



# Cada quant cal anar al ginecòleg i per què has de perdre la por a anar-hi?

[inicentrareport] **Hi ha dos moments clau en el desenvolupament reproductiu d'una dona: la primera regla i les primeres relacions sexuals.** Tot i que es recomana anar al ginecòleg quan es comença a tenir sexe, hi ha altres inquietuds relacionades amb la regla que fan que una adolescent acudeixi a consulta:

**Tenir una regla particularment dolorosa**, és a dir, quan la regla impedeix a una dona fer les seves activitats diàries amb normalitat.

**Tenir una regla irregular.** Cal tenir en compte que durant els 2-3 primers anys de menstruació és normal que aquesta sigui més abundant i irregular. Que amb el pas dels anys una regla que era regular deixi de ser-ho o l'absència d'aquesta durant 3 mesos també hauria de ser motiu de consulta.

Com explica la ginecòloga Marimer Pérez a *Elle*, hi ha diversos motius pels quals **és important anar al ginecòleg quan comencem a tenir relacions sexuals.** D'una banda, per fer la prova del Virus del Papil·loma humà (VIH) i per poder detectar un possible càncer de coll i, d'altra banda, per assessorar sobre quin mètode contraceptiu escollir.

## Cada quant cal anar ginecòleg?

Actualment, el Sistema Nacional de Salut recomana que les dones d'entre 25 i 65 anys facin revisions cada 3 anys, però la doctora recomana fer-les anualment. **És important per tal de poder detectar càncers com el de coll d'úter, el de mama i el d'ovari.**

Sabem que anar al ginecòleg per primera vegada pot fer una mica de por, ja que es tracta d'un aspecte molt íntim. Però com explica la doctora, la finalitat de la consulta mai és jutjar, sinó **establir una relació de confiança i respecte per tal de poder parlar de temes delicats.** Per tant, no deixis d'anar al ginecòleg per por, ja que part del seu treball consisteix a fer-te sentir còmode i lliure per parlar de tot allò que et preocupa.

[ficentrareport]