

Las Preguntas de "El Comal"

LOS TLACOYOS DEL COMAL

Eyaculé con mi novia y yo tenía bóxer y ella también, ¿existe una posibilidad de embarazo?, ¿me podrían explicar bien este asunto y medidas para prevenir?

Existen posibilidades de embarazo cuando se eyacula fuera del conducto vaginal y que el semen tiene contacto con la entrada de la vagina. Las posibilidades aumentan en los casos en donde se da la penetración, aunque no haya eyaculación dentro de la vagina, pues en la fase de excitación se produce líquido pre eyaculatorio que puede contener espermatozoides vivos. Como alternativa preventiva se encuentra el uso correcto del condón o la práctica de las caricias mutuas sin que exista intercambio de fluidos.

Soy mujer y siento que mi vagina en ocasiones tienen un olor raro, me lo ha comentado mi novio ¿esto a qué se debe?, ¿qué cuidados debo tener para evitarlo, se debe a que tengo relaciones sexuales?

El flujo vaginal producido por mujeres sexualmente activas no debería tener olores desagradables (si a esto te refieres con "raro"), generalmente los olores desagradables se relacionan con infecciones que deben ser tratadas lo antes posible por personal de ginecología. El aseo cotidiano y correcto de la vulva y de las zonas cercanas a ésta debe bastar para evitar que el olor común de la lubricación vaginal llegue a ser de tal intensidad que se convierta en desagradable, no es recomendable el uso de duchas vaginales, pues pueden alterar la acidez natural de la vagina y facilitar la aparición de infecciones. También es importante saber que la percepción de los olores no es la misma en todas las personas, por lo que el mismo estímulo puede provocar reacciones contrarias en las personas, lo que a una le agrada y por lo mismo busca, a otra le desagrada y le puede parecerle "raro".

Soy un chavo de casi 16 años de edad, no sé qué tenga, pues me gustan las mujeres, pero he acariciado otros penes, y cuando veo a algún chavo que no conozco desnudo se me erecta el pene y a veces lo he deseado, también otra pregunta es que cuando estoy leyendo o viendo algo relacionado con pene se me erecta el pene al instante y no sé a qué se deba

Dentro de la riqueza de opciones que los seres humanos tenemos para vivir nuestra sexualidad plenamente se encuentra la variedad de estímulos (objetos, personas, hechos, circunstancias, etc.) que provocan una respuesta sexual en las personas, dicha respuesta puede ir desde la excitación hasta culminar incluso en el orgasmo. Los estímulos que provocan respuestas sexuales pueden variar a lo largo de la vida, de tal forma que si alguien gusta de relacionarse eróticamente con mujeres morenas, puede llegar a preferir, con el paso del tiempo, con mujeres de piel clara. Lo mismo se puede decir en el caso sentirse atraído por personas del mismo sexo y posteriormente gustar de personas del otro sexo. Es importante tomar en cuenta que en la adolescencia es una etapa en donde los seres humanos experimentan diferentes estímulos, pero no es sino hasta la edad adulta cuando se confirma en los individuos la preferencia sexual (heterosexual, homosexual o bisexual) y se consolida el erotismo, aunque este último sigue nutriéndose de las experiencias vividas a todo lo largo de la adultez.

Soy un hombre de 26 años de edad, casi cumplo un año de casado. Desde que me case mi actividad sexual obviamente se ha incrementado, he notado que ahora produzco menos semen y no se expulsa con fuerza. Alguna vez cuando estaba en la secundaria, una orientadora sexual nos dijo

que para embarazar a una mujer se necesitaba que la eyacuación debía tener 3 características. Fuerza, Cantidad y Calidad: Fuerza, debían ser expulsados los espermatozoides con fuerza porque si salían débilmente no era probable concretar la fecundación del óvulo. Cantidad, mientras más semen salía se tendría mayor posibilidades y además se disfrutaba mucho más el orgasmo. Calidad, cuando uno eyacula, no todos los espermatozoides tienen las mismas características, de hecho los hay de 3 tipos: los fuertes, son los que se mueven con mayor rapidez y son los idóneos para fecundar al óvulo; los medios, son los que son "más o menos" rápidos, si hacen su lucha por llegar al óvulo pero no son tan fuertes; y los flojos, estos más bien solo "hacen bola" ahí van con todos pero son muy lentos. Ahora si ahí les van las preguntas:

1.- Lo que les acabo de explicar, ¿es cierto? Si es así, ¿hay alguna forma ya sea con ejercicios, vitaminas o algún alimento en especial que contribuya a incrementar la producción de semen en mi organismo?

2.- ¿Cómo puedo hacer para tener una eyacuación "de película porno", donde el semen sale con mucha fuerza y en mucha cantidad?

3.- Cuando decidamos tener un hijo, ¿debo seguir algún programa para tratar de asegurar tener un hijo sano, es decir, tener alguna alimentación especial, hacer ejercicios especiales, complementos vitamínicos, o algo así?

La principal causa de esterilidad en el varón es la insuficiente producción de espermatozoides, menos de 20 millones por cm. cúbico reduce considerablemente la posibilidad de fecundación, otros factores condicionantes de la fertilidad del varón son la movilidad del espermatozoide y las anomalías en su formación. Para la primera pregunta, en general, no se cuenta con un "tratamiento" que garantice que se incremente la cantidad de semen. En los casos en los que independientemente de la cantidad de semen eyaculado la producción de espermatozoides ronda los mínimos necesarios, es necesario acudir a valoración y tratamiento en una clínica de fertilidad especializada. Para la segunda pregunta, los procesos de eyacuación y de orgasmo (y la sensación de satisfacción que trae consigo) no constituyen un mismo proceso, puede disfrutarse de un estupendo orgasmo sin que haya una expulsión abundante de semen o incluso sin que se dé la eyacuación. Respecto a la tercer pregunta se pueden evitar algunas causas de esterilidad, cuidando no recibir golpes en los testículos, no contrayendo infecciones de transmisión sexual o aquellas que incrementen considerablemente la temperatura y sean repetitivas, no recibir radiaciones persistentemente; no consumir drogas ni sustancias intoxicantes como alcohol y tabaco. Evitar permanecer largas horas del día sentado así como usar ropa interior muy ajustada. Es importante mencionar que estas medidas no evitan las causas hereditarias ni congénitas de enfermedades o discapacidades al nacimiento.

Me masturbo casi a diario, no he tenido relaciones de ningún tipo, pero tengo unos granos en el pene que parecen acné, ¿podrá ser acné? sí o no, aconséjeme que hacer

La práctica de la masturbación requiere de higiene, el aseo previo de las manos, o de los medios con que se practique, es uno de los cuidados mínimos que se deben tener. De no ser así se está en la posibilidad de contraer infecciones que requieren atención médica. Desafortunadamente los datos que se pueden referir por este medio siempre serán insuficientes para dar una opinión más certera, por lo que es necesaria la revisión médica directa.

He tenido relaciones sexuales muy frecuentemente, pero recientemente cuando terminamos, sale un olor de mi vagina muy fuerte, fui al doctor y me dijo que era una infección pero no me receto nada, en ese tiempo cuando tenía relaciones me ardía cuando terminaba...

Acude a otro servicio médico para que te den el tratamiento que requieres para atender la infección, de no hacerlo es muy posible que el proceso infeccioso continúe y que los síntomas sean más desagradables y molestos.

Lo que me pasa a mí es que cuando termino de tener una relación sexual es de seguro que me queda ardiendo siento que desde la vejiga hasta todo lo que es el pene siento como si me quemara y me da muchas ganas de hacer pipí y casi no hago y cuando me pongo un trapo mojado siento que me refresca un poco.

Los síntomas que refieres son indicadores de una posible uretritis (inflamación de la uretra que es por donde sale la orina), que puede estar asociada a una infección de transmisión sexual. Acude cuanto antes a una revisión médica.

Yo quiero saber es si el hilo que une al glande con la tela si se lo rompe te crece más el pene (bueno eso me han dicho) yo tengo 16 años y mi pene mide como 10cm ¿eso está bien? Yo he tenido relaciones pero nunca se me ha roto el virgo como debo hacer.

URGE QUE SEPAS QUE CORTANDO EL FRENILLO (como se le llama al "hilo que une al glande") PUEDE PROVOCARTE DAÑO EN LA FUNCIONALIDAD DE TU PENE. Además no conseguirás que aumente de tamaño. Hasta hoy no existe un método que garantice hacerlo, aunque muchas personas promueven varias formas, con propósitos de enriquecimiento. En el adulto, el pene en flaccidez tiene una longitud promedio de 6,5 a 10 cm; 2,5 cm de diámetro y 8 cm de circunferencia. El tamaño es variable de hombre en hombre. En estado erecto, mide de 14 a 17 cm de longitud, 4 cm de diámetro y 12 de circunferencia. Para finalizar, el "virgo" como tu parece le llamas al frenillo no debe romperse con ninguna relación sexual.

