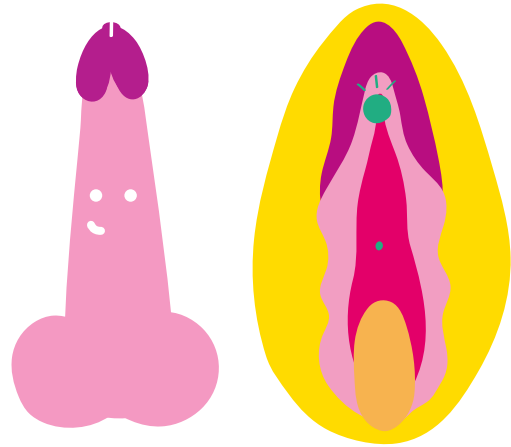


## Actividad 6 Tipos de vulvas y penes



### 6.1. OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

El objetivo de esta infografía es que **tu hijx conozca algunos ejemplos de tipos de vulvas y penes** y aprenda algunas curiosidades sobre ellos.

#### ¿Sabías que...?

**Hay tantos tipos de genitales como personas.**



## 6.2. LO QUE TIENES QUE SABER

---

**Cuando llegas a la adolescencia tu cuerpo empieza a cambiar. Crecen los pechos y los testículos, empieza a aparecer pelo, te viene la menstruación, eyaculas, te sale acné...** Todos estos cambios son fruto de las hormonas y te preparan poco a poco para la edad adulta. Estos varían en función de la persona, hay quien empieza a cambiar a los 9 años y quien lo hace a los 15. **Es totalmente normal y no hay de qué preocuparse si tus compis de clase van más rápido: ¡cada persona lleva un ritmo! ¿Verdad que no todo el mundo come, lee y corre a la misma velocidad?**

En esta etapa es posible que notes que no solo cambia tu cuerpo, sino también tu manera de ser, de pensar, de relacionarte con tus amistades... Todo esto también tiene que ver con tus hormonas. La testosterona (en las personas con pene) y los estrógenos (en las personas con vulva) son las hormonas responsables del crecimiento y desarrollo sexual. **Durante este proceso es normal tener mil dudas sobre sexo. ¡Vamos a intentar resolver algunas de ellas!**

**El sexo sirve para disfrutar, reproducirnos, comunicarnos y divertirnos. Pero eso no lo conseguimos solo con los genitales. De hecho, ¡el órgano sexual más importante es el cerebro!** Los genitales son solo una de las muchas zonas erógenas, es decir, esas partes del cuerpo que al estimularlas dan gustirrinín.

## ¿Sabías que...?

Quizás alguna vez has entrado en una página subida de tono o te han enviado un meme con contenido sexual y has visto diferentes tipos de genitales. **Sentimos decirte que, a veces, lo que vemos en internet no se corresponde a lo que hay en la vida real.**

Igual que existen narices, ojos y manos de distintos tamaños, formas y colores, ¡con los genitales ocurre exactamente lo mismo!

**A esto se le llama diversidad genital. Y es que cada persona es única, tal y como es.**



- ¿Sabías que en las películas para adultxs **el tamaño del pene suele estar entre los 20 y 23 cm?**
- ¿Te has fijado en que también aparecen unos **pechos perfectos?**
- ¿Y en que las personas que salen siempre **van depiladas?** Las películas siempre superan la realidad. ¿O acaso conducimos como en Fast & Furious?

Para que tengas tu propio criterio, te vamos a contar algunas curiosidades sobre tus genitales y los del resto. ¡**Verás la ENORME variedad que existe!**

### 6.3. BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD

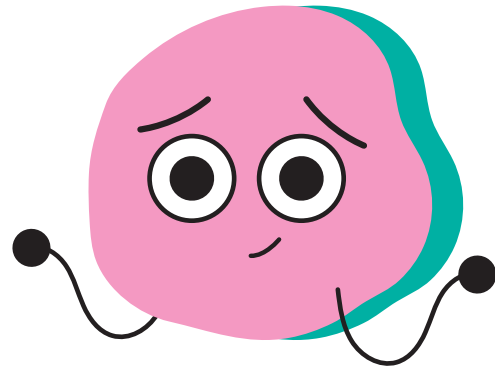
---

#### A corto plazo

- 1 | Conocer la diversidad sexual y genital que existe.
- 2 | Identificar qué tipo de genitales tienes.
- 3 | Conocer las funciones de las distintas partes de los órganos sexuales.
- 4 | Aprender curiosidades sobre los genitales.
- 5 | Romper estereotipos y mitos acerca de los genitales.

