



Carta de la salud

Marzo 2018 #261

ISSN 1900-3560

MI PRIMERA CONSULTA GINECOLÓGICA

**Dra. Lina María Congote A., Ginecología y Obstetricia,
Ginecología Infanto-Juvenil - Fundación Valle del Lili**

INTRODUCCIÓN

La primera consulta ginecológica es un momento que crea gran expectativa o preocupación en la paciente y su familia. Temas como: ¿Cuál será la edad ideal para asistir al ginecólogo?, ¿Cómo será el examen físico, la confidencialidad y la elección del médico?, son aspectos a tener en cuenta. Debido a los cambios físicos y emocionales que se viven, la adolescencia es el momento ideal para empezar con las revisiones ginecológicas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como el período de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez, antes de la edad adulta y que ocurre entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, caracterizándose por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios.

En la niña, a nivel físico se desarrollan los caracteres sexuales secundarios, hay una maduración completa de las gónadas y se da la adquisición del pico de masa ósea y muscular (inicia la transpiración con olor, aparición de vello en axilas, pubis, crecimiento de las mamas y aumento de tamaño e inicio del funcionamiento del útero, los ovarios y se alcanza la talla adulta); es así como el comienzo de la pubertad marca el pasaje de la niñez a la adolescencia.



La Fundación Valle del Lili es una Institución privada sin ánimo de lucro que pertenece a la comunidad; organizada para ofrecer servicios de salud de alta complejidad a todas las personas indistintamente de su condición socioeconómica

Aunque esta etapa es sinónimo de crecimiento excepcional y gran potencial, constituye también una etapa de riesgos considerables, durante la cual el contexto social (familiar, pares), puede tener una influencia determinante.

Muchos adolescentes se ven sometidos a presiones para consumir alcohol, tabaco u otras sustancias psicoactivas, para empezar a tener relaciones sexuales a edades cada vez más tempranas, lo que entraña para ellos un elevado riesgo de traumatismos, embarazos no deseados e Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), entre ellas el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH).

Por todo esto se hace primordial contar con un espacio creado para que las niñas y adolescentes reciban una atención de alta calidad, brindada por un personal calificado, idóneo y preparado para responder a todas sus necesidades.

Principales cambios que se presentan en la pubertad



Los cambios físicos en la pubertad son: aceleración y desaceleración del crecimiento, cambios de la composición corporal con el desarrollo de órganos y sistemas, adquisición de la masa ósea, así como la maduración sexual (gónadas, órganos reproductores y caracteres sexuales secundarios).

La edad de inicio del desarrollo mamario es de 10 años y 6 meses, pero en algunas adolescentes se presenta un año antes o un año después. La edad media en la cual se presenta la menarquía (primera menstruación) es, entre los 12 años y 7 meses en promedio, y la talla definitiva se alcanza entre los 16-17 años.

Los cambios más llamativos tienen lugar en la esfera sexual y se culminan con la adquisición de la fertilidad. La edad cronológica tiene poca correlación con la maduración sexual y el crecimiento puede ser muy variable; por ello, es necesario conocer en todo adolescente, el índice de maduración sexual, que se evalúa mediante los estadios de Tanner (1962) y se basa en el desarrollo de los órganos genitales y caracteres sexuales secundarios.

El primer signo de desarrollo puberal en las chicas es el aumento del botón mamario, que puede iniciarse entre los 8-13 años, junto con aumento de la velocidad de crecimiento; la menarquía suele presentarse unos dos años después del desarrollo mamario. La mejor referencia sobre su inicio es la edad de la menarquía de la madre y hermanas.

¿Cuándo debe hacerse la primera consulta ginecológica?

La primera consulta ginecológica debe hacerse entre los 11 y los 15 años (preferiblemente antes de la primera menstruación), o en caso de que los padres o el pediatra, noten alguna situación anormal.

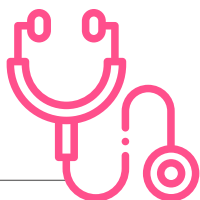
Los principales motivos de preocupación a esa edad, son las alteraciones de la menstruación, cólicos, infecciones vaginales, la necesidad de asesoramiento sobre salud sexual y reproductiva, principalmente en temas relacionados con la anticoncepción.