¿Cuánto tiempo permanece el semen en la vagina? y ¿después del periodo menstrual hay posibilidad de fecundación?, es decir ¿si ni novia tiene el periodo en día 2 y tenemos relaciones el día 3 hay la posibilidad?

El tiempo de vida de los espermatozoides en el cuerpo de la mujer es de 48 a 72 horas. Uno de los riesgos de depender del método del ritmo es que no existe una certeza de que los periodos de ovulación sean regulares, las tensiones, el estrés, las enfermedades, etc. lo pueden alterar. Incluso puede darse el caso de ovulación múltiple o durante la menstruación. Por lo tanto, sí existen posibilidades de fecundación y embarazo.

Después que la mujer ha tenido hijos, ¿es más difícil satisfacerla por el hecho de que la vagina se ha engrandecido? ¿Después de un embarazo la vagina vuelve a tomar su anchura normal?

La vagina es considerada una "cavidad virtual", tiene la capacidad de ajustar a cualquier grosor de pene, y de recuperar su tamaño después que se han tenido hijos por parto tradicional. La satisfacción después de tener hijos no tiene una relación directa con la anatomía de la vagina, pueden existir otros factores como el hecho de estar más preocupada por el bienestar del hijo y no interesarse tanto en la relación de pareja.

Es malo masturbarse 4 veces al día ¿Qué consecuencias trae el masturbarse muy seguido?

La frecuencia en la práctica de la masturbación es extremadamente variable, los límites los marca la persona

que la práctica e incluso el propio cuerpo al ya no responder con erección o disminuir la cantidad de semen eyaculado o la sensación de placer. Es importante que esta práctica no sustituya actividades de socialización e incluso básicas, o que sea la única forma de lograr la excitación y/o el orgasmo, pues de ser así habrá que considerar recibir apoyo terapéutico.

Soy mujer de 21 años y me gusta demasiado chuparle el pene a mi pareja ¿esto puede causarme alguna infección?

La práctica del fellatio (como se le conoce a la práctica que describes) puede implicar riesgos de infección cuando algún miembro la persona a la que se lo realizas tiene alguna infección. Lo anterior se aplica en el caso del cunnilingus (estimulación de la vulva con la boca). Una opción de sexo protegido es realizar el fellatio utilizando condones de sabores y, el cunnilingus cubriendo la vulva con cuadros de látex, que también están saborizados en la actualidad. Con lo anterior disminuye la posibilidad de cualquier contagio.

Quiero saber, que sin tener penetración una persona puede llegar a quedar embarazada, sabiendo que hubo eyaculación fuera de la vagina.

Existen posibilidades de embarazo cuando se eyacula fuera del conducto vaginal y el semen tiene contacto con la entrada de la vagina. La movilidad propia de los espermatozoides les puede permitir, a pesar de la distancia relativa, entrar al útero y alcanzar el óvulo y con ello fecundar y dar inicio al embarazo.

Una amiga me jura y me perjura que tragando semen se puede quedar embarazada. Yo le conteste que el sistema digestivo y el reproductivo no tenían nada que ver... ¿estoy o no en lo correcto?

Correctísimo, puedes apostar lo que quieras a que por deglutir semen nunca, nadie, quedará embarazada. Tu razonamiento sobre los sistemas es el adecuado.

Desde hace tiempo me di cuenta que tengo unas especies de bolitas pequeñas blancas alrededor de la cabeza del pene, estas especie de pellejos están adheridos a mi pene y si trato de quitarlos duele. Mi pregunta es ¿qué son y si son dañinas?

Esas bolitas blancas de las que hablas se llaman glándulas de Tyson o glándulas prepuciales, y son las responsables de producir la grasa que forma parte del esmegma, además de tener la función principal de producir las feromonas (hormonas de la atracción sexual). Si de cualquier forma quieres una opinión médica acude a una valoración directa y tendrás mayores elementos para saber si son las glándulas de Tyson o algún tipo de lesión o infección.

¿Cómo puede alguien dejar de masturbarse y que efectos secundarios tiene?

En general así como la práctica de la masturbación no presenta ningún efecto físico secundario, daño o mal a quien la práctica, tampoco el dejar de hacerlo tiene ningún efecto secundario dañino.

Tengo un pequeño problema, mi pene mide cerca de 25cm, cuando una mujer me mira el pene erecto se asusta ¿hay alguna solución para hacerlo más pequeño?, Esto es porque ¿qué sucedería cuando me case?

Las vaginas de la mayoría de las mujeres tienen la suficiente elasticidad y profundidad para dar cavidad a penes del tamaño como el tuyo, lo más probable es que la mujer con la que decidas casarte lo hará independientemente del tamaño de tu pene. En caso de que llegara a existir algún problema en la penetración

hay que tener cuidado y controlar la profundidad de la penetración, buscando que el pene no entre en su totalidad. Hay posturas que facilitan esto, solo es cuestión de buscarlas.

Pienso que puedo tener algún problema por tener demasiado prepucio, aunque no sé cuánto se deba de tener, erecto tapa la mitad de mi glande, pero no tengo ningún problema al destaparlo hasta atrás, sin embargo al hacer esto y dejarlo así, es muy sensible, además es doloroso que rose con algo. ¿Esto es normal? ¿Qué puedo hacer?

Por lo que describes de tu prepucio, no hay ningún problema con este, siempre y cuando sigas medidas de higiene adecuadas, como todos los hombres, al asearte el pene retrae todo el prepucio para lavar perfectamente bien el glande, la coronilla y la piel interna del prepucio. La piel del glande es quizá la más sensible de todas, pues cuenta con una gran cantidad de terminaciones nerviosas. Sin embargo, si hay dolor, requeriría una revisión directa de un médico, para asegurarte de que no se trata de ninguna infección.

Tengo relaciones muy frecuentes con mi novio y casi nunca usamos protección, pero en el momento en que el siente que va a eyacular de inmediato se sale. ¿Podría quedar embarazada si continuo haciendo lo mismo?

Lo que están llevando a cabo se conoce como coito interrumpido, en este existe penetración y el hombre retira el pene de la vagina de la mujer antes de eyacular. Claro que puede haber embarazo aunque no haya eyulación dentro de la vagina, pues en la fase de excitación se produce un líquido pre eyaculatorio que puede contener espermatozoides vivos, mismos que pueden fecundar al óvulo. Pueden considerar un método más efectivo para evitar embarazos no planeados, el condón es uno de ellos.

La ropa interior ajustada, puede causar esterilidad. ¿También la menta? ¿Es cierto eso?

El proceso de producción de espermatozoides requiere una temperatura inferior a la corporal para que sean fértiles, es por ello que los testículos se encuentran en una bolsa de piel (escroto) que les permite estar separados del cuerpo, cuando se acostumbra usar ropa interior ajustada, los testículos se mantienen a temperatura corporal o por arriba de esta y los espermatozoides pueden verse afectados y en consecuencia provocar esterilidad temporal. En relación con la menta, no hay evidencia científica que la ubique como un factor de esterilidad.

Tengo muchos deseos de tener relaciones con mi novio, pero sentimos que no es correcto, pero nuestros deseos son fuertes ¿Qué hacemos?

Cuando los valores personales se oponen a los deseos se generan este tipo de conflictos, si haces caso de los deseos es probable que se generen sentimientos de culpabilidad, ansiedades y remordimientos por faltar a los valores personales. Si haces caso de tus valores, hay probabilidades que el no cumplir tus deseos provoque frustraciones. Es necesario que pongas en una balanza ambas alternativas, analizar los pro y los contra de cualquier decisión, informarte sobre las consecuencias, prever resultados posibles y tomar una decisión; que en el último de los casos será la que mejor te convenga.

Hice el amor con mi novia pero no usamos condón, al día siguiente yo sentí una irritación en mi pene, creo que me contagio de gonorrea pero le pregunte si ella tenía algún malestar y me dijo que no ¿hay enfermedades que contagien a los hombres y a las mujeres no?

Las infecciones de transmisión sexual, y no solo la gonorrea, pueden ser contraídas tanto por hombres como por

mujeres; sin embargo hay algunas que pueden ser asintomáticas para hombres o para mujeres, pero eso no quiere decir que no sean contagiables. El hecho de que no presenten síntomas no quiere decir que no progrese el daño que la enfermedad puede causar. Es oportuno que ambos se realicen una revisión médica y reciban el tratamiento que se requiera para atender la infección

¿Afecta el crecimiento del pene, el no haberse realizado la circuncisión? y ¿hasta qué edad me puedo realizar la circuncisión?

