

**HÁBITOS Y PRÁCTICAS DE HIGIENE GENITAL DE LAS
PACIENTES QUE VISITAN LA CONSULTA
GINECOLOGICA DEL CENTRO DE SALUD
EVANGELINA RODRIGUEZ DEL INTEC**

Eloísa Ramírez*

RESUMEN

Los hábitos y prácticas de higiene pueden poner un alto a las infecciones vaginales sin tener que recurrir con frecuencia a los medicamentos. El propósito de este estudio es conocer los hábitos y costumbres de higiene íntima de nuestra población femenina y el impacto de estos en la salud.

Con este fin entrevistamos 500 mujeres que asisten a la consulta ginecológica del centro de salud Dra. Evangelina Rodríguez del Intec.

Encontramos que solo el 13.7% dijo asearse 3 veces al día, el 70.8% usaba jabón de cúaba para el aseo, solo el 2.4% hervía el agua del aseo. El 85.9% refirió haber tenido su primera relación sexual entre los 12-19 años. El 11.8% tener dos parejas sexuales y el 11.3% dijo tener más de 2 parejas sexuales.

Estos datos evidencian que los hábitos y costumbres de las pacientes en estudio no son favorables para su salud, ya que encontramos, además, una alta incidencia de infecciones vaginales (77.1%). Lo que indica, además, que la población necesita recibir información adecuada que le permita transformar esos hábitos en otros favorables a su salud.

PALABRAS CLAVES: Higiene íntima, Bactericidas, Hábitos de Higiene.

INTRODUCCIÓN

Es sabido que hasta la mayoría de la población no llegan informaciones sobre las practicas de higiene intima óptima para la salud del individuo. Por esto un gran porcentaje de personas no esta capacitada par prevenir todas las infecciones a las que diariamente nos exponemos.

(*) Ciencias de la Salud, INTEC

La atención especial a sus hábitos e higiene personal puede poner un alto a las infecciones vaginales. Lavar los genitales deberá hacerse con agua y jabón suave, secando muy bien con una toalla limpia. (1) La frecuencia de la higiene íntima debe depender del clima y las condiciones del espacio físico en el que nos encontremos. Además debemos recordar que se debe extremar el cuidado íntimo en los días de la menstruación.

Cuando nos referimos al clima es porque en documentos consultados se señala que el lavado genital puede hacerse una vez al día. (2) En nuestro país, que tiene una temperatura cálida, lo ideal sería una higiene íntima por lo menos tres veces al día, secando bien, pues lo mejor es mantener los genitales frescos y libres de humedad.

El uso de toallas higiénicas perfumadas y tampones pueden causar irritación vulvar y favorecer las infecciones vulvovaginales. También el uso de los sprays higiénicos y desodorantes femeninos en mujeres de condición normal son innecesarios y a veces, incluso perjudiciales.

La actividad sexual y el número de parejas es un factor importante dentro de este renglón, pues, en este caso depende de dos o más personas la responsabilidad del aseo y sus condiciones.

El propósito de este estudio fue conocer los hábitos de higiene de la población femenina que asiste al Centro de Salud del INTEC y determinar el impacto de estos hábitos y costumbres en la salud de dichas pacientes.

MATERIALES Y METODOS:

Se le aplicó una encuesta a 500 mujeres que regularmente asisten a la consulta ginecológica del centro de salud Dra. Evangelina Rodríguez del Intec. Mediante ésta se cuestiona a las pacientes acerca de sus hábitos y prácticas de higiene genital. También se les preguntó sobre la presencia o ausencia de vaginitis.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De las pacientes encuestadas el 74% refirió tener una vida sexual activa, El 2.3% dijo no tener actividad y el 23.7% restante no respondió la pregunta.

Entre las que dijeron tener una vida sexual activa, el 46.9% respondió que tenía solo 1 pareja sexual fija, el 41.8% dijo tener 2 parejas y el 11.3% dijo tener más de 2 parejas, como nos muestra la Gráfica N.º 1.

Cuando se les cuestionó sobre la edad que tenían al momento de tener su primera relación sexual, el 85.9% respondió que ocurrió entre los 12-19 años, el 12.8% entre los 20-27 años, el 0.6% contestó que entre los 28-35 años y el 0.6% restante dijo no haber tenido contacto sexual todavía.

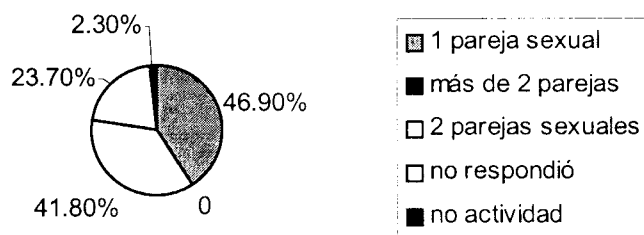
Se les preguntó la frecuencia con que visitaban al ginecólogo, a lo que el 18.5% contestó que 1 vez al año, el 37.9% dijo que 2 veces al año, el 2.8% dijo que varias veces, el 34.5 % no respondió la pregunta y el 13.9% visitaba al médico por primera vez.

