



Universidad Autónoma del
Estado de México
Plantel “Lic. Adolfo López Mateos”
de la Escuela Preparatoria



Ciclo de la respuesta
sexual humana

Unidad de aprendizaje:

Salud Adolescente

Responsable de la elaboración:

M. en Educ. Orestes Pérez Villalva
año 2016



Guión explicativo

- En esta serie de 38 diapositivas se podrán:
 - Conocer las etapas del ciclo de la respuesta sexual humana,
 - Se diferenciarán las etapas del ciclo de la respuesta sexual humana, tanto en mujeres como hombre.
 - Se ilustrarán con esquemas y fotografías los contenidos.
- Se recomienda proyectar en una sesión de 100 minutos.

Referencias consultadas y fuente de las imágenes:

Bibliografía, y masografía consultada:

Google imágenes, [en línea] en cada diapositiva aparece el crédito correspondiente.

Lara José Manuel (1996) ***Secretos de la Pareja*** Enciclopedia de sexología [para conocer y mejorar el arte del amor], Editorial Planeta De Agostini , Barcelona, España.
Diapositivas números: 17, 19, 27, 34, 35, 36

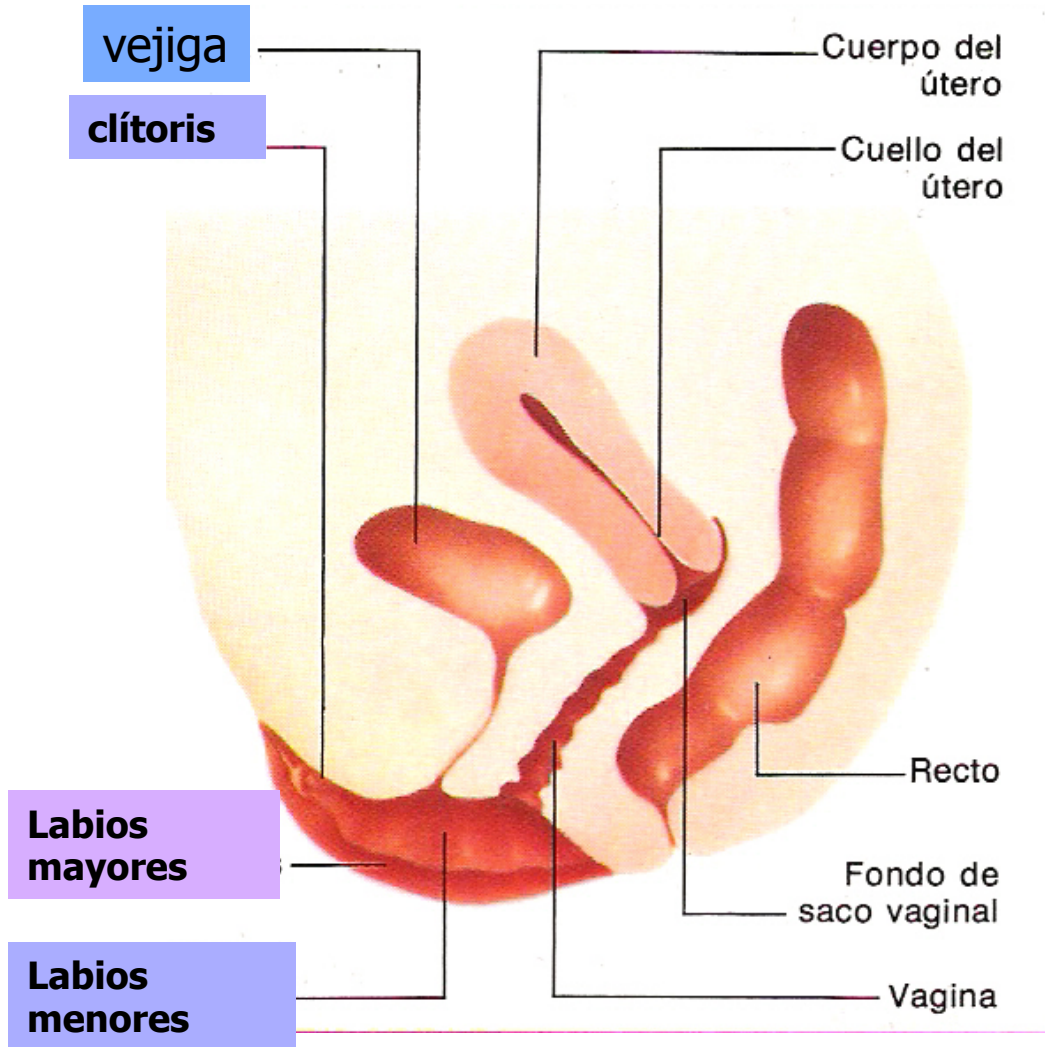
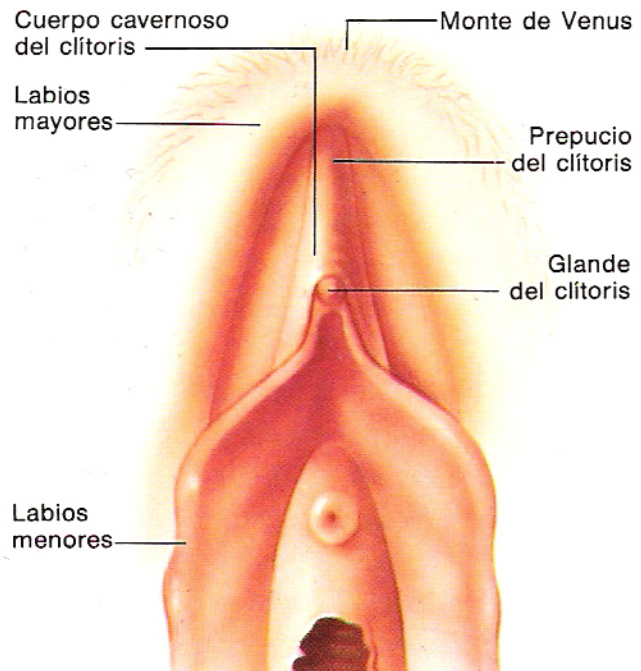
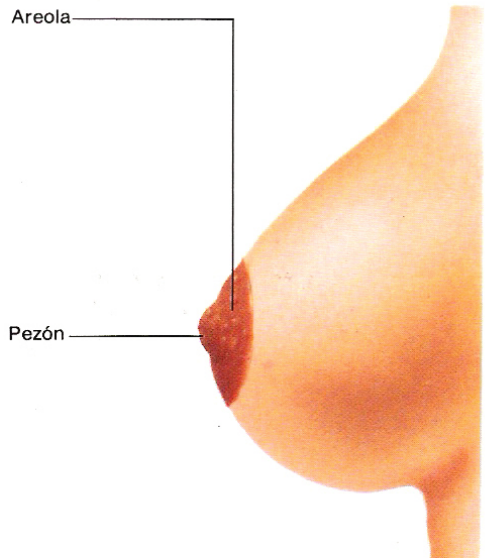
Lara José Manuel (1984) ***El mundo de la Pareja***, Editorial Planeta, Barcelona, España.

Master, William H., Virginia E. Johnson, Roberto C. Kolodny (1997) El ciclo de la respuesta sexual, cap. 4 Fisiología sexual, en: ***La sexualidad humana***, vol. I, Editorial Grijalbo, Barcelona, España.

Salvat, Enciclopedia (1993). ***La Salud***. Editorial Salvat-Arrieta. Pamplona, España.
Diapositivas números: 4, 5, 8, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 22, 25, 26, 27, 31, 33

Nota aclaratoria: El contenido de este material es únicamente con fines educativos y se reconoce que pertenece a sus autores legales y/o intelectuales.

Estado de reposo del aparato reproductor femenino



Estado de reposo del aparato reproductor masculino

**Pelvis del hombre
en estado reposo**

Vejiga

Próstata

Glándula
de Cowper

Epidídimo

Corona
del glande

Testículo

Glande

Meato
urinario

Escroto

Conducto deferente

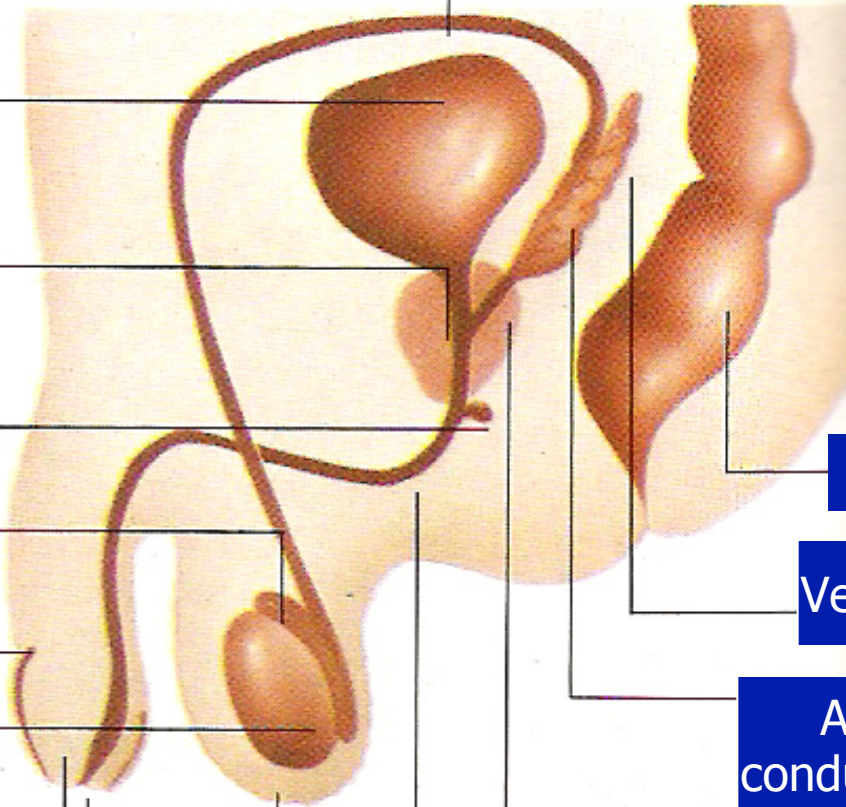
recto

Vesícula seminal

**Ampolla del
conducto deferente**

Conducto eyaculador

uretra





- La respuesta sexual humana se presenta en forma **cíclica**, estando formada por los cambios **biológicos** y **psicológicos** que sufre un individuo, y que se **inician** al recibir un estímulo sexual efectivo (**ESE**).
- El estímulo sexual efectivo, puede ser de tipo físico, psicológico o mixto.
- Los estímulos físicos son desencadenados por sensaciones táctiles, olfatorias, auditivas, gustativas, visuales, o una combinación entre dos o más de ellos.