La circuncisión es una intervención quirúrgica de bajo riesgo que se puede hacer en cualquier edad, aunque es recomendable que se realice durante los primeros meses de nacido. El crecimiento del pene no tiene relación alguna con hacerse o no hacerse la circuncisión.

Circuncisión, ¿afecta psicológicamente a hombres que no se la han hecho o qué pasa sexualmente, no funcionan?

La función sexual no se afecta por hacerse o no la circuncisión. Las afecciones psicológicas que afectan la función sexual de los hombres son tan diversas que cualquier cosa (incluso el circuncidarse o no hacerlo) puede originar alguna disfunción o alteración de esta respuesta.

Si mi novia rechaza mucho el contacto físico, ¿de qué forma puedo hacer que lo acepte?

El qué hacer para que acepte una mujer tener contacto físico con un hombre no es cuestión de recetas, la relación marcará las circunstancias adecuadas para que este acercamiento se dé, o que no se dé. Para que cualquier comportamiento sexual entre dos o más personas sea válido debe contarse con el consentimiento de los participantes, ser del gusto de éstos y no dañar a nadie.

¿Por qué cuando dos hombres tienen relaciones sexuales les da SIDA, y cuando a una mujer se lo metes por el ano no pasa lo mismo?

Es IMPORTANTISIMO que sepas que la información que tienes NO ES CORRECTA. La transmisión del Virus de Inmunodeficiencia Humana, (causante del SIDA), se transmite en relaciones vaginales o anales entre personas de cualquier sexo (hombre-hombre, hombre-mujer y mujer-mujer). En todo caso se debe practicar sexo protegido usando condón.

¿Yo quisiera saber si la masturbación constante puede traerme a la larga algún tipo de enfermedad (inclusive el llamado cáncer de próstata)? De hecho creo que ya estoy pasando por problemas porque tengo que hacer un poco de esfuerzo para orinar y siento una pesadez a nivel de la vejiga urinaria...

Los síntomas tienes deben ser valorados por personal médico. La masturbación no tiene que ver con ellos, ni con el cáncer prostático. Su práctica está rodeada de innumerables mitos y tabúes y muchos de ellos están relacionados con la generación de múltiples, y a veces raros padecimientos. Mientras se haga en condiciones higiénicas adecuadas, sin involucrar elementos de riesgo y sin que provoque aislamiento social o sustituya actividades básicas; no existe consecuencia alguna.

¿El sexo oral reviste algún peligro o riesgo en cualquier sentido para ella o para mí en estas circunstancias?

Aunque no indicas en cuales circunstancias, el sexo oral, ya sea la estimulación del pene o de la vulva, puede

ser un acto mediante el cual se transmitan infecciones de transmisión sexual (el antecedente necesario es que alguno de los que lo practican esté infectado). Las alternativas para que esta práctica se realice con menor riesgo es usar condón en el caso del hombre, y en el caso de la mujer cubrir la zona de la vulva con un cuadro de látex de los que se consiguen en las condonerías o en las sex shops.

Yo tengo problemas con mi novia, tengo una vida sexual activa con ella, solo que no he logrado que ella tenga un orgasmo, he intentado muchas cosas, pero ninguna me ha resultado, me siento mal conmigo mismo, pues yo quiero que ella termine, pues yo puedo pensar que ella cree que solo es por mi propio placer (aunque sé que no es verdad, ella está bien si yo termino). ¿Qué puedo hacer?

Cada quien debe hacerse responsable de sus propias respuestas sexuales (dentro de ellas, el orgasmo). Se tiene muy arraigada la idea de que el hombre debe ser responsable de que la mujer logre conseguir el orgasmo. Sin embargo es uno mismo quien debe conocer las sensaciones que le provocan diversos estímulos y reconocer cuales de estos con la intensidad y cantidad adecuada pueden producirle un orgasmo. Si tu novia no manifiesta incomodidad, no la generes. Busquen junto diferentes formas de estimularse y deja que sea ella quien te indique qué tipo de estímulos y en qué momentos los requiere.

¿Qué tan cierto es que el vello púbico en la mujer tiene una función erógena?

Prácticamente todo nuestro cuerpo, desde el cabello hasta los dedos de los pies, es susceptible de tener una función erógena. La mayoría de la gente privilegia al pene y a la vulva para esta función, algunos se atreven a ampliar estas zonas a la nuca, el cuello, los pechos, pezones y nalgas; sin embargo es posible, explorar nuevas zonas del cuerpo, incluido el vello púbico, para erotizarse.

Tengo 27 años, y todavía no he probado el condón como medio preservativo. Mi pene no es muy grueso, y me gustaría saber si existe algún medio de saber qué clase de condón o qué medida existe para saber qué condón se ajustaría bien a mi pene.

Aunque es cierto que en la actualidad se encuentran a la venta condones de diferentes tamaños, se debe saber que la variación entre ellos no es significativa. Una opción para saber cuál es la marca y el tipo de condón que mejor te ajusta es probando varios de ellos (no necesariamente en un coito, puede ser a solas en algún momento en que tengas erección). Es casi seguro que prácticamente todos ajusten al grosor de tu pene.

Al tratar de tener mi primera relación sexual, desde el momento que introduje mi pene y empecé a meterlo y sacarlo pasaron aprox. 2 minutos y eyacule. ¿Será que me rendí muy rápido? ¿Cuál es el tiempo normal en minutos para eyacular, tal parece que me canso muy rápido?

El tiempo de eyaculación varía de hombre a hombre, depende de varios factores (estrés, agotamiento físico, circunstancias en las que se realiza el coito, etc.), para valorar si existe o no eyaculación precoz se considera el que en más del 50% de los coitos el hombre eyacula antes de desearlo y esto le hace sentir incomodo a él o a la pareja.

Nunca he tenido un coito (penetración), he intentado tener un coito con mi pareja pero me pongo muy nerviosa, y me duele, me aparto. Ni siquiera he conseguido tener una penetración parcial, o con un dedo. He escuchado sobre el vaginismo, ¿podría ser eso? o ¿simplemente es normal? tengo miedo de sufrir un desgarró o algo semejante. Tengo 18 años.

Un alto porcentaje de mujeres presenta nerviosismo y dolor en su primera relación sexual, esto puede hacer que los músculos de la vagina se contraigan y el solo intento de la penetración sea doloroso, lo otro es que puede provocar que disminuya la lubricación y al no haber suficiente esto también produce dolor. Es poco común que se den desgarros (aparte de la posible ruptura de la membrana conocida como himen, si es que existe en tu caso) a menos que el coito se practique con brusquedad.

Para que una mujer tenga uno o varios orgasmos ¿es necesario que se acaricie manualmente el clítoris, o basta con estimular la vagina con el pene?

Hay que decir que no todas las mujeres son multiorgásmicas, aunque la posibilidad de serlo se encuentra siempre presente. Los estímulos que favorecen la presencia de un segundo o más orgasmos en la mujer son muy variados, hay algunas que prefieren las caricias directas al clítoris, otras la continuación de los movimientos pélvicos, otras más la estimulación oral, etc., lo más conveniente sería preguntar directamente cual es el estímulo que prefiere la mujer con la que tendrás actividad sexual.

¿Es posible que mi novia quede embarazada si tuvimos relaciones 1 día antes de su menstruación, pero ya se retrasó 2 días y no sabemos que pueda pasar?, ¿Hay algún método para que no se embarace?

Las Píldoras de Anticoncepción de Emergencia, son una alternativa dentro de las primeras 72 horas después de la relación sexual no protegida, las consigues en cualquier farmacia, si no te las tomas en los tiempos correctos pueden fallar, tienes que tomar las dos dosis si no, no funciona; la primera dosis debe ingerirse dentro de las primeras 72 horas y la segunda 12 horas inmediatamente después. Si vomitas en cualquiera de las dosis es necesario que las vuelvas a tomar. Puedes sentir náuseas, tener vómito o dolor de cabeza, esto es de manera temporal, no te preocupes se pasará en 24 horas; no deben usarse como método regular, por eso se llaman DE EMERGENCIA, es recomendable que hayas consumido algún alimento antes de tomarlas para proteger tu estómago y que sea más difícil que se presente el vómito. Si no toleras su uso vía oral, pueden introducirlas en tu vagina y recostarte al menos 90 minutos para que se disuelvan y que el efecto sea el mismo que si te las tomas. Recuerda que siempre que hay penetración existen posibilidades de embarazo, aún más si no se usó algún método anticonceptivo diferente a los llamados "naturales" (ritmo, temperatura corporal o Billings). Los métodos anticonceptivos tienen siempre alguna probabilidad, en mayor o menor medida, de fallar (exceptuando la abstinencia).

