

El bienestar íntimo en auge

En sus inicios se hablaba de una subespecialidad de la ginecología y la estética genital como algo aislado, pero con el tiempo se ha constatado que ya no es solo un concepto de belleza o de armonía visual, sino que va mucho más allá. Su base es la medicina regenerativa que busca la funcionalidad, conceptos que se asocian con la gran mayoría de las consultas de las pacientes



III Congreso SEGERF 2025



El **Palacio de Congresos de Toledo** será la sede de este encuentro que, como nos explica su presidenta, la **Dra. Raquel Campos**: quiere seguir actuando sobre las terapias en las patologías que más vemos en ginecología regenerativa con las últimas evidencias científicas. Profundizaremos en el diagnóstico del dolor pélvico y en cómo la medicina regenerativa puede abrir pautas de tratamientos que no cubre la medicina más clásica. También se establecerán los algoritmos terapéuticos en las patologías más habituales que se nos presentan como es el liquen, para poder orientar a una unificación de protocolos y tratamientos.

Evolución de las terapias regenerativas

Empezamos el campo de la ginecología regenerativa con los dispositivos basados en la energía, de los cuales, en la actualidad, existe cada vez mayor evidencia de su eficacia y seguridad, y los avances van dirigidos, además de la mejora de estos dispositivos, a la aparición de otras tecnologías como son las ondas de choque o el magnetolith, por otra parte, se avanza en terapias en derivados sanguíneos.

Y asimismo, se incorpora el conocimiento en tratamiento hormonal para la mejora clínica, no tan solo de la sintomatología de las pacientes en menopausia, sino de su calidad de vida más allá de la clínica.

Avances en estética genital

Su evolución va más dirigida a la mejora, sobre todo en las pacientes con liquen escleroso vulvar con alteraciones importantes, no tan solo en la estética genital sino en la funcionalidad, y cómo la aplicación de terapias como el uso de la grasa, los exosomas o las ondas de choque pueden mejorar la clínica de estas pacientes.

¿La Inteligencia Artificial tiene cabida en esta especialidad médica?

La IA va a tener cabida en todas las especialidades médicas. Actualmente no ha entrado en nuestra rama, pero probablemente no tarde en incorporarse, bien sea para facilitar diagnósticos, como para la orientación sobre qué tipo de terapias nos van a garantizar mejores resultados.

El futuro de la especialidad

Hoy los avances van dirigidos al empleo de nuevos tratamientos, como es el uso de los exosomas y los derivados de la grasa, en la consolidación de las actuales terapias y en una visión más integrativa de la salud de la mujer, incorporando la nutrición, el ejercicio, las terapias para mejorar la neurolongevidad. En definitiva, la medicina regenerativa se enfoca cada vez más en tecnología avanzada y en fomentar los hábitos de vida saludables.

Láser: la tecnología imprescindible



El Dr. Jorge Gaviria es ginecólogo y médico estético con posgrado en Medicina Láser, actualmente es el especialista en esta materia en la Clínica Juvan MD en Houston (EE UU).

La aparatología láser y otras técnicas lumínicas han significado una enorme revolución para la medicina regenerativa, ya que se basa en buscar los mecanismos que restauren el tejido dañado dentro del proceso inflamatorio que origina la “lesión” y que el médico causa de una manera controlada. Se utiliza esa luz intencionadamente para aumentar la temperatura del tejido con un consiguiente daño térmico controlado que, a su vez, genera un proceso inflamatorio de reparación y regeneración. Todo ello proporciona un aumento de la vascularización, factores de crecimiento y mejora la calidad de los tejidos en cuanto a elastina y colágeno. Dependiendo del grado de energía calórica que penetre, habrá diferentes formas de reparación, ya que el láser es una energía que viaja a través de una frecuencia lumínica, como pueden ser los rayos ultravioleta, luz blanca o los rayos infrarrojos.

La mayoría de los láseres ginecológicos van a estar dentro del espectro infrarrojo de la luz, es decir: no visible para el ojo humano,

pero van a tener una gran capacidad de penetración en la dermis y epidermis, porque es un infrarrojo de cercano a medio y puede producir cambios en el lugar donde se necesiten.

Existe el infrarrojo cercano y el infrarrojo medio, son dos regiones del espectro infrarrojo, ubicadas entre la luz visible y el infrarrojo lejano. El cercano tiene una longitud de onda más corta que el medio. Utilizando esta la tecnología a nuestro favor, dependerán las circunstancias de la paciente: su sistema inmune, edad o patología asociada para tener una mayor y rápida mejoría.

Diferentes tipos para distintas patologías

La mayoría de los tratamientos ginecológicos son procedimientos ablativos y el médico



debe entender que, si va a trabajar dentro de la piel o del tejido vaginal, el aparato utilizado tiene que tener afinidad al agua, como puede ser el erbio o el de CO₂ y de esta forma calentarán o vaporizarán.

