



OSMA

Obra Social de Modelos Argentinos

PROGRAMA DE PREVENCIÓN

# Prevención del cáncer de cuello uterino

## VPH, vacuna y Papanicolaou (PAP)

---

Un cáncer que se puede prevenir: información clara sobre el virus del papiloma humano, la vacunación y los controles ginecológicos que pueden salvarle la vida.

*Esta guía brinda información general y no reemplaza la consulta con su médico.*

## PARA EMPEZAR

## El cáncer de cuello uterino y el VPH

El cuello uterino es la parte baja del útero, que lo conecta con la vagina. El cáncer de cuello uterino se desarrolla cuando células de esa zona cambian y empiezan a crecer sin control. Ese proceso suele ser **muy lento**: pasan años entre los primeros cambios (lesiones precancerosas) y el cáncer. Por eso es uno de los pocos cánceres que se pueden **prevenir** con controles periódicos.

Es uno de los cánceres más frecuentes en las mujeres de la Argentina, y casi todos los casos podrían evitarse con vacunación y controles ginecológicos.

### ¿Qué es el VPH?

El virus del papiloma humano (VPH) es la causa de casi todos los cánceres de cuello uterino. Es un virus muy común que se transmite por contacto sexual (no solo en la penetración) y que afecta tanto a mujeres como a varones. La mayoría de las personas sexualmente activas lo tendrá en algún momento de su vida, casi siempre sin saberlo.

#### Lo que conviene saber sobre el VPH

Hay más de 100 tipos. Unos 40 afectan la zona genital y anal.

Algunos son de **bajo riesgo**: pueden causar verrugas genitales, pero no cáncer.

Otros son de **alto riesgo**: si la infección persiste en el tiempo, pueden producir lesiones que, sin tratamiento, evolucionan a cáncer.

En la gran mayoría de los casos el propio cuerpo elimina el virus en uno o dos años, sin dejar secuelas.

Tener VPH **no significa tener cáncer**. Lo importante es hacer los controles para detectar a tiempo cualquier cambio.

### ¿Da síntomas?

Ni la infección por VPH ni las lesiones precancerosas suelen dar síntomas. En etapas más avanzadas pueden aparecer sangrado fuera de la menstruación o después de las relaciones sexuales, flujo anormal o dolor pélvico. **Ante cualquiera de estas señales, consulte sin esperar al control de rutina.**

## PREVENCIÓN

## Tres herramientas para prevenirlo

| Herramienta                                 | Para qué sirve                                                                                                                               |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Vacuna contra el VPH                     | Protege contra los tipos de VPH que causan la mayoría de los cánceres de cuello uterino. Es más efectiva antes del inicio de la vida sexual. |
| 2. Controles periódicos (PAP y test de VPH) | Detectan lesiones antes de que se conviertan en cáncer, cuando el tratamiento es simple y eficaz.                                            |
| 3. Hábitos de cuidado                       | El preservativo reduce el riesgo de contagio (aunque no lo elimina) y no fumar ayuda al cuerpo a eliminar el virus.                          |

### La vacuna contra el VPH

En la Argentina la vacuna forma parte del **Calendario Nacional de Vacunación** y es gratuita y obligatoria para **niñas y niños de 11 años**. Vacunar también a los varones los protege de otros cánceres causados por el VPH y reduce la circulación del virus.

- Es segura: se aplica en millones de personas en todo el mundo desde hace más de 15 años.
- Se aplica en los vacunatorios públicos y en los centros adheridos. El esquema vigente lo define el Ministerio de Salud.
- Si tiene más edad y no se vacunó, consulte a su médico si le corresponde.
- Para conocer la cobertura en vacunatorios privados, consulte con OSMA.

**Aunque esté vacunada, siga haciéndose los controles.** La vacuna no cubre todos los tipos de VPH de alto riesgo, y el PAP o el test de VPH detectan lesiones causadas por los tipos no incluidos.

### ¿Quiénes tienen más riesgo?

El factor principal es la infección **persistente** por un VPH de alto riesgo. Otros factores aumentan la probabilidad de que el virus no se elimine:

- No haberse hecho controles ginecológicos o haberlos hecho de forma irregular.
- Fumar.
- Tener las defensas bajas (por ejemplo, por VIH o por medicamentos inmunosupresores).
- Haber iniciado las relaciones sexuales a edad temprana o tener varias parejas sexuales, porque aumenta la exposición al virus.

## CONTROLES

## El Papanicolaou (PAP)

El PAP es un estudio simple, rápido y que no duele. Permite ver si hay células con cambios en el cuello del útero, para tratarlas antes de que se conviertan en cáncer.

### ¿Cómo se hace?

| Paso | Qué sucede                                                                                                                                    |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1    | En la consulta ginecológica, usted se acuesta en la camilla y el/la profesional coloca un espéculo en la vagina para ver el cuello del útero. |
| 2    | Con una espátula y un cepillito toma una pequeña muestra de células. Puede sentir una leve molestia, pero dura pocos segundos.                |
| 3    | La muestra se envía al laboratorio para su análisis.                                                                                          |
| 4    | Retire el resultado cuando le indiquen (en general, dentro de las 4 semanas) y llévelo a su ginecólogo/a.                                     |

### Para que el resultado sea confiable

- Lo ideal es hacerlo entre el día 10 y el 20 del ciclo, contando desde el primer día de la menstruación.
- No lo haga mientras está menstruando.
- En los 2 días previos evite las relaciones sexuales, las duchas vaginales, los óvulos y las cremas vaginales.
- Si tiene dudas, consulte con su ginecólogo/a antes del turno.