- El estímulo sexual efectivo (*ESE*) provoca la siguiente serie de reacciones físicas básicas:
- **vasocongestión**, o aumento de sangre, principalmente en genitales.
- **miotonía**, o aumento de tensión neuromuscular.
- **contracciones musculares**, en diversos órganos.
- liberación de la tensión neuromuscular.
- **descongestión sanguínea** de los tejidos.

Los estímulos psicológicos son desencadenados por pensamientos y/o emociones.



Además de:

- una serie de pensamientos agradables y fantasías, integrados a la identidad sexual y rol de género.
- una serie de sensaciones placenteras integradas a las variantes de la sexualidad, o expresiones comportamentales eróticas de cada individuo.
- un deseo de dar y recibir estímulos sexuales efectivos.

Recuerda:

la respuesta sexual humana es idéntica en

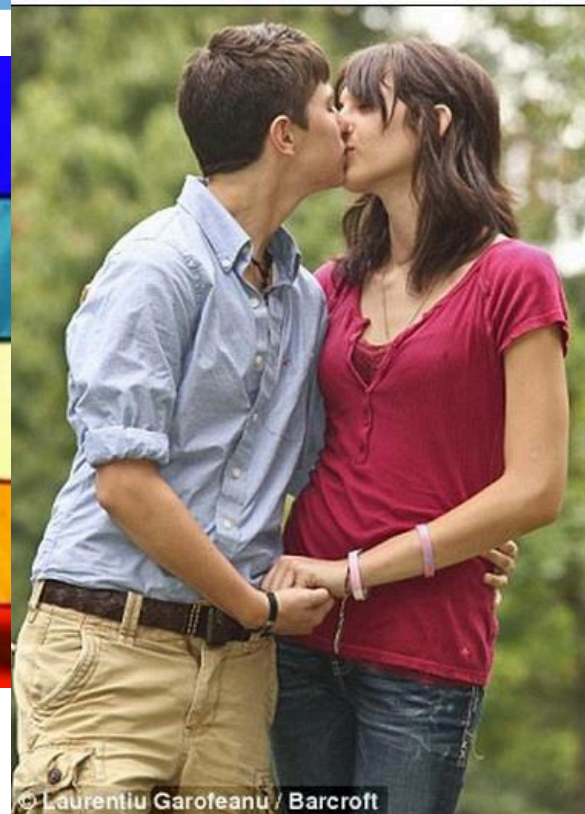
homosexuales

heterosexuales

bisexuales



http://www.vanguardia.com/sites/default/files/imagecache/Noticia_600x400/foto_grandes_400x300_noticia/2012/05/25/web_4aa843f7bf550_big_ce.jpg



<http://ksegurachavez.blogspot.mx/2015/05/la-transformacion-de-la-intimidad.html>



http://www.nayaritenlinea.mx/sites/default/files/styles/masonry_full/public/field/image/bisexualidad.jpg?itok=KhnBSJQS

- Este ciclo de la respuesta sexual humana se describe en fases o etapas no siempre diferenciadas entre sí, en donde existen diferencias en un mismo individuo, en relación con otras ocasiones y en relación con su (s) pareja (s). Las fases son: **excitación**, **meseta**, **orgasmo** y **resolución**

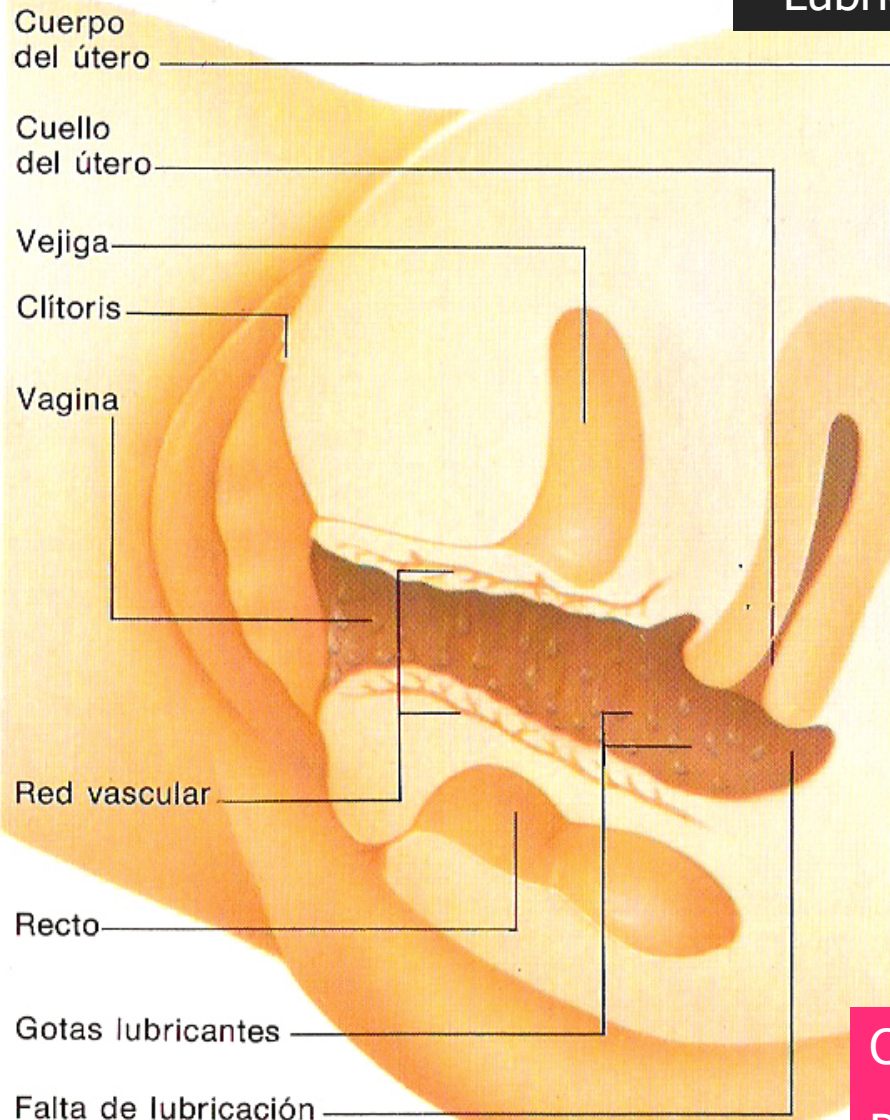


Excitación. es la consecuencia de un estímulo sexual efectivo.

Lubricación vaginal

En la **mujer** se presentan los siguientes cambios:

- Lubricación vaginal, se inicia aproximadamente entre 10 y 30 segundos después de un *ESE*, es debida a una trasudación vaginal y tiene como funciones:
 - facilita la inserción del pene.
 - Facilita la suavidad del movimiento de empuje.
 - Impide incomodidad o molestia durante el coito.



Congestión vascular:

Paso de líquido a través de la mucosa vaginal.

Recuerda

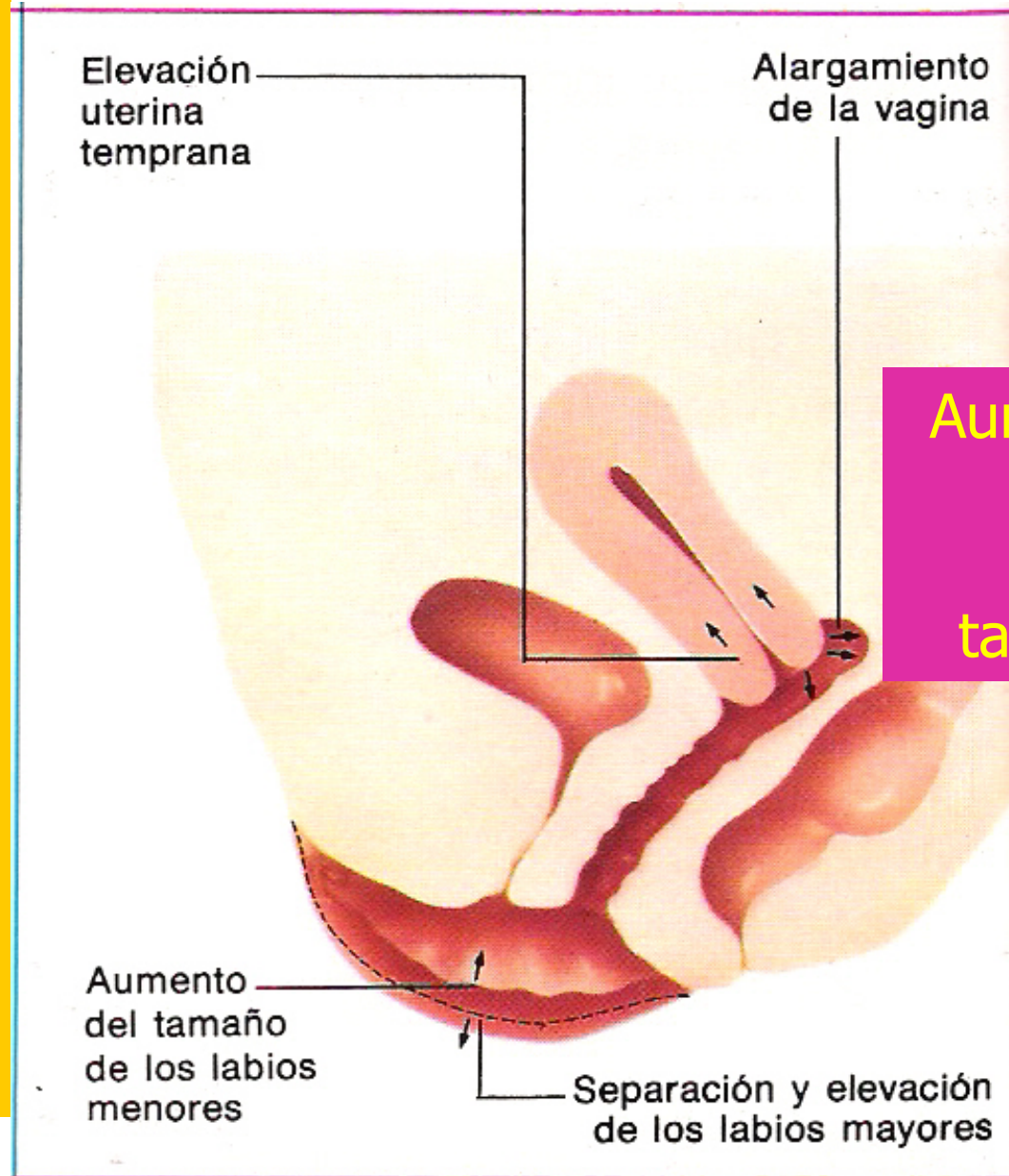
- La lubricación vaginal **no** indica el grado de **excitación** sexual.



