

GINECOLOGÍA  
REVISIÓN GINECOLÓGICA

¿Eres joven?  
Damos respuesta  
a tus inquietudes  
ginecológicas



ATENCIÓN INTEGRAL EN OBSTETRICIA,  
GINECOLOGÍA Y MEDICINA DE LA REPRODUCCIÓN



En estos años has cambiando mucho:  
tu cuerpo, tu carácter, tu forma de pensar,  
de relacionarte...

En **Salud de la Mujer Dexeus** sabemos  
que estos cambios pueden provocarte  
dudas e inquietudes, y en muchas  
ocasiones puedes necesitar acudir a alguien  
en quien confíes para resolverlas.

Ven a vernos y descubriremos juntos  
cómo podemos ayudarte ante las dudas  
ginecológicas que puedas tener.



Gran Vía Carlos III, 71-75 08028 Barcelona  
Tel. 93 227 47 00 • Fax 93 418 78 32  
[info@dexeus.com](mailto:info@dexeus.com) • [www.dexeus.com](http://www.dexeus.com)

## ¿Tienes cita con tu ginecólog@?

A partir de cierta edad, si tienes problemas o dolores con la regla, síntomas de infección, o si ya has tenido relaciones sexuales o estás pensando en tenerlas, tienes que ser consciente de la importancia de acudir a un ginecólog@ para cuidar de tu salud y prevenir problemas.

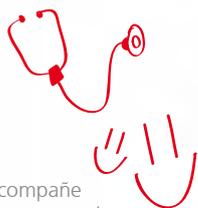
ii visita ginecólog@!!

## ¿Tienes cita con tu ginecólog@?

**Tanto si es tu primera visita como si ya has acudido a un ginecólog@ antes, en Salud de la Mujer Dexeus queremos que te sientas cómoda, segura, y ponértelo lo más fácil posible.**

**Lo mejor es que, con nosotros, podrás:**

\* Elegir que te atienda un doctor o una doctora



\* Decidir si quieres que te acompañe o no tu madre, un familiar o una amiga

\* Sentirte libre de preguntar sobre todas tus dudas sobre salud sexual y reproductiva. Tu ginecólog@ respetará tu deseo de confidencialidad, siempre que ello no implique un problema grave para tu salud (en caso que seas menor de edad)

BLA  
BLA  
BLA

\* Si tienes alguna consulta que no puede esperar, ven y te atenderemos el mismo día



No olvides que a partir de tu primera relación sexual es importante que acudas a tu ginecólog@ periódicamente.

## Todo lo que necesitas saber sobre tu revisión ginecológica



\* **1. Entrevista personal:** tu ginecólog@ te hará una serie de **preguntas para poder conocer mejor tu situación actual y tus necesidades.** Por ejemplo: ¿a qué edad te vino la regla?, ¿has mantenido relaciones sexuales?, ¿tienes pareja estable?

\* **2. Pruebas más frecuentes:** con el objetivo de comprobar que todo está bien, tu ginecólog@ te realizará una **sencilla exploración física:**

(a) Exploración mamaria: tu ginecólog@ te palpará las mamas para determinar sus características y **te dará consejos para que aprendas a autoexplorarte** y que tú misma puedas detectar cualquier anomalía.

(b) Exploración ginecológica: consiste en una inspección general de tu vulva para valorar su normalidad exterior y, en algunos casos, también su interior. **No te preocupes, como mucho puedes sentir vergüenza y, en algunas ocasiones, puede resultar un poco molesto.** Y si ya has tenido relaciones sexuales, te hará una prueba muy común llamada citología que consiste en tomar una muestra de células de la vagina para después analizarla y poder detectar ciertas infecciones.

(c) Otras pruebas: dependiendo de tu situación, es posible que tu ginecólog@ decida realizarte otro tipo de pruebas rutinarias como una ecografía ginecológica o una ecografía mamaria. No te debes preocupar, ya que **sólo son pruebas complementarias para completar algún diagnóstico.**

\* **3. Resultados:** tras las pruebas, tu ginecólog@ comentará contigo los resultados, **te asesorará, y responderá cualquier duda o pregunta que tengas:** ¿relaciones con tu pareja?, ¿qué métodos anticonceptivos se ajustan mejor a tus necesidades?, ¿qué hacer en caso de urgencia?

