PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LA SALUD DE LA MUJER



"La salud se produce cuando se devuelve a la gente el poder para efectuar las transformaciones necesarias que aseguren un buen vivir y se reduzcan las causas que atentan contra la salud y el bienestar."

Carta de Ottawa, 1986

¿En qué consiste un Control Ginecológico?

Es un control preventivo que se debe realizar una vez al año. Es un examen simple, indoloro y toma alrededor de 30 minutos. Es normal sentirse avergonzada sin embargo, la matrona entiende como te sientes, te acogerá y responderá cualquier consulta que pudieras tener.

¿Cuando deberia consultar en forma inmediata?

Cuando hay presencia de: dolor pélvico o vaginal, descarga o flujo vaginal que causa picazón, ardor o mal olor, ausencia de menstruación si tiene 15-16 años, sangrado vaginal abundante y de más de una semana, molestias urinarias, ausencia de menstruaciones en algunos meses, especialmente si eres sexualmente activa, dolor menstrual intenso que te impidan llevar una vida normal



¿Qué debo hacer antes de acudir al control?

Confirmar mi citación, si es posible no tener actividad sexual 24 hrs. antes de examen, no realizar duchas vaginales, ni usar cremas u óvulos vaginales 24 hrs. antes del examen

¿Qué es el Papanicoalou (PAP)?

Es una prueba sencilla, rápida y barata, que permite evaluar si hay cáncer en el cuello del útero. Consiste en tomar una muestra de secreción del cuello uterino, colocarla sobre una porta-objeto, fijarla y posteriormente enviarla al laboratorio, estas células serán analizadas a través del microscopio por un especialista.

Con que frecuencia hay que realizarse un PAP?

Si eres o fuiste sexualmente activa, este se debe realizar idealmente una vez al año.

Si la mujer se ha sometido a estos exámenes por tres años consecutivos, y los resultados han sido normales, la prueba Pap puede hacerse con menos frecuencia, según lo indique la matrona o su médico.

La Vacuna es GRATUITA, pues está incorporada al Plan Nacional de Inmunizacion, a niñas entre 9-10 años de edad. Por lo que, en 4° año básico se recibe la primera vacuna y en 5° año la segunda dosis.

¿Qué es una colposcopía?

Una colposcopía es una forma en que tu médico puede mirar con aumento y de cerca, su vagina y el cuello uterino. Esto es posible utilizando un colposcopio.

¿Qué es el cáncer de cuello de útero o cérvicouterino?.

El cáncer cérvicouterino es una alteración de las células del tejido del cuello del útero, que se manifiesta inicialmente a través de lesiones que pueden llegar a transformarse en cáncer. Este cáncer puede ser curado si se descubre en etapas tempranas.

¿Qué causa el cáncer del cuello del útero?

Casi el 100% de las lesiones precursoras de un cáncer cérvicouterino (neoplasia intraepitelial) o de un cáncer cérvicouterino son producidas por el VPH o Virus Papiloma Humano. Estas lesiones son asintomáticas, por lo que el diagnóstico precoz es muy importante, ya que permite el tratamiento oportuno.

¿Qué debo saber acerca del VPH o Virus Papiloma Humano?

La mayoría de las personas que están infectadas por el VPH no presentan síntomas o anormalidades que se puedan detectar mediante un examen ginecológico, desconociendo su condición de infectados.

Existen muchas variedades de este virus de las cuales cerca de 30 son capaces de infectar el tracto genital, produciendo además cáncer vulvar y vaginal y/o verrugas o condilomas genitales (vulva, pene y ano).

Los tipos de Virus Papiloma Humano 6, 11, 16 y 18 son los principales responsables del cáncer de cuello de útero y de las otras enfermedades relacionadas. Siendo los tipos 16 y 18 causantes del 70% de cáncer de cuello de útero cada año en promedio en el mundo.

¿Cómo se contagia una persona con el VPH?