Tengo 18 años, llevo masturbándome casi dos años y últimamente después de cada masturbación o relación sexual siento cansancio y especie de debilidad, ¿se debe a demasiada actividad?

Tanto la realización de relaciones sexuales como la práctica de la masturbación son actividades que demandan energía, variando de persona a persona y de circunstancia a circunstancia, sin embargo con los datos que refieres en tu pregunta no es posible determinar hasta qué punto tu cansancio y debilidad se deban a tus actividades sexuales (en pareja o en solitario).

Necesito ayuda urgente, me masturbo mucho y quiero dejarlo pero no puedo, quiero que me digan como lo puedo dejar de hacer. Otra cosa no sé porque casi siempre o más bien siempre que estoy desnudo mi pene se pone erecto y yo creo que sea por causa de la masturbación porque cada vez que me baño lo hago. Hasta la otra vez que fui a un gimnasio, delante de todos, mi pene se puso erecto cuando estaba en las regaderas y para controlarlo me tuve que masturbar y fue realmente

penoso. ¿Cómo puedo evitar que mi pene no se ponga erecto en el momento menos oportuno?

La presencia de erecciones puede ser considerada una muestra de salud, sería preocupante que no las pudieras conseguir. En ocasiones tratar de evitarlas incrementa la ansiedad y es menos posible lograr que no se presenten. La práctica de la masturbación, mientras no sea una actividad exclusiva para conseguir excitación o que por realizarla dejes de hacer actividades básicas y de socialización, es una práctica que forma parte de la vida sexual de muchas personas, mediante ésta se aprende a reconocer sensaciones y puede complementar la sexualidad en pareja. Si a pesar de lo anterior tu preocupación continúa considera asistir con algún sexo terapeuta. Respecto a la práctica masturbatoria que realizaste en las regaderas, recuerda que la actividad sexual de cualquier tipo se realiza en privado, realizarla en espacios donde existen otras personas te coloca en riesgo de una agresión e incluso puede considerarse un delito.

Yo en ocasiones he tenido un dolor en un testículo, me he revisado, y me he fijado que es en los conductos que salen de él... y pues la verdad eso me pasa desde que soy un niño, ahora tengo 20 años... le pregunté a una persona de mi familia y me dijo que eso pasa a veces cuando va a haber mal tiempo, (una tormenta o algo así).

Aunque en ocasiones la sabiduría popular tiene la virtud de ser acertada, en este caso sería conveniente que acudieras directamente a atención médica para que te puedan revisar, diagnosticar y, en su caso, indicar el tratamiento adecuado.

Yo no he tenido relaciones con ninguna chica, nada más porque no se me ha dado la gana... tengo 20 años y mis cuates me dicen que es malo, porque lo que sí hago es masturbarme, como dos veces a la semana.. ¿Es cierto que me puede afectar? dicen que se me puede subir a la cabeza si no tengo sexo ¿o que me puedo volver homosexual? yo la verdad no me quiero volver homosexual, pero siempre he pensado que no voy a tener relaciones más que con la mujer que ame y con la que me case.

Una decisión como la tuya es muy respetable. Respecto a lo que dicen tus amigos debes saber que: -La práctica de la masturbación no tiene nada de malo ni de perjudicial. -La determinación de no tener relaciones sexuales hasta que estés casado, así como el de tenerlas cuando tú lo decidas, es sólo tuya, la presión y comentarios de tus amigos constituyen una forma de violencia psicológica y de género. -La preferencia homosexual no está determinada por postergar o no el inicio de las relaciones sexuales.

Mi esposa y yo tenemos aproximadamente 3 años de estarnos cuidando por medio del preservativo y el ritmo; lo que yo he notado, es que cuando hacemos el amor sin utilizar el preservativo, eyaculo más pronto. ¿A qué se puede deber esta situación?

El condón suele disminuir la sensibilidad durante la penetración y hacer que se demore la eyaculación. Es muy posible que esta sea la causa de que la eyaculación llega más pronto cuando lo utilizas.

¿Cuáles son los métodos anticonceptivos más seguros? ¿Qué tan efectivos son los óvulos para prevenir el embarazo?

Los métodos anticonceptivos tienen siempre alguna probabilidad, en mayor o menor medida, de fallar (exceptuando la abstinencia). Los que ofrecen mayores niveles de confiabilidad son los quirúrgicos (salpingoclasia y vasectomía, respectivamente) aunque quien se decida por ellos deben reunir determinadas características, como la de saber que son prácticamente irreversibles. Los que siguen en seguridad son los

hormonales (píldoras e inyecciones) siempre y cuando sean prescritos por un médico. Los óvulos no son considerados dentro de los métodos de alta confiabilidad, para aumentar su eficacia se debe considerar usarlos al mismo tiempo que el condón, y aún más si se toman en cuenta los días de menor riesgo señalados por el método del ritmo (los más cercanos a la menstruación, antes y después de ésta). Sin embargo, nadie puede garantizar el 100% de efectividad de ninguno de los métodos.

Tengo varias dudas, que me gustaría evacuar. 1: mi pene en erección, queda perpendicular a mi cuerpo y además curvado hacia abajo. ¿Puede esto influir para que a mi pareja se le dificulte más para tener un orgasmo? 2. la forma en que puedo controlar mi eyaculación más fácil y tener deseo sexual es tomando alcohol, pero me parece que esto va a terminar mal, pues me estoy volviendo alcohólico. ¿Puede haber solución?

1. La posición del pene y su forma en erección, no son factores que influyan en la estimulación sexual de la pareja y mucho menos en su dificultad para alcanzar un orgasmo, el orgasmo es responsabilidad de cada persona y sería conveniente le preguntaras a tu pareja que le facilita la excitación y en consecuencia alcanzar el orgasmo. 2. El uso del alcohol como medio de "control" de los estímulos sexuales puede efectivamente causar dependencia, además de que puede colocarte en otras situaciones de riesgo, particularmente si estas completamente alcoholizado al momento de tener relaciones sexuales. Por otra parte si tu necesidad de controlar la eyaculación y el deseo, te generan ansiedad y malestar, lo conveniente es acudir a sexoterapia, con el propósito de evitar que se presente alguna disfunción sexual.

Tengo 14 años y cuando me masturbo 3 o 4 veces en un mismo día, me duelen los testículos unos momentos. Esto también me pasa al hacerlo casi consecutivamente. ¿Es normal?

Puede ser consecuencia de la frecuencia con que te masturbas. Es conveniente que aprendas a realizarte una exploración testicular para que identifiques si presentan alguna anormalidad, sería recomendable que acudas a revisión médica para que te indiquen como realizarla y descarten cualquier posible problema.

¿Qué posición es la mejor, para que una mujer disfrute plenamente su primera relación sexual?

Es necesario -más allá de la posición- juegos sexuales previos a la penetración que permitan un alto nivel de excitación para que se genere una lubricación vaginal adecuada, actuar sin prisa, con ternura y con interés de pasarla bien ambos. La posición de "cuchara" (el hombre detrás de la mujer, ambos recostados de costado) permite un control por ambas partes, teniendo en cuenta que la penetración debe ser lenta y gradual. También pueden probar estando ella arriba para que sea quien dirige la penetración y decide en que momento y con qué profundidad se lleva a cabo. Al final la mejor posición es la que les acomode a ustedes y les haga disfrutar de la experiencia a cada quien.

¿El virus del SIDA por medio de transmisión sexual se detecta con menos probabilidad de error si se practica la prueba un año después de ésta ya que antes podría salir errónea?, ¿qué pasa en ese año en el que se tiene el SIDA y no sale en los análisis, se transmite de todas formas por medio de transfusión o por contacto sexual? o ¿está en periodo de incubación y aún es inocuo?

Hay un periodo de tiempo en el que la persona infectada de VIH no reporta positivo en los análisis, desafortunadamente el tiempo varía de persona a persona, sin ser necesariamente un año (puede ser más o menos), en este tiempo pueden no haberse generado aún anticuerpos suficientes contra el virus, es por ello que el resultado puede no ser positivo. La persona puede no desarrollar el SIDA pero siendo portadora del virus

puede TRANSMITIRLO AL DONAR SANGRE, AL TENER CONTACTO SEXUAL O POR FLUIDOS INFECTADOS. Es por ello que debe recurrir al uso del condón en cada contacto sexuales en que haya intercambio de fluidos.

¿Qué significa demasiado flujo en la mujer con color amarillo?

Significa la posibilidad de que se tenga una infección vaginal, se requiere acudir de inmediato con a revisión médica para ser diagnosticada, y recibir tratamiento.