### ¿Y si el resultado no es normal?

Un PAP alterado **no significa que tenga cáncer**. La mayoría de las veces indica cambios leves que desaparecen solos o se tratan con procedimientos sencillos. Su ginecólogo/a le indicará los pasos a seguir, que pueden incluir:

- **Test de VPH:** busca si hay un virus de alto riesgo en la muestra.
- **Colposcopia:** se observa el cuello del útero con un instrumento de aumento para localizar las lesiones.
- **Biopsia:** si se ve una zona sospechosa, se toma una pequeña muestra para analizarla.

**Detectar a tiempo los cambios en las células puede salvarle la vida.**

## CONTROLES

## ¿Cada cuánto hacerse los controles?

Las recomendaciones del Programa Nacional de Prevención de Cáncer de Cuello Uterino son, en general:

| Edad             | Recomendación orientativa                                                                                                    |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Menos de 25 años | Control ginecológico anual. El PAP de rastreo, en general, no está indicado a esta edad; su ginecólogo/a evaluará cada caso. |
| 25 a 64 años     | <b>PAP.</b> Si los dos primeros PAP anuales seguidos son normales, se repite <b>cada 3 años</b> .                            |
| 30 a 64 años     | Donde está disponible, se puede usar el <b>test de VPH</b> . Si es negativo, se repite <b>cada 5 años</b> .                  |
| Más de 64 años   | Si nunca se hizo un PAP o sus controles fueron irregulares, consulte: puede necesitarlo.                                     |

Estos intervalos son para personas **sin síntomas y con resultados normales**. Si tiene síntomas, antecedentes de lesiones o las defensas bajas, su ginecólogo/a le indicará controles más frecuentes.

### Aunque le toque cada 3 o 5 años

Mantenga su **consulta ginecológica anual**: además del PAP, incluye el control de mamas, el asesoramiento sobre métodos anticonceptivos y la prevención de infecciones de transmisión sexual.

### Tratamiento

Las **lesiones precancerosas** se tratan con procedimientos sencillos y, en general, ambulatorios, que eliminan la zona afectada. Si se diagnostica un **cáncer**, el tratamiento depende de la etapa y puede incluir cirugía, radioterapia y quimioterapia. Cuanto antes se detecta, mejores son los resultados.

## LA CONSULTA

## La consulta ginecológica

### La primera consulta

Si nunca fue al ginecólogo/a, pida un turno y cuente que es su primera vez. Suele ser una charla para conocerse y armar su historia clínica. Es probable que le pregunten por:

- Antecedentes de salud de su familia.
- Su primera menstruación, cómo son sus ciclos y si sangra más de lo habitual.
- Su vida sexual y los métodos anticonceptivos que usa o quiere usar.
- Molestias, picazón, flujo o dolor.
- Cirugías, embarazos y medicamentos.

### Si tiene una hija adolescente

- Acompañela a una primera consulta para que empiece a cuidar su salud y a generar confianza con un/a profesional.
- Cuénteles que en la consulta puede preguntar sobre su cuerpo, la menstruación, la sexualidad, los métodos anticonceptivos y las infecciones de transmisión sexual.
- Deje que participe en la elección del profesional: no tiene que ser el mismo que el suyo. Así se sentirá más cómoda.
- Recuérdele que la consulta es confidencial y que no tiene por qué doler.

### Sus derechos en la consulta

- Ser atendida con respeto, privacidad e intimidad, también al momento de cambiarse.
- Recibir información completa y en palabras claras sobre los estudios y los resultados.
- Hacer todas las preguntas que necesite y estar acompañada por una persona de su confianza si lo desea.
- Pedir una segunda opinión si no se siente conforme con la atención.

## HERRAMIENTAS

## Mi registro ginecológico

Complete esta planilla y llévela a cada consulta. Le ayudará a recordar sus fechas de control.

| Datos personales         |                             |
|--------------------------|-----------------------------|
| Nombre y apellido: _____ | DNI / N° de afiliada: _____ |
| Ginecólogo/a: _____      | Teléfono: _____             |

### Mis controles

| Fecha | Estudio (PAP / test VPH / colposcopia / mamografía) | Resultado | Próximo control |
|-------|-----------------------------------------------------|-----------|-----------------|
|       |                                                     |           |                 |
|       |                                                     |           |                 |
|       |                                                     |           |                 |
|       |                                                     |           |                 |
|       |                                                     |           |                 |

### Antecedentes

| Antecedentes familiares |         | Antecedentes personales     |         |
|-------------------------|---------|-----------------------------|---------|
| Cáncer de mama          | Sí / No | Primera menstruación (edad) |         |
| Cáncer ginecológico     | Sí / No | Método anticonceptivo       |         |
| Diabetes                | Sí / No | Vacuna VPH                  | Sí / No |
| Hipertensión            | Sí / No | Cirugías ginecológicas      |         |
| Otros:                  |         | Embarazos / partos          |         |

### Fecha de última menstruación (FUM) en cada control

|                         |                         |                         |
|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| FUM: ____ / ____ / ____ | FUM: ____ / ____ / ____ | FUM: ____ / ____ / ____ |
| FUM: ____ / ____ / ____ | FUM: ____ / ____ / ____ | FUM: ____ / ____ / ____ |



## Obra Social de Modelos Argentinos

---

Gorostiaga 2440, C.A.B.A.

Consultá nuestros canales de atención en la web de OSMA.

*Ante cualquier duda, consulte con su ginecólogo/a o médico/a de cabecera.*