






[Bewellty](#) > [Actualidad](#) > Dra. Marta Sánchez-Dehesa

CUIDADO ÍNTIMO

El frío y sus efectos en la flora vaginal

Los cambios de la temperatura y la humedad pueden tener un efecto directo en la vagina y en la flora natural de tus genitales

Utilidades

-  Enviar a un amigo
-  Imprimir
-  Comentar



22/11/2022

Buscar en Bewellty





¿Quiere mejorar en su negocio y profesión?

CONGRESOS DE NEGOCIO Y FORMACIÓN PARA PROFESIONALES DE LA MEDICINA ESTÉTICA

¡Nos vemos en Beauty Contact!

Síguenos



GALICIA SANTIAGO DE COMPOSTELA



Sabemos mucho sobre el **impacto del clima en la piel** de la cara, las manos, los labios y el cabello. Lo que muchas mujeres no conocen es que los cambios de la temperatura y la humedad también **pueden tener un efecto directo en la vagina**.



Dra. Marta Sánchez-Dehesa.

“Al contrario de lo que muchas mujeres podrían pensar, el área vaginal se siente bien con el cambio de clima cálido y húmedo a seco y frío. El ambiente fresco es mucho más cómodo y generalmente saludable para nuestros genitales, al contrario que el calor del verano. Las altas temperaturas hacen que el cuerpo produzca una gran cantidad de sudor que, inevitablemente, llega a la zona pélvica y puede causar un aumento de la fricción, por lo tanto, la irritación de la piel alrededor de nuestras partes más íntimas. Cuando la temperatura es baja, tendemos a depilarnos menos estas áreas, porque

no usamos un traje de baño tan a menudo. El frío ofrece **más comodidad a la vagina y la vulva**, que son extremadamente sensibles a la humedad excesiva alrededor del área púbica. Esta **podría provocar fácilmente una infección por acné**”, afirma la **doctora Marta Sánchez-Dehesa**.

“Si eres de las mujeres que tiende a tener problemas con las infecciones por hongos en verano, otoño e invierno, puedes sentirte mucho mejor en los meses de frío. Los ginecólogos notamos que, cuanto menos calor y humedad hace, disminuye la posibilidad de que las bacterias dañinas se multipliquen en la zona, ya que los hongos se reproducen particularmente rápido en lugares cálidos y húmedos”.



'SKINCARE'

Una rutina de cuidado para cada piel

La maquilladora Cristina Lobato nos da las claves para adaptar los cuidados específicos más adecuados para tu piel, ya sea normal, grasa o seca



EN LA PELUQUERÍA

Corte a capas, un corte impercedero para dar volumen a tu melena

acné”, afirma la **doctora Marta Sánchez-Dehesa**.

“Si eres de las mujeres que tiende a tener problemas con las infecciones por hongos en verano, otoño e invierno, puedes sentirte mucho mejor en los meses de frío. Los ginecólogos notamos que, cuanto menos calor y humedad hace, disminuye la posibilidad de que las bacterias dañinas se multipliquen en la zona, ya que los hongos se reproducen particularmente rápido en lugares cálidos y húmedos”.



Para **evitar la irritación de la piel en las partes íntimas**, hay que asegurarse de usar ropa interior de materiales absorbentes, como el algodón orgánico, en invierno. La ropa interior y las medias sintéticas y ajustadas no permiten que la vagina respire, lo que puede provocar una acumulación de acné, tirantez y molestias generales en la parte inferior. Las mallas y vaqueros ajustados también aumentan el riesgo de infección por hongos. **La ropa ceñida al cuerpo no permite el escape del calor** y la humedad.



EN LA PELUQUERÍA

Corte a capas, un corte imperecedero para dar volumen a tu melena

Textura y movimiento y distintas posibilidades con los mejores y más actuales cortes a capas de cabello. Nos lo cuenta Isamar Studio




CUIDADO CAPILAR

¿Quieres recuperar la salud de tu melena? Sigue un plan anual de cuidados adaptado a ti

El *Cronograma Capilar Tanino Therapy* es el primer y único sistema para reeducar y transformar el pelo completamente en tan solo unos meses





Para **evitar la irritación de la piel en las partes íntimas**, hay que asegurarse de usar ropa interior de materiales absorbentes, como el algodón orgánico, en invierno. La ropa interior y las medias sintéticas y ajustadas no permiten que la vagina respire, lo que puede provocar una acumulación de acné, tirantez y molestias generales en la parte inferior. Las mallas y vaqueros ajustados también aumentan el riesgo de infección por hongos. **La ropa ceñida al cuerpo no permite el escape del calor** y la humedad.

El clima frío y seco también puede influir indirectamente en la vagina. ¿Sabías que ciertos medicamentos para tratar el resfriado o la gripe pueden ser realmente dañinos para tu vagina? Algunos medicamentos que tratan enfermedades virales infecciosas comunes, especialmente ciertos **antibióticos**, pueden **devastar la flora natural** de tus genitales.

Una cosa importante a tener en cuenta sobre el clima frío y seco es que no hará que tu vagina se seque. Debido a su mecanismo natural de autolimpieza, los genitales siempre se mantienen seguros y lubricados, incluso en la estación fría y seca. Esto significa que cualquier interferencia en el proceso podría ser potencialmente dañina. **No hay que usar toallitas, medicamentos o cualquier otra cosa para un cuidado adicional** en el invierno. La doctora recomienda un gel especial para la zona. "Si se comienza a notar molestias, habla con tu médico en lugar de las tan poco recomendadas duchas vaginales que solo pueden empeorar las cosas." comenta la doctora Marta Sánchez-Dehesa.

Para evitar la irritación de la piel en las partes íntimas, hay que asegurarse de usar ropa interior de materiales absorbentes, como el algodón orgánico, en invierno.

¿Quieres recuperar la salud de tu melena? Sigue un plan anual de cuidados adaptado a ti

El *Cronograma Capilar Tanino Therapy* es el primer y único sistema para reeducar y transformar el pelo completamente en tan solo unos meses



EXPERTAS FACIALISTAS

La Vitamina C es un gran antioxidante pero... ¿es el mejor?

Anna Puelles Lostao nos lo cuenta todo sobre este activo tan buscado entre las consumidoras y nos habla de sus múltiples beneficios en todo tipo de pieles