Al cuestionárseles sobre las veces al día que se aseaban contestaron en un 13.7% que lo hacían 3 veces al día, el 35.4% dijo que 2 veces al día, el 11.4% dijo que varias veces en el día y el 39.5 % no respondió la pregunta como vemos en la Gráfica N.º 2.

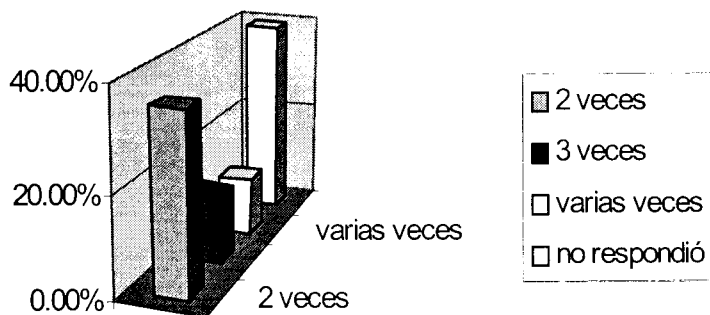
Entre los productos de uso para el aseo encontramos que el 70.8% usa solo jabón de cuaba, el 7% usa solamente bactericida y el 20.9% combina el uso entre jabón de cuaba y bactericida, el 1.3% restante usa jabón con fragancia en sus lavados genitales, como nos muestra la Gráfica N.º 3

Al cuestionársele sobre el tratamiento que daban al agua del baño genital el 2.4% dijo que la hervía mientras que el 97.6% no le daba ningún tratamiento. Ver gráfica N.º 4.

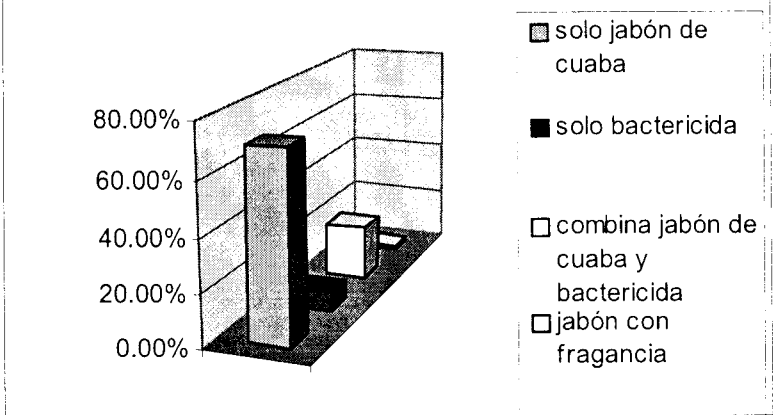
GRAFICA 1. ACTIVIDAD Y Nº DE PAREJAS SEXUALES FIJAS EN LAS PACIENTES DE CENTRO DE SALUD DRA. EVANGELINA RODRIGUEZ DEL INTEC.



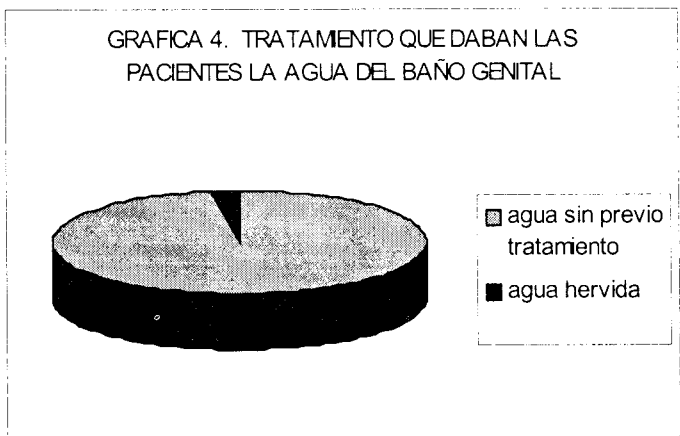
GRAFICA 2. FRECUENCIA DEL ASEO DIARIO



GRAFICA 3. PRODUCTOS USADOS EN EL ASEO GENITAL.

