

Capítulo 22

En este capítulo:

Problemas con la regla.....	360
Una regla pesada.....	360
Una regla ligera.....	360
Una regla que viene con demasiada frecuencia, o sangrado en otras ocasiones.....	361
Cuando la regla se tarda demasiado en venir o deja de venir por completo.....	361
Otros tipos de problemas de sangrado.....	362
Sangrado durante el embarazo.....	362
Sangrado después del parto.....	363
Sangrado después de un aborto o de un malparto.....	362
Sangrado después de tener relaciones sexuales.....	363
Sangrado después de la menopausia.....	363

Cómo usar este capítulo:

La mayoría de las causas de los problemas de sangrado que se describen en este capítulo se explican en otras partes de este libro. Si usted tiene un problema de sangrado, búsquelo aquí y después diríjase a la página indicada para obtener más información. Si este libro no habla de su problema, acuda a un trabajador de salud capacitado para hacer exámenes pélvicos.

Sangrado anormal de la vagina



Es normal que haya cambios en la *regla* de vez en cuando por causa de enfermedades, angustia, embarazo, amamantamiento, un viaje largo, demasiado trabajo o cambios en la alimentación. Pero si el cambio en la regla ocurre de repente, dura más de unos cuantos meses o está acompañado de otros problemas, puede ser señal de un problema más grave.

► Si hay un cambio repentino en su regla, siempre piense en la posibilidad de un embarazo—aun si está usando un método de *planificación familiar*.

Señas de peligro

Si una mujer tiene cualquiera de estas señas de peligro, es posible que necesite atención médica de inmediato. Diríjase a la página indicada para obtener más información.

- sangrado y dolor en el *abdomen* cuando no ha tenido la regla regular (página 73)
- sangrado en los últimos meses del embarazo (página 74)
- sangrado pesado después de un parto, de un *malparto* o de un *aborto* (páginas 92, 234 y 251)



la regla



el embarazo

Problemas con la regla

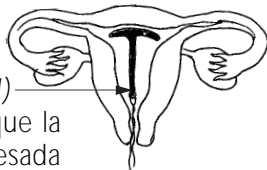
UNA REGLA PESADA O UNA REGLA QUE DURA MUCHO TIEMPO

- La regla es pesada si la sangre atraviesa una toalla higiénica en menos de una hora.
- La regla es larga si dura más de 8 días.
- Los coágulos de sangre (bultitos suaves en la sangre que son brillantes, de color rojo oscuro y que parecen hígado) también son señal de una regla pesada.
- Una regla pesada que dura muchas semanas, meses o años, puede causar 'sangre débil' (*anemia*, vea pág. 172).

Causas:

- Puede que haya un desequilibrio en las *hormonas*, de manera que el *ovario* no suelte un huevo. Esto sucede comúnmente en mujeres menores de 20 años y en mujeres mayores de 40 años (vea pág. 47).

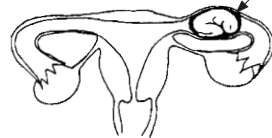
- Es posible que un *dispositivo intrauterino (DIU)* esté causando que la regla sea más pesada (vea pág. 220).



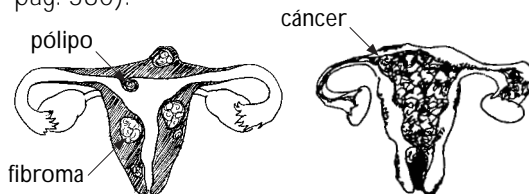
- El sangrado podría deberse a un malparto, aunque no haya pensado que estaba embarazada (vea pág. 234).



- Si usted tiene dolor en el abdomen acompañado de sangrado, quizás tenga un *embarazo ectópico* (en una trompa). Es **URGENTE** que usted vaya a un hospital de inmediato (vea pág. 73).



- Es posible que tenga un problema de la *tiroides*.
- Es posible que tenga bultos (*fibromas* o *pólipos*) o *cáncer* en la *matriz* (vea pág. 380).



IMPORTANTE Vea a un trabajador de salud capacitado para hacer exámenes pélvicos si usted está sufriendo de sangrado pesado, y...

- le sale sangre a chorros de la vagina.
- su regla ha sido pesada y larga por 3 meses.
- usted piensa que podría estar embarazada.
- usted sufre de dolor fuerte con la regla.

UNA REGLA LIGERA

Una regla ligera cada mes no es un problema médico.

Causas:

- Algunos métodos de planificación familiar—tales como las inyecciones, los implantes y la píldora anticonceptiva—pueden hacer que usted sangre menos después de haberlos estado usando por algún tiempo.
- Es posible que su ovario no haya soltado un huevo.

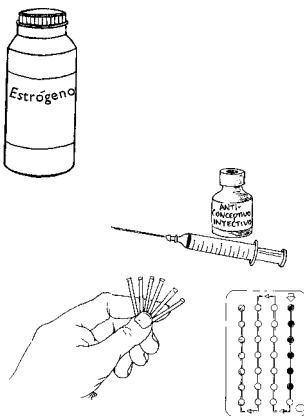


UNA REGLA QUE VIENE CON DEMASIADA FRECUENCIA, O SANGRADO EN OTRAS OCASIONES

Es posible que algo esté mal si la regla ocurre con más frecuencia que cada 3 semanas, o si va y viene sin un ritmo regular.

Causas:

- Puede que el ovario no haya soltado un huevo (vea pág. 49).
- Puede que haya bultos (fibromas o pólipos) o cáncer en la matriz, sobre todo si la regla es pesada y no es regular (vea pág. 380).
- Usted está tomando el medicamento llamado *estrógeno* después de la *menopausia* (vea pág. 125).
- Algunos métodos de planificación familiar—tales como la píldora anticonceptiva, los *implantes* y las inyecciones—pueden causar que usted sangre con más frecuencia (vea págs. 208, 213 y 214)



► Los métodos de planificación familiar hormonales, tales como las pastillas anticonceptivas, los implantes o las inyecciones, pueden producir cambios en la regla.