Voy en la secundaria y soy un hombre, tengo 2 problemas. 1- Tengo el pene muy pequeño. 2- Tengo senos ¿soy hermafrodita? ¿Qué hago?

El hermafroditismo es un estado en que las personas tienen desarrollo parcial de caracteres sexuales de hombre y de mujer, tanto a nivel interno como externo, antes de plantearte esta posibilidad debes saber que: el tamaño del pene es casi siempre motivo de preocupación para muchos hombres, principalmente en su adolescencia; sin embargo se ha demostrado que los penes en erección de los hombres adultos tienen menor variación de lo que la gente cree. Por otra parte, algunos desajustes hormonales e incluso el sobrepeso, pueden causar crecimiento de los pechos en los hombres. No mencionas tu edad, otra posibilidad es que tu pubertad aun no haya concluido o incluso ni siquiera iniciado y esta sea la razón de los "problemas" que mencionas, de cualquier forma es importante que acudas a revisión médica para que de ser necesario, te den el tratamiento que requieras.

Soy un hombre de 23 años en las relaciones que he sostenido no logro tener orgasmos tan intensos como masturbándome, no sé si se deba a que uso preservativos, me cuesta estimularme, termino haciendo posiciones fuertes y haciéndole daño a mi pareja, ¿qué me aconsejan?

En cada experiencia sexual, la intensidad con la que se perciben los orgasmos es diferente, es probable que al disminuir la sensibilidad del pene con el uso del condón, la sensación que te genera el orgasmo sea menos intensa que cuando te masturbas, además de que existen otros factores (no solo el uso del condón) que pueden influir en que la sensación sea más o menos intensa, en la masturbación tu controlar todo lo que sucede, en la relación con una pareja es prácticamente imposible tener el control absoluto de lo que ocurre cada ocasión. Respecto al daño provocado (conscientemente o no) a tu pareja, sería importante apegarse a las reglas básicas para el ejercicio de la sexualidad: -Que sea placentero y que mi pareja esté de acuerdo -Que no cause daño a la persona que realiza la actividad sexual, a la pareja ni a terceras personas. Cuando se rompe cualquiera de estas reglas, tarde o temprano pueden presentarse problemas en la sexualidad.

¿Es nutritivo el semen?

Técnicamente se puede afirmar que el semen está compuesto por algunos "nutrientes", como las proteínas; sin embargo, difícilmente se podría asegurar que su ingestión represente un aporte significativo en la vida cotidiana.

Hasta hace poco solo había tenido sexo oral y manual (masturbación) con mi novia. Durante las caricias los labios de su vulva se hinchaban y se 'abrían', pero después de unas horas volvían a su estado original y se cerraban completamente tapando la vulva. Hace poco tuvimos nuestra primera relación sexual con penetración vaginal, pero esta vez sus labios cambiaron: ahora están un poco abiertos, es decir, ya no tapan la vulva como antes. ¿Es normal que el cuerpo de ella cambie permanentemente de esa forma?

Ninguna actividad sexual "cambia" la forma de los órganos sexuales, ni de la vulva ni del pene, los cambios se presentan por la excitación y el orgasmo pero en ningún caso son permanentes.

Soy una chava de 20 años mi novio y yo tenemos relaciones sexuales desde hace tres meses cada 15 días, esta última vez, me he sentido muy mal, al segundo día de haber hecho el amor, he tenido síntomas como mareo y náuseas, ¿es posible que esté embarazada?

Son pocos los casos de mujeres que presenten síntomas como mareos y náuseas al día siguiente de que se haya dado la fecundación. En este caso recuerda qué medidas tomaste en tus relaciones previas, de un mes a la fecha, para evitar el embarazo, pues en caso de estarlo las náuseas y mareos se deben a una relación sexual previa en la que pudo haberse dado la fecundación si no has utilizado ningún método anticonceptivo, incluyendo el condón. Para descartar cualquier duda acude a revisión médica.

Quisiera saber sobre el virus del papiloma humano ¿qué es, cómo se manifiesta y si al momento de tener hijos se trasmite vía vaginal?, además también quisiera saber si después de un tratamiento vuelve a reincidir el virus.

El VPH es causa de infecciones de transmisión sexual frecuentemente, especialmente entre personas jóvenes, tanto hombres como mujeres, y también se ha observado en recién nacidos que se infectan a su paso por el canal del parto. El contagio es directo, por vía sexual, y la aparición de síntomas oscila entre uno y veinte meses. La lesión primera forma verrugas, que se desarrollan sobre zonas húmedas (periné, vulva, prepucio, por ejemplo) y pueden formar grandes masas irregulares, que serán las causantes de las principales complicaciones de esta infección: dolor, hemorragias y tumoración maligna. En estos casos es mejor evitar cualquier duda y acudir a valoración médica.

He deseado tener relaciones sexuales completas con mi novia. Ella dice que como padeció del Herpes y éste es incurable totalmente, no quiere perjudicarme si tenemos un coito. ¿Se limita entonces a la relación oral de ella hacia mí? ¿Es cierto que el Herpes es incurable? Si como leí, el Herpes solo se adquiere por relación sexual completa (coito) ¿ella ya tuvo relaciones completas (coito) antes? (no me he atrevido a preguntarle cómo lo contrajo) ¿No me habrá contagiado el Herpes con la relación oral?

El herpes es una infección recurrente causada por un virus, que puede tener largos periodos de latencia (en los que no aparecen lesiones) y que sólo cuando está manifiesta es contagiosa (cuando hay lesiones presentes). TODAS LAS INFECCIONES CAUSADAS POR VIRUS son incurables, actualmente se tienen medios de control de estas infecciones (desde la gripe o influenza hasta el herpes); aunque generalmente se transmite por contacto sexual, se puede adquirirlas también por un beso (si hay lesiones del herpes en la boca o labios) o tocándose los órganos sexuales después de haber tenido la mano en la boca. Cuando el herpes está en periodo infeccioso puede transmitirse al tener sexo oral. En estos casos hay que ser metódico y paciente para EVITAR CUALQUIER CONTACTO SEXUAL EN LOS PERIODOS INFECCIOSOS, utilizar condón o cuadros de látex para cubrir el pene o la vulva si se tiene penetración o sexo oral y buscar otras alternativas a la expresión de la sexualidad. Respecto a cómo lo contrajo, la decisión de preguntarle o no es únicamente tuya. Una prueba de sangre puede determinar si el virus del herpes está presente en tu cuerpo, pero esto no necesariamente quiere decir que haya sido tu novia quien te contagio si la prueba diera positivo.

¿Qué significa exactamente ser básicamente heterosexual?

Si tenemos como referencia que la Preferencia Sexual se define como: El gusto o preferencia que tienen algunas personas para relacionarse afectiva y/o eróticamente (en búsqueda de excitación u orgasmo sexual) con

personas del mismo sexo, del otro sexo o indistintamente con personas de uno u otro sexo, el ser BASICAMENTE HETEROSEXUAL se refiere a sentir atracción por las personas del otro sexo, reconociendo belleza en las del propio sexo sin que necesariamente signifique el deseo de tener actividad sexual con estas últimas. Cualquiera de las preferencias debe ser respetada, sin anteponer juicios de valor o realizar actos discriminatorios hacia las personas.

¿Con qué promedio tienen relaciones una pareja que ya vive junta?

Cuando se toman como referencias datos estadísticos se corre el riesgo de comparar las vivencias propias, y sus frecuencias, con parámetros que pueden no corresponder a la realidad, es más importante la satisfacción o insatisfacción que pueda existir en la pareja por la frecuencia con que tienen relaciones, y en caso de que sea insatisfactoria plantear alternativas para mejorarla (ya sea buscando más o menos encuentros eróticos). Con las reservas del caso, entre la población de habla hispana los hombres tienen relaciones en promedio de 1 a 2 veces a la semana, mientras que las mujeres de 2 a 3 veces al mes. Como puedes darte cuenta esta estadística no puede aplicarse a la frecuencia de relaciones cuando se vive en pareja.

En cuanto a la eyaculación precoz, respecto a la técnica del apretón pregunto si AL PARAR LA EYACULACIÓN CON LOS DEDOS NO ME AFECTARA ESO POSTERIORMENTE, o sea, si no me puede coaccionar algún problema secundario, como el otro extremo de no eyacular (que también me parece un problemón) Es por eso que tengo un poco de miedo en esa técnica. También quisiera saber, en qué especialidad se estudia todos estos problemas.

La técnica que refieres, aplicada en forma correcta y con supervisión de terapeutas sexuales no representa riesgos como el que temes. El personal que estudia y atiende las disfunciones como la eyaculación precoz estudia un posgrado (especialidad o maestría) en Sexología Clínica.