Hay otro tipo de láseres que penetran más y pueden modular la dermis más profunda y son los que utilizan dermatólogos o médicos estéticos: diodo con diferentes frecuencias; neodimio-YAG (Nd:YAG), éste es uno de los más comúnmente utilizados para hacer tratamientos no ablativos.

Liquen escleroso vulvar

La última novedad del láser ginecológico es su aplicación para conseguir mejoría en el tratamiento para liquen escleroatrófico vulvar, una patología autoinmune que afecta a la población femenina en un gran tanto por ciento, donde hasta ahora solo se podía tratar a la paciente con cremas y sin prolongación en el tiempo. Hoy lo tratamos en base a los síntomas, consiguiendo que la paciente pueda estar asintomática con mejor tejido y aumentando su calidad de vida. Este proceso regenerativo superficial hace que esta enfermedad cambie completamente.

Buscamos cambios dérmicos, por lo que cualquier láser no ablativo puede bioestimular, pero los que mejor tratan el problema son los láseres fraccionados que realicen ablación, como puede ser el de CO₂ con escáner o con pieza fraccionada, también puede ser eficaz un erbio ablativo.

Una base para la consulta

Así como en la consulta de un ginecobstetra el ultrasonógrafo y el ecógrafo son esenciales, en el futuro y, no tardando mucho tiempo, todas las consultas médicas contarán con tecnología láser porque, aunque es verdad que un solo láser no lo trata todo, cada médico puede adaptar el que mejor convenga a su consulta dependiendo del tipo de pacientes que tenga, y lo ideal sería que pudiera llegar al sistema sanitario para poder contar con tratamientos preventivos que, a la lar-

JALUPRO HMW + JALUPRO GLOW PEEL: BIORREVITALIZACIÓN ÍNTIMA INTEGRAL

El uso de agentes biorrevitalizantes en la estética ginecológica íntima está creciendo rápidamente, y **JALUPRO® HMW**, distribuido por PROFESSIONAL DERMA, ha demostrado un notable potencial clínico en este ámbito. Administrado mediante microinyecciones intradérmicas, aporta una alta concentración de aminoácidos esenciales -como glicina, prolina y lisina- que actúan como precursores fundamentales para la síntesis de colágeno, junto con ácido hialurónico no reticulado, combinando producción de colágeno e hidratación. Esta fórmula sinérgica favorece la activación de los fibroblastos y la remodelación de la matriz extracelular, mejorando la estructura, elasticidad e hidratación profunda del área tratada.

Indicaciones

En la región íntima, especialmente en los labios mayores y el tejido circundante, ha mostrado beneficios clínicos en la mejora de la textura cutánea, de la hidratación y la pérdida de volumen. Nuestra experiencia clínica también sugiere beneficios en pacientes con liquen escleroso vulvar, donde sesiones repetidas parecen favorecer la cicatrización mucocutánea y reducir síntomas como prurito y molestias. Estos efectos pueden estar relacionados con las propiedades antiinflamatorias de la glicina, que contribuye a modular la respuesta inflamatoria local.

El poder de la sinergia

Cuando se combina con **JALUPRO® GLOW PEEL** -que contiene una mezcla de ácidos como el trichloracetate, alpha hydroxy ácidos y antioxidantes como el ácido ferúlico y el ácido kójico- se observan mejoras en la pigmentación, el tono y la calidad dérmica de la zona vulvar. Este protocolo combina estimulación estructural a través de la biogénesis del colágeno con una mejora superficial mediante exfoliación controlada y un efecto despigmentado.

JALUPRO® se presenta como una opción segura y eficaz en el rejuvenecimiento estético y funcional del área íntima, con una excelente tolerancia y resultados visibles cuando es aplicado por profesionales capacitados.



www.jalupro.com

ga, mejoren la salud de las pacientes y consigan un ahorro económico importante con procedimientos que se deberán hacer a posteriori, como pueden ser láser preventivo tras los partos para evitar incontinencias y prolapsos.

Estética y combinación de tecnologías basadas en la energía



El Dr. César Arroyo es médico estético, reconocido ponente nacional e internacional, primer médico en España que realizó una vaginoplastia láser, director médico de Miit Clinic (Madrid):

Cada vez más profesionales médicos se suman al objetivo de mejorar la calidad de vida

de las mujeres y es una responsabilidad de todos velar por su bienestar y su salud. El área genitourinaria no es ajena a ello y presenta grandes retos.

Problemas como la incontinencia urinaria de esfuerzo, la atrofia vulvovaginal, las dermatosis que afectan a la vulva, los prolapsos pélvicos y toda la manifestación del deterioro de esta zona, pueden comprometer la calidad de vida. Sin embargo, gracias a la ciencia, podemos asegurar que la mayoría de estos problemas tienen una solución no invasiva con dispositivos como los láseres y las radiofrecuencias cuando hablamos de tratamientos basados en el calor, porque éste como terapia controlada es imprescindible como elemento regenerador. Sus efectos son muy conocidos y, por encima de todo, su seguridad es muy valorada dado que estamos tratando zonas muy sensibles y que requieren un cuidado especial.

