

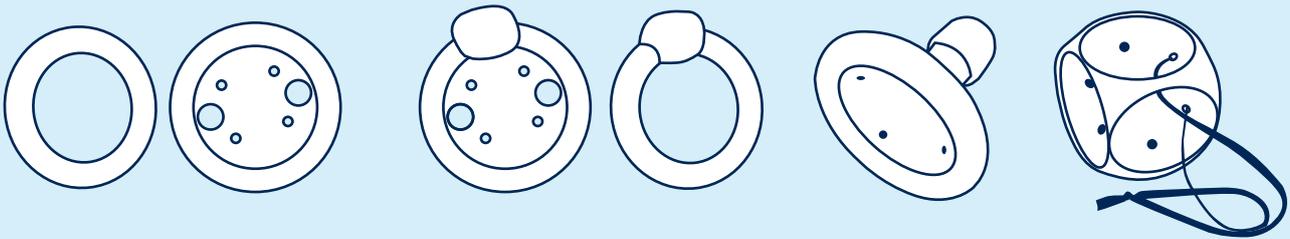
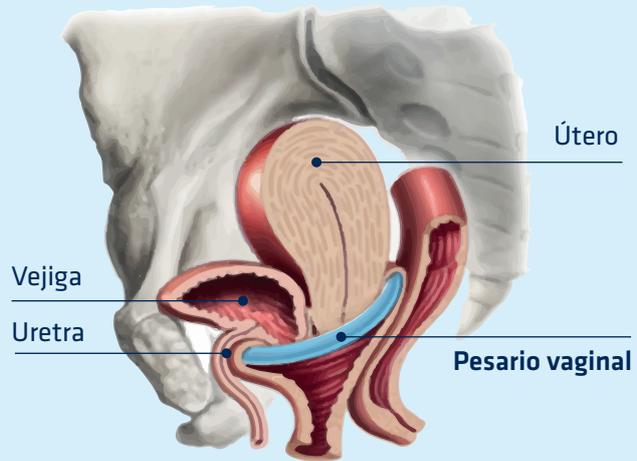


GUÍA PARA LAS MUJERES: PESARIO VAGINAL PARA DISFUNCIÓN DEL SUELO PÉLVICO

¿Qué es un pesario vaginal?

Un **pesario vaginal** es un pequeño dispositivo que se coloca dentro de la vagina para ayudar a sostener las paredes debilitadas de la vagina o el útero. Puede ser útil para problemas como el prolapso (caída de órganos) o la incontinencia urinaria de esfuerzo.

Los pesarios pueden tener diferentes formas y tamaños. La duración de su uso varía según el tipo de pesario, desde cambiarlo diariamente hasta llevarlo durante meses. La mayoría de los pesarios son de silicona y fáciles de limpiar.



¿Cuándo se utiliza?



- Si **no se deseas someterse a cirugía**.
- Si tienes problemas graves que hacen que **la cirugía no sea segura**.
- Si necesitas **retrasar la cirugía** durante unas semanas o meses.
- Para **reducir o prevenir las pérdidas** de orina durante la actividad física o deportiva.
- Si después de una cirugía se repite **la caída de órganos o las pérdidas de orina** y no se desea volver a operar.

Colocación

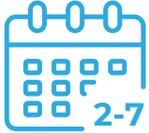


El personal médico o de enfermería realizará una exploración vaginal para seleccionar el pesario más adecuado para tu caso. Puede ser necesario probar diferentes tamaños y formas.



GUÍA PARA LAS MUJERES: PESARIO VAGINAL PARA DISFUNCIÓN DEL SUELO PÉLVICO

Control médico



2-7 días

6 meses



Deberás ir al médico **entre 2 y 7 días después de la colocación inicial** para asegurarte de que el pesario es cómodo. A veces, es necesario ajustar el pesario para encontrar el que mejor se adapte a tu cuerpo. Las siguientes revisiones o controles deben realizarse **cada 6 meses**.

Higiene



La higiene varía según el tipo de pesario:

1. **Pesario de anillo:** Se puede quitar, limpiar y volver a colocar de forma autónoma, aunque algunas mujeres pueden necesitar la ayuda de personal médico.
2. **Pesario cúbico** debe retirarse diariamente.

Actividades diarias



El pesario no debería limitar tus actividades.

No hay ningún tipo de restricción.

Relaciones sexuales



Depende del tipo de pesario:

Con **el pesario de anillo se pueden mantener relaciones sexuales**. Si se nota el pesario, se puede retirar y volver a colocar después.

Con **el pesario cúbico o el Gellhorn no se pueden mantener relaciones sexuales mientras están colocados**, ya que ocupan más espacio en la vagina. Informa al personal médico si deseas ser sexualmente activa para encontrar la mejor opción.

Menopausia (retirada de la menstruación)



A partir de la menopausia, la mucosa vaginal puede volverse más fina y seca, lo que puede causar molestias con el pesario. Los tratamientos con estrógenos vaginales pueden ayudar a mejorar la salud de la mucosa vaginal y evitar molestias.

Posibles complicaciones

Consulta al personal médico en caso de:

- **Ulceración vaginal:** Puede causar secreción (mancha) rosada o sanguinolenta. Normalmente, se cura retirando el pesario durante un tiempo. Consulta al personal médico si observas sangre.
- **Dolor o molestia:** Si tienes dolor, puede que el pesario sea demasiado grande o pequeño y necesites uno diferente.
- **Secreción (flujo):** Puede aumentar con un pesario de anillo, pero no debería ser desagradable. Si huele mal o tiene un color extraño, podría tratarse de una infección. Las cremas, óvulos de estrógenos o antisépticos pueden ayudar a reducir estos riesgos.

