



## 4 mentides sobre la vagina que no t'has de creure



Ginecòlogues i sexòlogues uneixen forces des de fa temps per tal de destapar els mites que segueixen circulant sobre la vagina i la salut íntima femenina. Us portem algunes de les afirmacions que han desmentit: **quines havíeu sentit?**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);})(document,'script','playbuzz-sdk');
```

[/playbuzz]

Practicar molt sexe fa "créixer" la vagina

Mentida. La vagina, de mitjana, fa entre 6 i 8 centímetres en repòs i entre 10 i 12 en estat d'excitació. Aquesta mida es manté al llarg dels anys, tant si practiques molt sexe com si no en practiques gens.

Cal rentar-se bé la vagina i utilitzar sabons i altres productes higiènics

No és del tot cert. La vagina té un procés propi d'autoneteja gràcies a les substàncies de la mucosa i de la microflora. És per això, que es recomana rentar-la amb només aigua o amb sabons



---

neutres o molt suaus: d'aquesta manera no s'altera el seu propi "ecosistema".

Si et piquen molt les parts íntimes és que tens fongs

Si bé és cert que els fongs produeixen picor i vermellor, també ho és que hi ha altres infeccions vaginals amb símptomes molt similars. La tricomoniasis, per exemple, també causa coïssor i un intens flux vaginal. Així doncs, si teniu molèsties, no us automediqueu! Aneu al ginecòleg/a i que us faci les proves necessàries.

El que menjo influeix en l'olor de la vagina

Fals. No pots canviar l'olor vaginal a través de la teva alimentació. Això sí, seguir una dieta saludable influeix positivament en la salut de la teva vagina i del teu cos en general.