

Caso clínico 4

1. Datos personales

- Nombre: C.N.C
- Edad: 26 años
- Profesión: Diseñadora de ambientes
- Antecedentes gineco-obstétricos: G0 P0 A0

Caso clínico 4

2. Antecedentes personales y familiares

- Antecedentes médicos personales: Resistencia a la insulina
- Cirugías / hospitalizaciones: Ninguna
- Suplementos habituales: Vitamina B12 (vegetariana, consume huevo)
- Antecedentes familiares: Abuela con diabetes
- Actividad y vida sexual: No está en pareja ni activa sexualmente.
- Hábitos:
 - Actividad física: gimnasio 3 veces/semana
 - Alcohol: consumo ocasional
 - Tabaco/drogas: No
 - Sueño: intenta dormir 8 horas
 -

Caso clínico 4

3. Salud menstrual

- FUR y ciclos recientes:
 - Ciclos: 29–38 días
 - 26-02-24 (32 días)
 - 29-03-24 (30 días)
 - 28-04-24 (36 días)
 - **03-06-24 (29 días)**
 - 02-07-24 (38 días)
 - 05-08-2024 (32 días)
 - 10-09-2024 (30 días)
- Dolor menstrual: leve (EVA 2)
- Síntomas premenstruales: dolor de mamas, acné cíclico, fases lúteas cortas.

Caso clínico 4

4. Motivo de consulta

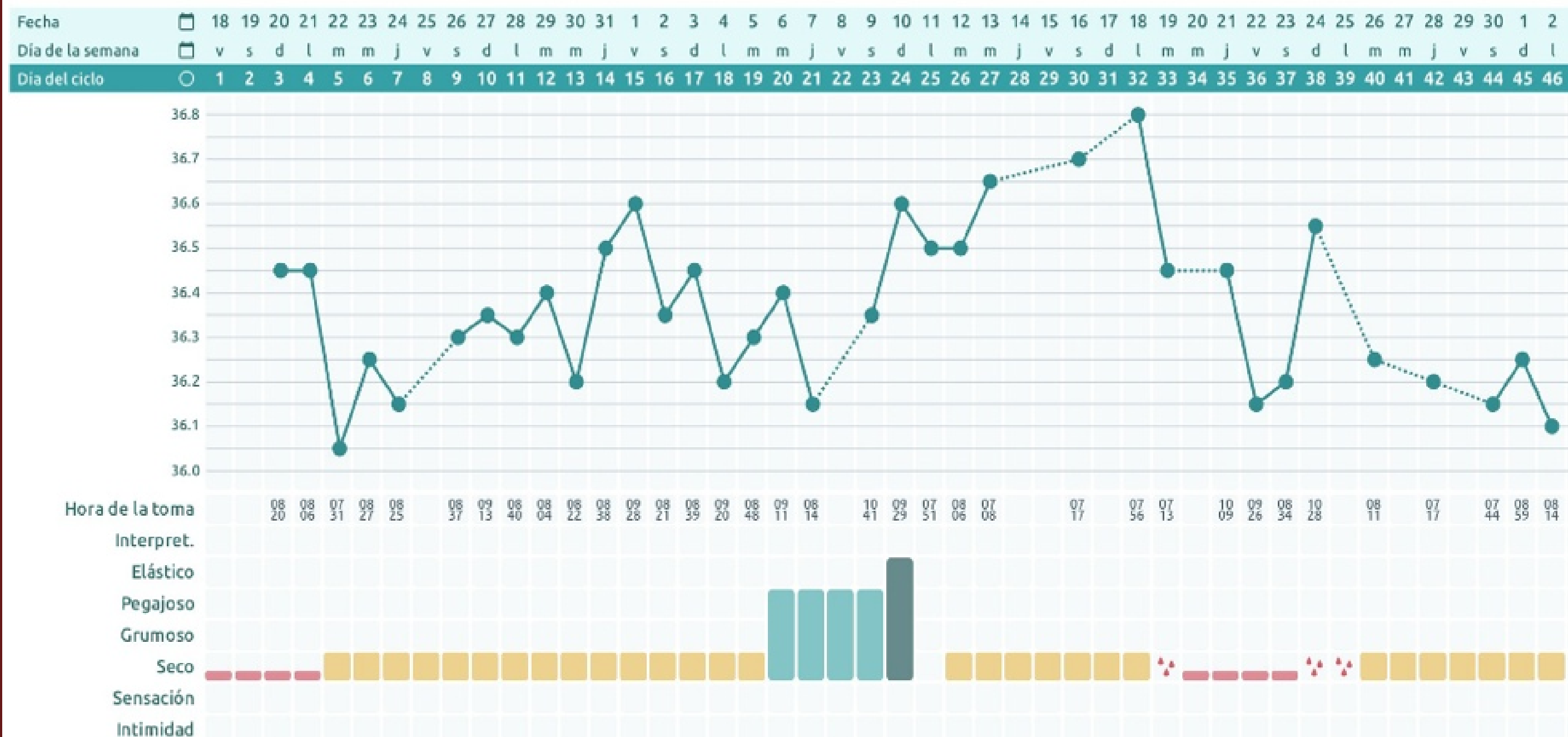
- Dejó anticonceptivos en febrero de 2024
- Razones: Quería desintoxicarse, conocer su menstruación real, buscar un método natural.
- Uso previo de ACO por dolor y sangrado abundante.
- Síntomas tras suspensión:
 - Subida de peso
 - Periodos irregulares (atraso de 1 semana cada mes)
- **Desea conocer si tiene un problema hormonal y alternativas no hormonales para abordarlo sin pastillas anticonceptivas.**

