

# COLPOSCOPÍA

Usted acaba de recibir una llamada de su médico para informarle que su frotis de Papanicolaou (o examen vaginal para el cáncer) resultó anormal. Usted padece de la displasia. "Ay Dios, ¿y ahora qué hago yo?" es lo que usted piensa mientras que el doctor le pide que regrese al consultorio para otro examen y someterse a una colposcopia y una biopsia. "Pero usted sigue pensando ¿Qué es la displasia? ¿Qué es eso de la biopsia? ¿Quiere decir que tengo cáncer? ¿Me van a doler estos exámenes?" Bueno, estas no son del todo malas noticias, ya que a la fecha, existen métodos que ayudan a una detección temprana de una patología tan agresiva como el cáncer. La tecnología médica ha evolucionado a tal punto que hoy, las mujeres cuentan con exámenes que les permiten a sus doctores, obtener imágenes e información que ayudan en los diagnósticos y tratamientos ginecológicos. La manera como los ginecólogos descubren, o confirman lesiones a nivel de cuello de útero, vagina o vulva, es ese pequeño aparato llamado colposcopio. El colposcopio es una especie de microscopio o lente de aumento que permite visualizar a mayor tamaño los tejidos y que sirve para detectar lesiones tanto benignas como malignas. La colposcopia es un procedimiento médico consistente en la observación microscópica del epitelio cuello uterino, paredes vaginales, así como entrada a la vagina, y permite identificar lesiones precancerosas con gran precisión. Este procedimiento permite realizar con mayor exactitud y seguridad el Papanicolaou o toma de biopsias ante la presencia de lesiones sospechosas en el cuello uterino.

El estudio está indicado en toda mujer que haya iniciado relaciones sexuales, pacientes con resultado de Papanicolaou, control de pacientes con antecedentes de infección por virus de papiloma humano o cáncer, pacientes con sangrado transvaginal anormal, pacientes con flujo vaginal que no responde al tratamiento, presencia de lesiones externas (verrugas, condilomas, úlceras, excoriaciones) y como estudio

previo a la realización de operaciones del útero.

Cuando se te haga una colposcopia, te acostarás en una camilla de examen como lo hace para un examen pélvico normal. El médico utilizará un instrumento llamado espéculo para abrir las paredes de la vagina y colocará el colposcopio, que es como un microscopio con una luz en su extremo, en la abertura de la vagina (no dentro de ella). El ginecólogo mira dentro de la vagina para localizar cualquier área problemática del cuello uterino o de la vagina. Si existe alguna anomalía en lo que se observe entonces tomará una biopsia. Cuando se hace esto, el proveedor de atención médica anestesia primero el área, pero puede que usted sienta un ligero pellizco o punzada. El tejido se envía entonces a un laboratorio para que se efectúen estudios adicionales. Usted puede sentir cólicos moderados y un pellizco cuando él o ella remueve el tejido anormal. El relajar los músculos tanto como sea posible y respirar profundo y despacio puede ayudar durante el procedimiento. Usted puede sentir menos malestar si toma un calmante para el dolor que no requiera prescripción antes del procedimiento. Las complicaciones son raras pero es posible que ocurran, así que si sientes fiebre o escalofríos, sangrado intenso en un momento en que no tiene su período, flujo vaginal espeso, amarillento o con mal olor o dolores intensos en la parte inferior del abdomen,

no dudes en consultar a tu médico. Ahora sabes que la Colposcopia es un examen complementario, pero sobre todo necesario para conservar lo más importante que tienes, TU SALUD!!! Si tienes dudas consúltalas con tu médico y cuídate.



## TIPS DE SALUD

Tip 1. Recuerda que el Cáncer Cervicouterino y algunas otras enfermedades como el VPH pueden no tener síntomas, por lo que es necesario que acudas a realizarte estudios de detección temprana como lo es la colposcopia.

Tip 2. Es importante realizarte este estudio cada 6 meses si no existen alteraciones o si existe sintomatología como comezón en vulva o vagina, leucorrea (flujo vaginal), mal olor o sangrado anormal. Esto se debe a que el cáncer en su etapa inicial es asintomático y cuando causa sintomatología como sangrados o dolor es porque es avanzado.

