Sanatorio Allende

Controles Ginecológicos **por edad**

unidad mujer

Tu Salud Ginecológica en Cada Etapa de la Vida: Una Guía Amigable

En el Sanatorio Allende, **nos preocupamos por tu bienestar en cada etapa de tu vida.** Los controles ginecológicos regulares son clave para **prevenir enfermedades y mantenerte sana.** ¡Tu ginecóloga es tu aliada en este camino!

Es importante recordar que la visita ginecológica se recomienda **al menos una vez al año,** aunque no todos los estudios se realicen en la misma consulta. Es **una oportunidad para hablar** de todos los aspectos de tu salud.

Adolescencia (13 a 19 años)

Etapa de cambios físicos, hormonales y emocionales. Puede iniciarse la actividad sexual y aparecen nuevas dudas sobre el cuerpo y la salud.

- **Controles Ginecológicos Específicos:**
  - ✔ **Papanicolaou (PAP):** Se recomienda iniciar 3 años después del comienzo de las relaciones sexuales.
  - ✔ **Examen Ginecológico:** Se realizará según sea necesario y a criterio de tu médica.
  - ✔ **Consejería:** Hablaremos sobre salud reproductiva, prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS), métodos anticonceptivos y cómo cuidar tu fertilidad.
- **Salud General y Asesoramiento:** Charlaremos sobre hábitos saludables, prevención de adicciones (tabaco, alcohol, drogas), alimentación, actividad física y vacunación.
  Es un espacio seguro para hablar sobre situaciones de violencia o abuso, si existieran.
- **Análisis de Laboratorio:**
  - ✔ **ITS:** Anualmente si hay factores de riesgo.
  - ✔ **Anemia (Hemograma):** Solo si existen factores de riesgo, no de rutina.
  - ✔ **Tiroides:** No se recomienda de rutina si no presentas síntomas o si no vives en una zona de riesgo.

¿Por qué es importante?

Porque es el momento clave para construir hábitos saludables y prevenir infecciones que podrían afectar la fertilidad futura.

Edad reproductiva (20 a 49 años)

Etapa con ***mayor actividad hormonal.*** Puede incluir búsqueda de embarazo, planificación anticonceptiva o cirugías ginecológicas. También es el momento en que ***pueden aparecer los primeros factores de riesgo cardiovascular o metabólico.***

Controles Ginecológicos Específicos:

- ☑ **Papanicolaou (PAP):** Se recomienda cada 1 a 3 años. Si el primer PAP es negativo, se repite al año; si vuelve a ser negativo, el tercero puede ser a los 3 años.
- ☑ **Test de HPV o Co-test (PAP + HPV):** A partir de los 30 años, se puede considerar realizar solo el test de HPV o el co-test cada 5 años si el resultado es negativo.
- ☑ **Examen Ginecológico:** A criterio de tu ginecólogo.
- ☑ **Mamografía:** Se recomienda cada 1 o 2 años a partir de los 40 años. Si tus mamas son densas, se complementará con ecografías.
- ☑ **Consejería:** Continuamos asesorándote sobre salud reproductiva, ITS, anticoncepción y fertilidad en cada consulta.
- ☑ **Incontinencia de Orina:** Se recomienda conversar sobre este tema a partir de los 20 años si presentas algún factor de riesgo.

Salud General y Asesoramiento:

- Se continúa el asesoramiento sobre el consumo de tabaco, alcohol y drogas ilícitas en cada consulta.

- Se abordan temas como la violencia de género, hábitos nutricionales, actividad física, vacunación y riesgo social en cada visita.
- **Presión Arterial:** Se controlará anualmente.

› **Análisis de Laboratorio:**

- ✓ **ITS:** Anualmente si hay factores de riesgo.
- ✓ **Anemia (Hemograma):** Solo si existen factores de riesgo, no de rutina. o Diabetes (Glucemia o Hemoglobina Glicosilada): Cada 3 a 5 años.
- ✓ **Colesterol y Triglicéridos (Dislipemias):** Cada 3 años.
- ✓ **Tiroides:** No se recomienda de rutina si no presentas síntomas o si no vives en una zona de riesgo.