CUANDO LA REGLA SE TARDA DEMASIADO EN VENIR O DEJA DE VENIR POR COMPLETO

La regla generalmente ocurre cada 21 a 35 días. Puede ser normal que pasen aún más días entre las reglas. Pero es posible que algo esté mal o que usted esté embarazada si su regla deja de venir por completo.

Causas:

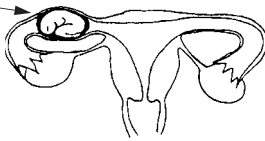



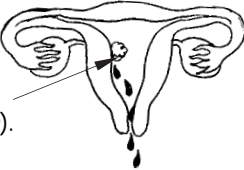
- Es posible que usted esté embarazada (vea pág. 67).
- Es posible que usted esté embarazada y esté teniendo una pérdida (vea pág. 98).
- Puede que el ovario no haya soltado un huevo (vea pág. 231).
- Es posible que usted tenga una enfermedad grave—como *paludismo*, *tuberculosis* (vea pág. 387) o *SIDA* (vea pág. 283).
- Si usted tiene más de 40 ó 45 años de edad, es posible que se esté acercando a la menopausia (vea pág. 124).
- Algunos métodos de planificación familiar—tales como la píldora anticonceptiva, las inyecciones y los implantes—pueden hacer que las reglas ocurran con menos frecuencia (vea págs. 211 á 219).




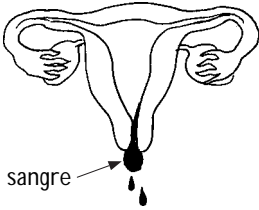
► Si usted tiene más de 18 años de edad y nunca ha tenido una regla, consiga ayuda médica.

Cuando una mujer llega a una edad mayor, su regla cambia.

Otros tipos de problemas de sangrado

SANGRADO DURANTE EL EMBARAZO O DESPUÉS DEL PARTO			
Problema de sangrado	Causas posibles	Lo que debe hacerse	Vea la pág.
Sangrado durante los primeros 3 meses del embarazo con dolor constante o con dolor que va y viene	<p><i>embarazo ectópico</i></p> 	¡URGENTE! Vaya a un hospital de inmediato.	73
Sangrado durante los 3 últimos meses del embarazo	<p>la <i>placenta</i> se está desprendiendo de la pared de la <i>matriz</i></p> <p>la <i>placenta</i> está cubriendo el <i>cérvix</i></p> 	¡URGENTE! Vaya a un hospital de inmediato.	74
Sangrado durante los primeros 6 meses del embarazo	<p>puede ser un <i>malparto</i> (sobre todo si usted también tiene dolores con cólicos, como las contracciones del parto)</p> 	Vigile y espere. Si el sangrado se vuelve pesado, vaya a un hospital.	98
Sangrado pesado durante el parto o inmediatamente después de él	<p>quedan partes de la <i>placenta</i> en la <i>matriz</i></p> <p>la <i>matriz</i> está tan cansada que no puede apretarse (<i>contraerse</i>)</p> 	¡URGENTE! Vea a una partera o vaya a un hospital si el sangrado es pesado.	92
Sangrado ligero, de color rosado, sin dolor, durante los primeros 3 meses del embarazo	<p>esto puede ser normal o puede ser seña de un <i>malparto</i> temprano</p>	Vea 'sangrado a principios del embarazo'.	74
Manchas de sangre o sangrado ligero en lugar de la regla normal	<p>el bebé en desarrollo (feto) se está fijando a las paredes de la <i>matriz</i> (<i>implantación</i>). Esto es normal.</p> 	Vea el Capítulo 6, sobre el embarazo y el parto.	67

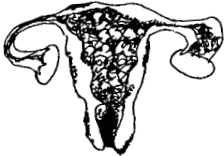
SANGRADO DESPUÉS DE UN ABORTO O DE UN MALPARTO

Problema de sangrado	Causas posibles	Lo que debe hacerse	Vea la pág.
Sangrado pesado, o sangrado que dura más de 15 días, o sangrado con dolor o fiebre	es posible que aún haya partes del embarazo en la matriz <i>infección en la matriz</i> 	Vaya de inmediato a un hospital o a una clínica.	251 255
Sangrado como una regla normal, pero que dura de 5 a 15 días, haciéndose más y más leve	esto es normal 	Vea 'qué esperar después de un aborto'.	249

SANGRADO DESPUÉS DE TENER RELACIONES SEXUALES

Problema de sangrado	Causas posibles	Lo que debe hacerse	Vea la pág.
Sangrado durante o después de tener relaciones sexuales	<i>infecciones sexuales</i> <i>infección pélvica</i> relaciones sexuales forzadas bultos o cáncer del cérvix o de la matriz	Vea 'gonorrea y clamidia'. Vea 'infección pélvica'. Vea el Capítulo 19, sobre violación. Vea 'cáncer del cérvix' y 'problemas de la matriz'.	265 272 327 377 380

SANGRADO DESPUÉS DE LA MENOPAUSIA

Problema de sangrado	Causas posibles	Lo que debe hacerse	Vea la pág.
Sangrado que comienza 12 meses o más después de la menopausia	bultos o cáncer en la matriz bultos o cáncer en el cérvix 	Vea a un trabajador de salud capacitado para hacer un examen pélvico Es posible que usted necesite una prueba de Pap o un D y C.	380 377