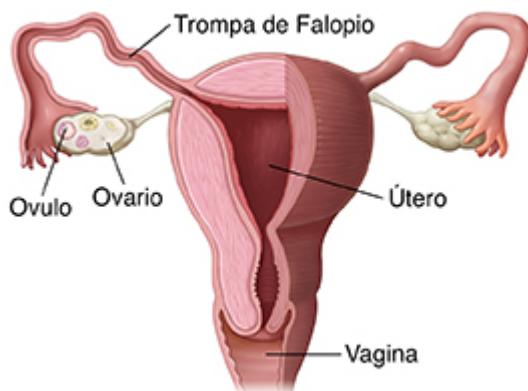


# ¿Qué es la menstruación?

La menstruación es un aspecto normal y saludable de las mujeres. Es el resultado de un ciclo que sucede dentro del cuerpo de la mujer. Se llama ciclo menstrual, y es el que hace que las mujeres puedan tener hijos. Este ciclo comienza el primer día de sangrado. En el medio del ciclo, se presenta la ovulación. Esto es cuando se libera un óvulo que empieza su recorrido desde el ovario hacia el útero.

Los términos diferenciados en función del género se usan para hablar sobre anatomía y riesgos de la salud. Use esta información de la forma que mejor se adecue a usted y al proveedor cuando conversen sobre su atención.



## Se libera un óvulo

En cada ciclo menstrual, uno de los ovarios libera un óvulo. El óvulo se dirige a la trompa de Falopio. Si el óvulo se encuentra con el espermatozoide de un hombre, la mujer puede quedar embarazada.

## El óvulo se traslada por una trompa

Se traslada por la trompa de Falopio hacia el útero.

## El endometrio se engrosa

La mucosa que recubre internamente el útero (el endometrio) se engrosa. Esta mucosa consiste en sangre, tejido y líquidos. En caso de embarazo, la mucosa sirve para nutrir al bebé.

## Se expulsa el óvulo y la mucosa uterina

Aproximadamente una vez al mes, si no se produce el embarazo, el óvulo y el revestimiento del útero se expulsan a través de la vagina. Esto se conoce como menstruación. La menstruación no ocurre durante el embarazo.