

Anatomía sexual

La anatomía sexual es el estudio de las estructuras del cuerpo humano relacionadas con la sexualidad, el placer y la reproducción. Comprender cómo funciona nuestro cuerpo no solo mejora el bienestar íntimo, sino que también fortalece la confianza, la comunicación y la salud sexual. En esta guía aprenderás de forma clara y práctica sobre la anatomía femenina y masculina, incluyendo zonas de placer, puntos sensibles y aspectos clave para una sexualidad más consciente.

Anatomía sexual femenina: estructura, funciones y placer

La **anatomía sexual de la mujer** incluye órganos externos e internos que cumplen funciones tanto reproductivas como relacionadas con el placer.

Genitales externos femeninos

La parte externa se conoce como **vulva** y está compuesta por:

- **Monte de Venus:** Zona acolchada ubicada sobre el pubis que se desarrolla en la pubertad.
- **Labios mayores y menores:** Protegen la entrada de la vagina; los externos suelen tener vello y los internos son más delicados.
- **Clítoris:** Órgano altamente sensible cuya función principal es generar placer.
- **Entrada vaginal:** Acceso a la vagina.
- **Orificio urinario:** Permite la salida de la orina.

Órganos internos femeninos

- **Vagina:** Canal flexible que conecta el exterior con el útero.
- **Útero:** Órgano donde se desarrolla el embarazo.
- **Cuello uterino:** Une la vagina con el útero.
- **Trompas de Falopio:** Conductos donde ocurre la fecundación.
- **Ovarios:** Responsables de producir óvulos y hormonas sexuales.
- **Glándulas lubricantes:** Generan fluidos que facilitan la excitación.

Punto G: qué es y cómo identificarlo

El **Punto G** es una zona sensible ubicada en la parte frontal de la vagina, a pocos centímetros de la entrada.

Claves para estimularlo:

- Generar excitación previa.
- Explorar con movimientos suaves y constantes.
- Identificar una zona con textura ligeramente distinta.

Su estimulación puede intensificar el placer y producir **orgasmos** diferentes a los habituales.

Anatomía sexual masculina: partes y funciones principales

La **anatomía sexual del hombre** está diseñada para la reproducción y el placer, e incluye estructuras externas e internas.

Genitales externos masculinos

- **Pene:** Órgano que se endurece durante la excitación.
- **Glande:** Parte más sensible del pene.
- **Prepucio:** Piel que cubre el glande.
- **Escroto:** Bolsa que protege los testículos.

Órganos internos masculinos

- **Testículos:** Producen espermatozoides y testosterona.
- **Epidídimo:** Almacena y madura los espermatozoides.
- **Próstata:** Participa en la producción del semen.
- **Vesículas seminales:** Aportan líquido al semen.
- **Uretra:** Conducto de salida.

Punto P: estimulación y placer masculino

El **Punto P** corresponde a la próstata, una zona que puede generar sensaciones intensas cuando se estimula correctamente.

Se encuentra dentro del cuerpo, cerca del recto, y su estimulación debe hacerse con cuidado, higiene y preferiblemente con lubricación adecuada.

Zonas erógenas: más allá de los genitales

El cuerpo humano tiene múltiples **zonas erógenas** que pueden despertar el deseo y aumentar el placer.

Tipos de zonas:

- **Primarias:** Directamente relacionadas con el orgasmo.
- **Secundarias:** Cuello, espalda, muslos, orejas, entre otras.
-

Cada persona responde de manera diferente, por lo que la exploración y la comunicación son fundamentales.

¿Por qué es importante conocer tu anatomía sexual?

Entender tu cuerpo te ayuda a:

- Mejorar tu bienestar íntimo.
- Vivir una **sexualidad** más segura.
- Incrementar el placer.
- Romper mitos sobre la sexualidad.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez
Autor

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, comunicadora social y periodista con más de 10 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 25 Marzo 2026 Actualización: 31 Marzo 2026



Delia Sánchez
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 15 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 25 Marzo 2026 Actualización: 31 Marzo 2026