Despigmentantes

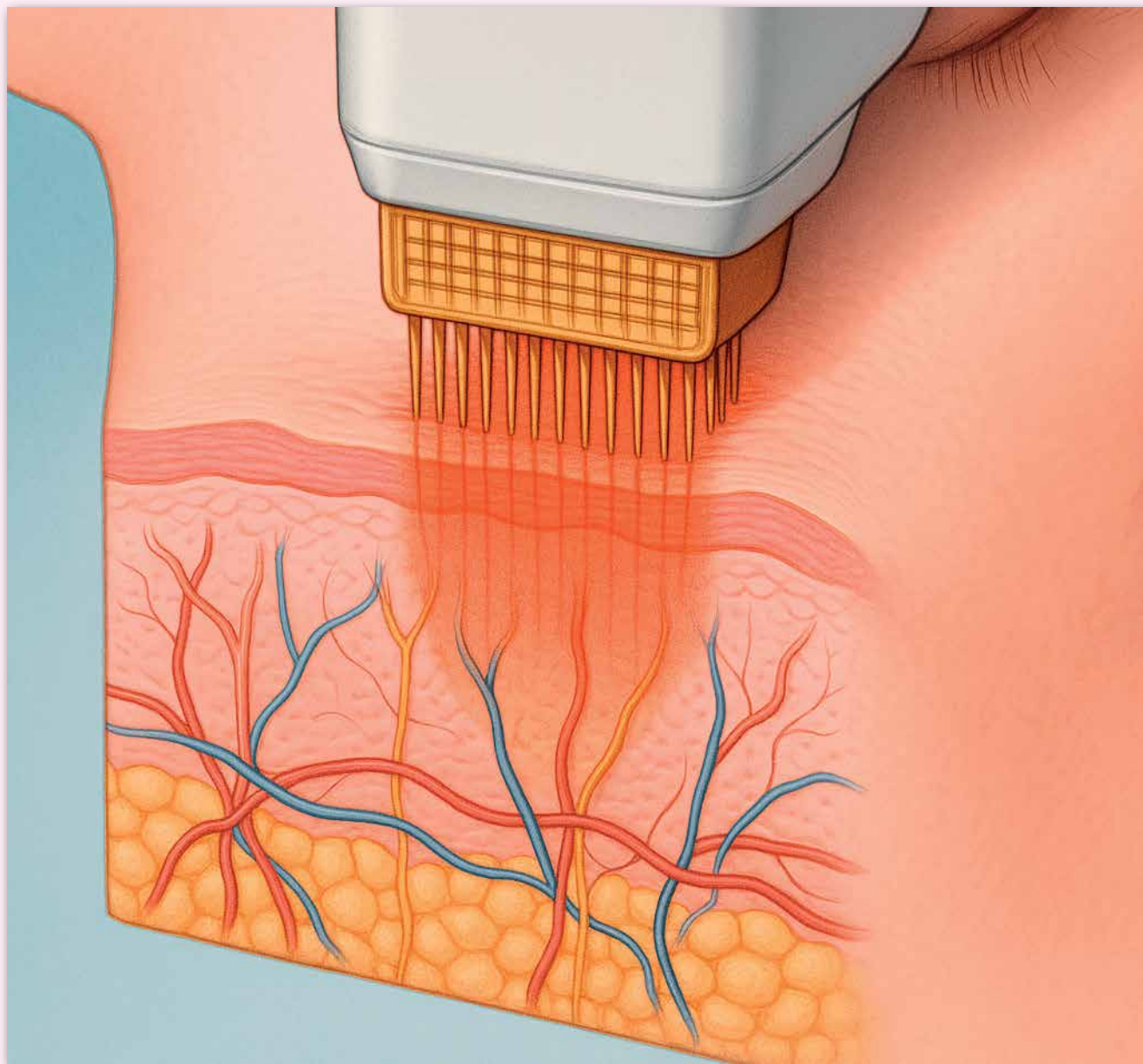
La estética genital entra dentro de estos tratamientos, puesto que puede controlarse con terapias poco agresivas y en pocas sesiones. Una de las situaciones más consultadas es el cambio en la coloración cutánea.

La pigmentación va aumentando en el transcurso de las diferentes etapas de la vida de la mujer: tras el cambio y desarrollo a la edad adulta y, principalmente, tras los embarazos. Las discromías o hiperpigmentaciones se pueden tratar con medicamentos tópicos o incluso con peelings, pero cuando estas técnicas fracasan, y esto no es poco frecuente, se recurre a técnicas más avanzadas como son los láseres para provocar una fragmentación del pigmento acumulado, de forma controlada y con poca irritabilidad de la piel, así como una recuperación posterior casi inmediata.

Los láseres más frecuentemente utilizados son los que se conocen como de Q-switched, que tienen diferentes longitudes de onda según



Foto cortesía del Dr. César Arroyo



el tipo de pigmento y, como hemos comentado, su objetivo principal es eliminar los fragmentos sin provocar quemaduras ni costras que puedan generar más efectos colaterales que beneficio.

Se necesitan un número de sesiones más o menos constantes y con intervalos de al menos cuatro semanas. Es fundamental, por supuesto, un diagnóstico inicial para conocer bien todos los posibles problemas de la paciente relacionados con pigmentos. La satisfacción tras finalizar el tratamiento es muy elevada.

Radiofrecuencia fraccionada con microagujas

Otro gran avance que hemos visto últimamente es el uso de una técnica ya conocida en otras áreas corporales y que se está aplicando ahora en la mucosa vaginal. Es la radiofrecuencia

fraccionada con microagujas, cuya acción principal es la contracción de los tejidos laxos que se produce por el envejecimiento y que tiene como principal consecuencia **las alteraciones de la continencia urinaria**. Este gran avance tiene una elevada tolerancia por parte de la paciente y unos resultados muy duraderos, con una recuperación prácticamente inmediata. En ocasiones es un excelente complemento para otras terapias o se puede realizar como única.

El objetivo principal de estas técnicas, como hemos comentado antes, es promover la armonización y buscar unos resultados duraderos desde el punto de vista estético y funcional, basados en tecnologías contrastadas y que nos permiten alcanzar soluciones que antes no teníamos.

Terapias naturales y nutraceuticos



El Dr. Santiago Palacios es ginecólogo y director de la clínica que lleva su nombre. Con una dilatada experiencia científica y docente, fue el fundador de la primera Unidad de Menopausia de España:

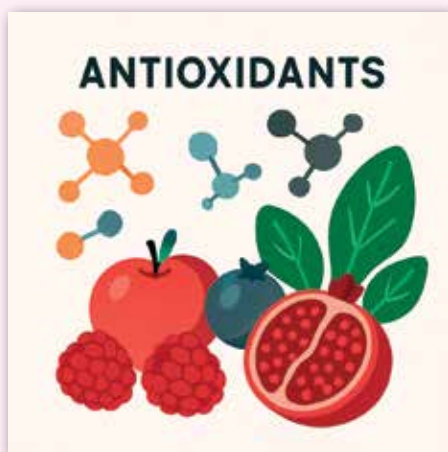
Las terapias naturales, como puede ser el uso de fitoterapia y/o nutraceuticos, tienen mucha importancia para la salud de la mu-

jer y en esto creo que existe un consenso, recurrir a estos productos con respaldo de evidencia clínica es la manera de asegurar la eficacia y actuar frente a los síntomas de la menopausia.

Existen tres escalones que deben cumplirse como norma:

- **Estilo de vida saludable.** Con dieta equilibrada, ejercicio físico y pautas efectivas para regular el sueño.
- **Nutraceuticos.** Optar por los productos naturales durante tres meses y evaluar su efectividad. Si la mujer nota mejoría, continuar con este tipo de tratamiento.
- **Medicación farmacológica.** Recurrir a ella si la fitoterapia no es efectiva. Actualmente, las alternativas farmacológicas son la terapia hormonal o, en fase de estudio, tenemos medicamentos que eliminan los síntomas vasomotores graves asociados a la menopausia.





Plantas medicinales y salud femenina: tradición y evidencia científica

El Dr. Fernando Losa es ginecólogo, coordinador del Grupo de Productos Naturales de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM) y experto en fitoterapia integrativa:

A lo largo de la historia, las mujeres han recurrido a las plantas medicinales para acompañar los cambios fisiológicos propios de cada etapa de la vida: desde la pubertad hasta la menopausia y vejez. Hoy, en pleno siglo XXI, la evidencia científica está empezando a avalar muchas de esas prácticas tradicionales, integrando la fitoterapia como un complemento terapéutico útil y seguro en contextos clínicos bien definidos.

Las plantas medicinales como herramienta terapéutica

La fitoterapia ofrece un gran valor en el abordaje holístico de la salud femenina. A lo largo de su vida, la mujer atraviesa etapas de particular sensibilidad hormonal y emocional, como la menarquia, el embarazo, el puerperio, la perimenopausia o la menopausia, donde ciertos productos naturales procedentes de plantas medicinales pueden modular la respuesta hormonal, mejorar el bienestar psicológico y contribuir al equilibrio homeostático. Se trata de un enfoque integrador que, bien planteado,



puede convivir con la medicina convencional y disponer de una herramienta muy útil en el abordaje de muchas patologías femeninas.

Pero hay que tener en cuenta que el término “natural” no implica necesariamente “inocuo”. Muchas plantas contienen principios activos con efectos farmacológicos significativos, de hecho, muchos medicamentos proceden de plantas medicinales. Como cualquier agente terapéutico, **su seguridad depende de la dosis, la duración del tratamiento, la vía de administración y, especialmente, del estado de salud de la paciente.** Por ello, su uso debe realizarse bajo un control profesional, teniendo en cuenta posibles interacciones con fár-

macos y condiciones clínicas como el cáncer o las enfermedades autoinmunes.

No todo vale: calidad y eficacia

No todos los productos de origen vegetal garantizan calidad ni eficacia. La base de cualquier producto natural procedente de plantas es la calidad, que hará que tenga una eficacia y seguridad. Es esencial elegir extractos estandarizados, que especifiquen con claridad la concentración del principio activo, la parte de la planta utilizada y el tipo de extracto (seco, acuoso, alcohólico, glicerinado, etc.). Además, se debe comprobar que el laboratorio siga buenas prácticas de fabricación y, en lo posible, que cualquier producto esté avalado por estudios clínicos. La dosis debe ajustarse a los niveles terapéuticos validados en ensayos clínicos, ya que muchas veces los productos comerciales contienen concentraciones insuficientes para ejercer un efecto significativo.

Principales indicaciones

Se dispone de una gran variedad de productos naturales con principios activos específicos para diversas situaciones:

- **Para mejorar alteraciones del sueño e insomnio:** Valeriana officinalis, Passiflora incarnata y Humulus lupulus (lúpulo), con acción sedante a través del sistema GABAérgico: ayudan a conciliar y mantener el sueño de manera fisiológica; Melissa officinalis (melisa): útil en casos de insomnio asociado a ansiedad con acción sedante suave y digestiva.
- **Síntomas vasomotores (sofocos, sudoración nocturna):** destacan la Cimicífuga racemosa (black cohosh) sin efecto estrogénico, se puede utilizar en cáncer de mama estrogénico dependiente; la Salvia officinalis; el Lúpulo (Humulus lupulus): rico en 8-prenilnaringenina, un fitoestrógeno potente) y las isoflavonas de soja (Glycine max) y trebol rojo por su acción sobre los receptores estrogénicos beta.
- **Trastornos del estado de ánimo, ansiedad e irritabilidad:** Hypericum perforatum (hi-

périco): antidepresivo indicado en distimias leves y estados de ánimo bajo. Atención a interacciones. Griffonia simplicifolia: fuente natural de 5-HTP (precursor de serotonina), útil en ansiedad, insomnio y depresión leve. Crocus sativus (azafrán): potente acción antidepresiva y ansiolítica, con eficacia en el síndrome premenstrual. Rhodiola rosea: adaptógeno con efecto ansiolítico y antifatiga, mejora la tolerancia al estrés emocional y físico.

- **Mejora del deseo sexual:** la Maca andina (Lepidium meyenii), el Tribulus terrestris, el Panax ginseng, la Trigonella foenum-graecum (fenogreco) y la Turnera diffusa (damiana) se han utilizado tradicionalmente y con creciente aval científico para mejorar la libido, el deseo sexual y la energía vital, actuando sobre ejes hormonales y neurotransmisores implicados en la respuesta sexual femenina.



- **Salud osteoarticular:** artrosis, dolor crónico, inflamación: la *Cúrcuma longa*, el *Harpagophytum procumbens* (harpagofito) y la *Boswellia serrata* poseen efectos antiinflamatorios y condroprotectores que pueden ser útiles en mujeres con artrosis u otros trastornos articulares postmenopáusicos. *Urtica dioica* (ortiga) con acción remineralizante y antiinflamatoria suave. Empleo de colágeno hidrolizado o en forma de péptidos precursores de colágeno.
- **Memoria y deterioro cognitivo:** el *Ginkgo biloba*, gracias a su capacidad para mejorar la microcirculación cerebral y su efecto antioxidante, puede ser útil en el deterioro cognitivo leve asociado a la menopausia, *Panax ginseng*: adaptógeno con capacidad para mejorar la función cognitiva y la energía mental. *Salvia lavandulifolia* o *Salvia officinalis*: mejora la memoria con actividad colinérgica. *Bacopa monnieri*: planta ayur-

védica utilizada para mejorar la memoria, la atención y la neuroplasticidad.

- **Equilibrio hormonal general y síndrome premenstrual (SPM):** *Vitex agnus-castus* (sauzgatillo): regula la fase lútea, efecto progestérico, alivia mastodinia, irritabilidad y dismenorrea. *Angelica sinensis* (dong quai): equilibra el eje hormonal femenino.

Contraindicaciones

El uso de fitoterapia debe personalizarse especialmente en pacientes con antecedentes de cáncer hormono-dependiente (como mama o endometrio), ya que ciertos fitoestrógenos pueden tener un efecto proliferativo o interferir con tratamientos hormonales. También hay que evitar plantas inmunoestimulantes en enfermedades autoinmunes mal controladas, ya que podrían exacerbar la respuesta inmunitaria. Se recomienda el conocimiento del tratamiento que recibe el paciente y valorar las posibles interacciones.

