

MENSTRUACIÓN

LA MENSTRUACIÓN O PERÍODO, ES EL SANGRADO VAGINAL NORMAL QUE OCURRE COMO PARTE DEL CICLO MENSUAL DE LA MUJER



SI ESTO NO OCURRE, EL ÚTERO, SE DESPRENDE DE SU RECUBRIMIENTO ESTA ES LA SANGRE MENSTRUAL, QUE SALE DEL CUERPO A TRAVÉS DE LA VAGINA. ESTA SANGRE ES PARTE SANGRE Y PARTE TEJIDO DEL INTERIOR DEL ÚTERO.

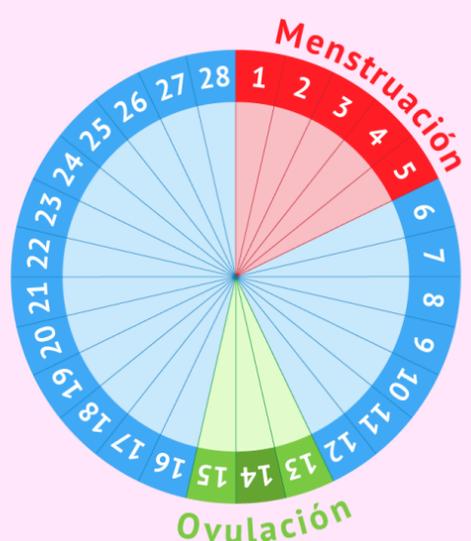
TODOS LOS MESES, SU CUERPO SE PREPARA PARA UN POSIBLE EMBARAZO



LOS PERÍODOS SUELEN COMENZAR ALREDEDOR DE LOS 12 AÑOS Y CONTINÚAN HASTA LA MENOPAUSIA, CERCA DE LOS 51 AÑOS. LA MAYORÍA DE LAS MENSTRUACIONES DURA ENTRE TRES Y CINCO DÍAS. ADEMÁS DEL SANGRADO, USTED PUEDE SENTIR:

- DOLORES O CALAMBRES ABDOMINALES O PÉLVICOS
- DOLOR DE ESPALDA BAJA
- HINCHAZÓN Y DOLOR EN LOS SENOS
- ANTOJO DE ALGÚN ALIMENTO EN PARTICULAR
- IRRITABILIDAD Y CAMBIOS DE HUMOR
- DOLOR DE CABEZA Y CANSANCIO

EL PERIODO QUE PASA ENTRE EL PRIMER DÍA DE UNA REGLA Y EL PRIMERO DE LA REGLA SIGUIENTE SE DENOMINA CICLO MENSTRUAL. CICLO MENSTRUAL ES HABITUALMENTE DE 28 DÍAS, PERO SE CONSIDERA NORMAL QUE DURE ENTRE 21 Y 35 DÍAS. DURANTE EL CICLO MENSTRUAL, EL CUERPO SE PREPARA PARA UN POSIBLE EMBARAZO



