LA SALUD EN LA MUJER

EN EL ECUADOR

LA TAZA DE FECUNDIDAD SE HA REDUCIDO

1989: 3 - 4 HIJOS

2020: Las mujeres entre 15-49 años tendrán en promedio 2 hijos.

8 de 100 menores de 14 años se quedan embarazadas; el 80% son por violación sexual.

A diario, 5 niñas de 14 años y 136 adolescentes de 15-19 años, son madres.

- Sus enfermedades más comunes son la colelitiasis (cálculos en vesícula), apendicitis aguda e infecciones de vías genitourinarias durante el embarazo.
- Lactancia materna exclusiva es más común en mujeres con instrucción educativa básica (66,3%)
- 65% experimentó violencia de género en algún momento de su vida.
- 1 de 4 sufren violación sexual.
- En 2020 se registraron 1,070 nuevos casos de VIH. 572 fueron diagnosticados en embarazadas.
- En el 2020 hubo 191 casos de muerte materna, 68 más que en 2019.

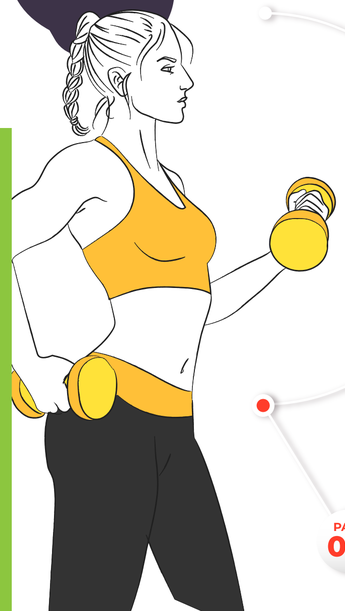
PRINCIPALES CAUSAS DE MUERTE

1. Enfermedades isquémicas del corazón.
2. Covid-19
3. Diabetes
4. Influenza y neumonía
5. Enfermedades hipertensivas
6. Enfermedades cerebrovasculares
7. Enfermedades del sistema urinario
8. Cáncer de útero
9. Cirrosis y otras enfermedades del hígado.

Sus síntomas, generalmente, son distintos a los del hombre, no siempre se presenta dolor en el pecho.

- Malestar en cuello, hombro, mandíbula, espalda superior o abdomen.
- Falta de aliento.
- Dolor en uno o dos brazos.
- Náusea o vómito.
- Sudoración.
- Vértigo o mareo.
- Fatiga inusual.

BUEN ESTILO DE VIDA



- PASO 01 — Mantente activa, practica ejercicio moderado y controla tu peso.
- PASO 02 — Aliméntate bien con más frutas, verduras y alimentos de origen animal.
- PASO 03 — Evita el estrés y cuida de tu salud mental.
- PASO 04 — Duerme bien.
- PASO 05 — No fumes y evita la ingesta de alcohol.
- PASO 06 — Mantén chequeos médicos preventivos.

Vacuna contra el papiloma humano	Presión arterial Colesterol Triglicéridos Glucosa	Papanicolau	Mastografía	Prueba de densidad ósea
11 años	19 años	25 - 64 años	40 años	+50 años

Hay tipos de cáncer ginecológicos exclusivos de la mujer como el de cuello uterino, ovario, útero, vagina y vulva. Sin embargo, el cáncer de mama es el más común, con 3.563 nuevos casos en el 2020 y el más mortal.

CÁNCER EN LA MUJER

Algunos síntomas comunes de cáncer en la mujer.

- Cambios en los senos.
- Dificultad o dolor para orinar.
- Sangre en la orina.
- Moretones y hemorragia sin razón aparente.
- Cambios en el intestino.
- Tos o ronquera.
- Problemas al comer (de deglución, dolor estomacal, náuseas, vómito y cambio de apetito).
- Cansancio permanente.
- Fiebre o sudores nocturnos.
- Cambios en la boca.
- Dolores de cabeza.
- Cambios en la vista o audición.
- Parálisis facial.
- Cambios en la piel (bultos, lunares, irritación, ictericia).
- Bultos en alguna parte del cuerpo.
- Cambio de peso sin razón conocida.

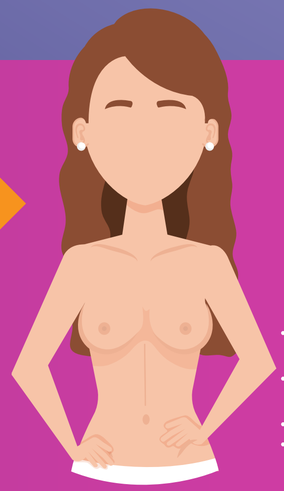
Muertes por cáncer (2020):
Mama : 1.056
Cervicouterino : 813
Estómago : 809
Colorrectal : 691

2 de 10 mujeres se realizan una mamografía, radiografía y ecografía de seno al año.

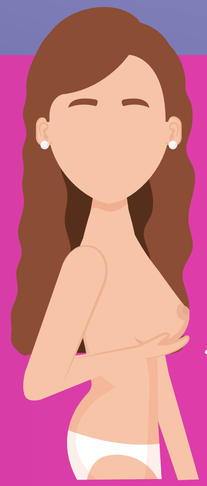
La detección temprana del cáncer es fundamental para que el tratamiento sea más efectivo y mejorar las expectativas de vida.

El 90% de los tipos de cáncer se producen a lo largo de la vida según la exposición a factores de riesgo como el estilo de vida.

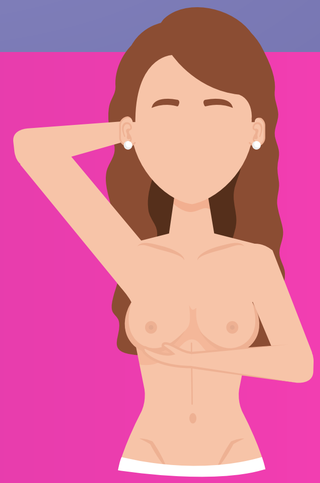
El autoexamen de mama es importante y lo puede realizar la mujer de forma regular, sin embargo este no es suficiente para un diagnóstico temprano de cáncer de mama. Los controles regulares con el médico son indispensables para un diagnóstico certero y a tiempo.



Inspección visual.
- **Cambios en la textura de la piel.**
- **Retracción o hedidura en el pezón.**
- **Secreción del pezón.**
- **Llenura atípica y / o fruncimiento.**



Inspección manual.
- **Con las puntas de los dedos juntas, palpar con gentileza cada seno.**



Inspección manual. (Recostada)
- **Con las puntas de los dedos juntas, palpar con gentileza cada seno.**