Otros productos naturales

Además de las plantas medicinales, hay compuestos naturales con un papel relevante en la prevención y el bienestar femenino:

- **Ácidos grasos Omega-3:** con propiedades antiinflamatorias, neuroprotectoras y cardiovasculares, especialmente relevantes en la perimenopausia.
- **Probióticos específicos para la salud vaginal y digestiva:** como *Lactobacillus crispatus*, *rhamnosus* o *reuteri*, que restauran la microbiota vaginal y previenen infecciones de repetición.
- **Polifenoles antioxidantes:** como el hidroxitirosol del olivo y las punicalaginas de la granada, con actividad antiinflamatoria, antiaging y protectora frente al síndrome metabólico.
- **Adaptógenos como la Ashwagandha o la Rhodiola rosea:** que regulan la respuesta al estrés y pueden contribuir al equilibrio neuroendocrino.



Técnicas regenerativas con plasma rico en plaquetas para rejuvenecimiento vulvovaginal



El Dr. Fernando Aznar es ginecólogo y jefe de la Unidad de Ginecología Regenerativa del Hospital Cruz Roja (Córdoba):

El rejuvenecimiento vulvovaginal mediante Plasma Rico en Plaquetas (PRP) es una técnica emergente en ginecología regenerativa que busca mejorar la salud y funcionalidad de los tejidos genitales femeninos, especialmente en mujeres posmenopáusicas o con antecedentes de tratamientos oncológicos.

Fundamentos y mecanismo de acción

El PRP se obtiene mediante la centrifugación de sangre autóloga, concentrando plaquetas que liberan factores de crecimiento como PDGF, TGF- β , VEGF y EGF. Estos factores promueven la regeneración tisular, angiogénesis y estimulación de fibroblastos, mejorando la elasticidad, hidratación y grosor del epitelio vaginal.

Aplicaciones clínicas

- 1. Rejuvenecimiento vaginal no quirúrgico:** el PRP se inyecta en la mucosa vaginal y zona vulvar para mejorar la elasticidad,

hidratación y sensibilidad, siendo útil en casos de sequedad vaginal, dispareunia y pérdida de tono postparto.

- 2. Tratamiento del síndrome genitourinario de la menopausia (SGUM):** las inyecciones de PRP son una monoterapia segura y eficaz para la atrofia vulvovaginal en mujeres posmenopáusicas, especialmente en aquellas con contraindicaciones para la terapia hormonal.
- 3. Disfunción sexual femenina:** ha mostrado beneficios en la mejora de la función sexual femenina, incluyendo aumento de la sensibilidad y mejora del orgasmo. Las inyecciones de PRP son seguras y efectivas para tratar la disfunción sexual femenina y la incontinencia urinaria de esfuerzo.
- 4. Incontinencia urinaria de esfuerzo (IUE):** la inyección local de PRP autólogo es efectiva para aliviar los síntomas de la IUE tanto a uno como a seis meses postratamiento, sin reacciones adversas significativas reportadas.
- 5. Terapias combinadas:** la combinación de PRP con láser CO₂ ha mostrado ser efectiva para mejorar la función sexual en mujeres climatéricas con trastornos genitourinarios.

Técnicas de aplicación

- **Infiltración intramucosa:** consiste en la inyección directa de PRP en la mucosa vaginal para tratar la atrofia vulvovaginal (VVA). Un estudio piloto en mujeres posmenopáusicas con antecedentes de cáncer de mama demostró mejoras significativas en el Índice de Salud Vaginal (VHI) y reducción de la dispareunia tras seis meses de tratamiento.
- **PRP combinado con Ácido Hialurónico**

(HA): la combinación de PRP con HA ha demostrado ser efectiva en el tratamiento de la VVA, mejorando la hidratación y elasticidad vaginal. Un estudio comparativo indicó que ambos tratamientos son eficaces, aunque el HA mostró una mayor mejora en la disfunción sexual femenina.

- **Lipofilling con PRP-HA:** esta técnica quirúrgica combina la transferencia de grasa autóloga con inyecciones de PRP y HA en el perineo, mejorando la laxitud vaginal y la calidad de vida sexual. Un caso clínico reportó una mejora del 100% en la escala de satisfacción sexual de *Stabbsberg* tras tres meses de seguimiento.

Evidencia clínica

1. **Estudios comparativos:** diversas investigaciones han demostrado que tanto el PRP como la combinación PRP-HA son eficaces en el tratamiento de la VVA, con mejoras en la frecuencia de relaciones sexuales y reducción de la dispareunia. Aunque el PRP fue mejor tolerado por las pacientes.
2. **Revisión Sistemática:** una revisión sistemática sobre el uso del PRP en trastornos del suelo pélvico indicó mejoras significativas en índices de función sexual femenina y síntomas de incontinencia urinaria de esfuerzo con una buena tolerancia al tratamiento.

Consideraciones y seguridad

Los estudios revisados no reportaron eventos adversos significativos asociados al uso de PRP en el rejuvenecimiento vulvovaginal. No obstante, se destaca la necesidad de realizar estudios clínicos más amplios y controlados para establecer protocolos estandarizados y evaluar la eficacia a largo plazo.