¿De qué hablaré con mi ginecólogo?

Normalmente la primera visita al ginecólogo es para conocer a la niña o adolescente, para realizar una historia médica enfocada en la parte ginecológica y para saber qué sucederá en la próxima visita. No suele ser indispensable un examen físico. Sin embargo, puede hacerse un examen médico en esta consulta según la edad, si ha tenido relaciones sexuales o si hay problemas con la menstruación, dolor o síntomas de infección.

Los 3 propósitos de esta consulta son:



1. Información:

Obtener información precisa y confidencial a cualquier pregunta concerniente a los cambios en el cuerpo, su funcionamiento, sexualidad y cuidados, además de aprender a detectar cuando se presente algún problema. También se proporcionará la información necesaria sobre temas en salud sexual y reproductiva, haciendo énfasis en los diferentes métodos de planificación familiar.

2. Prevención y educación:

Aprender acerca de la prevención del embarazo no deseado, enfermedades de transmisión sexual y cuáles son los estilos de vida saludables. El médico enseñará sobre el cuidado que se debe tener con el cuerpo, la necesidad del ejercicio físico, una alimentación balanceada, así como los hábitos de higiene en general y los relacionados con el área genital. Además se brindará una completa asesoría sobre los diferentes métodos existentes para planificación familiar, su modo de uso y los posibles efectos secundarios.

3. Tratamiento:

Si se detecta algún problema o alteración, el ginecólogo lo analizará, hará un diagnóstico y definirá el manejo médico, si lo requiere. Además del motivo de consulta, se abordarán todos los aspectos de la vida del adolescente, se tendrán en cuenta aspectos como la familia, amigos, colegio, riesgos (incluidos los toxicológicos), autoestima y sexualidad. Es muy importante en este primer encuentro crear una relación de confianza con el ginecólogo y planear lo que se realizará en las consultas futuras.

¿Qué pasará con mis padres?

A la primera consulta ginecológica se puede entrar sola o acompañada por los padres, pero la paciente puede estar tranquila, porque su derecho al respeto de la intimidad están absolutamente garantizados. La

confidencialidad del médico NO tiene límites a pesar de la edad de la paciente.

La participación de los padres es fundamental para proporcionar los antecedentes clínicos cuando se trata de niñas pequeñas o con discapacidad mental. Si a la niña o adolescente le preocupa que el médico comente con sus padres detalles de la conversación, debe expresarlo claramente. El médico le explicará que puede mantener la confidencialidad entre ellos, pero en caso de detectar que la paciente puede estar en riesgo de dañarse a sí misma o a otras personas, o que alguien le está haciendo daño, este tiene la obligación de compartir esa información con sus padres o tutores.

La obligación del médico es asegurarse de que la paciente esté totalmente informada y participe en la toma de decisiones dentro de sus posibilidades. Los padres o tutores legales no deben oponerse a la provisión de información, y/o tratamiento médico de sus hijos menores de edad cuando este sea necesario.

¿Cómo será el examen físico?

Esto va a depender principalmente de la edad, de si la paciente ha iniciado sus relaciones sexuales o si se detecta algún problema.

Examen físico general: durante el examen físico se medirá la estatura, peso y presión arterial.

Examen de los senos: la exploración de las mamas debe ser incluida en la revisión periódica. Para explorar los senos es mejor que se acuda a la consulta después de terminar la menstruación; en este momento la glándula mamaria está en las mejores condiciones para que la información obtenida en la exploración sea clara.

Examen pélvico: este examen casi nunca se realiza durante la primera consulta ginecológica, a menos que la paciente haya tenido relaciones sexuales, o si existe alguna situación particular por la cual el médico considere que deba hacerlo.

El examen pélvico consta de tres partes:

1. Examen de la vulva o parte externa de los genitales.
2. Examen de la vagina con un espéculo (instrumento especializado para introducirlo a través de la vagina).
3. Palpación bimanual de los órganos internos.



Vacunas: esta visita es también una oportunidad para aprender y recibir las vacunas que se deben aplicar durante la adolescencia, incluida la del Virus del Papiloma Humano (VPH).

