

# Entendiendo más del ciclo ovárico y la menstruación

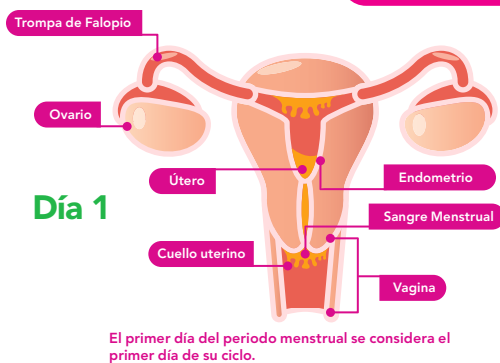
La primera menstruación se denomina menarquia y la desaparición de la misma recibe el nombre de menopausia.

Por lo general, la menarquia ocurre entre los 12 y los 14 años de edad y entre los 45 y 50 años, las mujeres entran en la etapa del climaterio, en donde ocurre la menopausia, es decir, el último sangrado menstrual.

La menstruación es el sangrado mensual de una mujer, también denominada periodo o regla.

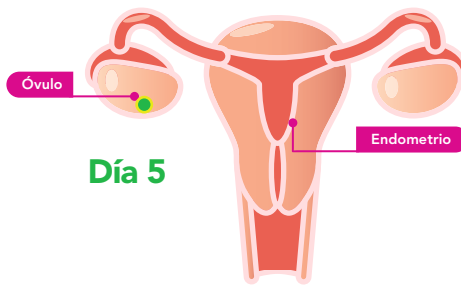


## Ciclo Menstrual



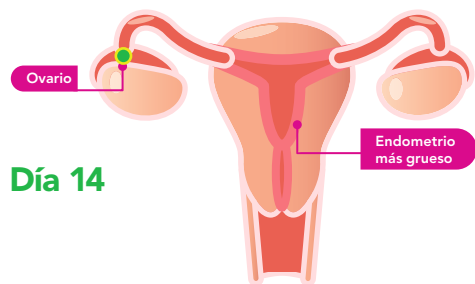
**Día 1**

El primer día del periodo menstrual se considera el primer día de su ciclo.



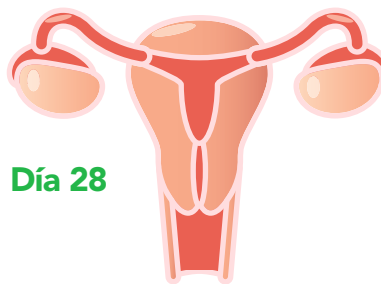
**Día 5**

La hormona estrógeno envía una señal al endometrio para que se desarrolle y se vuelva más grueso.



**Día 14**

El óvulo se libera del ovario se traslada a una de las trompas de falopio.



**Día 28**

Si el óvulo no se fertiliza, los niveles hormonales disminuyen y el endometrio se desprende durante la menstruación.

El ciclo menstrual promedio tiene una duración de **28 días**.

La duración del sangrado menstrual es de **2-7 días** aproximadamente.

El ciclo menstrual es el periodo comprendido entre el comienzo de una menstruación y el inicio de la siguiente.

La mayor probabilidad de embarazo de una mujer es durante los tres **días antes de la ovulación o en el día de la ovulación**.

**G NEDUCA**  
Educación en Ginecología

**Evita la automedicación, consulta siempre a tu ginecólogo.**

Esta página no exime por ningún motivo la consulta al médico. Este es un servicio cortesía de Grünenthal.

### Referencias:

1. Escobar ME, Trastornos del ciclo menstrual en la adolescencia Arch Argent Pediatr 2010; 108 (4):363-369.
2. El Ciclo femenino [www.edu.xunta.es/centros/ieschapela/gl/.../EL+CICLO+FEMENINO.pdf](http://www.edu.xunta.es/centros/ieschapela/gl/.../EL+CICLO+FEMENINO.pdf)
3. La menstruación y el ciclo menstrual <http://womenshealth.gov/espanol/publicaciones/nuestras-publicaciones/hojas-datos/menstruacion.pdf>

Programa de educación patrocinado por:

