

# Pesario vaginal para prolapso de órgano pélvico

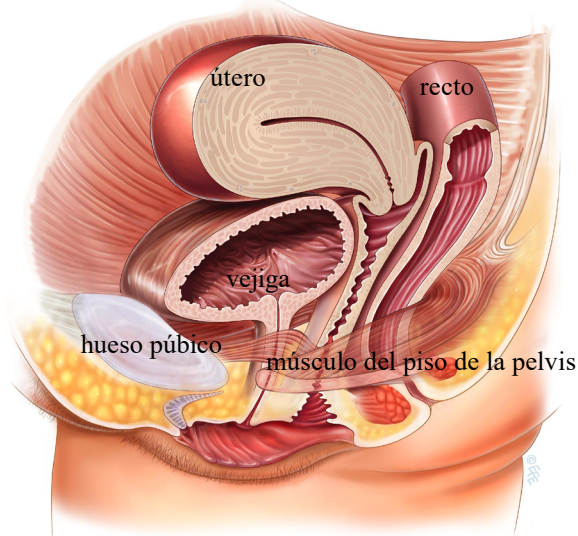
## Una guía para las mujeres

1. ¿Qué es el prolapso?
2. ¿Qué es un pesario vaginal?
3. ¿Cuándo se puede usar un pesario vaginal?
4. ¿Cómo se coloca un pesario?
5. ¿Cuáles son los tratamientos alternativos?
6. ¿Qué me ocurrirá después de la colocación inicial?
7. ¿Existen complicaciones?
8. ¿Hay alguna restricción en cuanto a mi actividad diaria con un pesario?
9. ¿Puedo tener sexo con un pesario colocado?
10. Uso de estrógenos vaginales con un pesario

### ¿Qué es un prolapso?

El prolapso del útero o de las paredes de la vagina es una condición común que afecta hasta 50% de las mujeres. Hasta 11% de las mujeres requieren cirugía debido a prolapso durante su vida. El prolapso generalmente ocurre debido a debilidad de las estructuras de soporte del útero o de la vagina. El debilitamiento de las estructuras de soporte puede ocurrir durante el parto, como resultado de levantar cosas pesadas o hacer es-

### Anatomía normal, sin prolapso



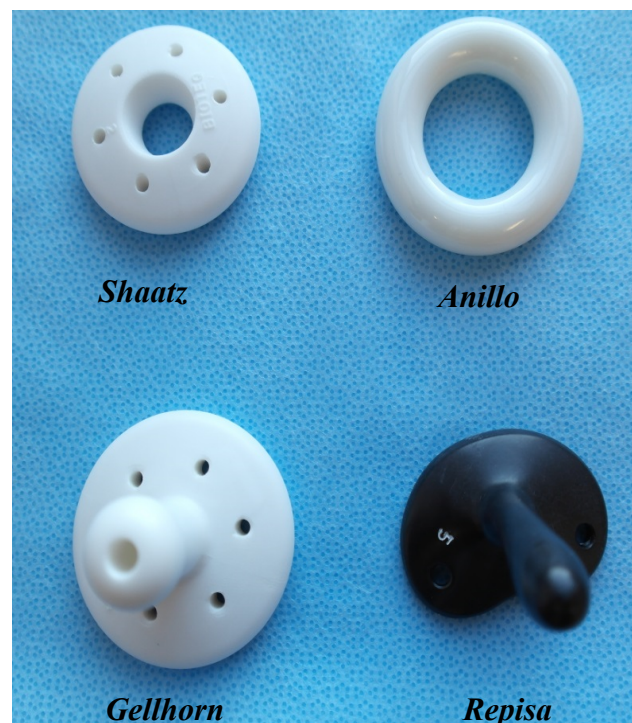
fuerzo de manera crónica (p. ej., estreñimiento, tos crónica, obesidad) y como parte del proceso de envejecimiento. En algunos casos puede haber debilidad genética de los tejidos de soporte.

El prolapso del útero puede causar una sensación desagradable de arrastre o sensación de que la vagina está llena, quejas de micción frecuente, dificultad para vaciar la vejiga e infecciones del tracto urinario. En casos más avanzados el prolapso puede extenderse más allá de la entrada de la vagina.

### ¿Qué es un pesario vaginal?

Un pesario vaginal es un dispositivo removible y que se coloca en la vagina para proporcionar soporte a las paredes debilitadas y prolapsadas de la vagina o el útero. Están disponibles diferen-

### Tipos de pesarios



tes tipos de pesarios: el pesario de anillo con o sin soporte, pesario Gellhorn y un pesario cubo son los tipos más comúnmente usados de pesarios. Algunos pesarios tales como los pesarios de anillo pueden permanecer de manera segura en la vagina por varios meses sin ser retirados, mientras que otros tales como los pesarios cubo deben ser retirados y limpiados de manera diaria. La mayoría de los pesarios están hechos de silicona, un material blando no absorbente que no implica ningún riesgo para su salud. Después de un tiempo la superficie externa del pesario puede decolorarse. Esto es normal y no significa que haya que colocar un nuevo pesario.

