

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 o después del parto	362
Sangrado después de un aborto o de un malparto	363
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

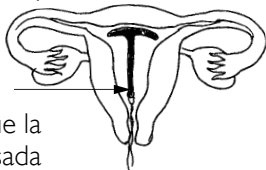
- La regla es pesada si la sangre atraviesa una toalla higiénica en menos de una hora.
- La regla es larga si dura más de 8 días.
- Los coágulos de sangre (bultitos suaves en la sangre que son brillantes, de color rojo oscuro y que parecen hígado) también son señal de una regla pesada.
- Una regla pesada 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).

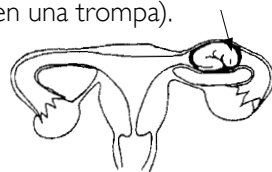
- Es posible que un *dispositivo intrauterino* (DIU) esté causando que la regla sea más pesada (vea pág. 216).

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

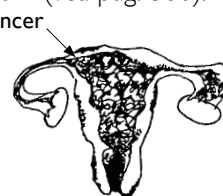
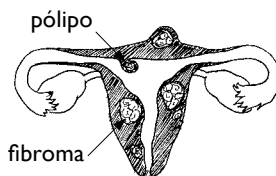


- Si usted tiene dolor en el abdomen acompañado de sangrado, quizás tenga un embarazo tubárico (en una trompa).

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.



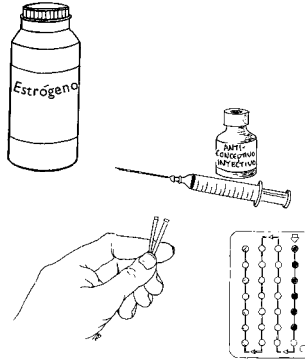
planificación familiar,
cambios en la regla

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. 124).
- Algunos métodos de planificación familiar—tales como la píldora anticonceptiva, los implantes y las inyecciones—pueden causar que usted sangre con más frecuencia (vea pág. 208, 209 y 210)



► Los métodos de planificación familiar hormonal, 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:

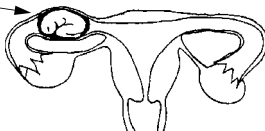
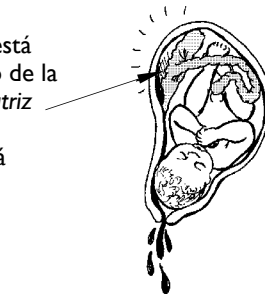


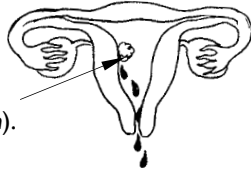
- Es posible que usted esté embarazada (vea pág. 67).
- Es posible que usted esté teniendo un malparto (vea pág. 98).
- Puede que el ovario no haya soltado un huevo (vea pág. 231).
- Es posible que usted tenga una enfermedad grave—como *paludismo*, *tuberculosis* (vea pág. 387) o *VIH* que esté empeorando (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. 208, 209 y 210).
- La mala alimentación puede cambiar la regla (vea pág. 172).



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

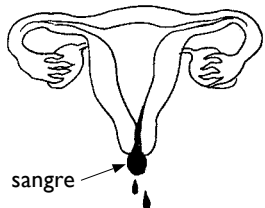
► Si usted tiene más de 18 años de edad y nunca ha tenido una regla, consiga ayuda médica.

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	embarazo tubárico 	¡URGENTE! Vaya a un hospital de inmediato.	73
Sangrado durante los 3 últimos meses del embarazo	la placenta se está desprendiendo de la pared de la matriz  la placenta está cubriendo el cérvix	¡URGENTE! Vaya a un hospital de inmediato.	74
Sangrado durante los primeros 6 meses del embarazo	puede ser un malparto (sobre todo si usted también tiene dolores con cólicos, como las contracciones del parto) 	Vigile y espere. Si el sangrado se vuelve pesado, vaya a un hospital.	98
Sangrado fuerte durante el parto o inmediatamente después de él	quedan partes de la placenta en la matriz  la matriz está tan cansada que no puede apretarse (contraerse)	¡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	esto puede ser normal o puede ser señal de un malparto temprano	Vea 'sangrado a principios del embarazo'.	74
Manchas de sangre o sangrado ligero en lugar de la regla normal	el bebé en desarrollo (feto) se está fijando a las paredes de la matriz (<i>implantación</i>). Esto es normal. 	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 fuerte, 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	Vaya de inmediato a un hospital o a una clínica.	251
	<i>infección de la matriz</i>		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>	Vea 'gonorrea y clamidia'.	267
	<i>infección pélvica</i>	Vea 'infección pélvica'.	274
	relaciones sexuales forzadas	Vea 'violación'.	327
	bultos o cáncer del cérvix o de la matriz	Vea 'cáncer del cérvix' y 'problemas de la matriz'.	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	Vea a un trabajador de salud capacitado para hacer un examen pélvico	380
	bultos o cáncer en el cérvix		377