Ciclo menstrual normal

MENOPAUSIA

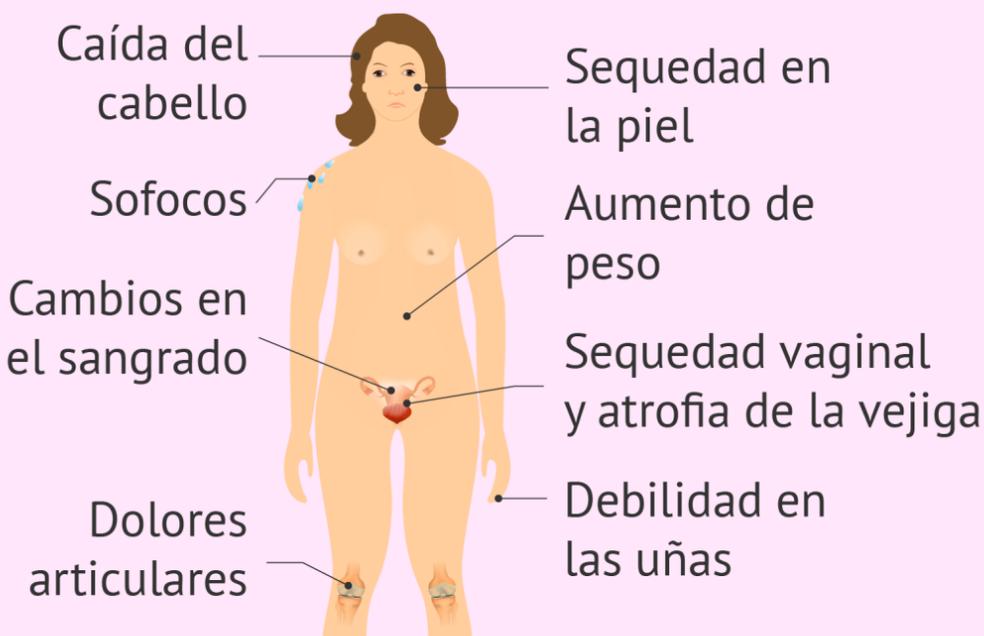
LA MENOPAUSIA SE PRODUCE PORQUE LOS OVARIOS DE LA MUJER DEJAN DE PRODUCIR LAS HORMONAS ESTRÓGENO Y PROGESTERONA.

SUELE OCURRIR NATURALMENTE, CON MAYOR FRECUENCIA DESPUÉS DE LOS 45 AÑOS

UNA MUJER LLEGA A LA MENOPAUSIA CUANDO NO TIENE UN PERÍODO MENSTRUAL DURANTE UN AÑO

LOS CAMBIOS Y LOS SÍNTOMAS PUEDEN EMPEZAR VARIOS AÑOS ANTES. ÉSTOS INCLUYEN

- CAMBIO EN LAS MENSTRUACIONES: MÁS O MENOS DURADERAS, MÁS O MENOS PROFUSAS, CON MÁS O MENOS TIEMPO ENTRE LOS PERÍODOS
- CALORES Y/O SUDORACIÓN NOCTURNA
- DIFICULTAD PARA DORMIR
- SEQUEDAD VAGINAL
- CAMBIOS DE HUMOR
- DIFICULTAD PARA CONCENTRARSE
- MENOS CABELLO Y MÁS VELLO FACIAL

