

Caso clínico 5

Nombre: Violeta Lútea

Edad: 29 años

Ocupación: Profesora de educación diferencial

Estado civil: Casada, en pareja hace 5 años y medio

MAC anterior: Anticonceptivos orales Femelle durante 10 años

Motivo de consulta:

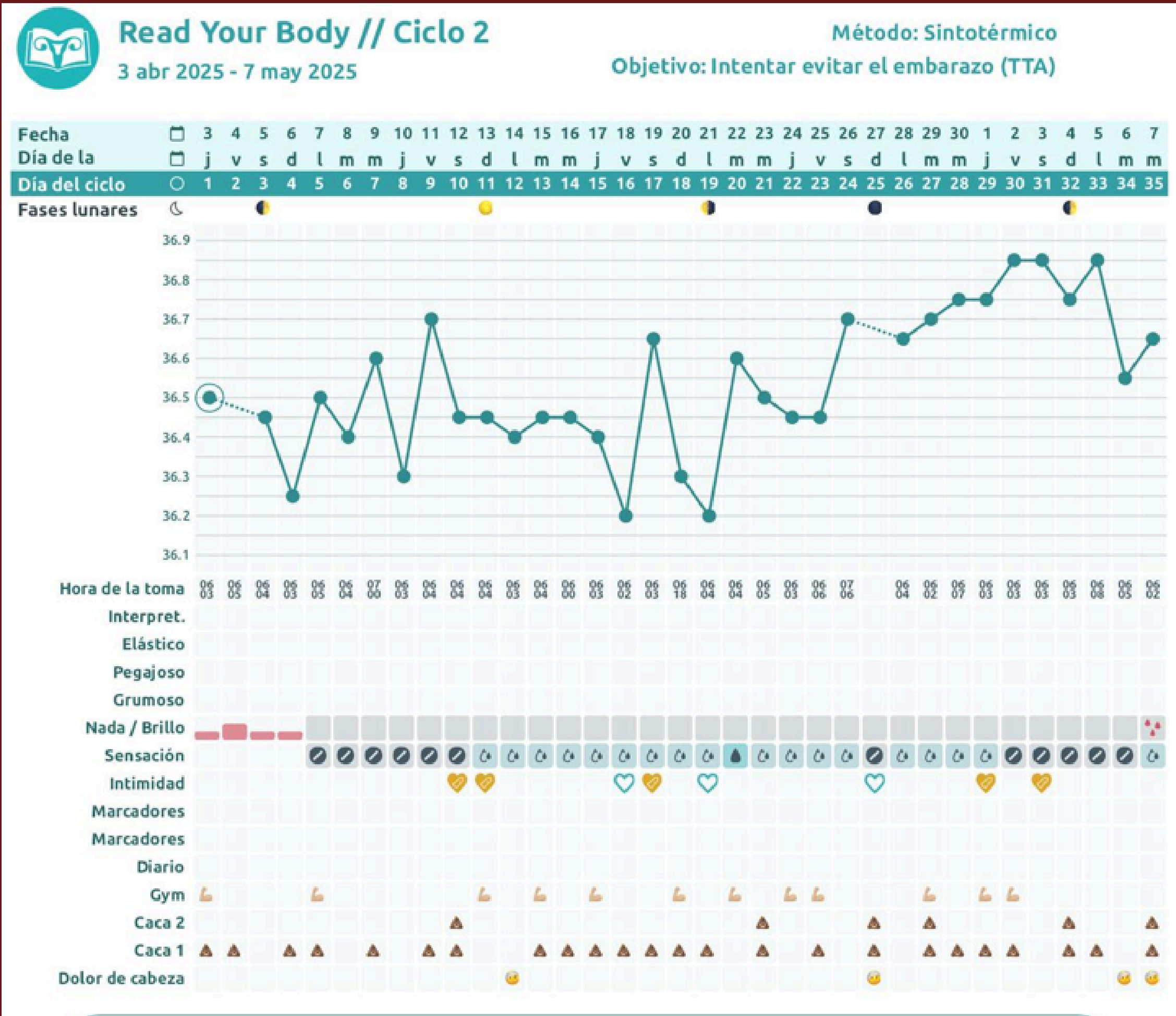
Desea dejar los anticonceptivos hormonales después de 10 años de uso para reconectar con su cuerpo y conocer su salud hormonal. **Actualmente busca evitar el embarazo de forma natural.**

Caso clínico 5

2. Antecedentes personales y familiares

- Menarquía: 18 años, con periodos de irregularidad y amenorrea; se descartó SOP en la adolescencia.
- Diagnóstico médico: Hígado graso no alcohólico.
- Antecedentes familiares: Cáncer de mama (bisabuela).
- Frecuencia actual: Ciclos de 35–36 días (más regulares que antes).
- Dolor menstrual: EVA 3. Dolor en la zona anal durante la menstruación.
- **Síntomas premenstruales: Irritabilidad, llanto fácil, cefalea, hipersensibilidad emocional.**
- **Otros síntomas: Migrañas premenstruales, ansiedad matutina por urgencia miccional.**