Mi pene mide 10 cm y 19 erecto, tengo 16 años y mido 1.86m quiero saber si es proporcional el tamaño, si afecta en el cansancio en actividades físicas a la masturbación y si hay posibilidad de transmisión de ETS cuando una chica me practica sexo oral.

El tamaño del pene de los hombres no es directamente proporcional a su estatura, peso, edad o cualquier otra característica personal, un hombre alto y corpulento puede tener un pene menos grande que el de un adolescente delgado y de corta estatura, en ambos casos son igual de funcionales. El planteamiento de tu pregunta sobre la relación entre masturbación y cansancio no es muy claro, pero suponiendo que te refieras a que si la práctica de la masturbación afecta en el desempeño de las actividades físicas, lo anterior depende del momento del día en el que se lleve a cabo esta práctica, más que de la masturbación en sí misma; no es lo mismo masturbarte por la noche y dormirte a la 1 de la mañana que hacerlo por la mañana darte una ducha y salir a la escuela. El sexo oral puede ser una práctica por la que se adquieren infecciones de transmisión sexual, cuando alguna de las personas que participan esta infectada (en la boca o en el pene). Disminuir el riesgo solo requiere que utilicen condón o cuadros de látex (si tú le haces sexo oral a ella), ahora hay de diversos sabores así que hasta pueden elegir el que más le guste a cada quien.

Soy un chavo de 14 años. La verdad es que mi pene mide 9.0 centímetros de erección del pecho a la punta, me preguntaba si es una buena o mala medida para mi edad. También me preguntaba si a esta edad me podía salir esperma o mecos, la duda es que como le hago para que me salga sin tener sexo.

La edad en que los hombres comienzan a eyacular (producir semen o "mecos") puede ser entre los 11 y los 13 años, que es aproximadamente un año después de iniciar la aparición de los caracteres sexuales secundarios. Una de las formas en que los hombres pueden llegar a eyacular sin tener relaciones sexuales es mediante la masturbación (a lo que algunos le llaman paja, chaqueta, jalársela...), para ello se acarician alguna parte del cuerpo que les produzca placer y excitación (no necesariamente es solo acariciarse el pene), lo anterior provoca que después de que haya erección y en tiempos variables, según cada persona, se dé la eyaculación. La masturbación suele ser la primera actividad sexual en la adolescencia, favorece el conocimiento del cuerpo y las sensaciones que pueden tener a la estimulación sexual. En relación a tu duda sobre el tamaño del pene, el del tuyo está dentro del promedio de la población latina, más que su longitud, grosor, color y forma, es importante mantenerlo sano.

1. ¿Cuál debe ser el tamaño del pene en la adolescencia y en la madurez? 2. ¿Es algo grave que casi siempre cuando tengo una eyaculación, no salga el semen con la fuerza normal? 3. ¿Es perjudicial para mi pareja (aunque no tengo) que "beba" del semen cuando se practica sexo oral? 4. Cuando trato de jalar la bolsa que cubre al pene para que la cabeza sea visible, me duele, ¿estoy enfermo?, ¿es por falta de práctica? , ¿Es por mi edad? 5. ¿Cómo mi pareja podría disfrutar al máximo de una relación sexual? 6. He oído hablar de unos orgasmos de la mujer que duran varios minutos, ¿es verdad esto?

1. En el adulto, el pene en flaccidez tiene una longitud promedio de 6,5 a 10 cm; 2,5 cm de diámetro y 8 cm de circunferencia. El tamaño es variable de hombre en hombre. En estado erecto, mide de 14 a 17 cm de longitud, 4 cm de diámetro y 12 de circunferencia 2. No hay una "fuerza normal" con la que deba salir el semen en la eyaculación, desafortunadamente la sociedad tiene -en muchas ocasiones- como modelos las llamadas películas "porno" que hacen creer que eyacular en la abundancia y con gran fuerza como los actores, produce más satisfacción al hombre y a la mujer. 3. Beber el semen no tiene efectos perjudiciales, a menos que se tenga una infección sexual. 4. Retraer el prepucio (o bolsa que cubre el pene como la llamas tu) no debería causar dolor, puede ser que la piel que cubre la cabeza del pene sea muy angosta o poco flexible, en este caso sería importante que realizaras ejercicios para flexibilizar la piel o como último recurso, acudir para que te realicen la circuncisión; también puede ser que exista alguna infección y esto cause el dolor, acude a revisión médica para que puedan evaluarte integralmente. 5. Esta respuesta únicamente te la puede dar tu pareja. 6. Los orgasmos de la mujer, así como los del hombre, tienen duración e intensidad variable, el orgasmo del que hablas se denomina status orgásmico.

¿Me podrías explicar qué es la sífilis y la gonorrea y cuáles son sus manifestaciones?

Ambas son infecciones de transmisión sexual, sus manifestaciones son: SIFILIS: En el hombre aparece una ulceración, llamada chancro, generalmente en el glande. En la mujer esta ulcera aparece en los labios mayores o menores de la vulva. Este chancro aparece de dos a seis semanas después de la infección y no produce dolor ni escozor. Esta ulceración cura por sí sola entre los diez y los cuarenta días, sin dejar cicatriz por lo que se cree que ya no hay problemas, la verdad es que si no se recibe tratamiento en esta primer fase de la enfermedad, el padecimiento queda latente, diseminándose por todo el cuerpo. Aproximadamente dos meses después aparece una erupción generalizada en todo el cuerpo, siendo lo más afectado las plantas de los pies y las palmas de las manos. La erupción está formada por manchas rojas que se descaman en los bordes, no dolorosas pero si contagiosas. Además en esta segunda etapa de la enfermedad, puede haber dolores de cabeza y de los huesos, fiebre y caída de cabello por mechones. Aún en esta etapa los síntomas pueden ceder, sin que quiera decir que

la enfermedad ha desaparecido. Si no se da tratamiento, al cabo de cinco o seis años en promedio, la infección se manifiesta en una tercera etapa en la que los síntomas son más serios: problemas neurológicos y cardíacos, así como perforación ósea. Discapacidades físicas y/o mentales e incluso la muerte. GONORREA: Dos o cuatro días después de la infección aparecen los primeros síntomas: El hombre tiene dificultades, picor o escozor al orinar y observa una supuración de color amarillo verdoso que queda adherida a la ropa interior. En la mujer aumenta el flujo vaginal y se vuelve más pastoso, puede apreciarse un aumento en las veces que orina. Cuando no hay tratamiento adecuado, la bacteria se disemina por todo el organismo entonces se inflaman los tendones y hay dolor articular, además de que hay erupción de manchas rojas por todo el cuerpo, particularmente en las piernas.

¿Cómo puedes ir a que te hagan una prueba de SIDA y en qué consiste ésta?

Las pruebas más requeridas en nuestro país, y supongo que en muchos otros, para la detección del virus del VIH son 2: la ELISA, misma que se dice tiene un margen de error entre el .3% y el 1%, por ello, en caso de que arroje un resultado positivo es necesario realizar una prueba de verificación diferente, más complicada y costosa, tras haber repetido la prueba ELISA y el llamada WESTERN BLOT. Al combinar ambas pruebas y resultar positivo la probabilidad de error disminuye hasta un caso en 100,000. En ambos casos son necesarias muestras de sangre. En México se pueden realizar estas pruebas, además de en laboratorios particulares, en instituciones como CENSIDA, en éste realizan una entrevista previa de las prácticas de riesgo de la persona que solicita el análisis, además se brinda apoyo psicológico antes y después del análisis, habiendo la posibilidad de ayuda más especializada en caso de resultar positivo el resultado.

Acabo de comenzar a tener relaciones por primera vez, por ello no quiero quedar embarazada. Mi pregunta es, ¿cómo se usan los anticonceptivos y los condones?

Existen varios tipos de anticonceptivos, muchos de ellos requieren de una intervención y/o seguimiento médico para su uso (píldoras, inyecciones hormonales, DIU y los que requieren cirugía como la salpingoclasia y la vasectomía), por ello lo indicado para elegirlos se requiere acudir a valoración médica; otros (espermicidas, condón masculino y femenino) requieren sólo la voluntad de usarlos y el conocimiento de los riesgos de error así como su forma de uso. Para usar el condón básicamente debe conocerse lo siguiente:

-Primero que nada es importante utilizar un condón de buena calidad, lavarse las manos y retirarse anillos, pulsera y cualquier accesorio que pudiera rasgar el condón.