Ciclo 2



Read Your Body // Ciclo 2

18 oct 2024 -



Analisis del ciclo 2

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (No se confirma ovulación en el ciclo anterior)
- **Infertilidad preovulatoria:** No hay certeza x falta de información
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 1 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 24 del ciclo
- **Línea basal:** 36,45°C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** Día 27 del ciclo por la noche
- **Día cúspide:** Día 24 del ciclo (dudoso x falta de sensación)
- **Cuenta post post cúspide:** No se logra identificar.
- **Cierre de la ventana fértil:** No se puede identificar.
- **Días de temperaturas altas:** 10 días



Observaciones del ciclo 2

- Duración aparente del ciclo: 46 días (sin embargo el ciclo duró 33 días)
- Temperatura basal: Distribución bifásica → se confirma ovulación
- Moco cervical: 50% de información incompleta (registró solo apariencia, no sensación)
- Día cúspide: día 24 (dudoso) → no se puede confirmar 3 días consecutivos de sequedad posteriores.
- Primer día de temperatura alta: día 24
- Aplicación de la regla 3/6 con excepción (3ª temp. $<0,2$) → se requiere 4ª día: Día 27 por la noche.
- **No es posible cerrar ventana fértil ni dar indicaciones para gestionar su sexualidad.**
- Fase lútea: Duración de 10 días (corta, límite)
- Un día de manchado al final (fisiológico)
- **Recomendación:**
- Actitud expectante con posible DFL

Ciclo 5



Read Your Body // Ciclo 5

22 ene 2025 - 19 feb 2025

Fecha	📅	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Día de la semana	📅	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m
Día del ciclo	○	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29



Analisis del ciclo 5

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (No se puede confirmar ovulación en el ciclo anterior)
- **Infertilidad preovulatoria:** 6, 7 y 8 (RRSS por las noches)
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 9 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 18 del ciclo
- **Línea basal:** 36,40°C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** No se puede confirmar.
- **Día cúspide:** Día 21 del ciclo
- **Cuenta post post cúspide:** Día 24 del ciclo
- **Cierre de la ventana fértil:** No se puede confirmar.
- **Días de temperaturas altas:** Aprox 12 días.