- **Seguridad:** el PRP es autólogo, lo que minimiza el riesgo de reacciones inmunológicas o infecciones.
- **Efectos secundarios:** pueden incluir molestias leves en el sitio de inyección, hematomas o inflamación transitoria.



- **Contraindicaciones:** incluyen trastornos hematológicos, infecciones activas o enfermedades autoinmunes no controladas.

Conclusión

El uso del PRP en el rejuvenecimiento vulvovaginal representa una alternativa prometedora y segura para mujeres que buscan mejorar la salud genital sin recurrir a terapias hormonales. Las técnicas de aplicación, ya sea solas o en combinación con otros tratamientos como el ácido hialurónico o el lipofilling, han mostrado resultados positivos en la mejora de la función sexual y la calidad de vida. Sin embargo, es fundamental continuar con la investigación clínica para validar estos hallazgos y optimizar las estrategias terapéuticas en combinación con dispositivos basados en energía: láser, radiofrecuencia, HIFU, ondas de choque...

Sexología y Ginecología: más allá de dos áreas íntimas



La Dra. Francisca Molero es licenciada en Medicina, máster universitario en Sexología clínica y Psicoterapia integradora, ex presidenta de la Federación Española de Sociedades de Sexología (FESS):

Desde hace unos años se ha ido cambiado el concepto y hoy está claro que debemos denominar a la Ginecología Regenerativa como un área que incluirá tanto el aspecto funcional como el puramente estético. Cuando una mujer va a una consulta porque quiere una cirugía en sus genitales, el médico debe conocer muy bien las expectativas de la paciente, ya que cualquier intervención para incrementar la satisfacción sexual no tiene evidencias científicas al respecto y esto es importante hacérselo saber para no crear deseos irreales con resultados que no sean lo esperados.

La Sexualidad siempre incluida en la consulta

Hay otros aspectos que son importantes y deben tenerse en cuenta entre los profesionales, por ejemplo: la cirugía íntima más demandada es la de los labios internos, un concepto que también se ha cambiado, porque ya no se habla de labios menores y, consecuentemente, no se habla de labios mayores sino de labios externos.

Hace unos años, la labioplastia era muy poco demandada porque pocas mujeres conocían y observaban su vulva en un espejo. Aunque hoy se diga que existe una sexualidad más abierta continúan existiendo unos patrones muy tradicionales, es decir, la vulva es la imagen estandarizada de la pornografía: muy simétrica, con labios internos pequeños, pero esto no es lo habitual. Lo real es la variabilidad y un porcentaje elevado de mujeres tienen los labios internos mayores que los externos y, además, no son simétricos. Otro aspecto distinto será que exista una hipertrofia que pueda acarrear molestias, lo que conllevaría una labioplastia para su corrección. Una cirugía que hoy está normalizada para las mujeres adultas que la necesiten. Otro problema, que lleva a un consenso entre los profesionales, es la demanda de esta intervención entre adolescentes, que debido a la depilación integral tienen más a la vista sus genitales y deben ser conscientes de que esta zona va cambiando dependiendo de la etapa vital de la persona.

También el profesional tiene que considerar la importancia psicológica del área íntima y es algo que siempre debe explorar. Cuando una paciente indica que siente algún tipo de complejo por sus genitales, que repercute negativamente en sus relaciones sexuales y la satisfacción no es la deseada, hay que pensar y actuar sobre ello porque repercute en su calidad de vida.

El orgasmo: conocimiento real o mitificado

La sexualidad, tanto masculina como femenina, sigue siendo una de las disciplinas científicas sobre la que se sigue estudiando porque hay muchas lagunas en su conocimiento y es mucho más conocida desde el punto de vista sociológico. La definición de orgasmo dice: es una percepción subjetiva de un pico de placer que se produce porque antes ha exis-

tido una aceptación de un estímulo sexual y una excitación progresiva que ha ayudado a desencadenarlo. Es esencial el autoconocimiento del cuerpo, para ello, hay que experimentar y tener curiosidad.

A nivel mental se percibe como un pico de intenso placer que llega a todo el cuerpo: primero hay una excitación con aumento de vascularización y aumento de lubricación, con cambios en los labios internos y externos. También la vagina cambia (de 5 a 10 segundos se alarga hasta 2/3 de su tamaño inicial). Si no se interrumpe el estímulo erótico se mantiene y se incrementa, se produce lo que se llama la plataforma orgásmica a nivel genital, con pequeñas contracciones en la zona uterina y todo lo que es la vagina, acompañado una percepción de placer subjetivo. También existe una parte cerebral, totalmente individualizada en la persona que lo siente y en el momento en el que se desarrolla. Lo mismo ocurrirá con las vías de estimulación, totalmente subjetivas y únicas en cada uno y por las que se llega a él.

Relación entre salud mental y salud sexual

Están totalmente unidas. Cuando se habla de problemas sexuales se dice que un elemento clave que interfiere en ellos es la percepción de la salud, un concepto totalmente subjetivo, y en esto un eslabón clave es la salud mental.

