

### ¿Eres de las que te saltas tus revisiones periódicas porque consideras un mal trago ir al ginecólogo?

En HC Marbella te aconsejamos que destierres ya ese falso mito. Y es que las revisiones ginecológicas habituales son muy importantes para nuestra salud y pueden salvarnos la vida.

Una revisión a tiempo puede evitarte una larga enfermedad ginecológica como el cáncer y los padecimientos que ello conlleva. La buena noticia es que las revisiones rutinarias están para eso, para detectar posibles cambios en nuestro aparato reproductor y evitar el desarrollo de posibles enfermedades. Por tanto, es mejor que venzas tu temor porque al fin y al cabo, el ginecólogo es un especialista médico más.



Soy **Lucía**,  
tengo 40 y tuve mi chequeo  
**#JustoATiempo.**

### ¿Cada cuánto acudir al ginecólogo?

No existe una frecuencia fija, depende de cada mujer, de su edad, de los factores de riesgo que presente y sus antecedentes familiares, en HC Marbella te aconsejaremos lo más apropiado para ti, aunque para estar seguras y evitar riesgos lo ideal sería ir al ginecólogo una vez al año.

### ¿En qué consiste una revisión ginecológica?

Lo primero es conocerte. En la consulta te realizaremos una serie de preguntas para averiguar tus antecedentes personales y familiares. Tras ello, te realizaremos un examen físico y pruebas complementarias que incluyen:

- El examen físico propiamente dicho de mama, vulva, vagina y cérvix uterino.
- Citología cervical, para detectar cambios celulares pre-malignos a nivel del cérvix que pueden generar cáncer con el tiempo.
- Ecografía ginecológica por vía vaginal para visualizar los órganos genitales internos: ovarios y el útero.

Al finalizar, nuestros ginecólogos te comentarán los hallazgos encontrados. En consecuencia, discutirán sobre los siguientes pasos a seguir, que pueden ser:

- Nueva visita para recoger resultados.
- Pruebas diagnósticas complementarias según ciertos hallazgos durante el examen físico y ecografía como:
  - Mamografía/ecografía de mama: Si no tienes antecedentes de cáncer de mama, deberás iniciar las mamografías entre los 40 y 45 años. Si por el contrario tienes antecedentes familiares, los controles deberás iniciarlos a los 35 años.
  - Densitometría mineral ósea: En mujeres en la postmenopausia, sobre todo en los dos primeros años sin regla, se debe completar la revisión con una densitometría ósea para valorar la densidad mineral de los huesos.

En HC Marbella podemos realizar todas las pruebas que necesites en el mismo día, con mayor comodidad para ti, ahorrándote desplazamientos innecesarios

### Debes saber:

- Una exploración periódica rutinaria no duele, dura sólo un momento y puede librarte de situaciones mucho peores.
- Si observas un cambio en el flujo vaginal o en la menstruación, algún cambio en los genitales o algún bulto en la mama, acude inmediatamente a tu ginecólogo sin esperar a la siguiente revisión.
- El momento óptimo para la revisión ginecológica es en los días posteriores en la menstruación, y no se debe acudir si estás menstruando, porque la toma citológica no puede realizarse