Observaciones del ciclo 5

- Duración del ciclo: 29 días (dentro del rango fisiológico)
- Gráfica bifásica. (poco clara)
- Primera aparición de moco/sensación de fertilidad: Día 10 del ciclo
- CMO: $29-21=8$ (Último día infértil)
- Día 9 inicia ventana fértil por ser el parametro más precoz.
- Infertilidad preovulatoria: días 6, 7 y 8. (RRSS x las noches)
- Moco cervical: Patrón alterado, parches de moco intercalados con días de sequedad sin moco.
- Día cúspide: día 21. Según moco cervical, fertilidad cerraría el día 24 por la noche.
- Temperatura basal: No se puede aplicar correctamente la regla 3/6
- Inestabilidad térmica.
- Aparición de características de fertilidad en posible fase lútea.
- Por ende no se puede cerrar ventana fértil por falta de doble comprobación.

Observaciones:

- No se puede determinar el cierre de la ventana fértil con seguridad.
- No se entregarán indicaciones de gestión sexual post ovulatoria.
- Observación diagnóstica: DFL

Ciclo 6



20 feb 2025 - 27 mar 2025

[illegible]

Analisis del ciclo 6

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (No se puede confirmar ovulación en el ciclo anterior)
- **Infertilidad preovulatoria:** 6, 7 y 8 (RRSS por las noches)
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 9 del ciclo
- **1º temperatura alta:** No se puede determinar
- **Línea basal:** No se puede determinar.
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** No se puede confirmar.
- **Día cúspide:** Día 30 (dudoso)
- **Cuenta post post cúspide:** Día 33 del ciclo
- **Cierre de la ventana fértil:** No se puede confirmar.
- **Días de temperaturas altas:** No se puede determinar.



Observaciones del ciclo 6

- Duración: 36 días
- Temperatura basal: No se observa distribución bifásica.
- Gráfica monofásica.
- Infertilidad preovulatoria: 6, 7 Y 8 (RRSS por las noches)
- Moco cervical: Patrón aparentemente fisiológico, sin embargo la primera aparición se da de forma tardía el día 24 del ciclo.
- Inicio ventana fértil día 9 del ciclo por CMO.
- Posible día cúspide: día 30 (sin seguridad x falta de alza térmica)
- No se puede aplicar la regla 3/6
- **No se confirma ovulación → ciclo anovulatorio.**
- **Conclusión:**
 - Falta de información de temperatura impide confirmar la ovulación
 - No se puede determinar con seguridad la infertilidad post ovulatoria.
 - No se entregarán indicaciones de gestión sexual en fase post ovulatoria.