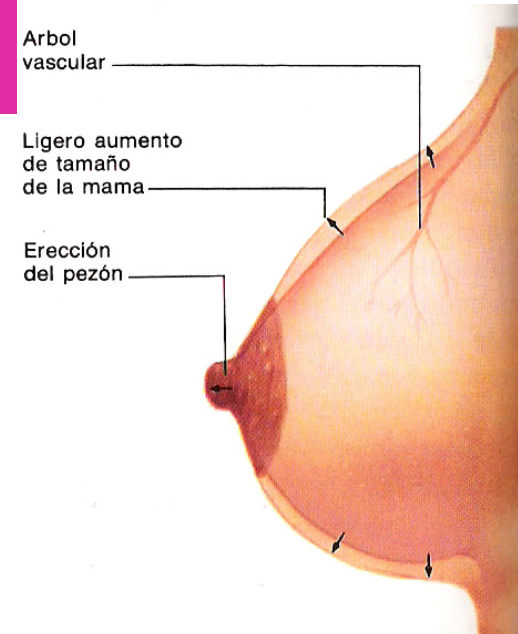
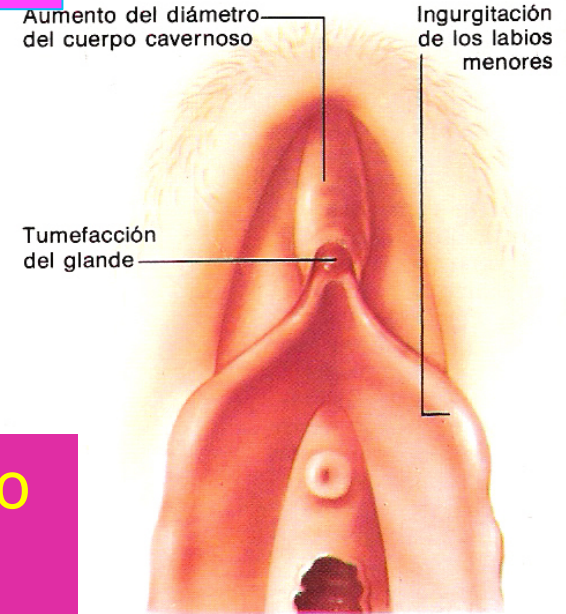
<http://previews.123rf.com/images/grafvision/grafvision1208/grafvision120800022/14748779-Feliz-pareja-de-j-venes-enamorados-Foto-de-archivo.jpg>

Etapa de Excitación en la mujer

- Expansión de la vagina, en sus dos tercios internos.
- Elevación del útero, y como consecuencia del cérvix.
- Aplanamiento y separación de los labios mayores.
- Agrandamiento de los labios menores o ninfas.
- Erección del clítoris y del pezón.
- Aumento del tamaño de la mama y de la areola.

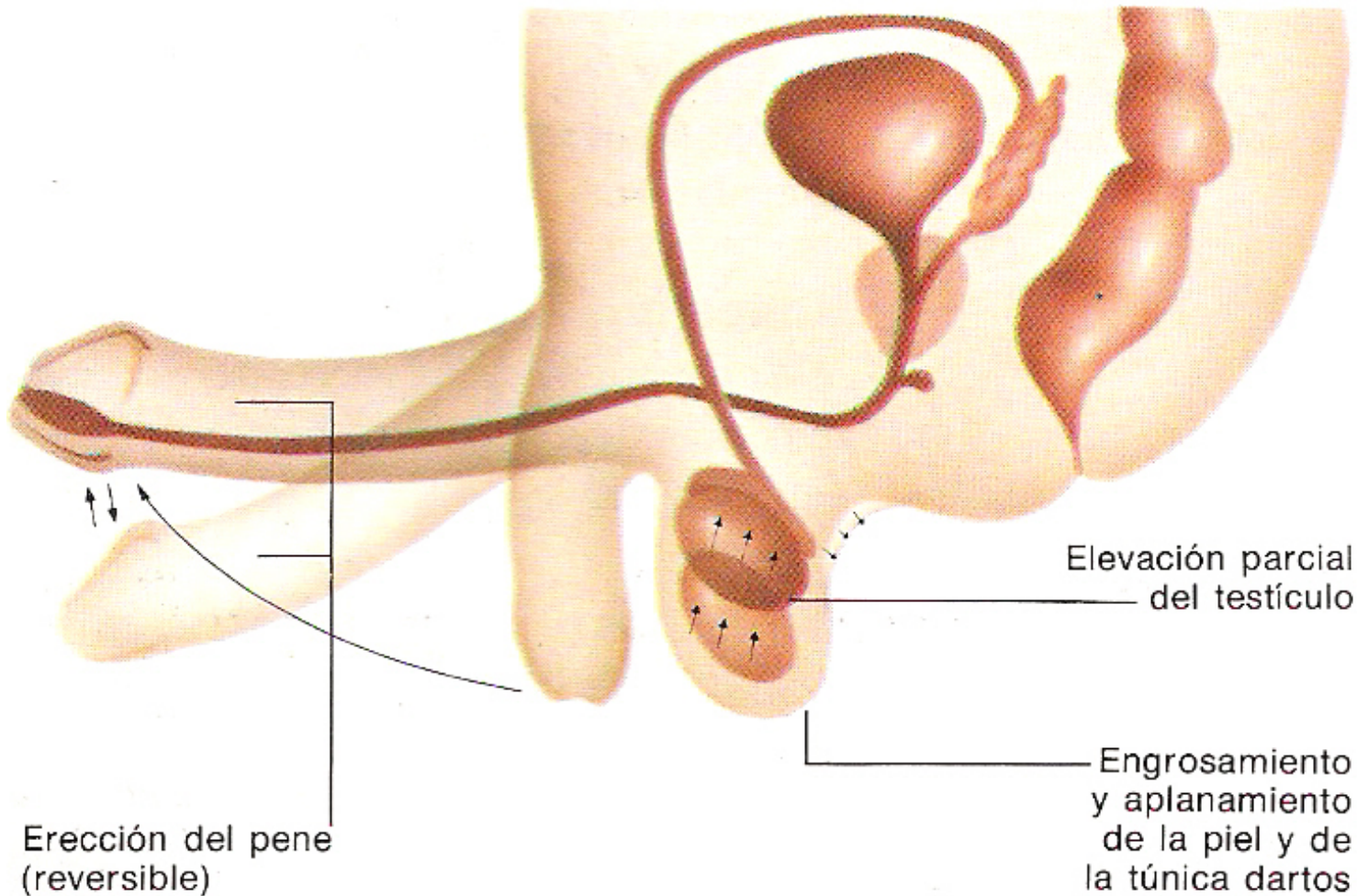


Aumento de tamaño



Etapa de Excitación, en el hombre se presenta :

Pelvis del hombre
en la fase de excitación



- Erección del pene.
- Alisamiento de los pliegues y arrugas del escroto.
- Elevación de los testículos.
- Erección de los pezones (puede o no presentarse).

