



Ciudad de México, a 27 de mayo de 2024

LLAMA SEDESA A DETECTAR SIGNOS DE ALERTA Y ATENDER ALTERACIONES EN LA MENSTRUACIÓN

- *La salud menstrual implica que niñas y mujeres reciban información clara y oportuna sobre la menstruación, acceso a servicios médicos y atención en entornos seguros y libres de estigmas*
- *En caso de presentarse alteraciones, la SEDESA, en conjunto con los Servicios de Salud IMSS-BIENESTAR, brindan atención integral y gratuita a diversos padecimientos ginecológicos, como la endometriosis, amenorrea o síndrome de ovario poliquístico.*

En el marco del Día de la Higiene Menstrual, que tiene lugar el 28 de mayo, la Secretaría de Salud de la Ciudad de México (SEDESA) hace un llamado a detectar signos de alerta alrededor de la menstruación y a informarse sobre las características de un periodo sano, con la finalidad de que cada mujer y niña conozca su cuerpo y atienda a tiempo posibles complicaciones ginecológicas.

Resulta importante prestar atención a las alteraciones y signos de alerta, como la duración del sangrado, la intensidad del dolor o la abundancia del flujo:

1. Un periodo menstrual normal tiene una duración de entre tres y ocho días de sangrado y se repite entre cada 21 y 35 días.
2. Antes y durante, es posible presentar dolor de cabeza, dolor de senos o cambios en el estado de ánimo. Sin embargo, estas molestias no deberían interferir con las actividades cotidianas, de ser así, se recomienda acudir al Centro de Salud más cercano para una revisión.
3. Se requiere valoración médica inmediata si se presenta sangrado por más de siete días o se empape uno o más tampones y/o toallas sanitarias cada hora, durante varias horas seguidas; si el flujo menstrual es con coágulos del tamaño de una moneda de 5 pesos; o si hay manchado entre periodos.

La salud menstrual implica que niñas y mujeres reciban información clara y oportuna sobre la menstruación, acceso a servicios médicos y atención en entornos seguros y libres de estigmas.

La menstruación comienza comúnmente entre los 12 y 13 años; por ello, si a la edad 15 años aún no comienza el periodo, es necesario acudir al Centro de Salud más cercano para una



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO

COORDINACIÓN DE ENLACE Y COMUNICACIÓN



revisión médica. Las ubicaciones de las unidades pueden consultarse en el siguiente enlace:
<https://www.salud.cdmx.gob.mx/unidades-medicas/centros-de-salud>

En caso de presentarse alteraciones, la SEDESA, en conjunto con los Servicios de Salud IMSS-BIENESTAR, brindan atención integral y gratuita a diversos padecimientos ginecológicos, como la endometriosis, amenorrea o síndrome de ovario poliquístico.

De enero a abril del año en curso, se han atendido en los hospitales públicos de la red a once personas por endometriosis, dos por ovario poliquístico y una por amenorrea, mientras que en 2023 se presentaron 16 casos de endometriosis.

De este modo, la SEDESA reafirma su compromiso con la salud integral de todas las niñas y mujeres.

—o0o—