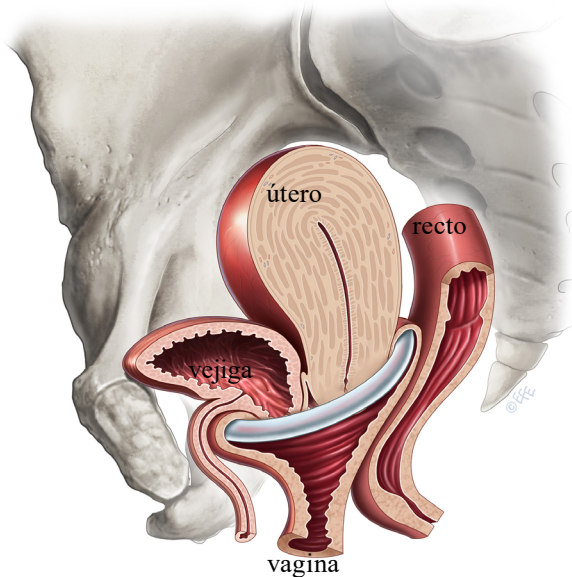
### ¿Cuándo se puede usar un pesario?

La mayoría de los pesarios son colocados para mejorar los síntomas de prolapso del útero o de las paredes vaginales (ver arriba). Algunas veces el ginecólogo sugerirá un pesario para prevenir o reducir la incontinencia urinaria durante el ejercicio. Los pesarios son más adecuados si usted desea evitar o retrasar la cirugía, p.ej. si desea más hijos o si tiene problemas médicos que pueden hacer que la cirugía sea riesgosa.

## ¿Cómo se coloca un pesario?

Los pesarios se colocan realizando primero un examen vaginal para evaluar el tipo de prolapso. El médico también medirá la vagina para decidir el mejor tipo de pesario para su caso individual. Cuando el pesario es demasiado pequeño se puede salir, por sí solo o al orinar o durante una evacuación. Un pesario que es demasiado grande puede causar síntomas de presión y sentirse demasiado incómodo. Algunas veces puede ser necesarios varios intentos para encontrar el tamaño y tipo de pesario más adecuados.

## Colocación del pesario



## ¿Cuáles son los tratamientos alternativos?

Un prolapso menor puede ser tratado con fisioterapia, mientras que los prolapsos más graves pueden requerir el uso de un pesario o una operación.

## ¿Qué ocurrirá después de la colocación del pesario?

Una vez que el pesario es insertado y colocado apropiadamente en la vagina, debe ser cambiado y revisado a intervalos regulares. Las prácticas varían entre los médicos pero la mayoría sugiere que se limpie o cambie un pesario y se revise la vagina cada 3-6 meses. Algunas mujeres que usan pesarios de anillo pueden retirar, limpiar y reemplazar el pesario por sí mismas, pero de no ser así esto se puede realizar en el consultorio del médico. En el caso de algunos pesarios, como los pesarios cubo, es necesario retirarlos diariamente y por lo tanto son menos adecuados para el uso a largo plazo. El pesario Gellhorn es usado con frecuencia para tipos de prolapso más graves y este tipo de pesario usualmente requiere ser retirado por un médico o enfermera.

## ¿Existen complicaciones?

- Hemorragia o ulceración de la pared vaginal. Dependiendo del tipo y tamaño del pesario existe la posibilidad de que se desarrollen áreas ulceradas en la vagina. En este caso puede experimentar una secreción rosada o sanguinolenta. Las áreas ulceradas usualmente se curan fácilmente, simplemente retirando el pesario por

un corto tiempo. Si nota una secreción sanguinolenta, haga una cita con su médico.

- Dolor o molestia. Usted no debe sentir el pesario si está colocado correctamente. Si experimenta dolor o molestia significativos, el pesario puede ser demasiado grande o pequeño y puede ser necesario reemplazarlo con uno de un tamaño diferente. Hable con su médico si esto ocurre.
- Secreción. La mayoría de las mujeres experimenta una pequeña cantidad de secreción blancuzca. Cuando está colocado un anillo esta secreción puede aumentar un poco pero no debería ser de color o tener un olor desagradable. Estos síntomas pueden indicar una infección o ulceración vaginal. Muchos médicos prescriben el uso de cremas con estrógenos vaginales para reducir el riesgo de ulceración; esto puede resultar en una mayor cantidad de secreción blanca cremosa.

## ¿Hay alguna restricción en cuanto a mi actividad diaria con un pesario?

El pesario debería proporcionarle a las mujeres una solución sin limitar su actividad diaria. Por ejemplo, usted debe ser capaz de realizar deportes, hacer ciclismo y caminar distancias más largas.

## ¿Puedo tener sexo con un pesario colocado?

Si tiene un pesario de anillo es muy posible que pueda tener relaciones sexuales con el anillo colocado. Si usted o su pareja siente el anillo durante el coito puede retirarlo y colocarlo de nuevo después del coito. Otros pesarios como el tipo dona, cubo o Gellhorn llenan en gran medida la vagina y no es posible tener sexo mientras el pesario está colocado. Asegúrese de que el médico sepa si usted desea ser sexualmente activa para que se pueda planificar un pesario alternativo adecuado u otro tratamiento.

## Uso de estrógenos vaginales con un pesario

Después de la menopausia la piel vaginal se adelgaza debido a la falta de estrógenos. Esto puede hacer que la vagina se seque y que también sea más propensa a ulceración cuando un pesario está colocado. El médico puede prescribir estrógenos vaginales para mejorar la piel vaginal, haciéndola más saludable. El médico discutirá las posibles indicaciones para el uso de estrógenos y las consecuencias de su uso.