## MITOS Y REALIDADES

Mito. "La colposcopia puede afectar la capacidad para tener hijos."

Realidad. Durante el procedimiento el médico únicamente toma una muestra superficial de tejido, por lo que esto no perjudicará en absoluto tu capacidad de tener hijos, sin embargo, es importante que le informes a tu médico si tienes sospechas o la certeza de que estás embarazada, ya que eso cambiará el modo en que se realizará el procedimiento.



## PREGUNTAS FRECUENTES

¿Cómo debo prepararme para que me hagan una colposcopia?

Respuesta: Usted puede sentirse más cómoda si vacía su vejiga y sus intestinos antes del procedimiento. No se dé duchas vaginales ni tenga coito durante 24 horas antes de su cita.

¿Qué tipo de lesiones se diagnostican con este estudio?

Respuesta: Las infecciones por virus del papiloma humano, las displasias o lesiones ya neoplásicas (cáncer) pero que aún no son avanzadas y también los cánceres avanzados. La ventaja de detectar las lesiones en etapas tempranas radica en la posibilidad de utilizar tratamientos conservadores y alcanzar la curación.

## NOTICIAS MUJER S@N@

Terapias con estrógeno de corta duración parecen seguras para la menopausia. En las mujeres sanas, aplicar terapias con estrógeno, durante no más de tres años, para tratar los sofocos y otros síntomas molestos de la menopausia, se relaciona con una baja tasa de engrosamiento anormal del revestimiento del útero. Los investigadores indicaron que, en esas mujeres, los beneficios del estrógeno superarían los riesgos y la duración del tratamiento influiría en el peligro de desarrollar cáncer.

Aspirina podría reducir el riesgo de cáncer de ovario. El uso del ácido acetilsalicílico y otros antiinflamatorios podría reducir el riesgo de desarrollar cáncer de ovario en un 38%. Estudios anteriores ya habían mostrado el papel preventivo de Aspirina frente a este tipo de cáncer. Concretamente, un estudio desarrollado por el Nueva York University Medical Center señaló que el consumo de Aspirina probablemente suprimiría la inflamación del epitelio o revestimiento en los ovarios, lo cual, según los científicos, podría conducir al cáncer de ovario.



# BEBE S@NO

Información para los padres sobre las caries y la higiene dental.

Las caries dentales son la enfermedad crónica más común que afecta a los niños en México, incluso es 5 veces más común que el asma. A pesar de la mejoría en la salud dental, las enfermedades orales continúan vigentes.

Los factores que contribuyen a una baja salud oral incluyen falta de acceso a un dentista o sistema de salud, una inadecuada accesibilidad a formas preventivas como al agua fluorada o selladores

dentales, y la falta de conocimiento de la importancia de la higiene oral.

Las caries dentales por biberón son causadas por el contacto prolongado con casi cualquier líquido diferente al agua. Esto puede suceder por poner a su bebé en la cama con una mamila con fórmula, leche, jugo, bebidas azucaradas o agua azucarada, etc. Así como permitirle succionar en la botella o alimentarlo al seno materno por más tiempo, sin tocarle algún alimento, ya sea cuando se levanta o se duerme, lo cuál también puede causarlas.

Esto sucede por que el azúcar encontrada en el líquido es

transformada a ácidos por los gérmenes habidos en la boca; este ácido disuelve los dientes (mayormente los dientes frontales superiores) causando en ellos las caries. Las caries dentales por biberón pueden causar un daño severo a los dientes de su hijo y puede llevarlo a problemas dentales que afecten a los permanentes.

La mejor forma de proteger la dentadura de sus hijos es enseñándoles buenos hábitos higiénicos dentales. Con una buena enseñanza, sus hijos adoptarán la higiene oral adecuada como parte de su rutina diaria.

## PREGUNTAS FRECUENTES DE LOS PADRES

¿Cómo puedo evitar que mi hijo padezca de caries dentales por biberón?

