

[bellezaerestu](#) > [LifeStyle](#) > [Salud](#) > [Cómo prevenir y combatir las molestias más íntimas del verano](#)

#SALUD

Cómo prevenir y combatir las molestias más íntimas del verano

 Mayte Martinez / 21 de agosto de 2023 |  0 |  9 minutos



Si no quieres perderte ninguno de nuestros artículos...

REGÍSTRATE!!

Últimas Entradas

01



SALUD

Cómo prevenir y combatir las molestias...

Cistitis bacteriana y no bacteriana

Hay dos tipos principales de cistitis: bacteriana (una infección) y no bacteriana, que involucra causas como lesiones en el área. Según la **Doctora Marta Sánchez-Dehesa**: *"Muy a menudo, la cistitis bacteriana es causada por bacterias malas que ingresan a la uretra desde la piel o alrededor del ano. Limpiarse de la manera incorrecta y tener relaciones sexuales puede aumentar el riesgo de que esto suceda. Hay que asegurarse de limpiarse desde la parte superior de la vulva hasta la parte inferior y orinar inmediatamente después de mantener relaciones sexuales"*.

La cistitis no bacteriana o no infecciosa normalmente es causada por hematomas o irritación de la uretra. *"A menudo, esto puede deberse a la fricción durante las relaciones sexuales o deportes como el ciclismo y la equitación. Otras causas de cistitis no infecciosa pueden incluir sustancias químicas de jabones y productos de baño y cloro en las piscinas"*.

Según la Dra. Sánchez-Dehesa, un truco que puede beneficiar a la prevención de la cistitis es **beber muchos líquidos: ayudará a diluir la orina** y nos permitirá orinar con más frecuencia.

Si descubres que sueles tener cistitis después de las **relaciones sexuales**, vale la pena recordar **orinar inmediatamente después** de las mismas. Esto ayudará a eliminar cualquier bacteria dañina que haya llegado a la uretra durante el coito.

La doctora **no recomienda el uso de jabones, lubricantes aromatizados** que pueden irritar la uretra. *"En época estival hay que ser más escrupulosos y es recomendable una adecuada higiene de las partes íntimas, no utilices el mismo jabón o gel que usas para el cuerpo. La zona íntima es más delicada y tiene un pH ligeramente diferente, por lo que es necesario un producto específico que no lleve detergentes agresivos y tenga en cuenta sus características, que limpie sin resecar, irritar ni producir una variación del pH. Y, si es posible, que contenga además activos hidratantes y emolientes."*



Chilly Calmante

- LifeStyle (174) →
- Maquillaje (110) →
- Perfume (58) →
- Rostro (177) →
- Sala Vip (2) →
- Videos (2) →

Comentarios Recientes

- Mayte Martinez en Hombres de pelo rizado, así se peinan
- whoisall en Mantener la boca sana nos defiende contra virus y bacterias
- Lee en No temas al sol
- Mayte Martinez en Se lleva la Manicura Colombiana
- Olga en Se lleva la Manicura Colombiana

anastore.com
the best choice

LA COSMÉTICA NATURAL
QUE MEJOR TE SIENTA