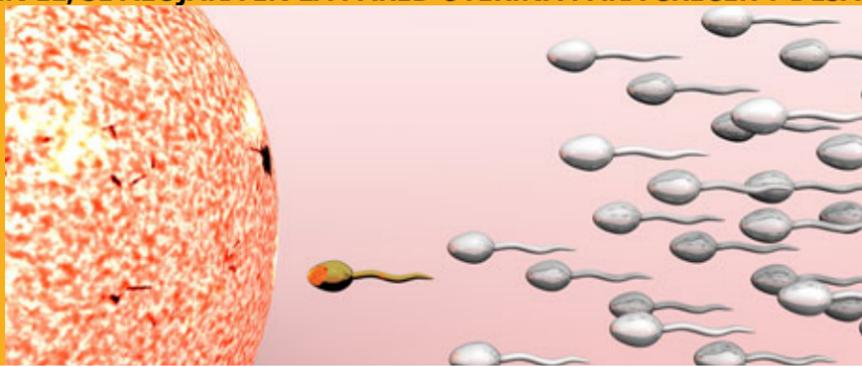


Cambios de humor
Dolores de cabeza
Fatiga
Depresión

CONCEPCIÓN, EMBARAZO Y PARTO

CONCEPCIÓN

- AL FINAL DE LA RELACIÓN SEXUAL, EL SEMEN DEL HOMBRE ES EXPULSADO Y QUEDA EN LA VAGINA DE LA MUJER.
- DICHO SEMEN CONTIENE MILLONES DE ESPERMATOZOIDES, LOS CUALES NADAN Y SE INTRODUCEN A LA MATRIZ A TRAVÉS DEL CONDUCTO (CUELLO O CÉRVIX).
- VIAJAN HASTA EL FONDO DE LA MATRIZ Y LUEGO PASAN A LAS TROMPAS DE FALOPIO O TUBAS UTERINAS. DEPENDIENDO DEL PERIODO DEL CICLO SEXUAL DE LA MUJER, UNO O MÁS ÓVULOS PUEDEN HABER DESCENDIDO POR LAS TUBAS UTERINAS.
- SI LOS ESPERMATOZOIDES SE TOPAN CON EL ÓVULO, CERCA DEL EXTREMO DE DICHA TROMPA, UNO DE ELLOS PUEDE PENETRAR EN ÉL. CUANDO ESTO OCURRE, SE DICE QUE EL ÓVULO HA SIDO FECUNDADO, Y ESTE ES EL MOMENTO DE LA CONCEPCIÓN. EL ÓVULO FECUNDADO VIAJA ENTONCES HACIA EL ÚTERO.
- UNA VEZ EN ÉL, SE ALOJARÁ EN LA PARED UTERINA PARA CRECER Y DESARROLLARSE.



EL EMBARAZO

EL EMBARAZO ES EL PROCESO DE DESARROLLO DEL ÓVULO FECUNDADO, QUE SE LOCALIZA EN LOS GENITALES FEMENINOS. SE INICIA CON LA CONCEPCIÓN O FECUNDACIÓN Y TERMINA CON EL PARTO.

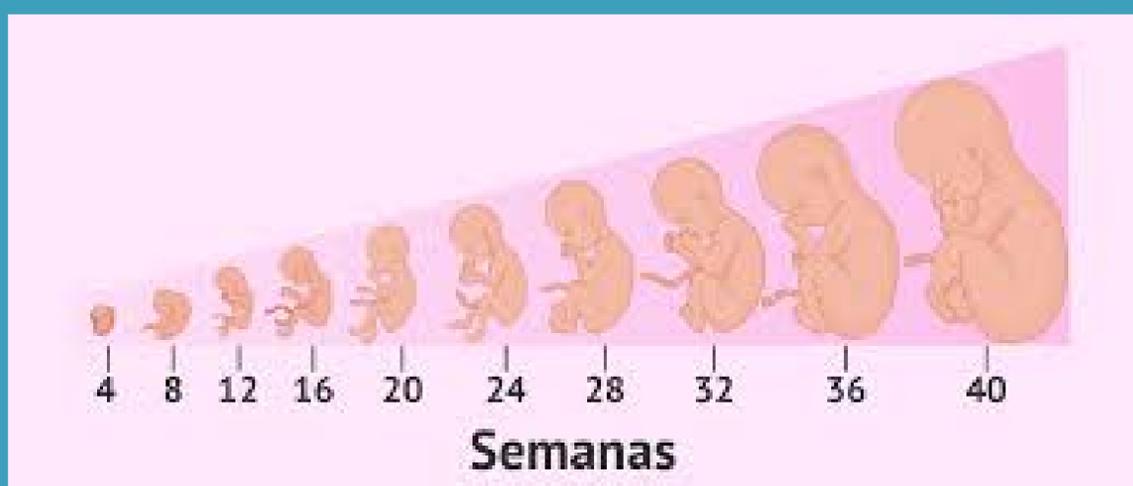
DESARROLLO DEL FETO

EL PERIODO DE GESTACIÓN DURA UNOS 266 DÍAS. EL FUTURO BEBÉ PASARÁ POR TRES ETAPAS:

PERIODO EMBRIONARIO. ADQUIERE SU FORMA DEFINITIVA. SE HAN EMPEZADO A DEFINIR RASGOS FÍSICOS, SEXO, ÓRGANOS INTERNOS, ETC. ES UN PERIODO DELICADO, DONDE SE PUEDEN PRODUCIR MALFORMACIONES POR FACTORES AMBIENTALES, APLICACIÓN DE MEDICAMENTOS Y FÁRMACOS EN GENERAL

PERIODO FETAL. ES LA ETAPA DE MADURACIÓN, DONDE VAN CRECIENDO CADA UNA DE LAS PARTES A SU PROPIO RITMO.

PERIODO DE MADURACIÓN FETAL. AUMENTA DE TAMAÑO, HAY UN IMPORTANTE CONSUMO DE PROTEÍNAS QUE AYUDAN A DESARROLLAR EL CEREBRO DE LA CRIATURA.



