



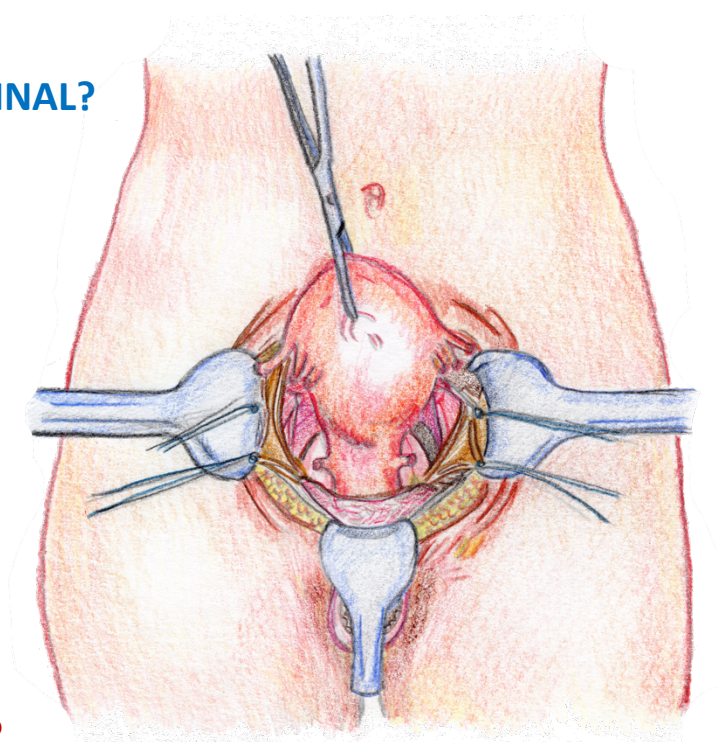
HISTERECTOMÍA ABDOMINAL (ÁREA MUJER)

Este documento responde a las dudas más comunes sobre la **histerectomía abdominal**, que se realiza mediante un corte en el abdomen. No incluimos la histerectomía vaginal ni la laparoscópica, que tienen sus propios apartados.

¿QUÉ ES LA HISTERECTOMÍA ABDOMINAL?

La histerectomía abdominal es una operación en la que se extirpa el útero a través de un corte en la parte baja del abdomen. Puede ser **total** (se quita el útero completo, incluyendo el cuello del útero) o **subtotal** (también llamada parcial o supracervical, se quita solo la parte superior del útero y se deja el cuello del útero). A veces también se quitan las trompas de Falopio y/o los ovarios.

Evidentemente, al extirparse el útero, no es posible el embarazo tras una histerectomía.



¿POR QUÉ SE REALIZA ESTA CIRUGÍA?

Se hace cuando otros tratamientos no funcionan, por problemas como fibromas (o miomas) grandes, endometriosis grave, prolapso uterino, sangrado muy abundante, dolor pélvico crónico o cáncer. También puede ser la última opción cuando los medicamentos o cirugías menores no funcionan.

¿CÓMO SE HACE LA CIRUGÍA?

La cirugía se realiza mediante anestesia general (te dormirás por completo). Dura 1-2 horas, aunque depende de cada caso. Se hace un corte horizontal (como "línea de bikini") o vertical en el abdomen, dependiendo del tamaño del útero.

¿CUÁNTO TIEMPO ESTARÉ EN EL HOSPITAL?

La recuperación tras una histerectomía abdominal es algo más larga que en otras vías (vaginal o laparoscópica), pero permite tratar casos más complicados. La estancia habitual es de 2 a 4 días, dependiendo de cómo evoluciones en los días posteriores a la cirugía.



¿CUÁLES SON LOS RIESGOS?

Aunque son poco frecuentes, la histerectomía tiene riesgos que debes conocer: infección, sangrado, daño a órganos cercanos (vejiga, intestino), coágulos o problemas con la anestesia.

