

Conocete Ciclo Menstrual



Bibliografía:

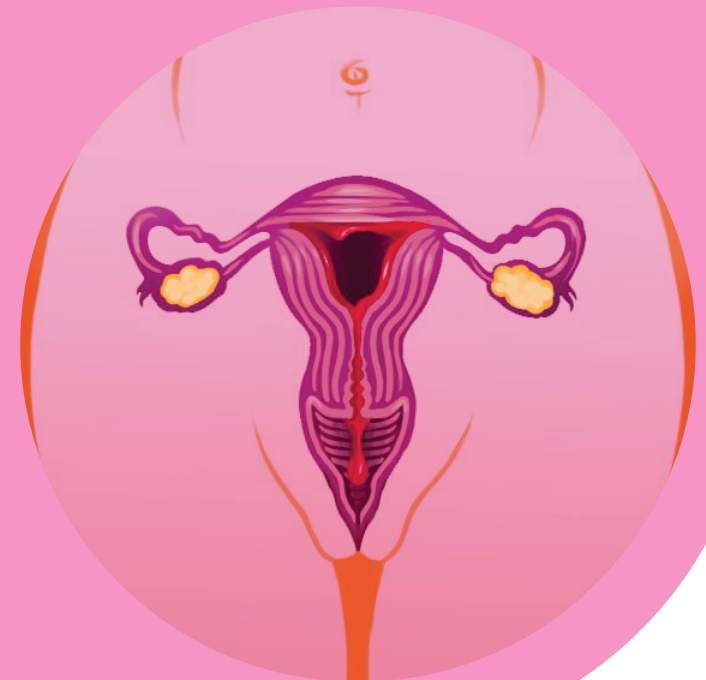
<https://www.diariofemenino.com/articulos/salud/menstruacion/ciclo-menstrual-cuales-son-sus-fases/>

<https://www.fertilitymadrid.com/fases-del-ciclo-menstrual-la-mujer>

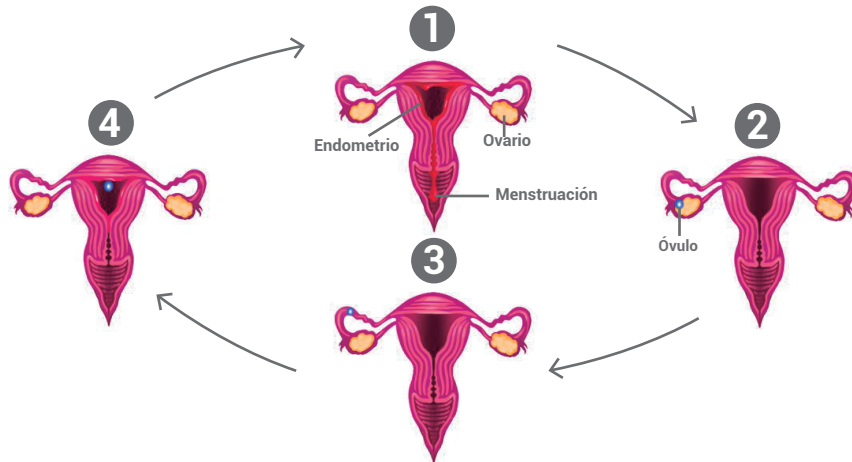
<https://mejorconsalud.com/10-maneras-naturales-aliviar-dolor-menstrual/>

<https://helloclue.com/es/articulos/ciclo-a-z/el-ciclo-menstrual-mas-que-solo-tu-periodo>

<http://puedodecidir.org/>



Fases del ciclo menstrual



1 Fase Menstrual

El endometrio lanza el óvulo y empieza el sangrado. Esta fase dura de 4 a 7 días.

2 Fase Folicular

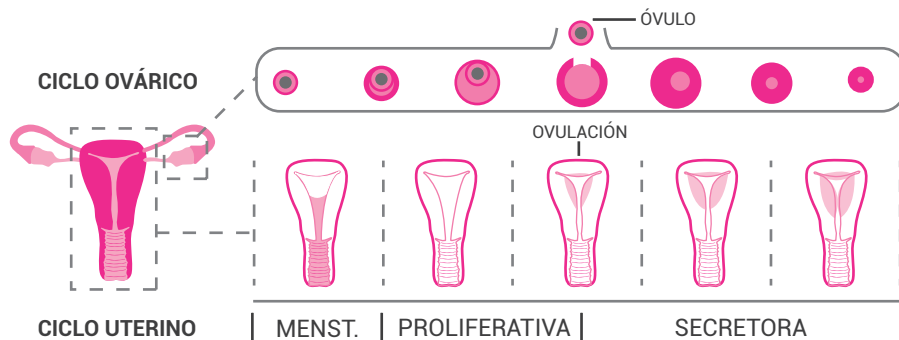
Crecen los folículos ováricos que son las bolsitas donde están los óvulos. Esta fase dura 10 a 12 días.

3 Fase Ovulatoria

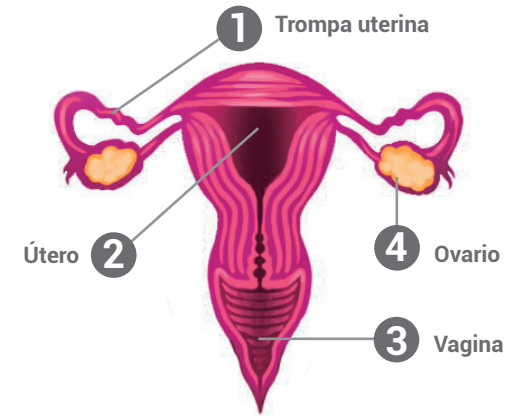
La hormona LH envía un mensaje para avisar que el óvulo está maduro. El folículo ovárico se rompe y manda el óvulo a la trompa uterina. Este es el momento con más posibilidades de tener un embarazo. Esta fase se llama también ovulación.

4 Fase Lútea

El cuerpo se prepara por si hay un embarazo. El endometrio cambia por los mensajes de la hormona Progesterona: Si hay un embarazo el cuerpo se prepara para el bebé. Si no hay embarazo sale la sangre de la menstruación. Esta fase dura entre 9 y 16 días.



Genitales Internos



1 Trompas uterinas

Son dos tubos finos que salen del útero hasta los ovarios que están a cada lado de la vagina.

2 Útero

Es un músculo hueco con forma de pera con la punta para abajo. Es blando y aumenta de tamaño si hay un embarazo para que pueda crecer el bebé. Está conectado con la vagina.

3 Vagina

Es un espacio que está entre la vulva y el útero. Por la vagina:

- Entra el pene durante las relaciones sexuales.
- Sale la menstruación.
- Puede salir un bebé.

4 Ovario

Los ovarios son 2 y están 1 a cada lado del útero. Tienen el tamaño y la forma de una almendra. Están en la parte baja de la panza.

Fertilidad asistida

Cuando una persona no puede lograr un embarazo puede pedir ayuda médica. La técnica puede ser:

- Juntar un óvulo con un espermatozoide dentro del cuerpo de la persona que va a tener el bebé.
- Juntar un óvulo con un espermatozoide fuera del cuerpo de la persona y después poner el óvulo fecundado en el cuerpo de la persona que va a tener el bebé.