EL PARTO

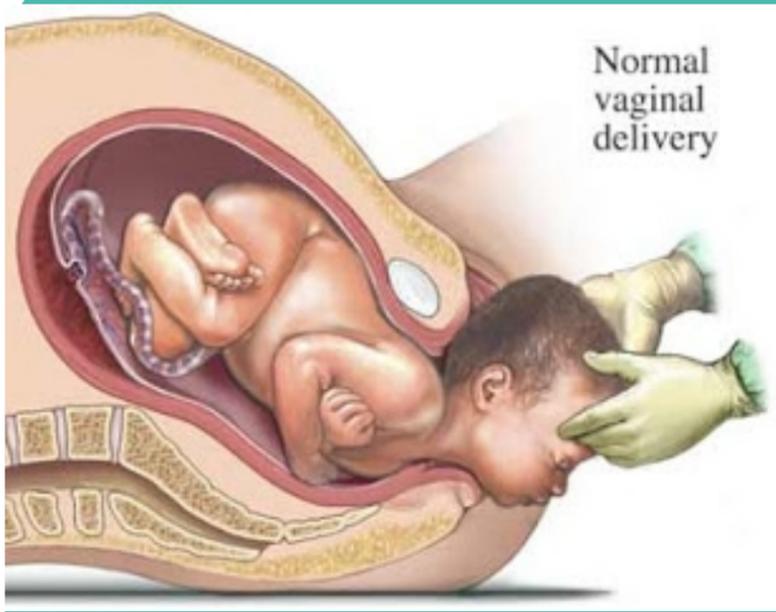
DETERMINACIÓN DE LA FECHA PROBABLE DE PARTO: FECHA DE LA ÚLTIMA REGLA, MÁS SIETE DÍAS, MÁS NUEVE MESES.

EL PARTO ES LA EXPULSIÓN O LA EXTRACCIÓN DEL FETO Y SUS ANEXOS DEL ÚTERO MATERNO. SE PRODUCE DE UNA MANERA ESPONTÁNEA A PARTIR DE LOS 270 DÍAS DE GESTACIÓN, PERO EN ALGUNOS CASOS ~CON EL FIN DE EVITAR COMPLICACIONES DIVERSAS~ SE RECURRE A LA INTERVENCIÓN QUIRÚRGICA (CESÁREA) PROVOCANDO ARTIFICIALMENTE LA SALIDA DEL FETO

EL PARTO SE INICIA CON LA DILATACIÓN DEL CUELLO UTERINO. PARA QUE ÉSTA SE PRODUZCA TIENEN LUGAR CONTRACCIONES DOLOROSAS DEL ÚTERO CUYA FRECUENCIA E INTENSIDAD AUMENTAN PAULATINAMENTE EN PRINCIPIO SON DE CORTA DURACIÓN CON PAUSAS LARGAS (15 A 20 MINUTOS).

LA FUENTE ~MEMBRANA QUE ENVUELVE AL FETO Y AL LÍQUIDO AMNIÓTICO EN EL QUE SOBRENADA~ GENERALMENTE SE ROMPE DESPUÉS DE QUE LAS CONTRACCIONES DOLOROSAS HAN COMENZADO. FINALMENTE LAS CONTRACCIONES TIENEN UNA FRECUENCIA DE 2 A 3 MINUTOS Y SU PRESIÓN SE EJERCE SOBRE EL FETO, QUE ES IMPULSADO HACIA EL EXTERIOR A TRAVÉS DEL CANAL DEL PARTO (PARTE INFERIOR DEL ÚTERO Y CONDUCTO VAGINAL)

EL TRABAJO DE PARTO PUEDE DURAR ENTRE 12 Y 18 HORAS SI ES EL PRIMERO, Y ENTRE 8 Y 12 HORAS O MENOS SI LA MUJER HA TENIDO OTROS PARTOS ANTES. ES MUY RARO QUE DURE MÁS DE 24 HORAS



EL PARTO TERMINA CUANDO SE EXPULSA LA PLACENTA, GENERALMENTE EN LOS 5 O 10 MINUTOS SIGUIENTES A LA SALIDA DEL FETO