¿CÓMO ES LA RECUPERACIÓN EN CASA?

La recuperación completa suele tardar 4-6 semanas (las primeras 2 son las más difíciles). Es habitual tener dolor, cansancio y sangrado vaginal ligero los primeros días. La cicatriz suele medir unos 10-15 cm.

Cuando te den el alta hospitalaria y llegues a casa, toma analgésicos según el horario, camina poco a poco, no levantes peso (más de 4-5 kg) durante 6 semanas.

Se recomienda no mantener relaciones sexuales hasta que el médico diga (generalmente 6 semanas). Come fibra y bebe agua para evitar estreñimiento. Descansa, pero muévete diariamente.

¿SEGUIRÉ TENIENDO LA REGLA DESPUÉS DE LA HISTERECTOMÍA?

No, no volverás a tener la regla. Al quitar el útero, desaparece el endometrio (la capa que se desprende cada mes con la menstruación). Ya no tendrás períodos menstruales.

Si no se extirpa el cuello del útero (en la histerectomía subtotal), algunas mujeres tienen un sangrado muy leve cíclico (como manchitas) durante meses o incluso años, pero es raro y suele ser mínimo. En la mayoría de los casos, desaparece por completo la menstruación.

Si no se extirpan los ovarios puedes tener síntomas cíclicos tipo hinchazón abdominal, tensión mamaria, cambios en el estado de ánimo... ya que la actividad hormonal será igual que antes de la cirugía.

DIFERENCIAS ENTRE HISTERECTOMÍA TOTAL Y SUBTOTAL

- **Histerectomía total** (la más común): Se quita todo el útero, incluyendo el **cuello del útero** (cérvix).
- **Histerectomía subtotal** (o parcial/supracervical): Se quita sólo el cuerpo del útero y se deja el **cuello del útero** intacto. La cirugía suele ser un poco más rápida y con menos sangrado durante la operación, además de minimizarse el riesgo de lesión vesical o ureteral. Suele preferirse en casos complejos en mujeres con una o varias cesáreas.
Es importante que sepas que algunas mujeres tienen un manchado cíclico leve, y que debes seguir haciendo citologías o cribado de cuello uterino, ya que esta parte del útero no se extirpa. en la función sexual, urinaria o intestinal a largo plazo entre ambas.

Tu médico erigirá una u otra opción según tu caso, ya que ambas son seguras y efectivas.



¿AFECTA A LA VIDA SEXUAL?

La mayoría de las mujeres retoman las relaciones normales después de 6 semanas, habitualmente sin cambios con respecto a antes de la cirugía. Además, resolver problemas como sangrados abundantes o dolor puede permitirte mejorar tu vida sexual.

Consulta con tu médico si tienes sequedad o menos deseo, ya que estos problemas suelen tener solución.

¿SI ME QUITAN LOS OVARIOS, ENTRARÉ EN MENOPAUSIA?

Sí. Si se extirpan los ovarios y sigues teniendo reglas, entrarás en menopausia de forma inmediata, pudiendo tener síntomas como sofocos. Por eso se prefiere no quitar los ovarios en pacientes que no han llegado a la menopausia. Tu médico te explicará opciones de tratamiento hormonal si es necesario.

¿CUÁNDO DEBO CONSULTAR?

Es habitual que tengas un sangrado ligero o manchado rosado durante las primeras semanas por la cicatrización de la herida en la vagina. Sin embargo, debes consultar si el sangrado es abundante y rojo, aparece fiebre $>38^{\circ}\text{C}$, pus, dolor intenso, problemas para orinar, hinchazón en una pierna, vómitos o estreñimiento severo.

CONCLUSIONES

La histerectomía abdominal suele mejorar mucho la calidad de vida cuando hay problemas graves. Lleva tus preguntas anotadas a la consulta y no dudes en consultar con tu médico si tienes dudas.



Escanea el QR para ver el vídeo!!



AulaGinecología.com