

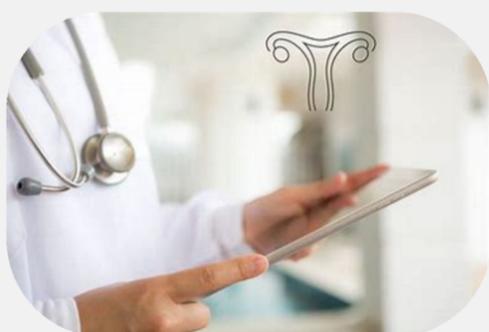


- Nombre del Alumno: Claudia Elizabeth Ramirez Alfaro
- Nombre del tema: Revisión ginecológica en la adulta mayor
- Parcial: 4
- Nombre de la Materia: Submodulo I
- Nombre del profesor: María José Hernández Mendez
- Nombre de la carrera: Enfermería
- 6 SEMESTRE

Revisión ginecológica en la adulta mayor.

Puntos importantes

¿Qué es la revisión ginecológica?



Para muchas mujeres la revisión ginecológica se define de realizar la citología, pero eso es solo una de las pruebas que se realizarán, cuando sea necesario.

Es importante encontrar a un ginecólogo o ginecóloga de confianza, quien te acompañará en las diferentes etapas de tu vida y, es posible, que también a tu familia. Generar un espacio de confianza es clave para abordar lo diferentes temas que marcan las diferentes etapas de la salud de la mujer, de la menarquía a la menopausia.

¿Cuándo debemos realizar una revisión ginecológica?

Se recomienda realizar una revisión ginecológica de forma anual. en el caso de tener molestias vaginales, sangrados irregulares, dolor abdominal, molestias o bultos en el pecho, se debe adelantar la visita aunque haga menos de un año que nos hubiéramos hecho la revisión.



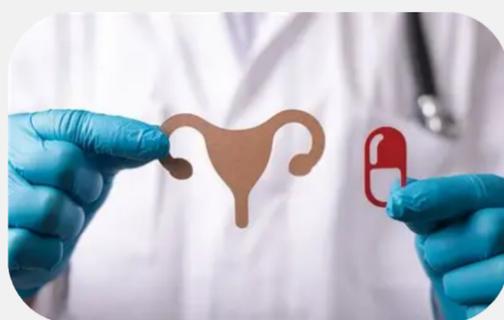
¿En qué consiste la revisión ginecológica?



Los realizará la exploración física, que consta de observación de los genitales externos (donde descartará que haya verrugas genitales, condilomas u otras lesiones), de la vagina y el cérvix (haciendo una valoración de las características del flujo) y por último cogerá muestra para citología (siempre que esté indicada).

¿Cada cuánto tiempo sería conveniente acudir al ginecólogo a partir de esa edad?

Entre los 65 y los 70 años es conveniente realizar una revisión ginecológica, como mínimo cada dos años, que es el tiempo máximo recomendado para realizar mamografías de cribado
Síntomas concretos como sequedad vaginal, dolor con las relaciones sexuales, picores genitales, sangrados vaginales, etc.



¿A qué pruebas ginecológicas van a enfrentarse las mujeres mayores de 65 años en esas revisiones?

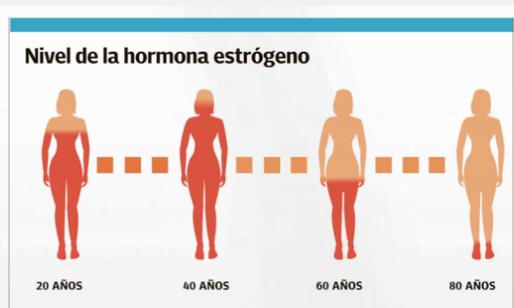


Una inspección visual de la zona vulvar y vaginal nos ayudará a descartar alteraciones a este nivel. Como hemos comentado, también se recomienda una mamografía cada dos años y una densitometría cada 2-5 años según el caso para valoración de útero y ovarios”.

Revisión ginecológica en la adulta mayor.

Puntos importantes

¿Qué patologías o enfermedades ginecológicas son más frecuentes en la edad madura?



La disminución de los niveles de estrógenos en esta etapa hace que las mujeres sean más proclives al llamado síndrome genitourinario de la menopausia, que se manifiesta como sequedad vaginal, dolor con las relaciones sexuales o incontinencia urinaria.

¿mujer mayor para una buena salud ginecológica? ¿Qué importancia tiene la alimentación y el ejercicio físico?

El ejercicio físico regular y la dieta mediterránea en la etapa postmenopáusica el riesgo cardiovascular aumenta. Dicho de otro modo, existe una mayor tendencia al aumento del colesterol, hipertensión arterial o eventos tromboembólicos, entre otros.



La Salud Mental y Emocional

Las revisiones ginecológicas son una gran oportunidad para hablar sobre tu bienestar emocional. Tu médico puede preguntarte sobre tu estado de ánimo, si has experimentado cambios en tu sueño o si sientes que tienes suficiente apoyo social.