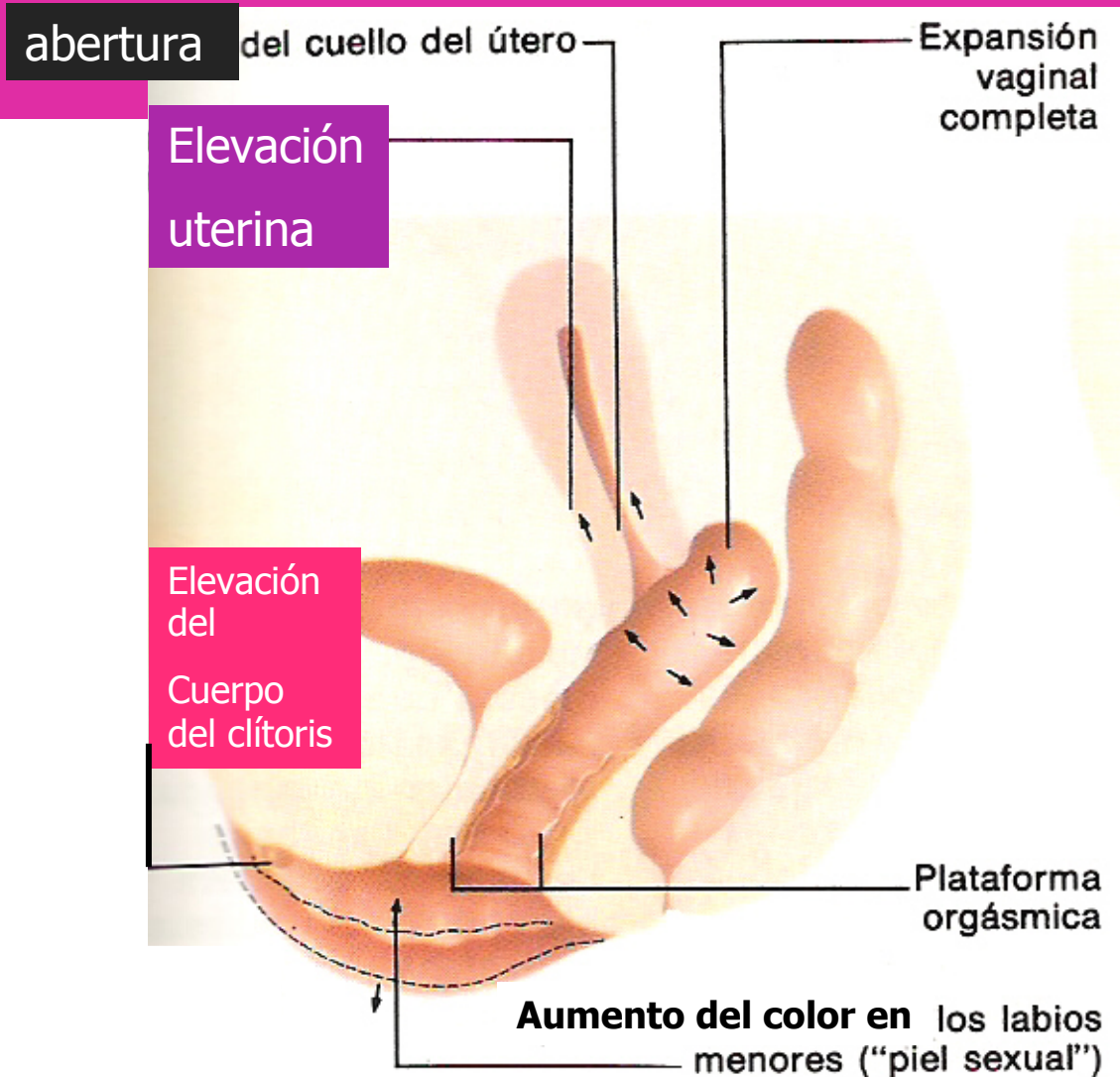
Recuerda

La erección firme del pene **no** indica el grado de **excitación** física o psicológica.



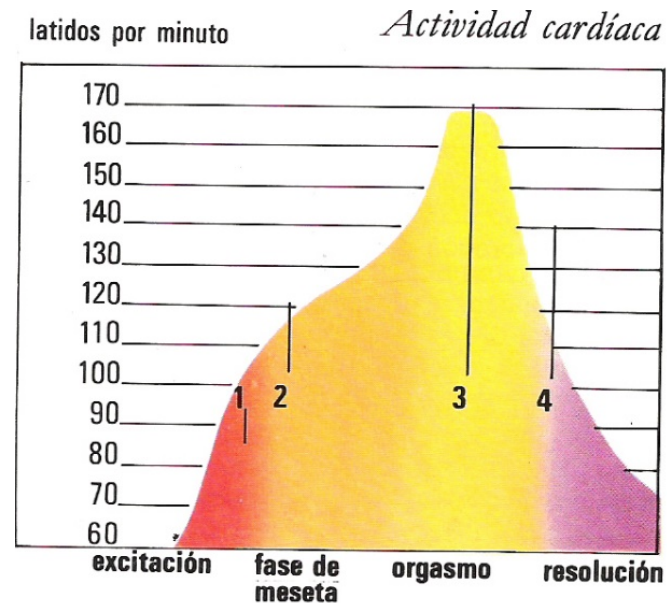
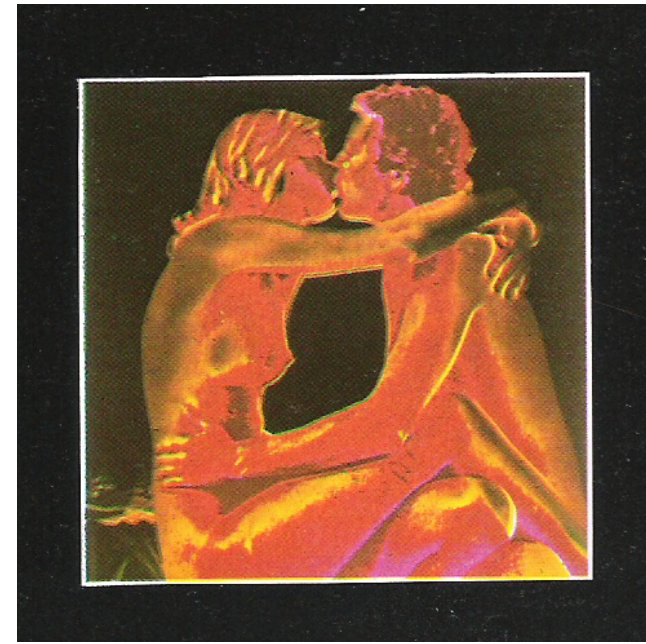
Meseta.- en esta etapa se intensifican los niveles de excitación sexual. En la mujer se presentan los siguientes cambios:

- Hinchazón del tercio externo de la vagina o plataforma orgásmica.
- Expansión de la vagina, en sus dos tercios internos.
- Elevación del útero.
- Disminución de la lubricación vaginal.

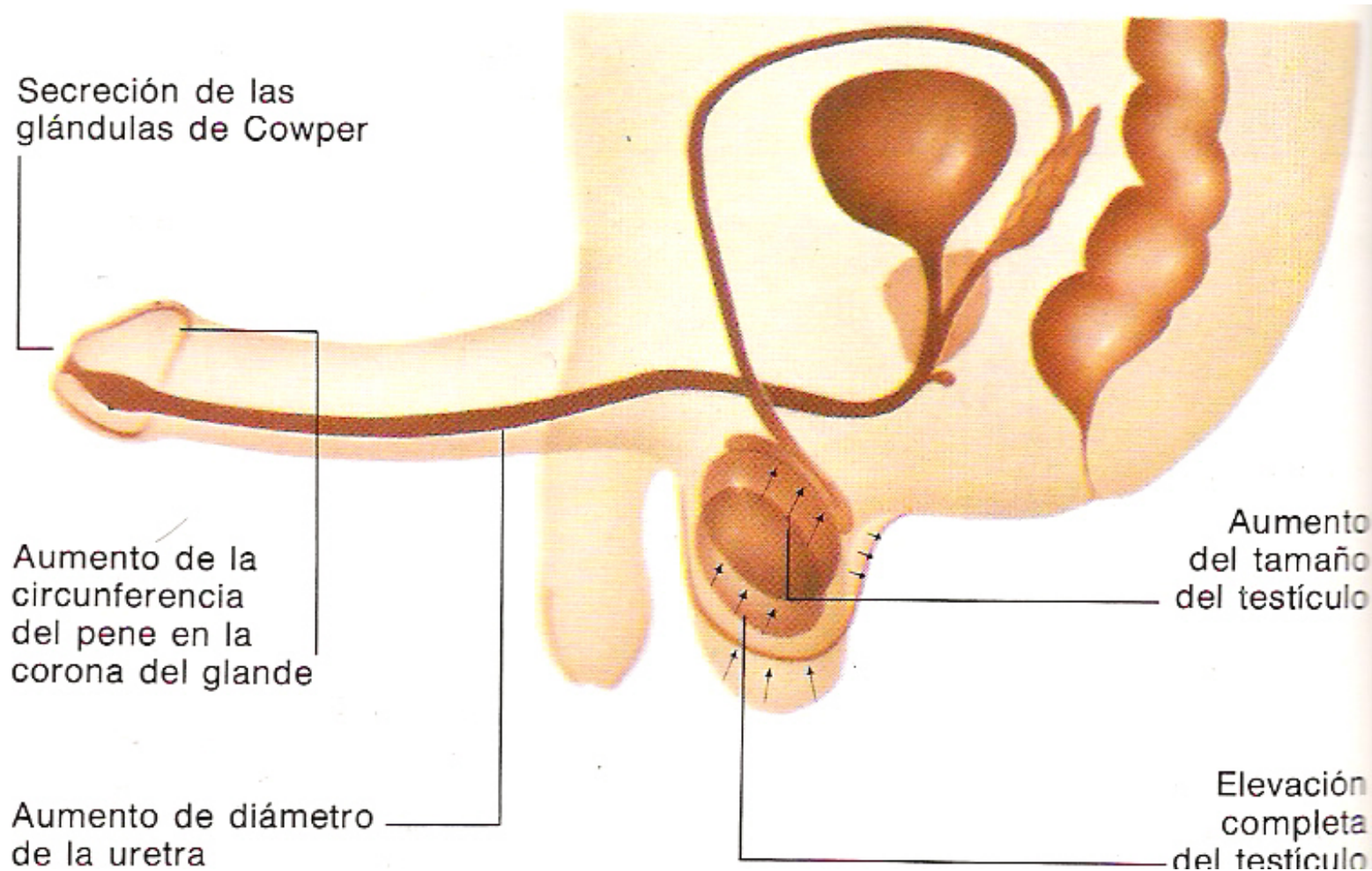


Etapa de **Meseta** en la **mujer**

- Aparición de manchas rojizas, semejantes a las del sarampión, llamadas **rubor sexual**. Presentes en el 25% de los hombres y del 50 al 75% de las mujeres.
- Aumento de la tensión neuromuscular, sobre todo en nalgas y muslos.
- En ocasiones aumenta el **ritmo cardiaco**, la respiración y la presión sanguínea.