-Revisar la fecha de caducidad o la fecha de elaboración es otro cuidado importante. La duración que se le da a un condón a partir de la fecha de manufactura es de cinco años, pero como no se sabe si se guardó adecuadamente (en lugar fresco, etc.) lo mejor es darle sólo tres años. Por lo tanto si la fecha de caducidad es, pongamos por caso el año 2016, tendrías que restarle al menos dos años y usarlo sólo hasta 2014 y si la fecha de manufactura es el año de 2014 por ejemplo, habría que sumarle 3 años, por lo que se aconsejaría usarlo hasta 2017. Algunos condones tienen la fecha de manufactura (mfd) y otros la de caducidad (cad).

-Comprueba que esté bien cerrado. Revisando todas las orillas del empaque para confirmar que lo ha sido rasgado, otra prueba de que el empaque está intacto es si al oprimir el sobre en el centro sientes como si tuviera aire dentro.

-Al abrir el paquete hazlo utilizando las yemas de los dedos y rasgando el empaque por la parte dentada. No utilices las uñas, dientes, tijeras o cualquier artículo punzo cortante para abrirlo. No lo desenrolles ni lo estires.

- La mayor parte de los condones ya vienen con algún espermicida y lubricante, pero si deseas usar más lubricante, debe ser uno que sea soluble en agua. De ninguna manera uses vaselina, crema o aceites que contengan petrolatos, pueden dañar el condón.
- Comprueba que al colocar el condón no esté al revés para que desenrolle fácilmente y evitar romperlo, si estuviera al revés sopla ligeramente dentro del receptáculo NUNCA introduces los dedos.
- Cuando el pene esté totalmente erecto coloca el condón en la cabeza del pene, sujetando con los dedos la punta del condón (para que se deposite el semen en el receptáculo).
- Sin soltar la punta, empieza a desenrollar el condón hasta llegar a la base del pene, utilizando la parte interna de tus dedos índice y pulgar.
- Sin soltar la punta, suavemente, saca el aire que haya quedado deslizando tus dedos sobre el condón ya colocado en el pene.
- Después de eyacular y antes de que el pene pierda la erección, sujeta el condón por la raíz del pene y retírate de tu pareja.
- Retira el condón utilizando un trozo de papel higiénico, una servilleta y pañuelos desechables y sujetando el condón con toda tu mano deslizándolo hacia la cabeza del pene sin jalarlo o estirarlo, esto evita que los fluidos que han quedado en la parte externa del condón toquen tus manos.
- Deposita el condón en el cesto de basura NUNCA en el WC.

Yo tengo atracción física y mental hacia personas de mi mismo sexo y he tenido relaciones sexuales con personas de mi mismo sexo tengo solo 16 años y no quiero ser homosexual y no sé qué hacer...

Si bien es hasta la etapa adulta cuando se puede determinar definitivamente la preferencia sexual, sea homosexual, bisexual o heterosexual. En caso de que tu malestar persista sería conveniente acudir con un terapeuta sexual. La preferencia sexual no se puede cambiar, sin embargo puede ayudarte a entender tus sentimientos y deseos hacia personas de tu mismo sexo, a enfrentar los posibles miedos que tengas e incluso a hablarlo con tu familia si acaso no lo has hecho ya.

Tengo una novia, y pretendemos casarnos y formar una familia, pero hemos tenido relaciones sexuales continuamente, más bien exageradamente, haciendo cálculos unas 350 veces en 2 años, y lo hemos hecho sin protección bajo todos los días del ciclo menstrual de ella, pero me ha surgido LA GRAN DUDA, ¿Acaso he tenido mucha suerte para no embarazarla o más bien es un factor de mi organismo que responde primero a las eyaculaciones precoces que fueron muchas y después a tener varias veces relaciones sexuales?, cabe mencionar que no me he hecho ningún examen para determinar si soy fértil o no, o si tal vez sea ella, pero no lo sé, no quisiera saber que tal vez no pueda tener algún día hijos, también quiero comentar que desde que tengo razón nunca he tomado un medicamento que tal vez pueda ser relacionado con mi problema, ni tampoco sufrí ningún tipo de caso al nacer.

Atendiendo los antecedentes expuestos, sería oportuno que acudieran a valoración médica para descartar cualquier problema de fertilidad, ya sea tuya o de tu pareja, si este no existe, lo real es que han corrido con mucha suerte de no enfrentarse a un embarazo, si aún no está en sus planes procrear sería muy oportuno que pensarán en un método anticonceptivo de uso regular y en utilizar el condón en sus relaciones sexuales.

Estoy casada hace dos meses, no puedo tener un orgasmo cuando estamos en el acto sexual, sólo

Lo siento cuando él me hace el sexo oral, ¿tengo algún problema?, ¿cómo puedo solucionarlo??

¿Te molesta o incomoda no lograr el orgasmo de otra forma que no sea por estimulación oral? Mientras no te sea molesto o desagradable y disfrutes de tus relaciones entonces no hay problema. En el caso que te moleste, te incomode o aspire a conseguir orgasmos con otro tipo de actividad sexual, sería conveniente que acudieras con un terapeuta sexual; para que te ayude a ti y a tu pareja a encontrar alternativas para su vida sexual.

Quisiera saber en qué parte del cuerpo goza más la mujer

Eso varía de mujer a mujer, entonces sería conveniente preguntar a cada una de ellas, aunque en algunos casos es más placentero y divertido investigarlo en la pareja.

En varias ocasiones he visto que hablan de circuncisión. ¿Qué tipo de hombres o penes requieren de esta operación?, ¿cuál es la edad necesaria para realizarla sin efectos secundarios (morales, personales, sentimentales, etc.)? ¿Cómo afecta este procedimiento en la actividad sexual de nosotros los hombres? ¿Cuál es la característica de deben presentar las personas para esta operación?

Generalmente la circuncisión se realiza por dos motivos, los religiosos y los médicos. Motivos religiosos: En este caso se realiza en los niños de días de nacidos, de tal suerte que no existe en ellos la posibilidad de elección. Motivos médicos: Cuando el prepucio no es lo suficientemente flexible como para permitir descubrir totalmente el glande (cabeza del pene), y que por lo mismo es factible la aparición constante de infecciones, entonces es recomendable la circuncisión. En el caso de la circuncisión por motivos médicos, tomándola como una intervención quirúrgica necesaria, no deberían existir "efectos secundarios" de ningún tipo, pues sería como sentirse con problemas morales o sentimentales por extirparse las anginas. En cuanto a la afectación de la vida sexual, no deben existir problemas para reiniciar la vida sexual después de un breve periodo de recuperación.

Físicamente hablando, ¿en qué consiste la circuncisión, y por qué algunos hombres la necesitan y otros no?

Cuando el prepucio no es lo suficientemente flexible como para permitir descubrir totalmente el glande, y que por lo mismo es factible la aparición constante de infecciones, entonces debe recomendarse la circuncisión. En esta intervención se corta la parte de la piel que cubre la cabeza del pene (prepucio) para que pueda quedar totalmente descubierto y ser aseado correctamente.

A mi novio le hicieron la circuncisión de niño, ¿cuál es la diferencia entre un pene circuncidado y uno que no lo está? Yo lo veo muy bien así.

La única diferencia visible es que en los penes que no están circuncidados tienen el glande cubierto con el prepucio cuando no están en erección y los circuncidados no, ya que se ha cortado esta "cubierta" de piel. Otra posible diferencia, es una mayor sensibilidad –relativa- en el grande ante estímulos directos. Lo más importante es que tú lo ves muy bien así.

Soy hombre y uso pastillas vaginales como medio de anticoncepción (norforms), pero en algunas ocasiones después de la relación siento un escozor en el interior del pene (uretra) como si me hubiera quemado y arde al orinar. ¿Cómo puedo evitar esta situación?

No es claro si tú eres quien se coloca la pastilla vaginal o si la usa tu pareja introduciéndola en su vagina, de ser esto último el caso, una posibilidad es que algún componente de las pastillas te esté irritando, de ser así

consideren otro tipo de anticonceptivo ya que la irritación vaginal y/o uretral es una reacción frecuente tanto en hombres como en mujeres. Existe también la posibilidad de alguna infección, sería prudente que acudas lo antes posible a revisión médica para que – en cualquiera de las dos situaciones- se determine que tratamiento debes seguir.

Descubrí en varias oportunidades que mi marido se masturba. Por otro lado, no tenemos una vida sexual muy activa, sino que al contrario, tenemos relaciones 2 veces por mes. Quisiera hablar con él, pero no sé cómo enfrentarlo. Quiero que sepan que tenemos 2 años de casados y somos jóvenes. ¿Qué es lo que le puede estar pasando? ¿Qué me aconsejan que haga?