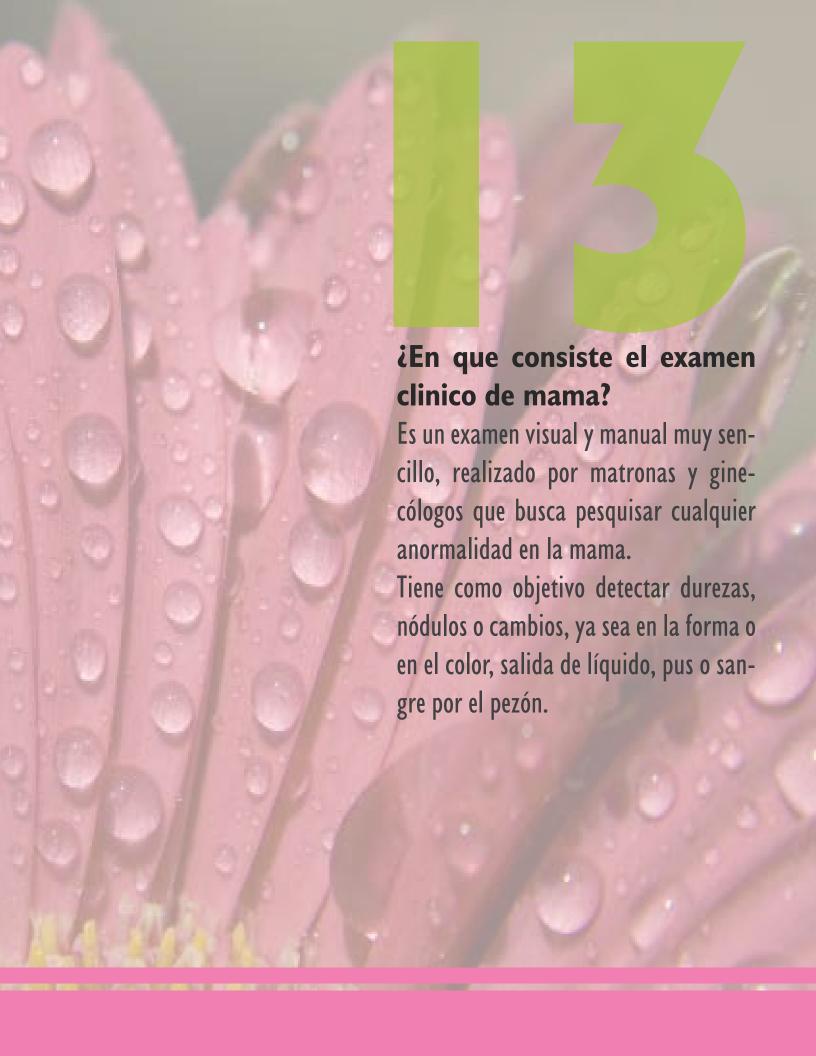
Se transmite de una persona a otra por el contacto sexual, ya sea a través de juegos sexuales, coito anal, vaginal u oral, aunque no haya contacto de fluidos en el área genital.

¿Como puedo evitar contagiarme de VPH?

Principalmente mediante prácticas de sexo seguro. Uso del preservativo o condón en forma correcta y en todas las relaciones. El uso del condón disminuye el riesgo de adquirir el VPH, pero no lo previene en un 100% de los casos, ya que este se transmite por el contacto de piel y/o mucosa, además de la vía sexual. Disminuye el riesgo tener relaciones sexuales con una sola pareja, uso de vacunas específicas para el VPH, las cuales requieren de una evaluación clínica y su indicación realizada por un profesional de salud, matrona o médico ginecólogo.

¿Qué debo hacer si me han diagnosticado cáncer cervicouterino?

Es una de la enfermedades que está incluida en el Plan GES (Garantías Explicitas en Salud) o AUGE, lo que significa que una mujer que está afiliada a Fonasa o a Isapre, tiene derecho a diagnostico, tratamiento y seguimiento de una cáncer cérvicouterino, garantizando acceso, calidad, oportunidad y protección financiera. (ver: www.minsal.cl, www.supersalud.gob.cl).



¿En que consiste el autoexamen de mama?





2



Frente a un espejo con los brazos arriba, observe y compare la forma, tamaño y contorno de sus mamas.
Normalmente muchas mujeres tienen una mama más pequeña que la otra.