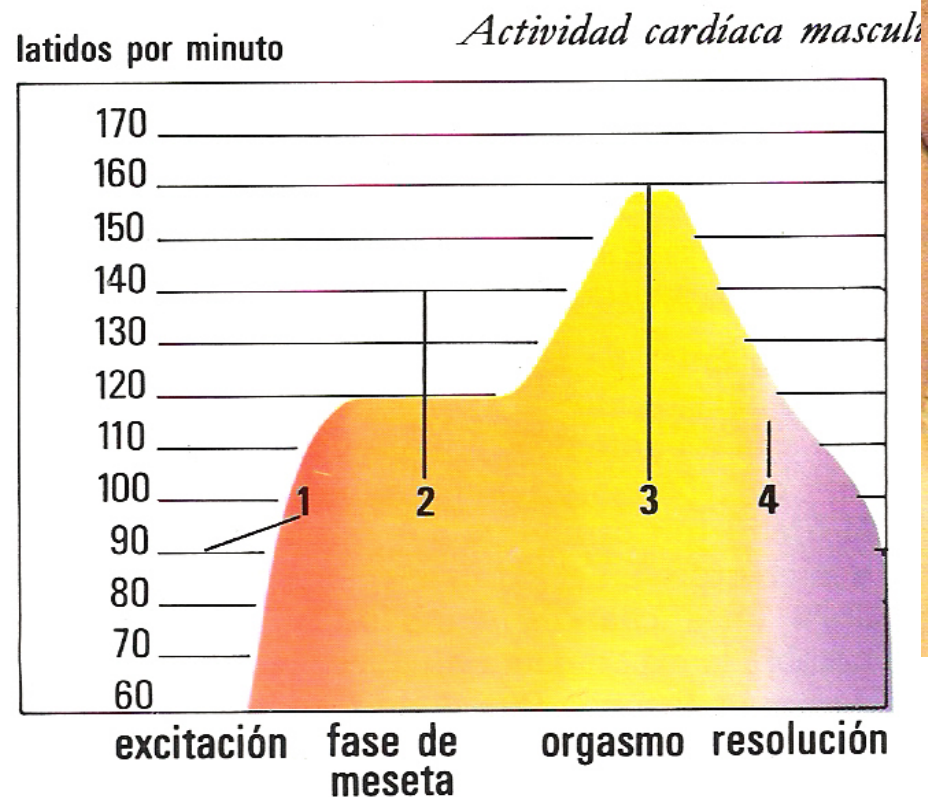
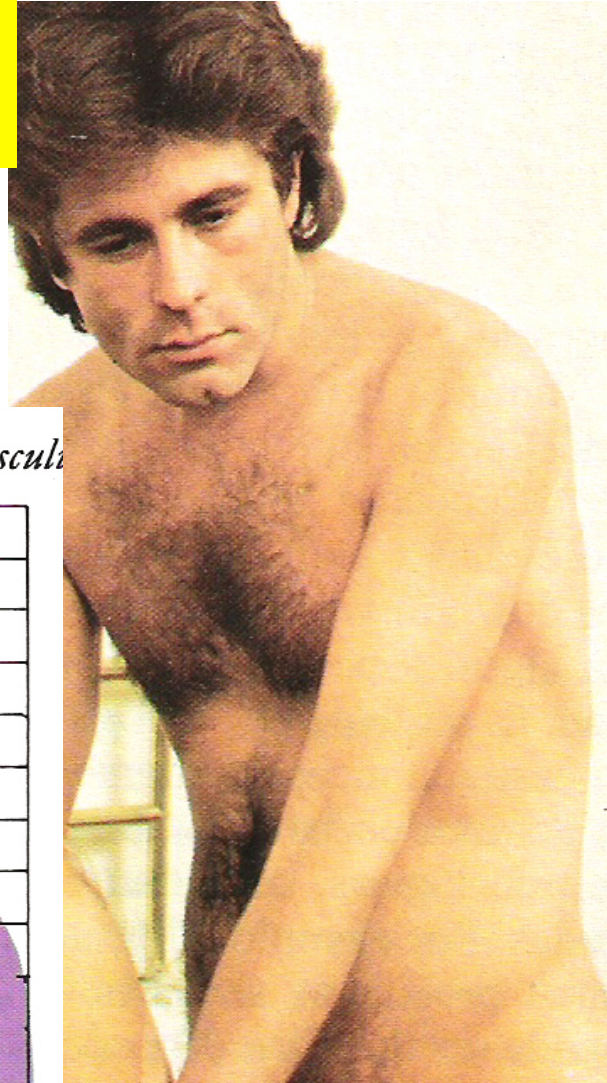
Etapa de **Meseta** en el **hombre** se presenta:



**Pelvis del hombre
en la fase de meseta**

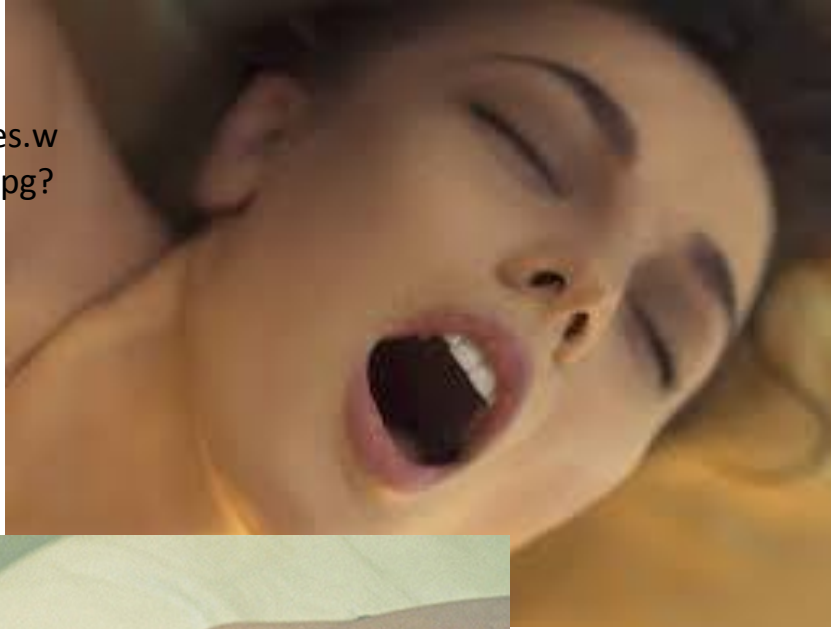
- Aumento del diámetro de la cabeza o glande del pene.
- Cambio de coloración a más oscura de la cabeza o glande del pene.
- Hinchazón de los testículos, hasta un 5%, en comparación con el estado de reposo.
- Continúan su elevación los testículos.
- Rotación anterior de los testículos, la superficie posterior entra en contacto con el periné.

Etapa de *Meseta* en el hombre



- Salida de fluido transparente por la uretra.
- Sensación de presión o calor interno en la región de la próstata y las vesículas seminales.
- Aumento de la tensión neuromuscular, sobre todo en nalgas y muslos.
- En ocasiones aumenta el **ritmo cardíaco**, la respiración y la presión sanguínea.

Orgasmo.- apogeo de la excitación sexual



<https://reporterosenmovimiento.files.wordpress.com/2014/03/org.jpg?w=860>



http://www.masquesalud.com/wp-content/uploads/2014/07/PRE-hombre-orgasmo.jpg_274898881.jpg

- Liberando de golpe la tensión sexual acumulada, produciendo una sensación física (ocasionada por contracciones musculares). Seguida de un rápido relajamiento. Psicológicamente hay un instante de goce y suspensión de la actividad mental.

Durante la etapa de Orgasmo en la **mujer** se presentan los siguientes cambios:



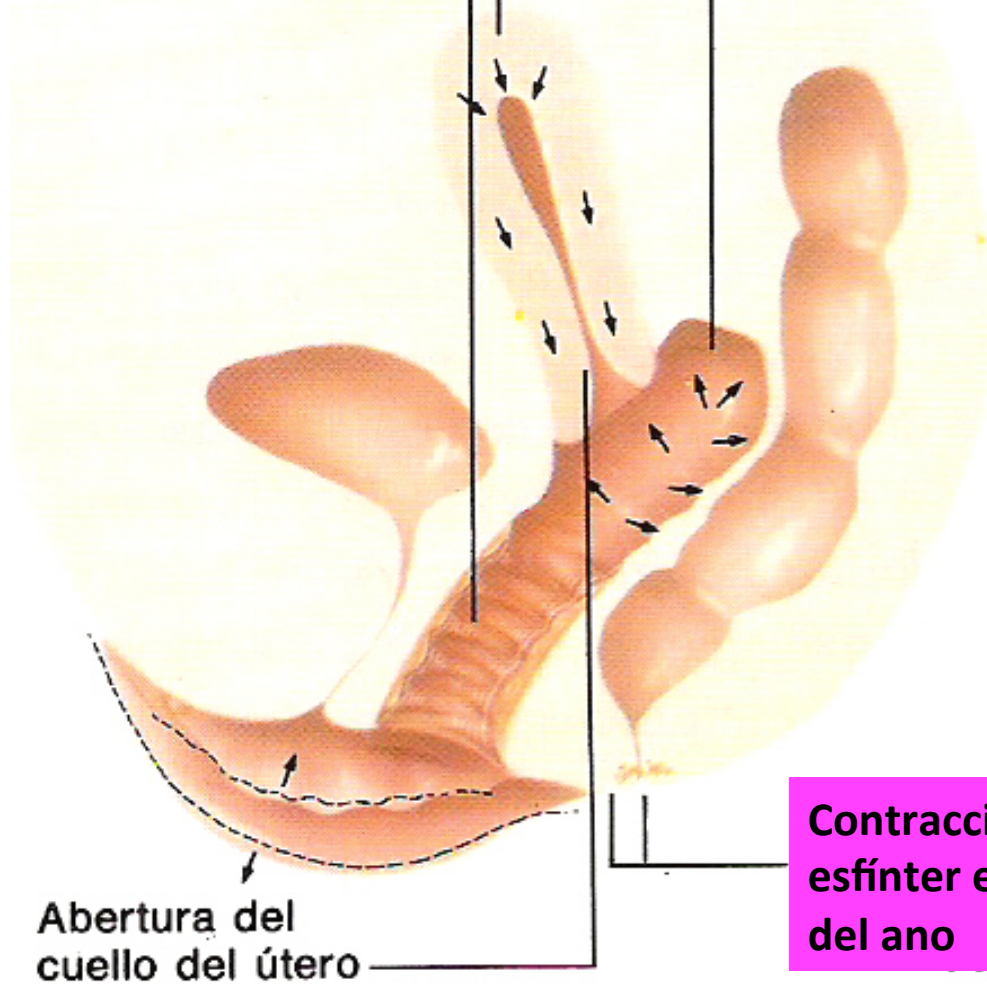
http://velvetnews.it/wp-content/uploads/2016/09/nymphomaniac-poster-personaggi-orgasmo-lars-von-trier_news.jpg

- Contracciones simultáneas y rítmicas de: útero, plataforma orgásmica y del esfínter anal. Denominadas “**vibración pélvica**”.
- Cambios electroencefalográficos.
- Aumenta la intensidad y la extensión en superficie del rubor sexual, llegando a su máxima expresión.
- Contracción muscular de numerosas regiones, también llamada miotonía acentuada.