Si te han hecho una citología, su resultado te llegará a casa, por correo ordinario, entre 2 y 3 semanas después de la prueba.





## iProtegete ante todo!

Parte fundamental del papel de tu ginecolog@ será que conozcas los métodos anticonceptivos más adecuados para tu edad y los que se ajustan mejor a tus necesidades: muy eficaces, con los mínimos efectos secundarios, y, sobre todo, que te protejan no sólo de un embarazo, sino también del riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual como el virus del SIDA o el virus del papiloma humano (VPH).

¡Protégete ante todo!

## Anticonceptivos:

	Método anticonceptivo	Protección	Efectividad
Métodos barrera	Preservativo masculino y femenino	Protege tanto del embarazo no deseado como de las infecciones de transmisión sexual	95%
Métodos hormonales	Píldora Parche Anillo vaginal Implante Inyectable	Protegen del embarazo pero no de las infecciones de transmisión sexual	99%
Doble protección	Combinar anticonceptivos hormonales o DIU con el preservativo	Protege tanto del embarazo como de las infecciones de transmisión sexual	99%
Dispositivos Intrauterinos	DIU de cobre DIU de progesterona	Protegen del embarazo pero no de las infecciones de transmisión sexual	98-99%

## La píldora del día después: evita un embarazo no deseado

En seguida que sospeches que tu método anticonceptivo ha fallado o si no has usado ninguno, puedes ponerte en contacto con nosotros y acudir de urgencia para poder recetarte la píldora del día después. Se trata de un anticonceptivo de emergencia que se debe tomar antes de que transcurran de 72 a 120 horas desde la relación de riesgo, y tiene una eficacia del 80%.

Recuerda que la píldora del día después es un método puramente ocasional y de emergencia que en ningún caso debe sustituir los métodos habituales de anticoncepción que te recomiende tu ginecólog@.



## La vacuna del virus del papiloma humano (VPH): piensa ahora en tu futuro

El VPH es una infección de transmisión sexual muy común entre hombres y mujeres que puede causar verrugas genitales, y en algunos casos derivar en cáncer de cuello de útero. Uno de los principales factores de riesgo para contraer esta enfermedad es mantener relaciones sexuales sin protección. Sin embargo, **existe una vacuna muy eficaz que nos puede ayudar a protegerte de la infección** de los tipos de VPH que puedan provocar cáncer de cérvix.

Aunque lo más recomendable es vacunarse antes de la primera relación sexual, la efectividad de la vacuna se ha demostrado en mujeres de hasta 45 años. Consúltalo con tu ginecólog@ cuando vengas a **Salud de la Mujer Dexeus**.



## SIDA: la enfermedad del siglo XXI

Más de 2.500 jóvenes\* contraen el virus del SIDA cada día debido a los riesgos a los que se exponen cuando mantienen relaciones sexuales. La causa principal es el desconocimiento de la gran mayoría de las formas de transmisión y sus actuales métodos de prevención. El virus del SIDA se puede contagiar tanto por la sangre como por fluidos corporales como el semen o las secreciones vaginales. Por tanto, **siempre que mantengas relaciones sexuales con alguien, utiliza preservativo.**

El preservativo es el único método anticonceptivo que te protegerá del contagio del virus, tanto en caso de sexo oral como de penetración vaginal o anal.

\*Datos extraídos del Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef)



Departament  
**Obstetricia  
Ginecologia Reproducció**

Departament  
**Obstetricia  
Ginecologia  
Reproducció**

*Contigo siempre  
que nos necesites*

En Salud de la Mujer Dexeus nos esforzamos día a día por adaptarnos a todas las necesidades que puedas tener en cada momento. Por eso, y ante cualquier duda o urgencia, tanto tu ginecolog@ como un amplio equipo de profesionales te atenderán siempre que lo necesites.



