

Información para la Salud



Controles Ginecológicos

*En las diferentes
etapas de la vida*

Las mujeres están transitando por una época compleja: con muchas posibilidades y crecimiento desde lo laboral y la formación personal pero todavía muy solas en cuanto a los roles más tradicionales que se sigue esperando de ellas: crianza de los hijos y tareas domésticas. Con lo cual se sienten sobrecargadas y, desde la exigencia de no perder lo ganado van dejando para último momento los controles de salud. La real igualdad de oportunidades entre varones y mujeres sigue teniendo asignaturas pendientes.

A partir de conocer esta situación por la que atraviesa gran parte de la población femenina, desde un espacio de cuidado y acompañamiento, hemos elaborado esta guía a modo de recordatorio y sobre todo desde la necesidad de educar para la salud orientado a la prevención en cada momento del ciclo vital de la mujer aportando a su calidad de vida.

¿Cómo cuidarse en la Adolescencia?

- **Es fundamental que cada adolescente tenga acceso a la educación sexual integral** que se proporciona desde las instituciones educativas u hospitalarias (ley de Educación Sexual Integral) ya que forma parte de sus derechos.

- **Aún antes del inicio de las relaciones sexuales, es recomendable una consulta ginecológica.** En este caso sólo se realiza una historia clínica, examen físico general para evaluar el desarrollo y se brinda la información sobre los cambios en esta etapa, y las medidas de prevención del embarazo y las enfermedades de transmisión sexual. Es importante que previo al inicio de las relaciones sexuales el/la ginecólogo/a recomienden el mejor método anticonceptivo para la adolescente que consulta.

- **A partir del inicio de las relaciones sexuales debería hacer un control ginecológico anual** el profesional te indicara el momento y los estudios de control que requieras.



¿Cómo cuidarse en la Edad Adulta?



- A través de su ginecólogo/a recibirá información sobre **salud sexual y reproductiva.**

- **Control ginecológico anual** que incluye el examen genital y mamario.

- **Papanicolaou y Colposcopia** (para la prevención y/o detección precoz del Cáncer de cuello del útero).

- **Mamografía** (para prevención y/o detección precoz del cáncer de mama)

Si no hay antecedentes de cáncer de mama (madre, hermana hija) el profesional le indicara la oportunidad y frecuencia de cada estudio.

¿Cómo cuidarse en el embarazo?

Si decidió embarazarse ¿Qué hacer?

Es recomendable hacer una consulta previa, al menos cuatro meses antes de buscar el embarazo, para conocer el estado de salud y prevenir situaciones que podrían complicar el embarazo.

¿En qué consiste?

- Vacunas.
- Detección temprana y tratamiento de infecciones.
- Tratamiento y compensación de enfermedades existentes.
- Prevención de malformaciones por exposición a radiación.
- Prevención de malformaciones por exposición a tóxicos químicos.
- Corrección de hábitos tóxicos.

Ya está embarazada ¿Qué hacer?

- Consulta al obstetra y continuar con los controles periódicos que se le indiquen.
- Apropiaada nutrición.
- Adecuada actividad física.
- Preparación de los pezones para la lactancia.
- Cursos de preparación para la maternidad y la lactancia.

Si ya nació su bebé ¿qué cuidados son necesarios?

- Control con el obstetra a la semana y al mes del parto.
- Luego del alta obstétrica se recomienda continuar con las visitas ginecológicas de rutina.**

¿Cómo cuidarse en la Menopausia?

- En el control anual podrá recibir **información sobre prevención de la osteoporosis** (ejercicios físicos placenteros, no fumar, sol adecuado, alimentación rica en calcio).

- **Control ginecológico anual** que incluye el examen genital y mamario.

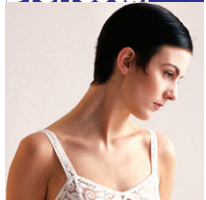
- **Los controles deben continuar aún en las mujeres que no tienen relaciones sexuales.**

- **Deberían tener un control control clinico anual, no solo las que tienen antecedentes:** hipertensión, diabetes, tabaquismo, dislipidemias o antecedentes familiares de enfermedad cardíaca (infarto, cirugía cardíaca, angioplastia) o en el caso que tengan síntomas (dolor en el pecho, dificultad respiratoria, palpitaciones).



Protección

Bienestar



Prevención



Cuidado

Experiencia

Controles Ginecológicos

En todas las etapas de la vida

Qué buscamos con estos estudios:

Algunos estudios son requeridos en forma más frecuente como parte de los controles habituales. No obstante ello, en función de la historia de salud de cada mujer; el/la profesional indicará si es necesario realizar otros estudios complementarios.

PAP y la Colposcopia

Buscamos detectar **lesiones en el cuello del útero** que podrían hacerse malignas y que tratadas tempranamente no tendrían consecuencias. También podemos detectar **cáncer de cuello inicial** que con una cirugía muy simple se cura.

El PAP se obtiene tomando una muestra de células del cuello del útero y la Colposcopia consiste en la visión del cuello del útero con un especie de microscopio. Es importante el uso de ambos métodos para lograr mayor exactitud en el resultado.

Ecografía ginecológica

Es utilizada para hacer diferentes diagnósticos y se solicitan cuando el/la ginecólogo/a la considera necesaria.

Ecografía transvaginal

Se suele pedir **cuando son necesarias algunas precisiones**. Por ej, si se quiere saber la medida de la capa interna del útero (endometrio) o una mejor visualización de los ovarios y trompas.

Mamografía

Buscamos **detectar imágenes en las mamas** que puedan relacionarse al cáncer en sus etapas iniciales, y aquellas benignas.

Ecografía mamaria

Suele utilizarse como complemento de la mamografía, cuando se quiere diferenciar si una imagen es quística o no.

Recuerde

Ante cualquier inquietud, consulte a su Médico de Cabecera.

 **PREVENCIÓN**

www.osplad.org.ar/prevencion



Atención al beneficiario desde todo el país

0810-666-7752
LUNES A VIERNES DE 8 A 20

info@osplad.org.ar
www.osplad.org.ar