



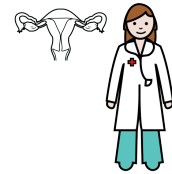
CÓMO PREPARAR TU VISITA A **LA GINECÓLOGA**

 **Plena**
inclusión
Comunidad
Valenciana

Todas las mujeres a lo largo de nuestra vida necesitamos ir a la ginecóloga.

La ginecóloga es la médica que cuida de nuestra salud sexual. También atiende a las mujeres desde que tenemos la primera menstruación.

Es importante ir a la ginecóloga una vez al año, para hacernos una revisión y saber si está todo bien.

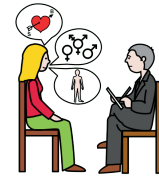


Para ir a la ginecóloga tienes que pedir cita con tu médico en el Centro de Salud. Él te dirá cuál es tu Centro de salud sexual y reproductiva según donde vives.

No aceptes un No por respuesta, todas las mujeres tenemos derecho a estas revisiones.



El Centro de salud sexual y reproductiva es el lugar donde está la ginecóloga y atiende tus necesidades de salud sexual y reproductiva.



También hay enfermeras y sexólogos que te pueden ayudar.

Hay que ir a la ginecóloga para evitar enfermedades como el cáncer o las infecciones de transmisión sexual. Las infecciones de transmisión sexual son infecciones que podemos tener cuando mantenemos relaciones sexuales sin protección, sin preservativos o sin toallitas de látex.



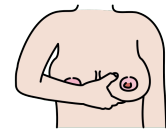
Puedes ir a la ginecóloga cuando necesitas información sobre métodos anticonceptivos o tienes algún problema con la menstruación. A la menstruación también se le llama regla.

Puede ser que tengas un ginecólogo hombre o mujer. No pasa nada, no tengas miedo. Coméntale todas tus dudas. Puedes contarle que has tenido relaciones sexuales. Es normal sentir vergüenza la primera vez.

Habla con una persona de tu confianza sobre las visitas ginecológicas y elige la persona que quieres que te acompañe.

Cómo es una revisión ginecológica:

- Primero la ginecóloga te hará una entrevista con preguntas.
- Responde de manera sincera.
- Pregunta todas tus dudas.
- Expresa tus miedos si los tienes.
La ginecóloga está para ayudarte.



- Luego te hará una exploración genital y de los pechos.
Esto es que te tocará los genitales y los pechos.
- Puede pedirte que te quites la ropa y te pongas una bata.
Tranquila que nadie te verá desnuda.

- Para terminar, te sentará en un sillón especial que se llama potro.
Ahí abrirás las piernas para hacerte otras pruebas como por ejemplo una **ecografía** o una **citología**.

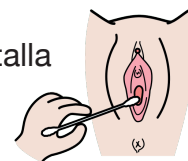


i

La **citología** es una prueba para estudiar si hay infecciones o cáncer de útero. La ginecóloga utilizará un espéculo para abrir tu vagina, introducirá un palito en tu vagina para recoger unas pocas de tus células de tu vagina y del cuello del útero.

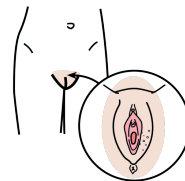


La **ecografía** es otra prueba para poder ver en una pantalla tus genitales internos por dentro y revisar que todo está bien.



Pide una revisión ginecológica cuando:

- Sientes picores en los genitales.
- Tienes la menstruación por primera vez.
- Tienes dolores o problemas durante la menstruación como por ejemplo retrasos.
- Estás en la etapa de la menopausia.
- Quieres prevenir embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual. Te aconsejarán que método anticonceptivo es el más adecuado para ti y cómo protegerte.
- Tienes dudas sobre las relaciones sexuales o sientes dolor o molestias cuando las tienes.
- Tienes pérdidas de pipí o te haces pipí encima sin querer.
- Quieres quedarte embarazada.





 **Plena
inclusión**
Entidad declarada
de **Utilidad Pública**
15.04.2019 | **Comunidad
Valenciana**

 **GENERALITAT
VALENCIANA**
Vicepresidència i Conselleria
d'Igualtat i Polítiques Inclusives

 **GENERALITAT
VALENCIANA**
Vicepresidència i Conselleria
d'Igualtat i Polítiques Inclusives

 **GENERALITAT
VALENCIANA** | **TOTS
A UNA
veu**
Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

 **PER SOLIDARITAT
ALTRES FINS D'INTERÉS SOCIAL**