

HIJAS DE LA LUNA

Ciclo menstrual

**¿Qué alteraciones
necesitan revisión?**

Ciclo menstrual

¿Qué alteraciones necesitan revisión?

Las alteraciones que nos advierten de que el ciclo necesita revisión son las siguientes:

- **Ciclo menstrual doloroso:** Puede señalarnos la presencia de problemas como la endometriosis o el exceso de sustancias inflamatorias durante la menstruación.
- **Ciclo irregular:** Cuando los ciclos varían en duración más de dos-tres días, puede apuntar a que la ovulación se está viendo alterada por diversos motivos, entre ellos, un elevado estrés, un déficit de nutrientes o padecer el síndrome de ovarios poliquísticos (SOP). El SOP es una alteración endocrina y metabólica donde los niveles de andrógenos están elevados y producen alteraciones en la ovulación.
- **Sangrado abundante:** Puede sugerir la presencia de miomas, de problemas en la glándula tiroides, de adenomiosis, de endometriosis o de

alteraciones en los factores de coagulación como la enfermedad de con Von Willebrand.

- **Amenorrea:** La ausencia de menstruación nos indica que algo no funciona correctamente, no tenemos ovulación y por tanto no hay ciclo menstrual.

(La revolución de la menstruación - Xusa Sanz, 2024)