

Prolapso de Organos Pélvicos

Emi Bretschneider, MD

El *prolapso de órganos pélvicos* o el *prolapso vaginal* es una afección en la que el útero (o "matriz") o las paredes vaginales se exteriorizan y crean la sensación de una protuberancia en el área vaginal. Esta condición es muy común. Si tiene prolapso, también puede desarrollar problemas para mover sus intestinos u orinar.

Cuáles son los síntomas de prolapso?

Uno de los síntomas más comunes del prolapso, es una protuberancia en el área vaginal. Algunas mujeres solo tienen este síntoma, pero algunas pueden tener síntomas como dificultad para mover los intestinos o vaciar la vejiga. El tipo de síntomas que tiene depende de cuál de sus órganos pélvicos está causando el bulto. El prolapso apical ocurre cuando el útero se hunde hacia abajo ("prolapso uterino") o cuando la parte superior de la vagina se abulta hacia abajo después de una histerectomía. El prolapso anterior ocurre cuando la pared vaginal al lado de la vejiga se exterioriza. Este tipo de prolapso, también llamado "cistocele", puede estar relacionado con problemas de vejiga. El prolapso posterior es cuando la pared vaginal posterior protruye en el área que contacta con la parte del intestino por donde pasan las heces justo antes de que salga de su cuerpo (recto). Este tipo de prolapso, también llamado "rectocele", puede causar dificultades para pasar las heces fácilmente. Si tiene síntomas de prolapso, puede tener uno, dos o los tres tipos de prolapso. Su médico deberá hacer un examen vaginal para determinar qué tipo de prolapso tiene.

Apertura Vaginal Normal



Prolapso de Organos Pélvicos



Quién puede tener prolapso?

Es más probable que el prolapso afecte a las mujeres que han dado a luz y se vuelve más común a mayor edad. Muchas mujeres que tienen prolapso se avergüenzan de hablar sobre sus problemas, por lo que puede tener amigos, colegas o familiares que tienen esta afección sin saber que padecen prolapso o que buscan tratamiento para ella.

Porqué las mujeres desarrollan prolapso?

Hay varias razones por las cuales las mujeres desarrollan prolapso. Si tiene un pariente que tiene prolapso, entonces es más probable que desarrolle prolapso. El embarazo y el parto vaginal pueden dañar las estructuras de la pelvis que sostienen la vagina y los órganos pélvicos y también pueden provocar prolapso. La disminución de la hormona estrógeno, que ocurre cuando las mujeres dejan de tener períodos en la menopausia también puede contribuir al empeoramiento de los síntomas del prolapso. Tener problemas médicos como obesidad, tos crónica o estreñimiento puede generar mucho estrés en el piso pélvico y aumentar el riesgo de prolapso.

Es peligroso el prolapso? Qué clase de problemas puedo tener si desarrollo prolapso?

El prolapso no es peligroso. No es un tumor. Algunas mujeres temen que su útero o vagina se caigan de sus cuerpos. Si bien puede sentir un bulto, su útero y su vagina nunca se caerán por completo de su cuerpo. El abultamiento vaginal puede ser incómodo. Si el bulto roza tu ropa interior, entonces puedes ver manchas o sangrado vaginal. También es posible que le moleste no poder mover sus intestinos normalmente y controlar su vejiga, pero estos síntomas, aunque molestos, no son peligrosos para su salud. También puede tener problemas sexuales, como dolor con el sexo o dificultad para tener relaciones sexuales.

El Prolapso Vaginal



Un Utero Sano



1 Etapa de Prolapso



2 Etapa de Prolapso



3 Etapa de Prolapso

Si tengo prolapso o creo que podría tener prolapso, ¿cuándo debo ir a ver a un médico?

Si cree que tiene prolapso y le molestan los síntomas relacionados con el prolapso, debe consultar a un médico. No todos los médicos saben sobre el prolapso o cómo tratar el prolapso, así que asegúrese de encontrar un proveedor especializado en prolapso o pídale a su proveedor que lo remita a un especialista. Los médicos que tienen capacitación especial en prolapso e incontinencia se llaman uroginecólogos o urólogos femeninos.

Qué tratamientos existen para el prolapso?

Existen varias opciones para el tratamiento del prolapso. Su médico podría recomendar una de estas opciones o una combinación de estas opciones.