Contigo siempre que nos necesites

## En Salud de la Mujer Dexeus te atenderemos siempre que nos necesites:

- \* **Si tienes que pasar tu Revisión Ginecológica:** recuerda que si ya has tenido relaciones sexuales, debes visitarte con tu ginecólog@ periódicamente
- \* **Si tienes dolores,** cuando te viene la regla o te ha de venir, o si tienes molestias en la zona pélvica o vaginal
- \* **Si tu regla es muy irregular**
- \* **Si tienes picores, vulvares o vaginales, o flujo anormal:** pueden ser síntomas de una infección de transmisión sexual, por lo que es muy importante detectarla lo antes posible
- \* **Si te has notado un bulto genital o mamario:** es importante comprobar inmediatamente de qué se trata
- \* **Retraso anormal de la regla:** desde la primera relación sexual que mantengas, corres el riesgo de embarazo

## ¡Si no puedes esperar, ven!

Sea lo que sea lo que te preocupa: unos picores, un bulto, una duda..., en **Salud de la Mujer Dexeus** podemos ayudarte.

→ Y si tu consulta no puede esperar, puedes venir al centro de lunes a viernes de 8.30 a 20 h.



## La visita ginecológica que se ajusta a ti

En **Salud de la Mujer Dexeus** pensamos en ti. Por eso, te ofrecemos la visita ginecológica con exploración general, ginecológica y mamaria, así como consejos para la autoexploración, con unas condiciones que se adaptan a tus necesidades.



Si durante tu visita ginecológica, tu médic@ considera necesario realizarte una citología o una ecografía ginecológica o mamaria, ¡se aplicarán estos mismos descuentos!

**¿Eres de alguna mutua?** Consúltanos y **beneficiate** de las ventajas que te ofrece tu compañía.

Llámanos y te daremos hora lo antes posible

### Sin excusas

Ahora, con tu **Carnet Jove** puedes disfrutar de estos descuentos:

- **60%** de descuento si tienes menos de 21 años
- **40%** de descuento si tienes entre 21 y 25 años
- **20%** de descuento si eres mayor de 25 años



### ¡Pide hora como quieras!

- Por teléfono, llámanos al **93 227 47 27**
- Por internet, entra en **www.dexeus.com**
- Si tienes alguna consulta que no puede esperar, **ven y te atenderemos el mismo día**



## No hagas caso a los rumores

Aunque seguramente veas a tu ginecolog@ como sólo un médico, piensa que es una persona con mucha experiencia y que conoce perfectamente las diferentes situaciones por las que estás pasando.

Sobre todo, si tienes dudas o inquietudes, no hagas caso de todo lo que lees o de los rumores que oigas por ahí. Tu ginecológ@ o alguien de nuestro equipo responderá todas tus preguntas.



No hagas caso a los rumores

## “Es normal que la regla te duela”

Aunque todas las mujeres pueden tener pequeñas molestias durante la regla, en ocasiones el dolor puede ser tan fuerte que te impida realizar una actividad normal. Si estos dolores no se calman con tratamientos analgésicos convencionales es posible que exista un trastorno ginecológico que los cause.

En estos casos, acude a tu ginecólog@ lo antes posible.

## “No debes bañarte, ducharte o lavarte el pelo durante la regla”

Durante los días de la menstruación es más importante que nunca que mantengas una buena higiene íntima para evitar infecciones. Además, gracias a productos como los tampones, podrás bañarte en el mar o en la piscina con total tranquilidad.

## “Si ‘lo haces’ con la regla, no puedes quedarte embarazada”

Totalmente falso. Es verdad que es poco habitual, pero sí que puede pasar. Así que no dejes de usar el preservativo u otro método anticonceptivo siempre que mantengas relaciones sexuales.

## “Si no me viene la regla, es que me pasa algo malo”

Durante los dos o tres primeros años que siguen a la primera menstruación es normal que tus ciclos menstruales sean irregulares. Aunque normalmente estos casos se deben a trastornos de la ovulación sin mayor importancia, cuando visites a tu ginecólog@, no te olvides de comentárselo.

