

The Female Patient®

Lo que Usted debe Saber sobre el Prolapso de los Órganos Pélvicos

Aunque nadie habla mucho sobre esto, el prolapso de los órganos pélvicos es un problema moderadamente común. El término se refiere a uno o más órganos pélvicos que se han desplazado de sus posiciones normales.

Su pelvis, el área entre los huesos de sus caderas, en la parte inferior de su abdomen, contiene la vagina, el útero, la vejiga, la uretra (el tubo por el que pasa la orina, al orinar) y el recto. Estos órganos están fijados en su lugar por músculos, ligamentos y tejidos conectivos. Estos tejidos de soporte se pueden expandir o desgarrar—normalmente, durante el parto vaginal, especialmente si Ud. ha tenido más de un bebé, un bebé grande o un alumbramiento largo—causando que los órganos se desplacen a un área inferior de la pelvis. También, pueden contribuir otros factores tales como la menopausia, la obesidad y el envejecimiento.

Prolapso Uterino y Vaginal

El prolapso uterino ocurre cuando el útero se desliza hacia abajo, contra la vagina. Es posible que un prolapso leve no sea detectado, pero el útero puede resbalarse tanto que la porción inferior, el cuello uterino, se siente como una protuberancia redonda sobresaliendo de la apertura vaginal. Ud. puede sentir una sensación de llenura o presión en la vagina, incomodidad durante el coito o al usar un tampón y dolor en la parte inferior de la espalda. En las mujeres que han sido sometidas a una histerectomía (extirpación quirúrgica del útero), la parte superior de la vagina puede deslizarse dentro de la vagina inferior.

Prolapso Vaginal Anterior

La pared vaginal anterior sostiene a la vejiga. Cuando la vagina se desliza de su lugar, la vejiga también se cae. Este prolapso también es conocido como cistocele. El prolapso de la pared vaginal anterior puede afectar el funcionamiento de la vejiga. Es posible que los músculos que controlan el descargo de la orina no funcionen eficazmente, causando a menudo dificultad en comenzar a orinar, al no vaciar completamente la vejiga, al presentar síntomas de una vejiga hiperactiva o al gotear orina al toser, estornudar, reír o hacer ejercicio.

Prolapso Vaginal Posterior

La pared vaginal posterior se encuentra en la parte frontal del recto. El recto almacena la materia fecal antes de tener un movimiento intestinal. Cuando la pared vaginal posterior pierde su soporte, el recto puede abultarse hacia arriba contra la apertura vaginal. Este prolapso es frecuentemente referido como un rectocele. El prolapso de la pared vaginal posterior puede causar dificultades con los movimientos intestinales, ya que las contracciones hacen que el recto se abulte hacia adelante, en vez de empujar la materia fecal.

Etapas Tempranas de un Prolapso Uterino

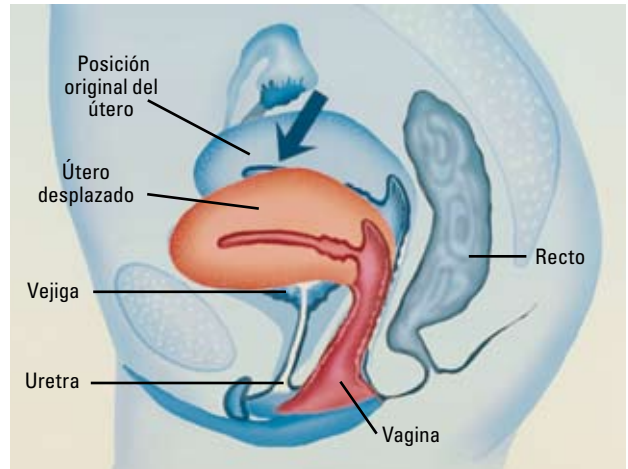


Illustration: Phototake

Tratando el Prolapso

Su proveedor de atención médica puede diagnosticar un prolapso de órganos pélvicos al llenar un cuestionario sobre su historia médica y al realizar un examen pélvico. Normalmente, no es necesario tener un tratamiento, si Ud. no padece de síntomas incómodos. Para ayudar a prevenir un prolapso, evite hacer un esfuerzo al estar estreñida, trate de no cargar objetos pesados y mantenga un peso recomendable. Los ejercicios de Kegel (véanse las fuentes informativas) o la terapia física para fortalecer los músculos de soporte de la pelvis, pueden ayudar a controlar los síntomas. Si Ud. prefiere un tratamiento que no requiere de una cirugía o padece de una condición médica en la cual no es aconsejable tener una cirugía, es posible que le prescriban un dispositivo intrauterino removible—pesario—el cual es colocado en la vagina para sostener los órganos pélvicos.

Otra manera de corregir el prolapso es a través de una cirugía para volver a colocar los órganos en sus posiciones correspondientes y fijarlos en su lugar. Si le recomiendan tener una cirugía, asegúrese de informarse sobre los riesgos y los beneficios. Tener la información necesaria es la clave para hacer decisiones informativas sobre un tratamiento.

FUENTES INFORMATIVAS

Clínica Mayo

Ejercicios Kegel

www.mayoclinic.com/health/kegel-exercises/W000119

Guía para la Salud Familiar de la Escuela Médica Harvard

www.health.harvard.edu/fhg/updates/update0805c.shtml

Institutos Nacionales de Salud

www.nichd.nih.gov/health/topics/Pelvic_Floor_Disorders.cfm