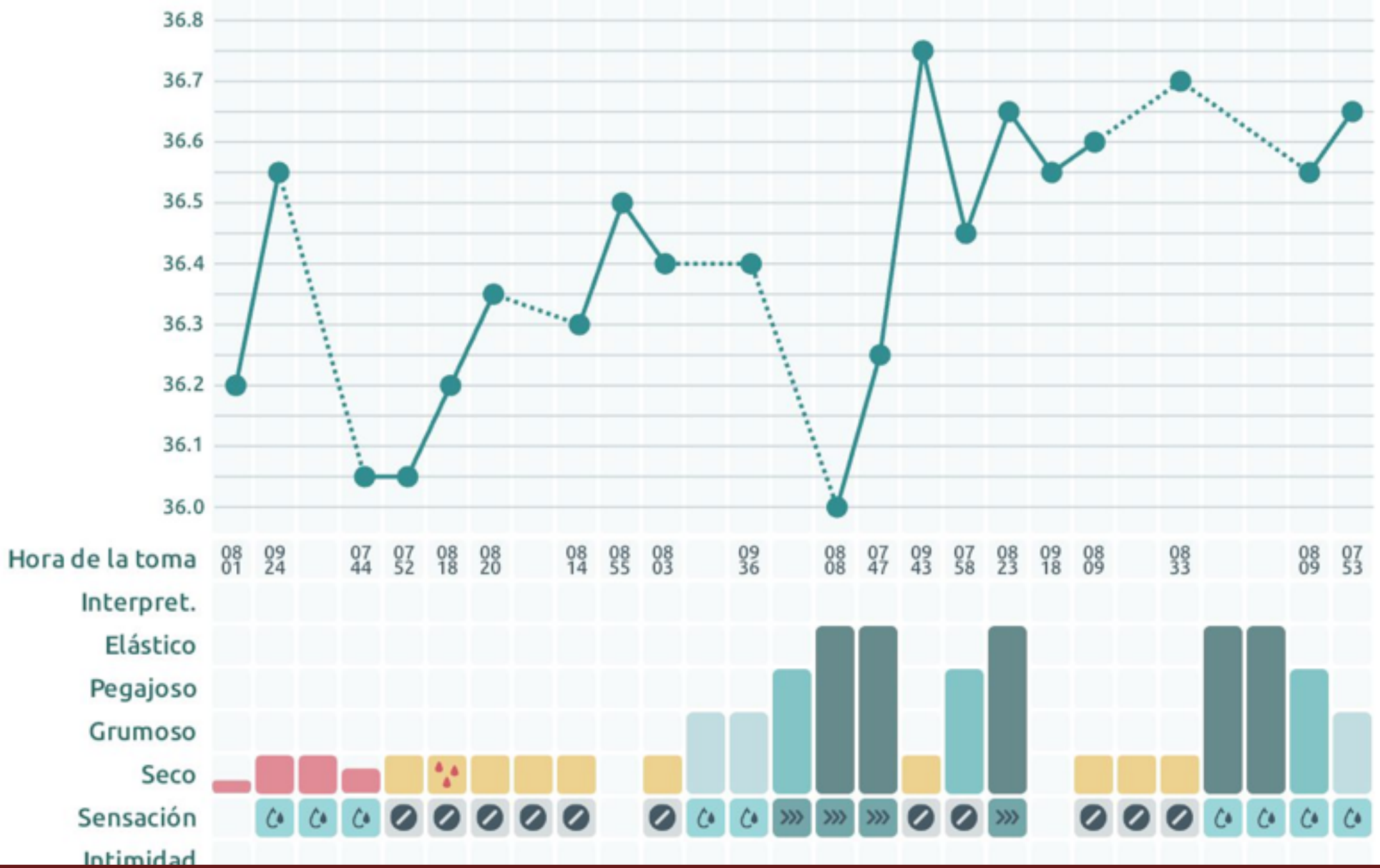
Ciclo 7



Read Your Body // Ciclo 7

28 mar 2025 - 23 abr 2025

Fecha		28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
Día de la semana		v	s	d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m
Día del ciclo		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27



Analisis del ciclo 7

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértil (Ciclo previo anovulatorio)
- **Infertilidad preovulatoria:** 5, 6, 7 y 8
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 9 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 17 del ciclo
- **Línea basal:** 36,50°C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** No se puede aplicar.
- **Día cúspide:** Día 19 del ciclo
- **Cuenta post post cúspide:** Día 23 del ciclo
- **Cierre de la ventana fértil:** No se puede cerrar días fértiles.
- **Días de temperaturas altas:** 11 días



Observaciones del ciclo 7

- Duración del ciclo: 27 días (rango fisiológico)
- Se observa distribución bifásica → sugiere ovulación
- Inicio ventana fértil: Día 9 del ciclo x CMO.
- Infertilidad preovulatoria: 5, 6, 7 y 8 (RRSS por las noches)
- Moco cervical: Patrón alterado con parches de moco
- Posible día cúspide: día 19
- Temperatura basal: Primer día de temperatura alta día 17 del ciclo.
- **No se puede aplicar la regla 3/6 correctamente**
- Fase lútea: Aproximadamente 11 días.
- Presencia de moco estrogénico en fase lútea → posible predominio estrogénico

- **Conclusión:**
- Continúa fase lútea al límite.
- Características de fertilidad en fase lútea.
- Inestabilidad térmica.
- Abordaje para la deficiencia de fase lútea.
- No se entregarán indicaciones de gestión sexual post ovulatoria en este ciclo.



.....
GRACIAS

