¿Es normal tener erecciones?

Publicado el: 08-07-2022

Las erecciones son una función absolutamente normal del cuerpo masculino, en especial en los muchachos que están atravesando la pubertad.

¿Qué es una erección?

Una erección es el endurecimiento del pene que ocurre cuando el tejido similar a una esponja que se encuentra dentro del pene se llena de sangre. En general, las erecciones hacen que el pene se agrande y se separe del cuerpo.

Las erecciones pueden desaparecer solas o después de una eyaculación, que es la liberación de semen a través de la uretra (el pequeño orificio de la punta del pene).

A veces, los muchachos eyaculan por la noche, mientras duermen. Estas eyaculaciones reciben el nombre de "poluciones nocturnas". Los muchachos pueden tener varias erecciones y períodos de excitación mientras están en la etapa del sueño REM (movimiento rápido de los ojos), que es el tipo de sueño en el que ocurren la mayoría de los sueños.

¿Cuáles son las causas de las erecciones?

Si bien muchas erecciones se deben a la excitación sexual, como ver un programa televisivo con escenas de sexo o tener fantasías sexuales, muchas erecciones no parecen tener una causa específica.

Por lo tanto, si tuviste una erección en una situación extraña o vergonzosa (como en el medio de una lección de historia realmente aburrida) no tienes que preocuparte pensando que tienes algún problema. Tu cuerpo sencillamente está actuando de forma natural para un muchacho de tu edad.

¿Estoy teniendo demasiadas erecciones?

Como cada persona es diferente, es imposible saber cuál es la cantidad "normal" de erecciones. Algunos muchachos tienen muchas erecciones por día, mientras que otros no tienen ninguna.

Las hormonas fluctúan con la edad, la madurez sexual, el nivel de actividad e incluso la cantidad de horas que duerme un muchacho. A menos que las erecciones te estén causando molestias o dolor, no te preocupes por la cantidad que tengas.

Si estás preocupado, habla con tu médico. Él podrá responder a tus preguntas y seguramente te tranquilice.

¿Qué puedo hacer para evitar tener erecciones?

Como las erecciones no suelen ser controlables, no es mucho lo que puedes hacer para evitarlas. A menos que el pene reciba estimulación suficiente como para eyacular, lo único que puede ayudar a hacerlas desaparecer es el tiempo.

A medida que tus hormonas se equilibren y avances en la pubertad, la frecuencia de las erecciones inesperadas y las poluciones nocturnas debería ser menor.

Fuente: https://netsaluti.com