

Conociendo acerca del control del ciclo



El ciclo menstrual comienza con la menarquía (primera menstruación de una mujer), se mantiene durante la edad reproductiva y cesa con la menopausia. El ciclo normal depende de la secreción hormonal del ovario y de un sistema que involucra el cerebro y hormonas dentro del eje hipotálamo-hipófisis. Se caracteriza por la aparición de dos fenómenos: uno no visible, ovulación, y otro visible, la menstruación.

La menstruación se define como aquel proceso fisiológico que ocurre de manera periódica y regular y se caracteriza por la descamación hemorrágica de la capa funcional endometrial (por efecto hormonal), con su posterior expulsión al exterior.

El ciclo menstrual es el periodo entre el comienzo de una menstruación y el inicio de la siguiente. Su duración promedio es de 28 días y se divide en dos periodos.

Las alteraciones del ciclo menstrual se manifiestan como irregularidades en la duración, frecuencia, cantidad de la menstruación y aparición de molestias premenstruales. Para catalogarlas como trastornos o alteraciones del ciclo, es necesario que estas se presenten en forma repetida. Las alteraciones menstruales constituyen una de las causas más frecuentes de consulta ginecológica en adolescentes.

Si el sangrado se presenta entre cada 21 a 35 días y no es excesivo, se considera como normal. Si la frecuencia y la cantidad del sangrado aumenta, entonces se denomina un sangrado uterino anormal.

Algunas de sus causas son:

- ▶ Lesiones benignas del útero
- ▶ Pólipos
- ▶ Fibromas
- ▶ Un embarazo
- ▶ Aborto espontáneo (natural)
- ▶ Diabetes mellitus

- ▶ Trastornos en el hígado, riñones
- ▶ Cambios importantes de peso corporal
- ▶ Aspectos emocionales y de estrés

El sangrado uterino anormal impacta de manera importante en el día a día de la mujer, principalmente por la incomodidad que representa la falta de control y el tratamiento que debe seguirse.

Si una mujer posmenopáusica presenta sangrado uterino anormal, debe consultar inmediatamente a su médico, ya que las causas son diferentes en cada etapa de la mujer.

¿Cómo puedo tener mi ciclo controlado?

El tratamiento de los trastornos del ciclo se enfocará hacia la causa que le dio origen. Como la mayoría de los trastornos se relacionan con la inmadurez del eje hipotálamo-hipófisis-ovárico se podrá adoptar una conducta expectante, con controles periódicos en las situaciones en que esto sea posible. Concomitantemente a la conducta de observación, su médico podrá recomendarle el uso de algún anticonceptivo hormonal para ayudarlo a controlar el mismo. Una vez superado el episodio agudo se indica tratamiento con progestágenos, en la segunda fase del ciclo, durante algunos ciclos.

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.



G NEDUCA
Educación en Ginecología

Referencias:

1. Cobo DA. Alteraciones menstruales 2012 www.hvn.es/servicios.../clase2012_alteraciones_menstruales.pdf
2. Serret JM. Alteraciones menstruales en adolescentes Bol Med Hosp Infant Mex 2012;69 (1):63-76
3. Rebull EL. Alteraciones Menstruales cvirtual2.il3.ub.edu/repository/coursefilearea/.../sal_meuh_m8t4a.pdf
4. Escobar ME. Trastornos del ciclo menstrual en la adolescencia Arch Argent Pediatr 2010;108(4):363-369 / 363
5. Sangrado Uterino Anormal, Guía para pacientes. American Society for Reproductive Medicine. 2013.

Programa de educación patrocinado por:

