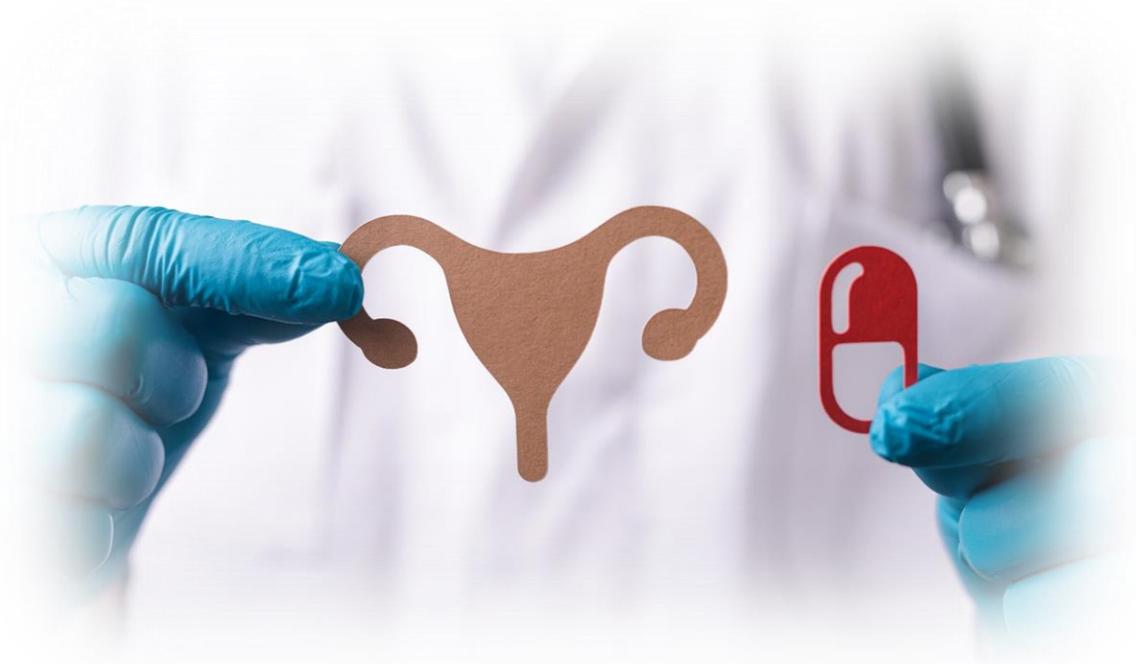


---

# SUPER NOTA

---

Submodulo I



3 DE JULIO DE 2025

UDS

Nombre del alumno: Marely Concepción Jiménez Gordillo

Nombre de la maestra: María José Hernández Méndez

## INTRODUCCION

*Desde que comencé mi formación en el área de la salud, uno de los temas que más me ha conmovido y, al mismo tiempo, despertado una profunda curiosidad ha sido la atención a la mujer en las distintas etapas de su vida. La vejez, particularmente, representa un momento lleno de transformaciones físicas, emocionales y sociales, donde muchas veces el cuerpo empieza a ser olvidado, invisibilizado o incluso relegado a un segundo plano. Y dentro de todos los aspectos que competen al cuidado integral de la salud femenina, la revisión ginecológica en la adulta mayor es, sin duda, uno de los más sensibles, necesarios y tristemente postergados. Este escrito es una reflexión personal, un llamado a la empatía y también una invitación a visibilizar una realidad que, por años, ha estado marcada por estigmas, tabúes y negligencia silenciosa.*

*En nuestra sociedad, existe una fuerte tendencia a asociar la ginecología exclusivamente con la juventud, la menstruación, la fertilidad y la maternidad. Es como si, al llegar a la menopausia, el cuerpo de la mujer perdiera automáticamente su valor dentro del enfoque médico preventivo. Sin embargo, el cuerpo femenino no deja de necesitar atención, acompañamiento ni vigilancia ginecológica. Al contrario, en esta etapa de la vida surgen nuevas necesidades médicas, nuevas vulnerabilidades y, sobre todo, nuevas formas de experimentar el bienestar físico y emocional. Como estudiante de salud, futura profesional y, sobre todo, como mujer, me resulta vital recordar que cada etapa de la vida femenina merece ser tratada con la misma dignidad, respeto y calidad médica.*

*La revisión ginecológica en la adulta mayor no debería ser vista como una práctica opcional, sino como una parte esencial del cuidado integral. A menudo, se tiende a pensar que las mujeres mayores ya no están en riesgo de enfermedades ginecológicas, lo cual es una percepción errónea y peligrosa. Al contrario, la edad avanzada puede aumentar el riesgo de padecer ciertas patologías como el cáncer cervicouterino, cáncer endometrio, prolapso de órganos pélvicos, incontinencia urinaria, atrofia vaginal y otras alteraciones que afectan de manera significativa la calidad de vida. Asimismo, la salud sexual no desaparece con la edad; muchas mujeres mayores siguen teniendo una vida sexual activa o, al menos, el deseo de vivirla con plenitud, y ello también requiere atención médica, orientación y respeto.*

*En muchas ocasiones, las pacientes mayores no acuden al ginecólogo simplemente porque no sienten que lo necesiten, o porque nadie se lo ha recomendado. Otras veces, el motivo es más complejo: vergüenza, temor a ser juzgadas, incomodidad ante el examen físico, o una sensación de que "ya no vale la pena". Este abandono, tanto externo como interno, puede generar consecuencias muy graves para la salud física y mental. ¿Cuántas mujeres mayores viven en silencio infecciones, molestias o dolores íntimos sin atreverse a contarlo? ¿Cuántas tienen miedo de un diagnóstico tardío por nunca haberse hecho una citología o una revisión pélvica en décadas? Es aquí donde la labor del personal de salud debe dar un giro radical, no solo desde el conocimiento técnico, sino desde la sensibilidad humana.*

*Durante lo largo de mi vida, he tenido la fortuna de conversar con mujeres de distintas edades. Algunas de ellas adultas mayores, con historias de vida tan diversas como conmovedoras. Recuerdo especialmente a una señora de setenta y tres años, quien me contó que no se hace una revisión ginecológica desde que nació su último hijo, hace más de cuarenta años. Su rostro era sereno, pero en su mirada había una mezcla de miedo, pudor y resignación. Al hablar con ella, me di cuenta de cuán normalizado está este abandono, de cuánto pesa el machismo, el desinterés del sistema de salud y también la falta de espacios seguros para hablar de sexualidad en la vejez. Escucharla me dejó una huella profunda y reforzó en mí la certeza de que este tema merece más atención, más estudio y sobre todo más empatía.*

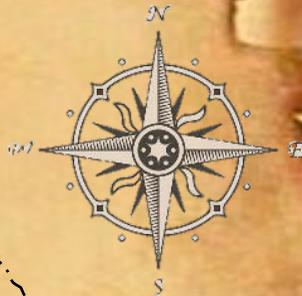
*Entender la revisión ginecológica en la mujer adulta mayor también implica reconocer el papel que juega el envejecimiento en el aparato reproductor. Cambios hormonales como la disminución de estrógenos pueden generar síntomas importantes: sequedad vaginal, dispareunia, infecciones recurrentes, e incluso cambios en el patrón de micción. Muchos de estos síntomas pueden aliviarse con tratamientos adecuados, pero antes de llegar a ellos, es indispensable la evaluación médica. Lamentablemente, hay un alto índice de mujeres mayores que no buscan ayuda por temor a que sus molestias se consideren "normales por la edad" o "inapropiadas de reaccionar". Aquí es donde el personal médico debe intervenir con una visión integral, sin prejuicios, con calidez y profesionalismo.*

*Además de la dimensión física, no podemos olvidar el impacto emocional que puede tener una revisión ginecológica en esta etapa de la vida. Algunas mujeres se sienten expuestas, vulnerables o incluso revictimizadas por experiencias del pasado. Otras sienten que su cuerpo ya no les pertenece, que ha cambiado demasiado como para ser examinado sin vergüenza. Por eso, la revisión ginecológica debe ser también un acto de escucha, de respeto y de validación. No basta con aplicar protocolos; hace falta sensibilidad para entender lo que significa ese momento para cada mujer. Hacer sentir cómoda a una paciente mayor, explicarle con claridad el procedimiento, permitirle decidir el ritmo de la consulta y garantizar su privacidad son aspectos esenciales que hacen toda la diferencia.*

*Me siento comprometida con transformar esta visión. Creo profundamente que cada mujer tiene derecho a ser escuchada, acompañada y cuidada sin importar su edad. La ginecología no es solo para jóvenes ni embarazadas; es para todas. Es para la señora que vive sola y siente molestias, pero no sabe a quién acudir; es para la abuela que ha sufrido silenciosamente infecciones recurrentes; es para la mujer que sigue sintiendo deseo, pero no sabe cómo expresarlo sin ser juzgada. Y también es para todas aquellas que nunca recibieron una atención ginecológica respetuosa y hoy aun cargan con las consecuencias físicas y emocionales de esa ausencia.*

*En este escrito, no solo quiero abordar el tema desde la teoría médica, sino desde la humanidad. La revisión ginecológica es una deuda pendiente del sistema de salud, pero también una oportunidad para dignificar el envejecimiento femenino. Es momento de romper el silencio, de capacitar al personal de salud en el trato digno, de generar campañas de concientización, y, sobre todo, de devolverle a las mujeres mayores el derecho a sentirse cuidadas y valiosas. Porque en cada cuerpo hay una historia, una lucha, una dignidad que merece ser atendida con profesionalismo, pero también con alma.*

*Este trabajo no es solo una obligación académica para mí; es un compromiso que nace desde el corazón. Porque he visto, escuchado y sentido el abandono que muchas mujeres mayores viven en silencio. Y porque estoy convencida de que podemos, y debemos, hacer algo al respecto.*



¿Qué es?

Es un examen completo del sistema reproductor femenino, adaptado a las necesidades de las mujeres mayores, que incluye la evaluación de la salud general y la prevención o detección temprana de enfermedades ginecológicas y mamarias.



Importancia

Es crucial para la prevención, detección temprana y tratamiento de diversas enfermedades ginecológicas, incluyendo cánceres como el de cuello uterino y mama.



Componentes

Historia clínica:

Antecedentes ginecológicos

Enfermedades crónicas,

Uso de medicamentos

Síntomas actuales

Vida sexual



Exploración física

Inspección general:

Estado nutricional, hidratación, signos de enfermedades crónicas.



Revisión

ginecológica

en la adulta

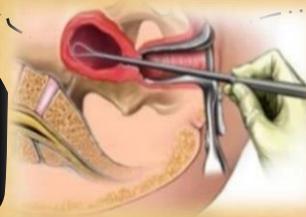
mayor

Exploración ginecológica

Inspección: Atrofia, cambios en coloración, lesiones, signos de infección o trauma

Especuloscopia: Observar infecciones vaginales, cuello uterino y evaluar secreciones.

Tracto urinario: Evaluar tamaño, forma y movilidad del útero



Estudios complementarios

Papanicolaou: Necesario sino hay estudios previos o factores de riesgo

Colposcopia: Si hay hallazgos anormales

Ultrasonido pélvico transvaginal: Útil para cualquier evaluación endometrio, útero y ovarios



Consideraciones especiales

En la postmenopausia, cualquier sangrado vaginal es normal y debe investigarse

La comunicación debe ser clara, empática y respetuosa, considerando posibles factores como auditiva

Fomentar la autonomía de la paciente, explicando los procedimientos



## CONCLUSION

*Cerrar esta reflexión no es una tarea fácil. No porque falten palabras, sino porque el tema deja huellas que invitan a seguir hablando, pensando, cuestionando. La revisión ginecológica en la adulta mayor no es solo un acto médico, sino también un espejo social, emocional y ético de como tratamos a nuestras mujeres mayores. A través de este trabajo he podido ver con otros ojos la importancia de esta práctica, no solo como una obligación clínica, sino como un gesto de cuidado, de reconocimiento, y, en muchos casos, de reparación.*

*He comprendido que envejecer no significa desaparecer, ni volverse irrelevante para el mundo ni para la medicina. Por el contrario, es una etapa que exige más atención, más sensibilidad y más respeto. Las mujeres mayores, por lo general, han vivido décadas cuidando de otros: hijos, parejas, padres, nietos... Pero rara vez se les enseña a cuidar de sí mismas. Y mucho menos a atender su salud ginecológica después de la menopausia. Esta es una de las grandes deudas que tiene nuestro sistema de salud, y también una de las grandes responsabilidades que tenemos como futuros profesionales.*

*Es común encontrar en nuestras prácticas clínicas una ausencia dolorosa: la de mujeres mayores que no acuden a una consulta ginecológica desde hace 20, 30 o incluso 40 años. Algunas lo evitan por temor, otras por vergüenza, y muchas simplemente porque nadie nunca les dijo que debían seguir atendiéndose. La ginecología, equivocadamente, se ha reducido al ámbito de la reproducción, como si una vez terminada la fertilidad, ya no hubiera motivos para examinar ni hablar de salud íntima. Pero la realidad clínica y humana nos demuestra lo contrario: es en la adultez mayor donde surgen nuevas condiciones, síntomas y enfermedades que requieren un seguimiento serio y respetuoso.*

*Entre estas afecciones encontramos, como ya he explorado, la atrofia vaginal, la incontinencia urinaria, los prolapso, las infecciones recurrentes, el cáncer cervicouterino o de endometrio, e incluso el dolor durante las relaciones sexuales. Pero más allá del diagnóstico, está el sufrimiento callado de muchas mujeres que cargan con estas dolencias en silencio, por miedo a no ser escuchadas o comprendidas. Y es ahí donde el rol del profesional de la salud se vuelve profundamente humano: acompañar, explicar, proteger, validar.*

*En mi experiencia como estudiante en el área de la salud, me ha enfrentado con los prejuicios que aún persisten, incluso entre colegas. He escuchado frases como "a esta edad ya para que", o "estas consultas son innecesarias", comentarios que reflejan no solo ignorancia médica, sino también una falta de empatía que puede tener consecuencias graves. Porque cuando dejamos de atender a una mujer por su edad, estamos diciendo, sin palabras, que su cuerpo ya no importa. Que su dolor es parte del "envejecimiento normal". Que sus deseos, dudas o necesidades son un estorbo. Y eso, para mí, es profundamente injusto.*

*Este trabajo ha reforzado mi compromiso personal y profesional de romper con esa narrativa. No podemos construir un sistema de salud verdaderamente humano si seguimos excluyendo, marginando o ignorando a los más vulnerables. La revisión ginecológica en la mujer mayor no solo debe promoverse, sino también adaptarse con sensibilidad: usar lenguaje claro, evitar juicios, crear espacios cálidos y privados, permitir que la paciencia se sienta segura, y, sobre todo, escuchar. Escuchar con atención, sin prisa, sin prejuicios.*

*Uno de los aprendizajes más valiosos que me deja esta reflexión es la necesidad de mirar a la paciencia en su integridad. No solo como un útero, una vagina o un cuello uterino, sino como una historia viva. Muchas mujeres mayores han atravesado experiencias difíciles relacionadas con su cuerpo: partos traumáticos, violencia obstétrica, abusos, cirugías, pérdidas, vergüenzas aprendidas. Y eso no desaparece con los años, al contrario, se acumula con el silencio. Por eso, una revisión ginecológica puede ser también un momento de sanación, si se realiza con respeto, paciencia y humanidad.*

*Me doy cuenta también de lo importante que es comenzar desde la formación. Deseo ahora, como estudiante, ya puedo marcar una diferencia. Puedo ser la voz que opone a los prejuicios, la que propone de hablar del tema en clase, la que sugiere adaptaciones en la práctica clínica, la que insiste en preguntar con amabilidad y tacto. Porque cada acto pequeño suma, y si algo tengo claro es que el cambio empieza desde uno mismo.*

*Además, esta conclusión no estaría completa sin mencionar la importancia de la educación. Es fundamental informar las mujeres mayores sobre sus derechos, sus posibilidades de atención y los signos de alerta. Muchas veces, el problema no es la falta de información accesible y libre de estigma. Necesitamos campañas específicas, charlas comunitarias, materiales visuales comprensibles, e incluso consultas a domicilio en ciertos casos. La salud ginecológica en la vejez no debe ser un lujo, debe ser un derecho básico, accesible y frecuente.*

*Tampoco quiero dejar fuera el papel de la familia. Muchas veces, los hijos o cuidadores desestiman las quejas ginecológicas de sus madres o abuelas, pensando que son exageraciones, o que **“ya no tiene caso llevarla al doctor”**. Eso también es violencia, y es una forma de abandono. Por eso es importante educar también a las familias, hace conciencia de que la salud femenina no termina con la menopausia, y que el respeto por el cuerpo de nuestras adultas mayores es parte del amor y del cuidado verdadero.*

*Finalmente, deseo cerrar esta conclusión con una imagen que me ha acompañado durante toda la elaboración de este trabajo. La de una mujer mayor entrando a consulta, tal vez con temor, tal vez con vergüenza, pero siendo recibida con una sonrisa sincera, con palabras que le devuelven su dignidad, con una atención que no la infantiliza ni la invalida. En ese pequeño gesto se juega el sentido más profundo de nuestra vocación, porque no se trata solo de curar, sino también de acompañar. De ser un puente entre el dolor y la esperanza. De hacerle sentir a cada mujer, sin importar su edad, que su cuerpo es valioso, que su historia importa, que aún tiene derecho a sentirse cuidada.*

*Ese es, para mí, el verdadero objetivo de la revisión ginecológica en la adulta mayor: devolverle a la mujer el control sobre su cuerpo, su bienestar y su voz.*