1) No hacer nada



Dado que el prolapso no es peligroso, si no le molestan sus síntomas, puede elegir no hacer nada. Si sus síntomas de prolapso empeoran, puede regresar a su médico e informarle cuando esté listo para intentar algo para tratar sus síntomas.

2) “Ejercicios de Kegel” o Terapia Física del Piso Pélvico



La fisioterapia del piso pélvico (PFPT) es un tipo de terapia física que se enfoca en los músculos que sostienen los órganos pélvicos, como la vejiga, la vagina y el útero. La PFPT puede ayudar con los síntomas de abultamiento o la incontinencia urinaria al fortalecer los músculos del piso pélvico. Tendrá que ver a un fisioterapeuta especializado en los músculos pélvicos. Es posible que deba ir a terapia con una frecuencia de una vez por semana durante un máximo de 6 semanas. Su fisioterapeuta puede enseñarle cómo hacer ejercicios en casa. Los ejercicios de Kegel son una de las formas de fortalecer los músculos del piso pélvico. Su fisioterapeuta, ginecólogo o partera se asegurarán de que esté realizando estos ejercicios correctamente. Este es un enfoque de muy bajo riesgo para controlar el prolapso y sus síntomas. Su médico puede recomendarle que haga fisioterapia además de otros tratamientos.

3) Pesario



Un pesario es un dispositivo plástico pequeño y flexible que se coloca en la vagina y que mantiene el bulto vaginal en su lugar para que ya no pueda sentir el bulto. Su médico puede mostrarle cómo colocar y reemplazar el pesario usted

mismo. Si no desea o no puede colocar el dispositivo en su vagina o retirarlo usted mismo, entonces su médico puede hacerlo por usted. El pesario se puede limpiar fácilmente con agua y jabón. Puede dejar el pesario en su vagina por hasta 3 meses a la vez sin cambiarlo. Se supone que no debes sentir el pesario cuando está en tu vagina. Cuando se retira el pesario, su prolapso volverá. Es una opción de bajo riesgo para tratar el prolapso sin cirugía, pero requiere atención regular.

4) Cirugía



Algunas mujeres quieren una opción más permanente para tratar su prolapso. Su médico puede recomendarle una cirugía si no desea o no puede usar un pesario, si ha intentado una terapia física sin aliviar sus síntomas y si está lo suficientemente sano como para someterse a una cirugía. Existen muchos tipos diferentes de cirugía para el prolapso. El tipo de cirugía que recomienda su médico depende del tipo de prolapso que tenga, su historial médico y quirúrgico pasado, su estilo de vida y sus objetivos para la cirugía. Es posible que se someta a una cirugía a través de la vagina utilizando estructuras en su cuerpo para ayudar a sostener las paredes vaginales o el útero prolapso. O puede someterse a una cirugía a través de pequeñas incisiones en su abdomen. Es posible que se le agregue un material permanente llamado malla a su cirugía para ayudar a sostener sus tejidos si su médico lo considera necesario. Hable con su médico sobre los riesgos y beneficios de cada cirugía. Asegúrese de que sus objetivos se alineen con la cirugía que planean.

Consejos Útiles



El prolapso es una condición común que afecta a muchas mujeres. Las mujeres con prolapso pueden tener la sensación de un bulto, dificultad para mover los intestinos o vaciar la vejiga, o tener problemas para tener relaciones sexuales.



Muchos factores pueden causar prolapso. El prolapso no es peligroso, pero asegúrese de consultar a un médico si sus síntomas le molestan.



Hay muchas formas de tratar el prolapso. Hable con su médico sobre todas las opciones y decida cuál es la adecuada para usted.

Recursos Adicionales

<https://www.thewomens.org.au/health-information/vulva-vagina/vaginal-prolapse>

https://vcgmedia.objects.frb.io/ucurogyn/Pelvic-Organ-Prolapse_IUGA_UroGyn.pdf

<https://www.augs.org/assets/2/6/POP.pdf>

Acerca del Autor



Emi Bretschneider, MD

Profesor Asistente, Departamento de OB-GYN,
Uroginecología y cirugía pélvica reconstructiva,
Northwestern Medicine, Chicago, IL, EE. UU.

No posee conflictos de intereses para informar.