

Affettività e sessualità

Il corpo femminile

Bellinzona, 23 agosto 2012

Il nostro corpo ci identifica e ci contraddistingue. Per questa ragione è importante imparare a conoscerlo e rispettarlo nella sua completezza.



1. Il corpo nel periodo della crescita

I cambiamenti che trasformano una ragazza in una donna iniziano con la produzione degli ormoni sessuali.

I principali ormoni sessuali femminili sono l'estrogeno e il progesterone.

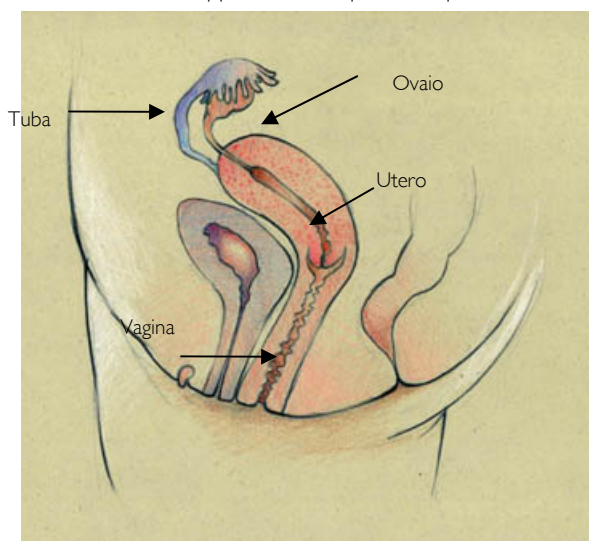
Gli ormoni circolano nel corpo attraverso il flusso sanguigno e agiscono soprattutto dove vi sono ricettori atti ad interpretare i messaggi che questi ormoni rilasciano.

2. Lo sviluppo

Lo sviluppo corporeo nelle ragazze inizia tra i 10-15 anni; eccezioni sono possibili, e ciò non significa che qualcosa non funzioni. Si presentano i seguenti cambiamenti:

- aumento della massa corporea,
- sviluppo dei seni,
- aumento della sudorazione,
- crescita dei peli,
- aumento di volume della vulva,
- comparsa del desiderio sessuale,
- comparsa delle mestruazioni...

Essi non seguono una cronologia precisa e vi possono essere periodi di marcato sviluppo alternati a periodi di pausa.



3. Il seno

Internamente è composto da ghiandole mammarie e da tessuto adiposo.

Anche se il compito primario del seno è quello dell'allattamento, in quasi tutte le culture il seno è importante per l'identità femminile. Questo spiega probabilmente perché, nell'età della crescita, le ragazze pongono generalmente grande attenzione per il proprio seno.

La forma e la dimensione del seno e dei capezzoli variano da donna a donna, ma non hanno alcun influsso sulla capacità di allattare. Inoltre, visto che il nostro corpo non è perfettamente simmetrico, una contenuta variazione della grandezza tra i seni è normale.

Il seno è per molte donne una parte del corpo particolarmente sensibile e che può dare piacere sessuale.

Il piacere non è correlato alla forma e alla dimensione del seno.

3. L'apparato genitale femminile: anatomia e funzionamento

ORGANI GENITALI ESTERNI

Vulva

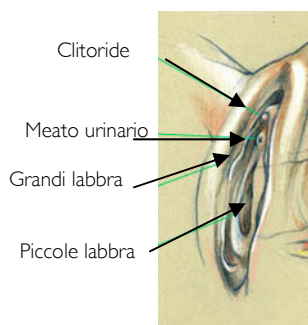
La vulva è la parte esterna degli organi genitali femminili.

Le grandi labbra durante il periodo della crescita aumentano di volume e si ricoprono esternamente di peli.

Le piccole labbra, che proteggono l'entrata della vagina, dopo lo sviluppo sessuale diventano organi molto sensibili al piacere.

La clitoride, che si irroria di sangue e aumenta di volume con il desiderio e la stimolazione sessuale, ha la funzione di dare o aumentare il piacere, è molto sensibile al contatto diretto o indiretto.

Il meato urinario è la parte terminale dell'uretra e permette la fuoriuscita dell'urina.



Imene

L'imene è una membrana tesa attraverso l'apertura della vagina.

Uno o più fori permettono la fuoriuscita del flusso mestruale.

Di regola l'imene si lacera durante i primi rapporti sessuali causando, a volte, una perdita di sangue.

A volte la rottura dell'imene può causare dolore.

Non tutte le donne hanno un imene intatto prima dei rapporti sessuali, alcune nascono senza imene, altre lo lacerano durante l'infanzia.

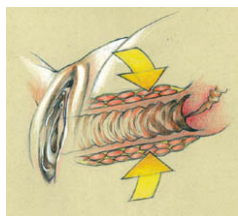
Vagina

È un canale lungo 7-10 cm le cui pareti si toccano parzialmente. Al suo interno vi sono molte ghiandole che secernono dei liquidi con differenti funzioni.