Asesoría sobre salud sexual y reproductiva: en esta época de la vida, es frecuente que se dé el inicio de las relaciones sexuales, siendo muy importante informar a la adolescente sobre sus derechos en salud sexual y reproductiva, los cuidados, el respeto que debe tener por su cuerpo, los peligros inherentes a una sexualidad poco responsable y realizar una adecuada educación sobre los diferentes métodos de planificación familiar, con el objetivo de reducir al máximo el número de embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual.

Las adolescentes, en general, no tienen contraindicaciones para utilizar cualquier método anticonceptivo y deben tener acceso a toda la variedad de opciones, la edad por sí sola no constituye una razón para no ofrecer los diferentes métodos existentes a una paciente, la elección del método debe ser libre e individual.

Derechos de las adolescentes en salud sexual y reproductiva

La Salud Sexual y Reproductiva (SSR) se refiere a un estado general de bienestar físico, mental, social, no solo a la ausencia de enfermedades o dolencias en todos los aspectos relacionados con la sexualidad y la reproducción; la SSR de la población adolescente comprende el ejercicio de una sexualidad libre, satisfactoria, responsable y sana, la prevención del embarazo precoz, la prevención, atención de eventos relacionadas con la sexualidad y la reproducción.

Las adolescentes están iniciando su vida sexual en una edad cada vez más temprana. El embarazo precoz tiene graves consecuencias sobre la calidad de vida de los futuros padres y de los hijos por nacer: es un factor que contribuye a perpetuar el círculo de la pobreza.

Los programas de promoción y prevención, los servicios destinados a la población general no responden a las necesidades específicas de las jóvenes. La población adolescente requiere acciones de promoción de SSR específicamente diseñados para ella, involucrando a las redes sociales, educadores y familia, así como servicios de atención integrales que respondan a las necesidades y características propias de su ciclo vital.

Las adolescentes no acuden con facilidad a los servicios de consejería y atención, por lo tanto, es indispensable contar con mecanismos que les permitan aprovechar las

oportunidades en que se acercan a solicitar orientación, particularmente para suministrarles métodos de control de la fecundidad y de protección contra ITS y VIH/SIDA, para vincularlos a programas específicos según sus necesidades.

RECOMENDACIONES

La elección del especialista que va a realizar esta primera consulta es de vital importancia, porque de la empatía que se logre, depende el éxito del tratamiento, la aceptación de las recomendaciones y la continuidad en las visitas.

El ginecólogo especialista en niñas y adolescentes debe ser confiable, tener una actitud tranquila y serena, saber escuchar, dedicar el tiempo suficiente para que la adolescente se pueda expresar con tranquilidad, así como también, emplear un lenguaje sencillo, comprensible, tener la preparación necesaria; finalmente sentir cariño y vocación por el trabajo que realiza.

COMITÉ EDITORIAL

- Dra. Marcela Granados
- Dra. Diana Prieto
- Dr. Jorge Madriñán
- Dra. Zamira Montoya
- Dr. César Augusto Arango
- Dr. Luis Alberto Escobar
- ND. Martha Ligia López de Mesa
- Enfermera Ma. Elena Mosquera
- Enfermera Julia Alba Leal
- Diseñadora, María Isabel Sánchez
- Comunicadora, Vanessa Anturi
- Abogado, Camilo Andrés García

Dirección: Cr. 98 # 18-49

Tel: 331 9090 - Santiago de Cali

E-mail: cartadelasalud@fvf.org.co

Citas: centraldecitas@fvf.org.co

Versión digital disponible en

www.valledellili.org/cartadelasalud

Diagramación: Paola Valencia Muñoz

Síguenos en:  fvcali  fvcali  @FVLCAL

Esta publicación de 40.000 ejemplares es cortesía de:



El País



Los conceptos y opiniones contenidos en los artículos de la Carta de la Salud, corresponden únicamente al de los autores y editorialistas. Esta publicación pretende mejorar su información en temas de la salud en general. Las inquietudes que se relacionen con su salud personal, deben ser consultadas y resueltas con su médico.