#### A largo plazo

- 1 | Establecer una relación sana con los genitales.
- 2 | Respetar la variabilidad sexual y genital tanto personal como interpersonal.
- 3 | Normalizar y visibilizar el papel de los genitales en la salud sexual y reproductiva.
- 4 | Promover la autoestima sexual y desarrollar una buena autoimagen.



## 6.4. IMPRIMIBLE – 10 CURIOSIDADES SOBRE LA VULVA



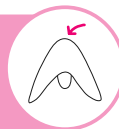
La vulva es lo que tienes representado en esta infografía. Es la parte externa de tus genitales, mientras que la vagina es la parte interna. La vagina es un canal por donde sale la menstruación, el flujo vaginal y ¡también lxs bebés!



El clítoris tiene como única función proporcionar placer. ¡Tiene hasta 8.000 terminaciones nerviosas!



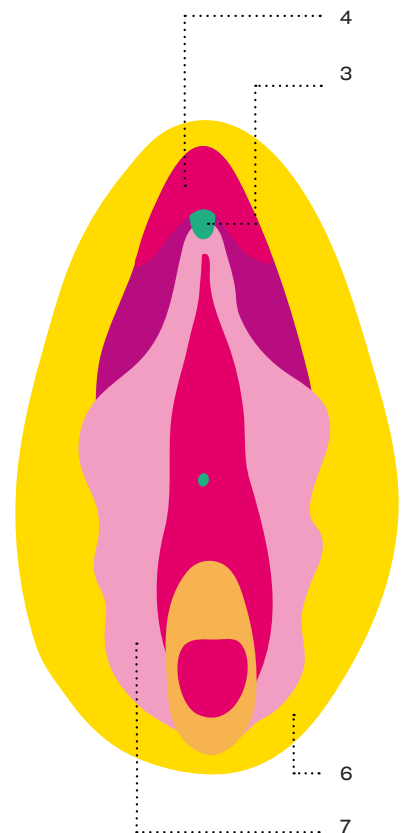
Lo que vemos del clítoris es el glande, la parte más sensible, pero en realidad el clítoris puede medir hasta 12 cm en el interior de la vagina. Hay diferentes tipos de glándes, algunos más visibles y otros menos.



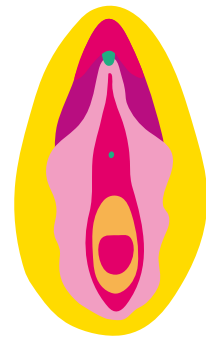
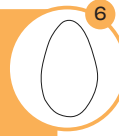
¿Sabías que el clítoris tiene una capucha que se llama “prepucio”? Sirve para protegerlo, ya que es supersensible.



El clítoris funciona igual que el pene, también se erecta durante la estimulación sexual. Cuando hay excitación, el clítoris se llena de sangre y se hace más grande. ¿Sabías que el clítoris y el pene son muy parecidos?



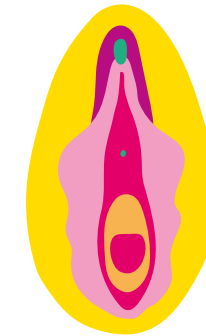
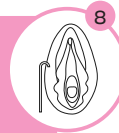
Los labios mayores y menores tienen diferentes formas, tamaños y colores. Es normal que, por ejemplo, los labios menores sobresalgan por encima de los mayores. También es normal no tener los labios simétricos, es decir, que uno sea más grande que el otro.



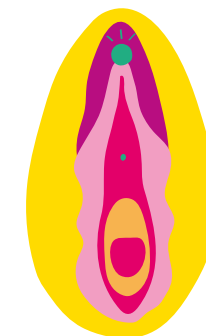
Existen vulvas donde los labios menores sobresalen entre los mayores, otras donde casi no se ven, algunas donde lo que más destaca es el clítoris, otras que lo tienen escondido y otras que tienen los labios de forma ondulada. ¿Sabrías decir a cuál de ellas se parece más la tuya? Aunque puede que todas las vulvas que hayas visto sean iguales... esto es un mito. ¡Todas son únicas!



