



clinicasabortos.mx

MIOMA UTERINO

TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN



TRATAMIENTO

El tratamiento depende del tamaño, ubicación de los miomas, la edad, los síntomas y el deseo de fertilidad de cada mujer.



MEDICAMENTOS

Ayudan a controlar los síntomas como el dolor y el sangrado abundante. No eliminan los miomas, pero pueden reducir su tamaño.



TRATAMIENTOS HORMONALES

Como anticonceptivos hormonales o análogos de GnRH, ayudan a reducir el sangrado y el tamaño de los miomas.



PROCEDIMIENTOS MÍNIMAMENTE INVASIVOS

Embolización de arterias uterinas, ablación por ultrasonido focalizado o radiofrecuencia para reducir los miomas y los síntomas.



CIRUGÍA

Miomectomía: extirpa los miomas y conserva el útero.
Histerectomía: extirpa el útero, opción definitiva en casos severos.



El tratamiento debe ser personalizado y siempre indicado por un médico especialista.



Escucha tu cuerpo y consulta a tu médico ante cualquier síntoma inusual.



TU SALUD, NUESTRA PRIORIDAD.
REVÍSATE, INFÓRMATE Y CÚDATE.



Un diagnóstico y tratamiento oportunos pueden mejorar tu calidad de vida.



PREVENCIÓN Y CUIDADOS

No siempre es posible prevenir los miomas, pero estos hábitos pueden ayudar a mantener tu salud hormonal y ginecológica.



ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Consume frutas, verduras, granos integrales y alimentos ricos en omega 3.



EJERCICIO REGULAR

Ayuda a mantener un peso saludable y el equilibrio hormonal.



MANTÉN UN PESO SALUDABLE

El exceso de peso puede influir en los niveles hormonales.



MANEJO DEL ESTRÉS

El estrés crónico puede afectar el equilibrio hormonal.



REVISIONES GINECOLÓGICAS

Realiza chequeos periódicos para detectar cambios a tiempo.



HIDRATACIÓN ADECUADA

Beber suficiente agua favorece el bienestar general.



EVITA TABAQUISMO Y ALCOHOL

Pueden alterar el equilibrio hormonal y empeorar los síntomas.



DESCANSO SUFICIENTE

Dormir bien mejora la salud hormonal y el sistema inmunológico.