**Contracciones
uterinas**

**Alargamiento del
fondo de saco
vaginal**

Contracciones
de la plataforma
orgásmica

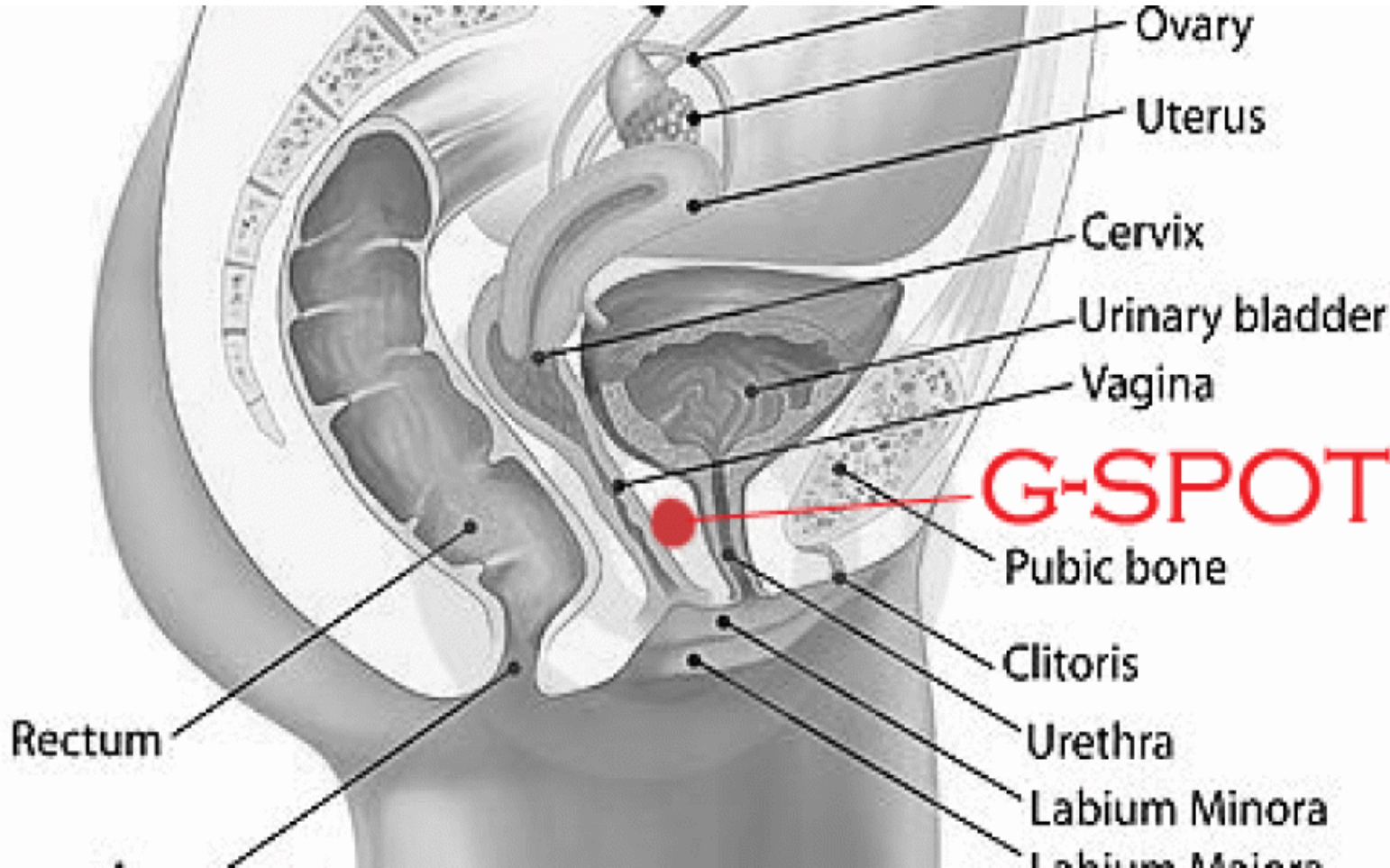


Vibración pélvica,
durante la etapa de
Orgasmo en la
mujer

**Contracción del
esfínter externo
del ano**

Recuerda:

- algunas mujeres eyaculan durante el orgasmo.



Fluido expelido = líquido alcalino segregado por las glándulas parauretrales (Investigaciones avanzadas).

Constitución enzima fosfatasa ácida prostática y glucosa (azúcar).

Mecanismo de liberación: se activa por contracciones pélvicas durante el orgasmo.

No todas las mujeres presentan la eyaculación. No depende de algún tipo especial de estimulación.

Mayor o menor cantidad en quienes la presentan.

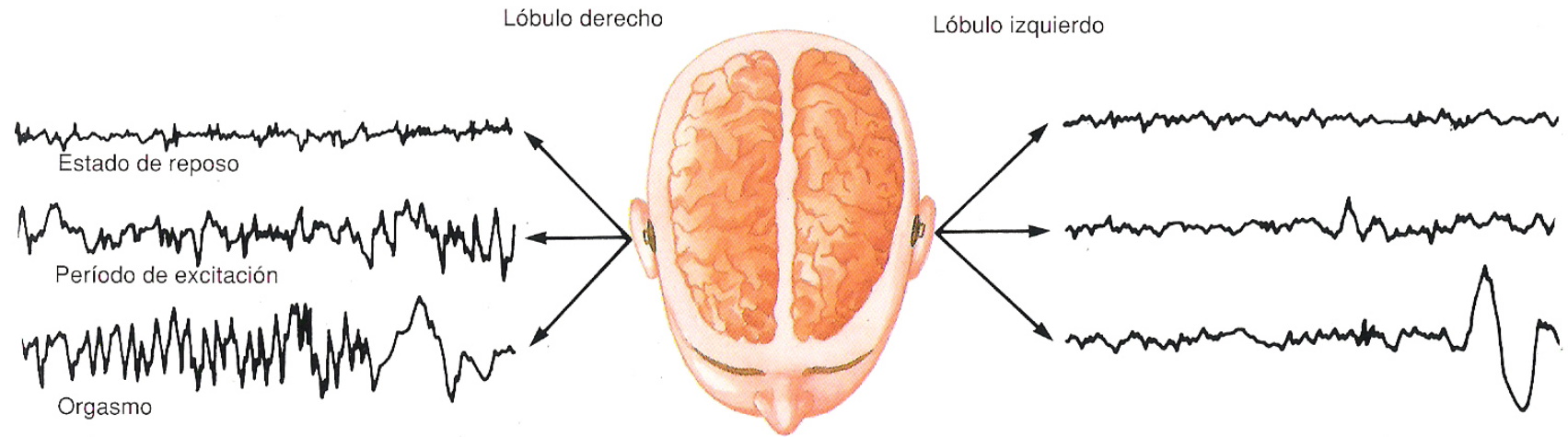
Etapa de Orgasmo en el **hombre**, existen:



- Contracciones en: conductos deferentes, próstata, vesículas seminales, llegando al límite de su control y en consecuencia se hace inevitable la eyaculación.
- Cierre del cuello de la vejiga.
- Contracciones en: periné, uretra y cuerpo del pene, provocando la eyaculación o expulsión del semen por el meato de la uretra.
- Contracción muscular de numerosas regiones, también llamada miotonía acentuada.

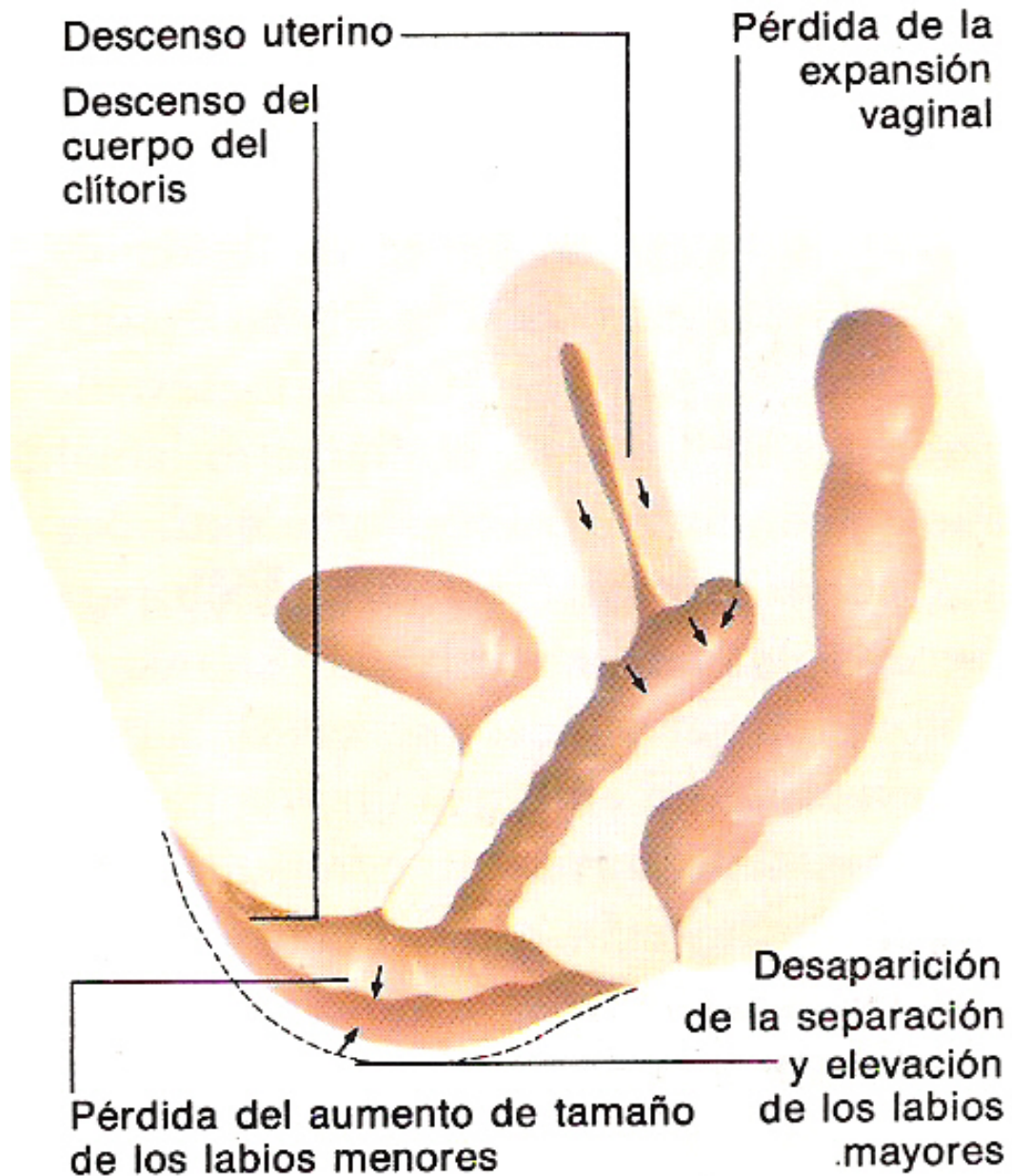
Recuerda:

Manifestaciones cerebrales del orgasmo



- La eyaculación es diferente al orgasmo. Pueden coincidir o no.
- La intensidad, satisfacción y lo placentero de un orgasmo no radica en que éste sea más activo, sino en la perspectiva personal que se tenga.

Resolución. Período de retorno al estado normal de **NO** estimulación



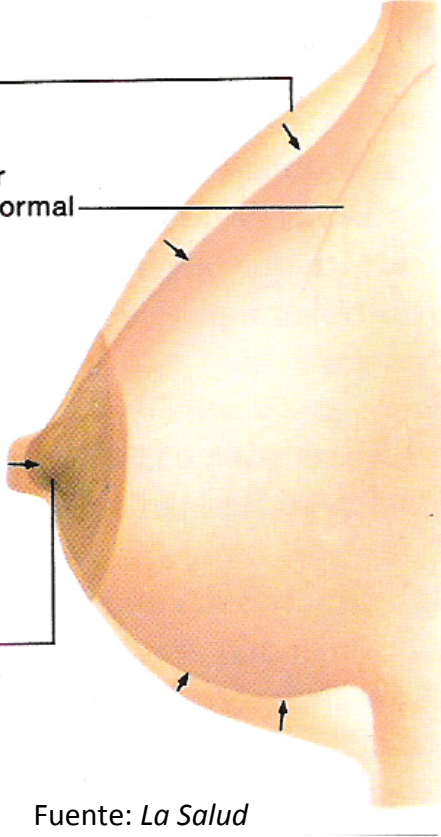
- Las contracciones extraen la sangre de los tejidos, provocando en la **mujer**:
- Desaparición de la plataforma orgásmica.
- Retorno del útero a su posición de reposo.
- Desaparición de la coloración de los labios.
- Reducción de la longitud y anchura de la vagina.
- Retorno al tamaño y posición habitual del clítoris.

Etapa de *Resolución* en la *mujer*:

Disminución del volumen de los senos

Las venas vuelven a tener la apariencia normal

Involución de la erección del pezón



Fuente: *La Salud*



Fuente: *Secretos de la Pareja*

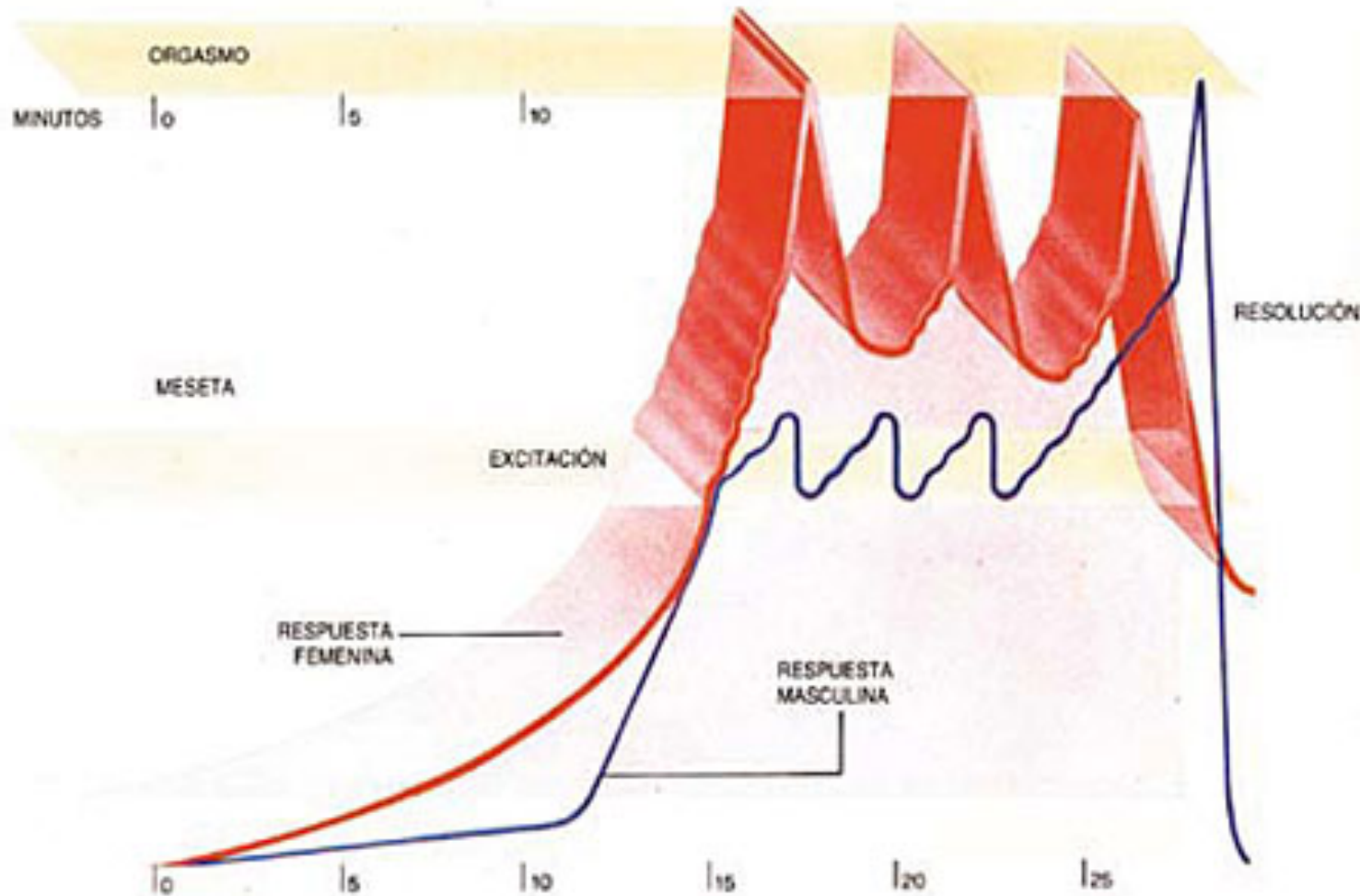


Fuente: *Secretos de la Pareja*

Regreso a su tamaño normal de los tejidos de la areola y del pezón. Primero lo hace la areola, por lo que hay una falsa erección del pezón. Regreso de las mamas a su tamaño normal. Desaparición del “rubor sexual”. Sudoración abundante, en algunas ocasiones.

Etapa de *Resolución en la mujer*:

El multiorgasmo femenino



- No existe un genuino *periodo refractario*, por lo que algunas mujeres pueden tener orgasmos múltiples.
- La estimulación del clítoris, vagina y pezones en esta etapa puede resultar molesta e irritante.

Recuerda:



[http://p2.trrsf.com/image/fget/cf/600/600/
images.terra.com/2015/01/08/istockbolas-azules.jpg](http://p2.trrsf.com/image/fget/cf/600/600/images.terra.com/2015/01/08/istockbolas-azules.jpg)



[http://trance-it.net/wp-content/uploads/2014/02/
iStock_000014236879_rollover1-200x300.jpg](http://trance-it.net/wp-content/uploads/2014/02/iStock_000014236879_rollover1-200x300.jpg)