¿Por qué es importante?

Porque muchas enfermedades silenciosas (como el cáncer de cuello uterino o el colesterol elevado) pueden detectarse a tiempo. Y porque es una etapa clave para tomar decisiones sobre la salud reproductiva.

Menopausia y postmenopausia (50 a 79 años)

Etapa en la que disminuyen las hormonas sexuales. Aparecen nuevos riesgos: osteoporosis, enfermedades cardiovasculares y mayor incidencia de algunos cánceres.

› **Controles Ginecológicos Específicos:**

- ✓ **Papanicolaou (PAP) y Test de HPV:** Igual que para mayores de 30 años. Las guías actuales sugieren finalizar el screening con HPV a los 65 - 70 años. o

- ✔ **Examen Ginecológico:** A criterio de tu ginecólogo.
- ✔ **Asesoramiento Anticonceptivo:** Se suspende en pacientes menopáusicas. o Mamografía: Se recomienda cada 1 o 2 años hasta los 70 años. Si tus mamas son densas, se complementará con ecografías. Después de los 70 años, no se recomienda de rutina.
- ✔ **Incontinencia de Orina:** Se sigue abordando si existen factores de riesgo.

› Salud General y Asesoramiento:

- Continuamos con el asesoramiento sobre el consumo de tabaco, alcohol y drogas ilícitas, violencia de género, hábitos nutricionales, actividad física y vacunación en cada consulta.
- **Presión Arterial:** Se controlará anualmente.
- **Salud Musculoesquelética (DEXA - Densitometría Ósea):** Se recomienda a partir de los 65 años cada dos años. Antes de los 65 años, si existen factores de riesgo como bajo peso o fracturas previas.
- **Prevención de Cáncer de Colon:** Se recomienda consultar a un especialista en gastroenterología para evaluar la necesidad y frecuencia de este estudio.

  Prevención de Cáncer de Pulmón: Se recomienda consultar a un especialista.

› Análisis de Laboratorio:

- ✔ **ITS:** Si hay factores de riesgo.
- ✔ **Anemia:** Solo si existen factores de riesgo, no de rutina.
- ✔ **Diabetes:** Cada 3 años.

- **Colesterol y Triglicéridos (Dislipemias):** Cada 3 años.
- **Vitamina D:** No se recomienda dosificarla de rutina en pacientes sanas y sin factores de riesgo. Solo se solicita antes de los 65 años con factores de riesgo.
- **Tiroides:** No se recomienda de rutina si no presentas síntomas o si no vives en una zona de riesgo.

¿Por qué es importante?

Porque es una etapa en la que muchas enfermedades pueden prevenirse o tratarse a tiempo, mejorando la calidad de vida.

¿Por qué hacerte los controles?

- Porque cuidar tu salud te da tranquilidad
- Porque prevenir es mejor que curar
- Porque detectar algo a tiempo puede salvarte la vida
- Porque cada etapa de la vida merece atención especial
- Porque sentirte bien también es sentirte acompañada

unidad mujer

Unidad Mujer, todos los controles ginecológicos de rutina **en un solo día y un solo lugar, todo coordinado.**

Sanatorio Allende

Sanatorio Acreditado por **Joint Commission International**

Sanatorio acreditado por Joint Commission International (JCI) significa que ha cumplido con los estándares internacionales más rigurosos en calidad y seguridad del paciente. La JCI es la entidad global más reconocida en acreditación de organizaciones de salud: implica un compromiso real con procesos clínicos seguros, eficientes, centrados en el paciente y evaluables.

Implica: Calidad en la atención médica, Seguridad del paciente, Gestión institucional, velar por Derechos del paciente.

Sedes Unidad Mujer:

Cerro: Blas Pascal 5332
Nva. Cba.: Obispo Oro 42 - 5to Piso

0810-555-2553

@sanatorio_allende
/sanatorioallende
@sanatorioallendesa
sanatorioallende.com