Se tiene una idea generalizada de que la masturbación es una práctica exclusiva de jóvenes solteros y solteras; en la realidad una proporción importante de parejas continúan esta práctica además de mantener relaciones sexuales. Si a ti te incomoda háblalo con él y manifiéstale tu sentir al respecto, aunque nadie puede garantizar que dejara de hacerlo. Otra opción es asumirlo como una forma de enriquecer su vida sexual.

Los hombres se sienten excitados cuando una mujer les acaricia el ano, o incluso cuando se introducen los dedos ¿Qué hay del sexo oral anal?

Tanto hombres como mujeres pueden disfrutar con este tipo de estimulación, solo hay que recordar que para que se dé es cuestión de dos y ambos deben de estar de acuerdo y disfrutar la actividad, también recuerden que el ano es una zona en la que existen mayor número de bacterias, por lo que además de un aseo adecuado, previo a esta práctica, es importante que utilicen cuadros de látex para llevarla a cabo y evitar cualquier tipo de infección sexual o enfermedad de otro tipo.

Podría uno contagiarse de SIDA si se hace el sexo oral

Cuando en cualquier actividad sexual existe contacto entre sangre, semen, líquido pre eyaculatorio, lubricación vaginal, que contenga el virus del VIH, si existe alguna herida, en la boca (encías, paladar, garganta, etc.), existe la posibilidad de contagio. Una opción para disminuir esta posibilidad es usar condón o, en el caso de las mujeres, cuadros de látex, que pueden conseguirse en las condonerías o en las sex shops.

¿Hay anticonceptivos inyectables para hombre?

Existe una buena cantidad de estudios al respecto, aunque no se han hecho realidad todavía los anticonceptivos para hombres a excepción del condón.

Soy un hombre heterosexual, pero siento mucho placer cuando mi pareja me introduce un dedo en mi ano. ¿Significa eso que tengo tendencias homosexuales?

El sexo anal no es una práctica exclusiva de las personas homosexuales. El ano tiene una serie de terminaciones nerviosas que lo hacen especialmente sensible a la estimulación sexual, tanto en personas heterosexuales, bisexuales y homosexuales. En ningún caso significa que exista tendencia a la homosexualidad.

Mi novia tiene la curiosidad de experimentar una relación swinger. La verdad me dejó sin aliento y no sé cómo manejarlo. Ella tiene 25 años y yo 32. ¿Me podrían hablar de ello?

Existen en relación a la sexualidad una enorme variedad de comportamientos que pueden tener implicaciones eróticas, algunas de estos comportamientos pueden gustar a algunas personas, mas no a todas. Hay reglas básicas para que estos comportamientos se mantengan dentro de márgenes de convivencia respetuosa al

interior de una pareja: a) Que sea placentero para algún miembro de la pareja b) Que la pareja esté de acuerdo c) que no haya daño a ningún miembro de la pareja o a terceros. El intercambio de parejas, requiere acuerdos muy claros, sería importante que valores si te atrae esta práctica, si estarías dispuesto a experimentarla y hablar con tu pareja en relación a que tan bien podrán manejar esta experiencia.

¿Cómo puedo producir más espermatozoides?

Existen fármacos que ayudan a producir más espermatozoides, en el caso específico de hombres con problemas de fertilidad, estos fármacos deben ser prescritos por personal médico especializado y nunca serán recomendados si no existe una causa razonable para hacerlo. Tu cuerpo tiene la sabiduría de enviar mensajes a las glándulas responsables de informar a los testículos que deben producir más espermatozoides, por lo que no es recomendable auto medicarse.

Tengo 12 años de casada y recién descubrí que mi esposo hacía recortes de hombres desnudos y muy bien formados y los coleccionaba. Adicional encontré un vídeo de sexo entre hombres. Él me dijo que no me preocupara que nada estaba ocurriendo y que no había tenido ninguna experiencia homosexual antes. Que se sentía liberado porque conocía su secreto. Que esto no se volvería a repetir. ¿Cómo saber que no es homosexual y que no me miente? ¿Por qué hace esto? ¿Es posible que siga haciendo lo anterior y me engañe? ¿Qué debo hacer?

Si bien existe el criterio de que la homosexualidad se define por el gusto y/o atracción que una persona siente por personas de su mismo sexo independientemente de si han tenido con éstas relaciones sexuales o no; en este caso, y en relación a tu preocupación la única manera de saber si es homosexual o no es preguntárselo directamente, el hecho de que colecciona recortes de hombres desnudos no determina su preferencia, tampoco el hecho de que vea videos de sexo entre hombres. El único que te puede decir porque lo hace es él y en caso de que el hecho que mencionas continúe preocupándote o provocándote molestia sería conveniente que recibas, o reciban, apoyo terapéutico profesional.

¿Puede una mujer estar embarazada y seguir teniendo menstruación?

Aunque no es imposible, es una situación que no debiera ocurrir, si hay algún tipo de sangrado durante el embarazo, por pequeño que sea puede ser indicativo de una complicación durante la gestación que puede poner en riesgo al producto o a la madre. Se debe de acudir inmediatamente a valoración médica.

Tengo 20 años y tengo relaciones sexuales con mi novia, mi duda es esta: cuando me tiro la piel para atrás no veo la cabeza del pene porque hay como un hilo (creo que es el frenillo) que no me deja ver la totalidad de la misma, sin embargo llevo relaciones perfectamente, ¿me puede pasar algo si no veo la cabeza, tengo que operarme, podría llegar a quedar estéril o algún tipo de problema?

El frenillo debe unir al glande (la cabeza del pene) con el prepucio (la piel que cubre al glande), si el prepucio baja para que puedas asearte perfectamente el glande, es suficiente. El tener prepucio no tiene que ver en nada con la esterilidad. Si el prepucio no permite dejar descubierta la cabeza del pene dificultando incluso la higiene, sería conveniente una valoración médica para identificar cualquier condición que requiera tratamiento.

¿Qué medicamento es bueno para no tener hijos?

Actualmente existen diversos métodos anticonceptivos que tienen como función precisamente evitar embarazos

no planeados. Existen varios tipos de anticonceptivos, muchos de ellos requieren de una intervención y/o seguimiento médico para su uso (píldoras, inyecciones, DIU y los que requieren cirugía como la salpingoclasia y la vasectomía) para elegir el más conveniente es necesario acudir a valoración médica; otros (espermicidas, condón masculino y femenino) requieren sólo la voluntad de usarlos y el conocimiento de los riesgos de error así como su forma de uso.

¿Es normal que una mujer desde temprana edad, tal vez 8 años inicie a masturbarse? ¿Qué tan natural es la masturbación, lo hago diario 2 o más veces al día? ¿Sigo siendo virgen aunque me masturbe y llegue al orgasmo, nunca he tenido penetración de nada, solo por encima de la ropa? ¿Es pervertido que disfrute ver diariamente películas porno? Tengo 23 años.

La práctica de la masturbación, es tan variable en su frecuencia como personas existen que la practican. Niños y niñas se auto estimulan desde que comienzan a tener control del movimiento de su cuerpo, y pueden tener orgasmos desde edades tanto o más tempranas como la que refieres. Cuando la masturbación femenina se realiza sin que haya penetración vaginal, entonces no es motivo de ruptura de himen (si a eso te refieres con "virginidad"). En relación con tu gusto por ver películas con contenido erótico explícito, esta es una práctica más cotidiana de lo que la puedas imaginar, si te resulta placentero y no te produce malestar, no hay "perversión" alguna. Tanto la masturbación como el gusto por ver material sexualmente explícito solo requieren de apoyo terapéutico cuando por realizar estas conductas te alejas de la escuela, familia, amigos, etc., cuando dejas de realizar actividades básicas en la vida (comer, dormir, relacionarse afectiva y/o eróticamente, etc.).

Mi novia siempre ha tenido orgasmos desde su juventud, los cuales siempre han sido muy fuertes y a pesar de ser muy placenteros le han dejado la preocupación de si se conoce de la factibilidad de muerte en ese momento. Esa preocupación la manifiesta cada vez que logra sus orgasmos, lo cual, es bastante frecuente.

No existe un motivo por el cual un orgasmo, por sí mismo, sea el causante de la muerte de alguna persona. Si existe algún problema de salud -cómo problemas del corazón o respiratorios- pueden presentarse problemas al alcanzar el orgasmo, estos problemas también pueden ocurrir al realizar cualquier otra actividad física, no solo la actividad sexual en estos casos. Cuando existe buena salud existe pues, ningún riesgo. La experiencia individual y subjetiva que trae consigo un orgasmo, puede ser tan intensa en algunas personas, que algunos coinciden con esa sensación de "morir" que dice tu novia, no en vano en Francia al orgasmo, también se le ha llegado a llamar "le petit morte" (la muerte pequeña).