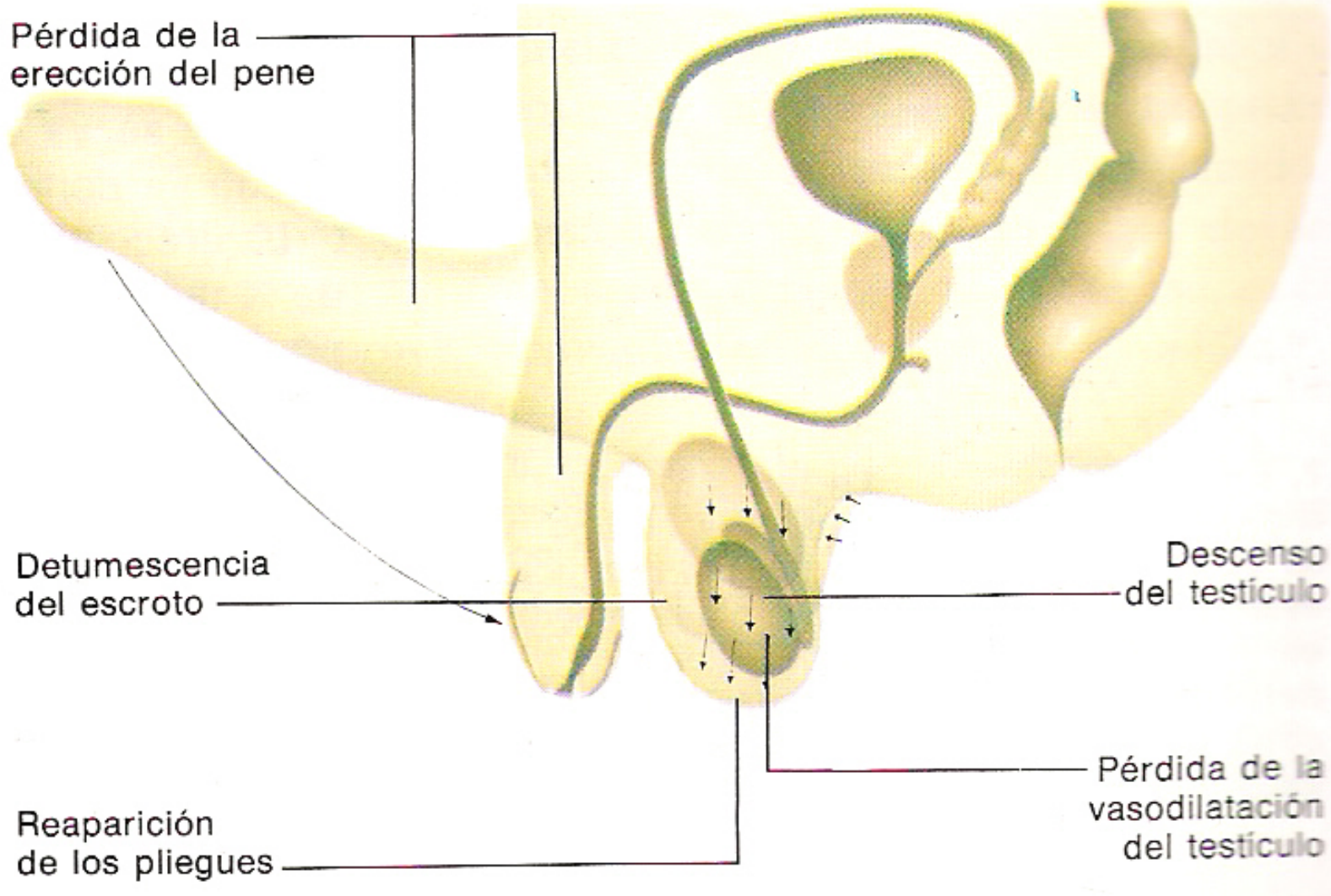
Si **No** hay
orgasmo, se
presenta una
**congestión
pélvica** que
produce
malestar.

Etapa de *Resolución* en el *hombre*:



- Presencia del **período refractario**. Es el espacio de **tiempo** para que un *Estímulo Sexual Efectivo (ESE)* dé como resultado **nuevamente** una etapa de **excitación**. Este período refractario está constituido por los siguientes cambios:

Periodo refractario, en el **hombre** hay:



**Pelvis del hombre
en la fase de resolución**

- Pérdida parcial de la erección.
- Regreso de los testículos a su tamaño y a su bolsa escrotal.
- Desaparición del “rubor sexual”.
- Sudoración abundante, en algunas ocasiones.
- Puede No haber orgasmo o No eyaculación.
- Termina con un nuevo **ESE**

Recuerda:



- Si **No** hay eyaculación, se presenta una congestión pélvica que produce dolor testicular (*blue balls*).

¿Todo lo que nos **provoca** un estímulo sexual efectivo (ESE)?

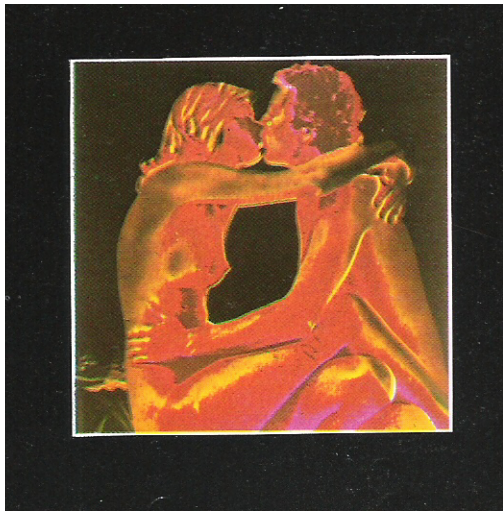
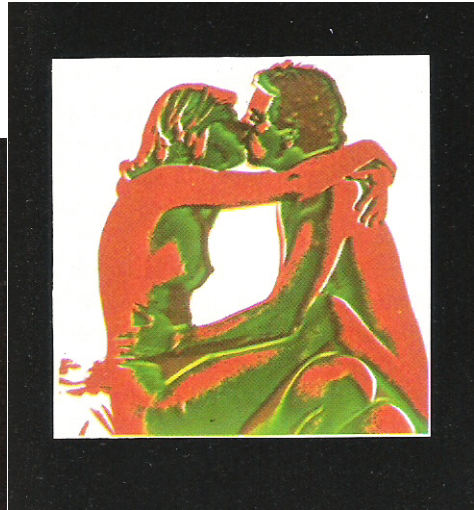
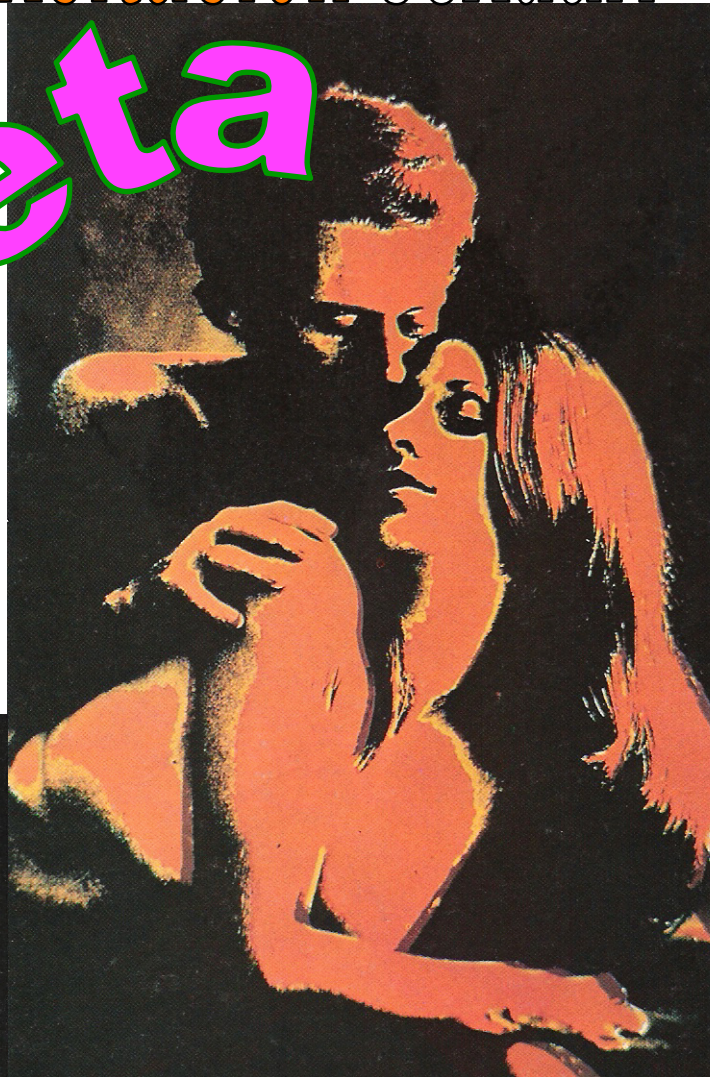


Excitación



¿Nivel máximo de **excitación** sexual?

Meseta



¿Liberación repentina de la tensión sexual y nivel máximo de goce?



Orgasmo

¿Regreso al estado de reposo?



Resolución

¿Tiempo entre la resolución y un nuevo ESE?



http://www.unidadmedicinasexual.com/sites/default/files/styles/imagen_blog/public/cabecera-blog/rel.jpg?itok=CW3gme-E



<https://gcdn.emol.cl/parejas/files/2014/06/recuperacion-climax.jpg>

Copia de la estructura de los contenidos temáticos (Tema y dominio del aprendizaje conceptual) de la unidad de aprendizaje: **Salud Adolescente**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE NIVEL MEDIO SUPERIOR
SALUD ADOLESCENTE

<p>y elementos.</p> <p>3. Ética sexual. Puntos en los que se basa.</p> <p>4. Sexualidad adolescente. Mi primera vez (inicio de la vida sexual activa), puntos a considerar.</p> <p>5. Morfofisiología reproductiva. Anatomía de los aparatos reproductores.</p> <p>5.1 Etapa fértil del ciclo menstrual.</p> <p>5.2 Anticonceptivos. Clasificación y efectividad.</p> <p>5.3 Fases de la respuesta sexual</p> <p>6. Infecciones vs enfermedades de transmisión sexual. Clasificación. Prevención y consecuencias.</p> <p>7. Detección oportuna de cáncer cervicouterino, mama, testículo y próstata. (Técnicas de detección oportuna y de autoexploración).</p>	<p>considerando las diferencias anatómicas de los órganos reproductores, la morfo fisiología reproductiva y el ciclo menstrual, fases de la respuesta sexual.</p> <p>Enuncia la salud sexual a través del conocimiento de métodos anticonceptivos, de enfermedades de transmisión sexual y de información necesaria para la prevención y detección el cáncer.</p>	<p>conocimiento fisiológico de los aparatos reproductores y de su evolución con la edad.</p>	<p>de la familia.</p>	<p>sobre diversos fenómenos naturales a partir de evidencias científicas.</p> <p>14. Aplica normas de seguridad en el manejo de sustancias, instrumentos y equipo en la realización de actividades de su vida cotidiana.</p>	<p>comunicación para procesar e interpretar información</p>
---	---	--	-----------------------	--	---

11

Método de aprendizaje y evaluación de competencias

Momentos de secuencia didáctica	Estrategias y técnicas	Productos	Evaluación		
			Tipo de evaluación	Quien evalúa	Medios
Apertura:	• Cuestionario	• Cuestionario diagnóstico	Diagnóstica	Autoevaluación	• Cuestionario