



LifeStyle, Salud

## ¿Cómo afecta el frío a la flora vaginal?

facebook twitter linkedin Comentar Imprimir Enviar

Lunes 21 de noviembre de 2022, 10:07h

02:10



### ÁREA DE UROLOGÍA

Consultas externas  
 Cirugía:

- Oncología (robótica y laparoscopia)
- Biopsia fusión de próstata
- Hiperplasia benigna de próstata (Todas las técnicas)
- Litiasis urinaria
- Incontinencia
- Andrología

HLA UNIVERSITARIO MONCLOA

Servicios

Transporte Público

Callejero

Noticias



Noticias

Elecciones Municipales

A Fondo

Buzón Abierto

Pozuelo en Blanco y Negro

Anunciarse en Enpozuelo.es

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.

“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.”

“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

---

**vulva, que son extremadamente sensibles a la humedad excesiva alrededor del área púbica.** Esta podría provocar fácilmente una infección por acné.”

“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.

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.**