Las vulvas cambian con la edad. Se pueden arrugar, cambiar de color, agrandar, adelgazar.... ¡Igual que el resto del cuerpo!



La limpieza de la vulva puede hacerse solo con agua. Límpiala mientras te duchas igual que el resto del cuerpo. Intenta no usar jabones porque podrían alterar el pH de tu vagina si entran en ella.



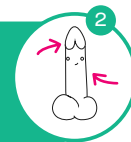
Es posible que te levantes por la mañana y sientas que tienes las braguitas húmedas. Es normal, nuestro cerebro mientras dormimos verifica que todo nuestro cuerpo funcione correctamente, y podemos lubricar (la lubricación vaginal se produce durante la excitación para permitir las relaciones sexuales).



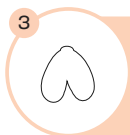
## 6.5. IMPRIMIBLE – 10 CURIOSIDADES SOBRE EL PENE



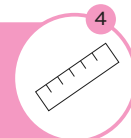
El pene es un órgano sexual que sirve para reproducirse y obtener placer.



Hay dos grandes partes en el pene: el tronco y el glande. El glande es la parte de arriba y es la más sensible, ¡tiene hasta 4.000 terminaciones nerviosas!



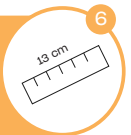
El glande suele estar recubierto por el prepucio, que es una extensión de piel que lo envuelve. Aunque algunas personas con pene no tienen porque les han practicado la circuncisión y se lo han retirado.



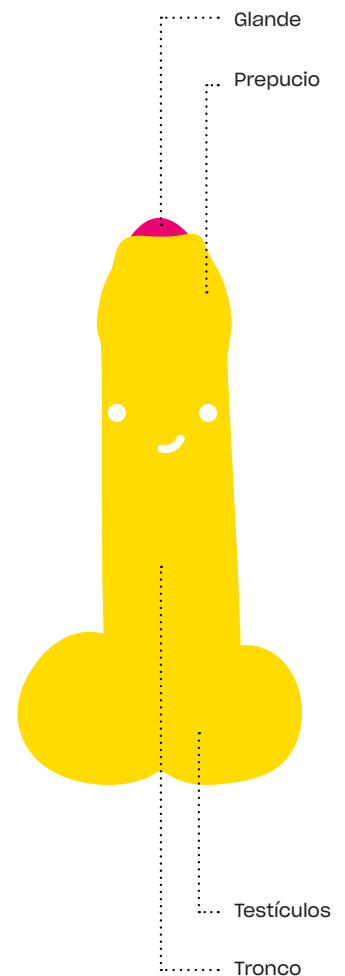
Hay millones de tamaños y formas de penes, ¡tantas como personas con pene existen!

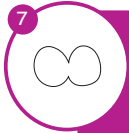


El tamaño del pene varía en función de si está erecto o en estado de reposo. Una erección es el momento en que el pene se llena de sangre y se endurece fruto de la estimulación sexual.

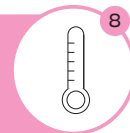


El tamaño medio de un pene es de unos 13 cm si está erecto y unos 9 cm en reposo. ¿Qué pasa si mi pene en erección mide 10 cm? Es totalmente normal tener un pene que en erección mida a partir de 8 cm. Además, es muy probable que tu pene siga creciendo hasta que seas más mayor.





Los testículos son los encargados de producir los espermatozoides y la testosterona (la hormona encargada de todos esos cambios que aparecerán en tu cuerpo). ¡Pueden generar hasta 200 millones de espermatozoides cada día!



Los testículos son muy sensibles, hay que tratarlos con cuidado. Además, se mantienen a 2 grados de temperatura menos que el resto del cuerpo.



La eyaculación se produce cuando el pene está excitado y saca al exterior el semen y los espermatozoides del cuerpo. ¿Sabías que la cantidad de semen que se eyacula suele ser como una cucharadita?



Es posible que una mañana te levantes con la tienda de campaña... Esto se conoce como erecciones matutinas, y son totalmente normales. ¡No hay de qué avergonzarse! Significa que tu pene está sano y que mientras dormías plácidamente tu cuerpo ha verificado que tu organismo funciona bien.

