

# EXÁMENES Y CUIDADOS PARA LA MUJER SEGÚN SUS ETAPAS DE VIDA

**DR. MARIO PACHECO MENA**

*Ginecólogo y Oncólogo*

Las madres tienen que tener cuidado con la aparición de bultos o crecimientos unilaterales en las niñas antes de los 9 años.

Asimismo, deben tener alerta aparición precoz de vello púbico de menstruación, sea la menarca precoz (desarrollo precoz) que en algunas ocasiones podría estar ocasionado por un tumor de ovario.

En las mujeres adolescentes el principal consejo es que no crean que por jóvenes están exentas de un tumor maligno, lo más importante es la prevención de enfermedades de prevención sexual, en esta época, de inicio de la vida sexual, el mejor método anticonceptivo y de prevención de enfermedades venéreas es el preservativo.

## EDAD REPRODUCTIVA DE LOS 22 AÑOS A LOS 40 AÑOS

En esta etapa es muy importante la detección precoz del cáncer del cuello de la matriz, y de las lesiones precancerosas es la época de gran importancia para el papanicolau.

La idea es hacer el papanicolau, pero hacerlo bien, una mala toma de la muestra en este sentido es un grave error, los más indicados son los ginecólogos, pero las enfermeras, médicos generales (todos están capacitados todo depende de la profesionalismo con que se haga el procedimiento) de todas maneras el papanicolau se debe hacer frecuentemente aun bien tomado tienen un porcentaje de falla bastante alto.

Últimamente existe una técnica de procesamiento del papanicolau que ha reducido mucho las fallas se llama Mono-Capa, estudio de la muestra en una sola capa de células, en esta etapa de la mujer también es muy importante la detección de abultamientos y deformidades en las mamas mediante la exploración y el ultrasonido dejando la mamografía únicamente para casos de evidentemente diagnós-



tico.

## ETAPA POST MENOPÁUSICA

La más importante y de más cuidado en la mujer, es decir, cuando ya se terminó la etapa reproductiva, en donde ya se termina la regla y comienza entonces la atrofia de los ovarios. En esta etapa la incidencia de cáncer de cuello de la matriz sube mucho y también comienza a elevarse la frecuencia de cáncer de mama, desafortunadamente, es una época donde la mujer se aleja mucho del ginecólogo por haber terminado su etapa reproductiva, pero por otro lado, la aparición de síntomas menopáusicos (cambio hormonal) calores, sequedad vaginal, depresión, cambios en la piel, disminución de la libido, cambios de humor, etc)

Aunque no es un problema de tipo neoplásico (canceroso) en esta etapa es muy importante la prevención y el cuidado de la pérdida del calcio en los huesos, conocido como osteoporosis, y es parte del control que lleva el ginecólogo al apaciente, en resumen, en esta etapa de la vida, es fundamental el papanicolau cada año, la mamografía cada año, y la exploración ginecológica cada año, o bien

cada 6 meses, el control de huesos con densitometría ósea (es un estudio que mide la pérdida que puede sufrir una mujer de su masa ósea)

## ETAPA POST MENOPAUSICA MÁS AVANZADA (MÁS DE 60 AÑOS)

Es en esta etapa donde hay que tener mucho cuidado en cuanto al cáncer, por las repercusiones que pueda haber dado el tratamiento hormonal a raíz de la menopausia, es decir el haber recibido (estrógenos) como serían los estrógenos en la mama, en el endometrio, y en la parte interna del útero y que puede producir cáncer de endometrio.

También es importante, poner atención a la aparición de ulceraciones y tumoraciones en la vulva, que puede producir el cáncer de vulva, y todos los trastornos consecuencias de malos controles en la etapa anterior (Etapa post menopáusica) como son la osteoporosis, y la presencia de algún cáncer genital.

Es importante destacar, que el tratamiento cada vez más seguro y mejor controlado de la administración de hormonas en la época climática, antes de la menopausia y post menopáusica, ha hecho que las mujeres se

conserven mejor, se retarda mucho el proceso de envejecimiento y las mujeres disfrutan mejor su relación de pareja sexualidad, y notan menos daños atroficos en su organismo comparado con sus contemporáneas y todo esto aunado al alto promedio de vida que tienen las mujeres, que anda cerca de los 80 años.

Padecimientos que más aquejan a la mujer (incontinencia urinaria-huesos-papiloma)

▼ Cáncer de mama

▼ Cáncer de Cuello de la Matriz: Existe un pánico muy difundido en las mujeres respecto al papiloma humano virus- porque está comprobado que este virus de transmisión sexual es el responsable del cáncer del cuello de la matriz, dichosamente ya se cuenta con una vacuna, para prevenir la aparición del papiloma humano virus en las cepas más peligrosas, osea las de alto riesgo de producir cáncer en el cuello de la matriz, durante muchos años las mujeres no usaron de la prevención, y en CR ya durante este año tenemos a disposición la vacuna contra el papiloma, que se está usando principalmente en mujeres jóvenes que no han iniciado vida sexual. En edades comprendidas entre los 12 y 18 años. Sin embargo, también pueden usarla cualquier mujer que no haya tenido relaciones sexuales independientemente de su edad, o bien las que han tenido relaciones sexuales y que se ha demostrado que no son portadoras del virus y sus cepas más peligrosas.

Ahora mediante técnicas muy simples y poco costosas se logra tratar estas lesiones inclusive a nivel de consultorio como es la criocirugía, la conización cervical quirúrgica o eléctrica (LEEP) todo esto permite entonces tratamientos en las mujeres jóvenes garantizándoles capacidad de procreación y si continúan con un control adecuado también se les garantiza un control eficiente y efectivo. Para mayor información puede comunicarse al 2208-1295.