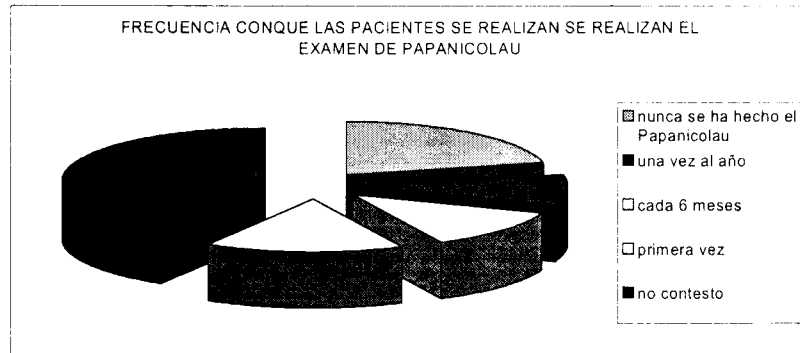


GRAFICA 4. TRATAMIENTO QUE DABAN LAS PACIENTES LA AGUA DEL BAÑO GENITAL



Las pacientes encuestadas refirieron que se realizan el examen de papanicolu cada 6 meses en un 11%, una vez al año en un 8.6%, el 14.4 % dijo que se lo hacía por primera vez, el 19.6% contestó que nunca se lo ha hecho y el 37.8% no respondió la pregunta. Ver gráfica N.º 5.

Las pacientes escogidas para este estudio presentaron en su secreción vaginal por lo menos un agente causal de vaginitis en un 77.5%. Esto nos indica que sus costumbres y hábitos de higie-



ne no están siendo efectivos. Creemos que esto obedece a 2 razones: la primera es la falta de orientación a la población general sobre conocimientos de higiene íntima eficaz y la segunda es la falta de tiempo y condiciones para el aseo del área genital.

La población en general no recibe información sobre la forma correcta de realizar la higiene íntima, la frecuencia con que debe de hacerse, los productos adecuados y el tratamiento que debe dársele al agua de aseo.

En este estudio se nota claramente que hay un fallo en varios de los eslabones de esta cadena.

Por otro lado, las mujeres al insertarse cada vez más al trabajo productivo fuera de la casa, donde las condiciones se tornan adversas para realizar este tipo de higiene de manera correcta,

están obligadas a disminuir la frecuencia y la calidad del aseo; lo que las condena a padecer de infecciones vaginales periódicas.

Otro factor de suma importancia es que la mayoría de las pacientes (85.9%) refirieron tener su primera relación sexual entre los 12-19 años; si tomamos en cuenta que hay un porcentaje alto de estas mujeres que tienen 2 parejas sexuales y más (53.1%), estamos frente a una población grandemente expuesta a las vaginitis, a las ETS, al SIDA y a ciertos carcinomas.

CONCLUSIÓN

Como ya sabemos la vagina normalmente se limpia por sí misma. Las paredes de la vagina producen su propio fluido que transporta las células muertas y otros microorganismos fuera del organismo.

En lo referente a nuestra investigación nos pudimos percatar de que los hábitos de higiene y las costumbres de la mayoría de las pacientes encuestadas no son favorables a la salud. Esto se demuestra, por la alta incidencia de infecciones vaginales encontrada (77.1%), lo que nos demuestra la poca información que reciben en lo concerniente a una buena higiene íntima.

También es importante notar la poca frecuencia con que estas señoras acuden al ginecólogo. Y cuando lo hacen es porque tienen algún síntoma.

A esto se suma el gran peligro que representa para la mujer y el hombre el realizar el acto sexual con varias parejas, sin protección.

Entre los hábitos de higiene podemos mencionar la frecuencia en el aseo, el tratamiento que se le da al agua del aseo, el practicar el sexo sin protección, la iniciación temprana a las relaciones sexuales, el número de parejas sexuales y la poca frecuencia con que se visita al médico, que en la mayoría de los casos no son visitas preventivas, sino para remediar.

Estas conclusiones representan un reto para los profesionales de la salud y nos están diciendo que la información todavía está siendo insuficiente y que tenemos que crear medios para que la educación en este sentido, llegue a la población general.

Aunque no estemos capacitadas para prevenir todas las infecciones, hay mucho que podemos hacer para mantener la salud. Se debe evitar el uso de ropa interior de nilón, pantimedias y pantalones muy apretados. Éstos mantienen la humedad y el calor en el área genital. No se deje puesto el traje de baño húmedo, asegúrese siempre después de la defecación asearse de adelante hacia atrás. Si se utiliza un spray para la higiene vaginal, no dirija nunca el spray directamente hacia adentro de la vagina ya que esto puede irritar el tejido vaginal. Algunas de las compresas comerciales pueden contener algún irritante químico. Además pueden cambiar el medio ácido de la vagina lo cual puede provocar el crecimiento de fermentos y otros organismos causantes de infecciones. (1)

BIBLIOGRAFÍA

- 1) <http://emision.uson.mx/webpers/medina/cervicov.htm>
- 2) <http://www.ecomedic.com/em/higivagi.htm>
- 3) <http://www.ctv.es/svamc/rev0299.htm>
- 4) <http://www.med.es/mmerck/ml6d.html>