la orina y, sí, incluso el vello púbico, es propagar nuestras **feromonas naturales**, ya que son sustancias químicas que pueden comunicarse de forma no verbal con los demás cuando se liberan durante las funciones corporales, como la producción de fluidos vaginales.
- Los científicos creen que las feromonas liberadas pueden provocar una reacción en los que nos rodean, e incluso ayudarnos a atraer a una 'pareja'.

Esperamos que esto haya calmado algunas de tus preocupaciones con respecto al olor de tus áreas íntimas. ¡Recuerda que el propósito de la higiene es mantenerte saludable y sentirte a gusto con tu cuerpo!

**MI CUERPO EN
TRANSFORMACIÓN**