È un organo molto elastico e subisce molte variazioni sia sotto l'influsso del desiderio sessuale, sia ormonale.

Quando la donna è eccitata ed è pronta alla penetrazione, la vagina si allunga e si allarga adattandosi alle dimensioni del pene.

Le ghiandole al suo interno producono un liquido altamente lubrificante che favorisce la penetrazione.



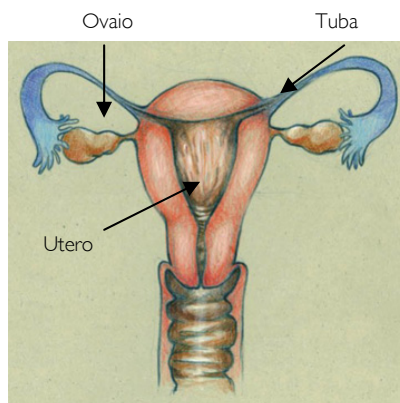
Le ghiandole della vagina producono anche un liquido che favorisce il mantenimento delle normali difese della mucosa.

L'igiene della vagina viene garantita dall'acidità della sua mucosa, è quindi sufficiente una buona igiene degli organi genitali esterni anche dopo un rapporto sessuale.

Al termine di una gravidanza inizia la fase del parto. La vagina, sotto l'influsso di

particolari ormoni, inizia a dilatarsi favorendo il passaggio del bambino

ORGANI GENITALI INTERNI



Utero

È un muscolo con una cavità al suo interno di 3-4 cm, ha la forma e la dimensione di una pera.

La parte verso il basso dell'utero, il collo dell'utero, si collega alla vagina. La funzione principale dell'utero è quella di accogliere un ovulo fecondato e di favorirne lo sviluppo al suo interno; durante il parto la muscolatura uterina si contrae e spinge il bambino nella vagina.

All'interno l'utero è ricoperto da una mucosa (endometrio) che serve all'annidamento dell'ovulo fecondato.

Sotto l'influsso degli ormoni sessuali l'endometrio mensilmente si sviluppa e si rigenera; questo processo è chiamato ciclo mestruale. Durante il periodo della crescita alla ragazza compaiono le prime mestruazioni, vuol dire che fisiologicamente è fertile ed è in grado di procreare.

Il collo dell'utero dispone di un piccolo foro all'interno di 1-2 mm di diametro. Questo orificio permette il passaggio all'interno degli spermatozoi e verso l'esterno del sangue mestruale.

La fertilità scompare con la cessazione delle mestruazioni, la menopausa.

Diminuisce e cessa anche la produzione degli ormoni sessuali femminili.

Tube

Sono due canali, da una parte sono direttamente collegati all'utero, dall'altra si aprono verso l'ovaio.

Al momento dell'ovulazione la tuba accoglie l'ovulo, espulso dall'ovaio, dove rimane per circa un giorno.

Per poter fecondare un ovulo gli spermatozoi devono risalire la tuba fino alla sua parte terminale.

Delle ciglia mobili all'interno delle tube hanno lo scopo di spingere l'eventuale ovulo fecondato verso la cavità uterina.

Il collo dell'utero è ricco di ghiandole che producono un liquido (muco cervicale) con un'importante funzione di difesa. Infatti, all'interno dell'utero l'ambiente deve essere mantenuto sterile (senza germi).

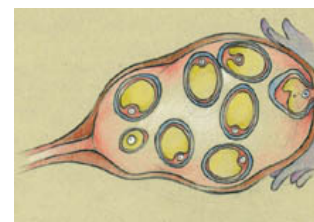
Durante il parto, il collo dell'utero si dilata fino a raggiungere un diametro di 13 cm per permettere la fuoriuscita del bambino.

Il liquido prodotto ha quindi un ruolo di difesa tra esterno e interno. Le ghiandole del collo dell'utero sono sottoposte all'influsso degli ormoni del ciclo mestruale. Nei periodi di massima fertilità il liquido prodotto diventa nutrimento per gli spermatozoi e ne favorisce la risalita all'interno dell'utero.

Ovaie

Sono le ghiandole sessuali femminili, hanno la forma di una mandorla, e una dimensione di 3-4 cm.

A partire dalla pubertà, stimolate dall'ipofisi, producono ormoni e permettono agli ovuli di maturare. Alla nascita le ovaie contengono tutti gli ovuli, circa 800 per ogni ovaio.



A partire dalla pubertà, una volta al mese, maturano uno o più ovuli

Quando la loro maturazione è completa avviene l'ovulazione, l'ovulo esce dall'ovaio e viene raccolto dalla tuba.

In genere l'ovulazione avviene in modo alterno tra le due ovaie.