Cuando se habla de respuesta sexual se habla de un complejo neuro-endocrino que tiene que ver con los neurotransmisores a nivel cerebral, porque para que exista una actividad sexual satisfactoria se movilizan todos los sistemas corporales.

La depresión y la ansiedad, son enemigos de la satisfacción y del deseo sexual. A esto hay que añadir los fármacos antidepresivos que son los medicamentos que más interfieren en la respuesta sexual humana y, dentro de ellos, están los inhibidores de la recaptación de la serotonina que causan problemas de déficit de deseo.

La hipertensión y la diabetes pueden provocar problemas de déficit de excitación en



las pacientes. Otro de los fármacos que pueden producir alteraciones en la respuesta sexual o en la satisfacción son los hipertensivos.

Sexualidad y mujer menopáusica

La sexualidad de la mujer nunca finaliza y está presente desde el nacimiento hasta la muerte. Lo que ocurre es que se manifiesta de forma diferente según las etapas. Si es cierto que en el climaterio, menopausia y post menopausia hay mujeres que pueden tener problemas de dispareunia, sequedad vaginal o atrofia (síndrome genitourinario de la menopausia) donde las relaciones sexuales pueden doler, pero existe un amplísimo abanico de tratamientos para mejorar estas situaciones. Por otra parte, y todas las guías internacionales lo dicen, para mantener la funcionalidad de los genitales lo más importante es tener actividad sexual periódica.

Labioplastia: cirugía íntima y opción personal



La Dra. Elena Jiménez es cirujana plástica y estética, directora médica de Eleca Clinic (Madrid):

La cirugía íntima femenina ha ganado atención tanto en el ámbito médico como en el público general, convirtiéndose en una opción cada vez más demandada por mujeres que buscan mejorar su bienestar físico y emocional.

La labioplastia ofrece soluciones a diversas preocupaciones relacionadas con la estética, funcionalidad y la salud genital, es una opción quirúrgica muy personal a la que las mujeres llegan después de valorar despacio su situación y que les hace sentir mejor en múltiples aspectos. Se realiza en cualquier momento de la vida, tanto para reducir volumen de labios menores como para dar volumen con grasa propia en los labios mayores. De nuevo, en la menopausia, hay una reducción del volumen de estos últimos o a veces en mujeres jóvenes y/o delgadas también es necesario aportar volumen a esta zona.

Distintos aspectos valorativos:

- **Estético:** no sólo por una estética de belleza, sino para reducir zonas más

oscuras, labios menores que sobresalen de los mayores o incluso asimetrías.

- **Molestias diarias:** los labios pueden interferir en las relaciones sexuales, marcarse con la ropa ajustada tanto un bikini o ciertas prendas de gimnasio. A veces modifican la dirección de la micción causando molestias locales o dificultad en la limpieza local.
- **Postparto:** la zona ha recibido el influjo hormonal durante 9 meses en el proceso de embarazo y ha cambiado la forma, tamaño y color. Pero, además, en muchas mujeres se añade la distorsión que aporta la existencia de una episiotomía y hay que hacer un proceso reconstructivo en la zona.
- **Menopausia:** en la que se añaden diferentes componentes. El cambio hormonal determina una pérdida de volumen, más laxitud en la vagina o incluso una reducción de la lubricación de la zona.

Según la valoración que hemos visto hay muchos procesos que podemos hacer y que no se limitan a la reducción de labios menores, sino a un tratamiento integral de cada mujer según su momento vital y hormonal y las necesidades individuales.

En cuanto a los resultados, se da una respuesta amplia a las necesidades de las mujeres que no encontraban una solución a parte de los problemas estéticos y funcionales que notaban en la zona íntima.

También se produjo un aumento de la autoestima, no sólo en las relaciones sexuales sino en la vida cotidiana, como puede ser el momento del gimnasio con el estilo actual de ropa que se usa. También es un tipo de cirugía importante para la playa con los bañadores y bikinis ajustados en la zona del pubis.



Recomendaciones postratamiento

La recuperación tiene unos momentos iniciales donde hay inflamación o pequeño sangrado que puede durar la primera semana. Para ello se recomienda un primer día de reposo con frío local y después reducir la actividad normal, no ir al gimnasio o realizar actividades intensas. Las relaciones sexuales se retomarán a partir de la semana cuatro de forma cuidadosa, igualmente ocurrirá

con la vuelta al gimnasio o a la actividad física intensa. Eso sí, lógicamente, cada procedimiento precisa de un postoperatorio diferente y ajustado a cada mujer.

Si en el proceso de cicatrización existe algún evento que se deba corregir, se puede hacer pasados unos dos meses como mínimo, para que esa inflamación inicial se reduzca, siempre y cuando dicha inflamación permita hacer la valoración adecuada.

GINECO♀belleza

Entra en www.ginecobelleza.es y accede a toda la actualidad del sector