



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre de alumno: Shareni
Guadalupe Becerra Gutiérrez**

**Nombre del profesor: María
Cecilia Zamorano**

**Nombre del trabajo: Trastornos
menstruales**

Materia: ginecología

Grado: 5°

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas, Marzo de 2022.

La menstruación o período, es el sangrado vaginal normal que ocurre como parte del ciclo mensual de la mujer. Todos los meses, su cuerpo se prepara para un posible embarazo. 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.

El ciclo menstrual está regulado por la interacción compleja de hormonas: la hormona luteinizante, la hormona foliculoestimulante y las hormonas sexuales femeninas (estrógenos y progesterona).

El ciclo menstrual tiene tres fases:

- Folicular (antes de la liberación del óvulo)
- Ovulatoria (liberación del huevo)
- Lútea (después de la liberación del óvulo)

Los tipos de trastornos menstruales los definiremos en función de las variaciones que pueden aparecer en un ciclo menstrual o menstruación normal.

TRASTORNOS MENSTRUALES

LOS TRASTORNOS MENSTRUALES INCLUYEN:

- SANGRADO UTERINO ANORMAL
- AUSENCIA DEL CICLO MENSTRUAL
- CÓLICOS MENSTRUALES
- MENOPAUSIA PREMATURA
- SÍNDROME PREMENSTRUAL



IMPORTANTE



EL DIAGNÓSTICO DE LOS TRASTORNOS MENSTRUALES LO REALIZA LA MISMA MUJER SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE SUS REGLAS Y LA INFORMACIÓN DE LA QUE DISPONE. SIEMPRE QUE UNA MUJER SOSPECHA, O CREE QUE PUEDE TENER ALTERACIONES DE SUS CICLOS MENSTRUALES O REGLAS HABITUALES, ES MEJOR QUE CONSULTE AL ESPECIALISTA

DISPONER DE UNA BUENA INFORMACIÓN PARA ADAPTAR EL ESTILO DE VIDA AL DE UNA PERSONA LO MÁS SALUDABLE POSIBLE

ACUDIR A LA CONSULTA DEL ESPECIALISTA PARA REALIZAR LAS REVISIONES RECOMENDADAS SEGÚN LAS PATOLOGÍAS O ESPECIALIDADES MÉDICAS

CONSULTAR AL MÉDICO PARA DESCARTAR OTROS SÍNDROMES, AL APARECER SIGNOS O SÍNTOMAS COMPATIBLES CON SITUACIONES NO HABITUALES O NORMALES

PREVENCIÓN

SEGUIR UNA VIDA SANA BASADA EN UN BUEN DESCANSO, UNA BUENA DIETA Y LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA O EJERCICIO MEJORAN LA SALUD

PARA CADA UNO DE LOS TRASTORNOS DE LA REGLA LA PREVENCIÓN PUEDE SER MÁS ESPECÍFICA, COMO ES EN EL CASO DE LOS DOLORS DE REGLA, DONDE SE RECOMIENDA INICIAR EL TRATAMIENTO DEL DOLOR ANTES DE QUE ESTE SEA MÁS INTENSO Y YA NO PUEDA COMBATIRSE CON ANALGÉSICOS.