- Nunca duerma a su hijo con un biberón. Para los 7 u 8 meses de edad, los bebés no necesitan ser alimentados por las noches.
- Solo déle una mamila a su bebé al comer. No use la mamila para calmarlo y no permita que se levante de mesa y camine con la botella en la boca, o que beba por tiempos más extensos que la comida.
- Enseñe a su hijo a beber de un vaso o taza, normalmente a los 9 meses, se inicia el uso del vaso entrenador. Esto evite que el líquido se quede alrededor de los dientes, y la taza no puede ser llevada a la cama.
- Mantenga limpia la boca de su bebé

¿Cómo debo de mantener limpia la boca de mi bebé?

A la edad de 7 u 8 meses debe de usar agua para la higiene oral, y debe de dar masajes en sus encías con un dedal especial o una gasa estéril, con cada alimento y en caso de ya contar con algún diente usar un cepillo de cerdas suaves adecuado para la edad con agua.

¿A qué edad puedo empezar a usar pasta de dientes?

El uso de pasta dental es a partir del segundo año de vida, ya que antes es difícil evitar que el niño lo degluta, o sólo que esté seguro que esto ya no puede suceder. Debe de ser 2 a 3 veces al día. Se debe de usar una pasta dental con flúor.

El lavado dental del niño menor de 2 años de edad

debe ser con un cepillo de cerdas suaves de nylon y agua.

¿Cómo debe de ser el cepillado?

El cepillado es más importante que la pasta. La dirección del cepillado no importa, lo que si es importante es lavar cada diente completamente de arriba hacia abajo y de adentro así afuera, aquí es donde va a encontrar resistencia del infante, ya que el se concentrara solo en los dientes delanteros que logra ver.

¿Es necesario suplementar con flúor a mi bebé que es alimentado al seno materno?

Los bebés no requieren de suplementación durante los primeros 6 meses de vida. Después de este tiempo, si ellos continúan recibiendo seno materno como su principal fuente de leche y agua, la suplementación con flúor es recomendable si el agua local contiene menos de 3ppm de flúor. Su pediatra o su dentista puede advertirle de la necesidad de flúor en gotas.

¿Y en los niños alimentados con fórmula?

Los niños alimentados con fórmula infantil reciben algo de flúor a través de su fórmula y algunos del agua que beben. Se recomienda que acudan con su pediatra para ver si se requiere de algún suplemento con flúor.

Pediatra Marcia Aguilar Ramos  
Progreso 231 Esq. Agrarismo  
Col. Escandon. Citas 52-733715  
Urgencias 044-5520661657

# MENTE S@N@

## ¿Qué es la felicidad?

Si nos ponemos a reflexionar un poco, el ser humano siempre está en busca de la felicidad: de manera independiente e incluso cuando se reúne en grupos, pretende organizar actividades que acorto o largo plazo le van a procurar felicidad.

¿En realidad qué se está buscando? ¿Qué medios se utilizan? Se utiliza la inteligencia y todo lo que está a la mano para tratar de lograr el objetivo. En la época moderna se ha confundido mucho el obtener cosas materiales como una casa, auto, viajes, computadoras, aparatos de sonido y un largo etcétera, con lograr la felicidad. También el hecho de tener un lugar de poder dentro de alguna actividad laboral o política. Parece que se diera por cierta esa broma popular que dice: "señor dame dinero, que la salud va y viene ". Pero no, así no se logra la felicidad.

El presente artículo es una invitación para meditar sobre el significado del concepto Felicidad para cada uno de nosotros. La respuesta es subjetiva. Lo que brinda felicidad son esos instantes de la existencia en que el ser humano se siente pleno. Esto lo define cada quien por separado.

En esta ocasión menciono algunos aspectos que eliminan la felicidad, que van en contra de ella:

Los celos, la ira, la amargura, la culpa, el rencor, la ambición desmedida, la envidia, sentimientos que también enferman física y mentalmente, por cierto. Así es que considero que la búsqueda de la felicidad es una tarea difícil y no es algo que se logre de una vez y para siempre: se logra por sólo un instante.

Gracias por reflexionar conmigo.

Psiquiatra Maria del Carmen Trejo  
Tel. 55 75 15 11.  
Matías Romero 5  
Col. Del Valle