

Muy íntimo



Mauro Fernández, sexólogo

La menstruación y las vacunas

Son muchas las mujeres que han reportado cambios en su patrón menstrual en los dos últimos años, y desde luego, se hace la asociación con la **pan- demia**, la vacunación o con el covid si se sufrió esta enfermedad.

Los estudios mencionan que la vacuna del covid puede modificar levemente el **ciclo mens- trual**, casi siempre aumentando en uno o dos días, la duración del sangrado, cambio que suele normalizarse en las siguientes dos menstruaciones. Situacio- nes similares se han observado en las mujeres que han sido in- fectadas con el coronavirus.

Estos cambios menstruales son leves, puntuales y poco frecuentes, de tal forma que cualquier alteración menstrual que se presente, debe motivar a la mujer a consultar, ya que es más probable que se trate de un problema **ginecológico**, que de un efecto de la vacuna o del covid si se ha padecido.

Por otra parte, las alteraciones menstruales más significativas se han presentado a lo largo de la pandemia, producto de la tensión y el temor vividos en los últimos dos años. Los atra- sos menstruales de dos, tres o más meses, la presencia de sangrados abundantes y dolo- rosos y las reglas descontrola- das se han documentado con más frecuencia desde inicios del 2020. **Recordemos** que el es- trés puede provocar alteracio- nes hormonales que repercuten en las sustancias encargadas de regular el ciclo menstrual y como tal deben ser analizadas y de ser necesario tratadas.

Estos problemas aunados a la imposibilidad de acudir a una cita presencial a la consulta gi- necológica, y la renuencia de muchas pacientes de acudir a un centro de salud por el temor a ser **contagiada**, ha provoca- do un deterioro de la salud de muchas mujeres.

Puede que la variante **ómicron** marque el fin de la pandemia, tenemos que cuidarnos al máxi-