Acostada boca arriba sobre una almohada, coloque la mano derecha detrás de la nuca y el codo pegado a la cama.





4



Palpe la mama derecha con la mano izquierda y los dedos ligeramente estirados. Presione en forma circular, incluyendo el pezón.

Tome su mama con la mano derecha y con el dedo índice y pulgar de su mano izquierda, apriete el pezón suavemente, desde atrás hacia adelante y observe si sale algún líquido y cómo es su aspecto.

El autoexamen de mama debe realizarse una vez al mes, idealmente una semana despues del inicio de la menstruación. En el caso de mujeres menopáusicas, programe un dia del mes para realizarlo.

Si mi examen clínico mamario salió alterado, ¿Qué pasos debo seguir?

Si su matrona o médico encontró algún hallazgo en su examen clínico mamario le va a solicitar examenes complementarios, como son la mamografía y ecotomografía mamaria (ECO mamaria) para establecer un diagnóstico, ya sea confirmando una lesión maligna o descartándola.

¿Con qué frecuencia me tengo que realizar una mamografía?

A partir de los 40 años, que es la edad de mayor riesgo, ésta debe ser realizada de forma anual idealmente.

Aquellas mujeres que tengan antecedentes familiares de cáncer mamario u ovario, se recomienda la mamografía a partir de los 35 años. En este grupo es importante el control clinico mamario en forma temprana.



¿Qué es una biopsia mamaria?

Es un tipo de examen en dónde se obtiene uno o varios tr<mark>ozos de tejido mamario, que posteriormente son estudiados por un patólogo, que determinara el tipo de tumor y por lo tanto el diagnóstico correspondiente.</mark>

Cual son los pasos a seguir si me diagnosticaron cáncer de mama?

Es una enfermedad que tiene Garantía Explícita de Salud (GES/AUGE), y para lo cual puede acceder según el Sistema Previsional que posea.

En el caso, que no cuente con previsión o pertenezca a Fonasa debe acercarse al consultorio que le corresponde según domicilio, o si cuenta con previsión de salud privada (Isapre) debe dirigirse a su Isapre para recibir información.

¿Cuál es el tratamiento para el cáncer de mama?

El tratamiento va a depender principalmente del tipo histológico de tumor, tamaño de la mama y tumor, edad de la paciente, entre otros.

No todos los cánceres de mama son iguales, es por eso que el equipo médico determinará cual será el tratamiento más adecuado en su caso particular.

¿El implante mamario puede causar cáncer de mama?

No, sin embargo la prótesis mamaria dificulta la ejecución de la mamografía, es por eso, que se utilizan técnicas especiales durante la realización del examen.

¿Existen factores de riesgo que me expongan a desarrollar un cáncer de mama?

El hecho de ser mujer, es el factor de riesgo más importante, ya que en hombres es de baja incidencia. Otros son la edad, mujeres por sobre los 40 años aumenta el riesgo, antecedentes familiares, embarazos tardíos, obesidad, sedentarismo, tabaquismo, uso de terapia de reemplazo hormonal prolongada, entre otros.

¿Los hombres pueden desarrollar un cáncer de mama?

Sí, los hombres tambien poseen glándula mamaria por lo que pueden desarrollar cáncer en esta zona. Es por eso, que los hombres tiene que consultar ante cualquier bulto, secreción o anormalidad en sus mamas.

¿Qué es la hormonoterapia?

Es un tipo de tratamiento contra el cancer de mama positivo a receptores de estrógenos, teniendo como objetivo bloquear hormonas que estimulan el crecimiento tumoral.

¿El dolor mamario es signo de cáncer?

El dolor de mama es la causa de consulta mas frecuente y generalmente se asocia a cambios hormonales, muy rara vez a enfermedades graves.

Consulte con su matrona o médico.

¿Dónde puedo consultar con un especialista?

Departamento de Ginecología, ubicado en Seminario #86, Providencia, Santiago. Solicite su hora al número de teléfono 223474010 o 223474000.

MAT. TERESA BRAVO C JEFE DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACION CORPORACIÓN NACIONAL DEL CANCER

