

Enfermedades del sistema reproductor

La salud del sistema reproductor puede afectarse por varias causas. Algunas comunes son una higiene inadecuada y el uso, en el área genital, de productos que contienen sustancias irritantes.

Otras enfermedades que afectan este sistema se producen por factores hereditarios; es decir, que la posibilidad de presentar una enfermedad se transmite de una generación a otra.

Finalmente existen padecimientos que se contagian a través del contacto de los órganos sexuales o de los fluidos que estos producen. A estos padecimientos se les conoce como enfermedades venéreas o enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Enfermedades que afectan el sistema reproductor

En hombres

Balanitis. Inflamación de la cabeza del pene llamada **glande**. Ocurre generalmente por infecciones de bacterias u hongos, o por una higiene deficiente, que favorece la acumulación de microorganismos. Produce escozor, ardor y dolor en el glande.

Balanopostitis. Inflamación del **glande** y del **prepucio**, que es la piel que recubre el glande. Es causada principalmente por diversas infecciones, o por falta de higiene. Genera comezón, ardor al orinar y dolor al retraer el prepucio.

Criptorquidia. Trastorno que consiste en el no descenso de uno o ambos **testículos** en el **escroto** (piel que recubre los testículos). Se observa en los recién nacidos. Es ocasionado por un parto prematuro, por factores hereditarios u otras causas.

En mujeres

Vaginosis. Infección en la **vagina** ocasionada por bacterias u hongos. La infección es generada debido a cambios en las condiciones ambientales de la vagina, que favorecen la reproducción de microorganismos dañinos. Esta alteración puede ser provocada por el uso de productos con sustancias irritantes, como ciertos jabones.

Vaginitis. Inflamación en la **vagina** o en la **vulva**, que es la parte externa que recubre la vagina. Se produce por utilizar ciertos artículos de limpieza, por utilizar ropa interior muy ajustada, por higiene inadecuada o como consecuencia de una vaginosis. Provoca ardor, picazón y molestias al orinar.

Síndrome de ovario poliquístico. Trastorno en el cual la mujer presenta niveles muy elevados de ciertas hormonas. Entre las múltiples causas se encuentra el factor hereditario. Ocasiona irregularidad en el ciclo menstrual y aparición de pequeños abultamientos, llamados **quistes**, en los **ovarios**.

Enfermedades de transmisión sexual (ETS)



Sífilis. Infección producida por la **bacteria** llamada **Treponema pallidum**. Ocasiona una llaga o úlcera en los órganos sexuales. Si no se trata, más adelante se generan erupciones en ciertas partes de la piel.

Gonorrea. Enfermedad provocada por la bacteria **Neisseria gonorrhoeae**. Provoca sensación de ardor al orinar, secreciones amarillas o verdes en el pene y aumento de secreciones vaginales.

Papiloma humano. Padecimiento causado por los **virus del papiloma humano (VPH)**. Ocasionan verrugas en el área genital. Algunos virus favorecen el desarrollo de cáncer en el cuello uterino, la vulva, la vagina y el pene.

Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (Sida). Enfermedad causada por el **virus de inmunodeficiencia humana (VIH)**. Genera un debilitamiento en el sistema inmune del organismo. Este es el sistema que defiende al cuerpo contra los agentes dañinos.

Cuidados del sistema reproductor

Algunas medidas que favorecen la salud del sistema reproductor son:

- **Bañarse diariamente** para eliminar el exceso de grasa, las células muertas y el sudor de la piel.
- **Limpiar** con abundante agua, de manera delicada y meticulosa, los **órganos genitales**. Esto ayuda a prevenir infecciones por acumulación de microorganismos.
- **Secarse completamente después del baño** con una toalla limpia. Así se previene la proliferación de ciertos hongos.
- **Evitar** el uso de **productos perfumados** en el área genital, para evitar que se irriten.
- **Cambiarse la ropa interior todos los días**. Preferir las prendas de algodón, ya que permiten mantener la piel aireada, fresca y seca.
- **No usar** ropa interior ni pantalones **muy ajustados**, ya que pueden irritar los órganos sexuales.
- **Limpiarse de adelante hacia atrás**, después de ir al baño. Esto previene el arrastre de microorganismos de la zona anal a la genital.
- **Acudir al médico especialista** (urólogo para los hombres y ginecólogo en el caso de las mujeres) si presenta alguna molestia persistente en los órganos sexuales.
- **Mantenerse informado** acerca de las **ETS** y sus medidas de prevención. Esto favorece la toma de decisiones de una manera responsable.

Salud del Sistema reproductor

Hábitos saludables



Comer frutas y verduras diariamente



Dormir el tiempo necesario según la edad



Hacer actividad física regularmente



Beber suficiente agua