Ciclo 2



Analisis del ciclo 2

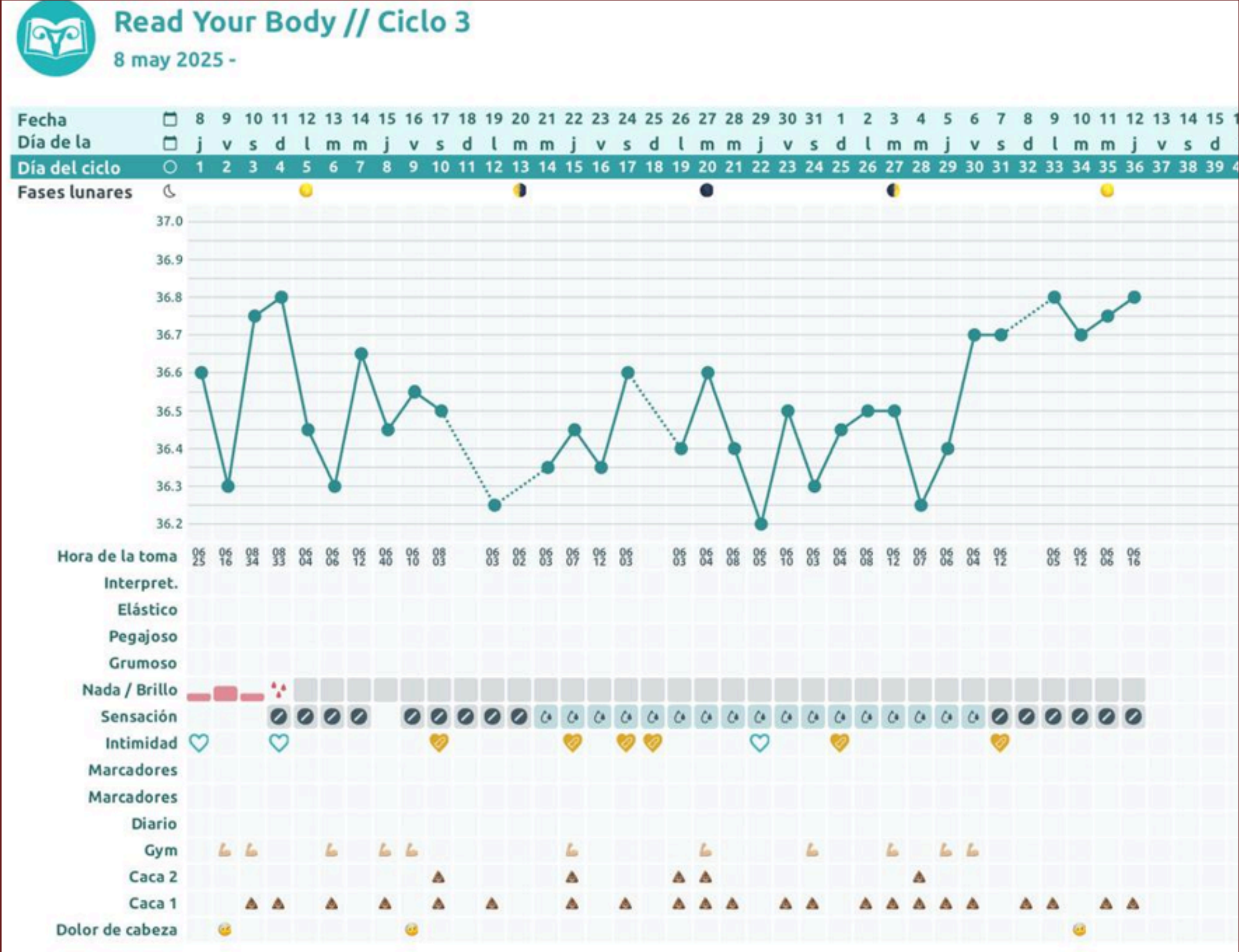
- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (x falta de CMO)
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 1 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 24 del ciclo
- **Línea basal:** 36.6°C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** Día 28 del ciclo por la noche.
- **Día cúspide:** Día 29 del ciclo (dudoso)
- **Cuenta post post cúspide:** Día 32 del ciclo por la noche.
- **Cierre de la ventana fértil:** Día 32 del ciclo
- **Días de temperaturas altas:** 12 días



Observaciones del ciclo 2

- Duración del ciclo: 35 días (rango fisiológico).
- Distribución bifásica.
- Moco cervical: Patrón alterado, con escasa producción y sin progresión clara; esperable tras la suspensión reciente de anticonceptivos hormonales.
- No se puede determinar el día cúspide con claridad. Por seguridad: día 29.
- Temperatura basal: Primer día de temperatura alta: día 24 del ciclo.
- Regla del 3/6 confirmada el día 28 (con una excepción).
- Fase lútea: 12 días (dentro de lo fisiológico).
- Síntomas asociados: Dolor de cabeza en momentos de variación estrogénica.
- 1 día de manchado premenstrual (fisiológico).

Ciclo 3



Analisis del ciclo 3

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (x falta de CMO)
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 1 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 30 del ciclo
- **Línea basal:** 36,50°C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** Día 33 del ciclo por la noche.
- **Día cúspide:** Día 30 del ciclo
- **Cuenta post post cúspide:** Día 33 del ciclo
- **Cierre de la ventana fértil:** Día 33 del ciclo por la noche
- **Días de temperaturas altas: ciclo sin concluir**



Observaciones del ciclo 3

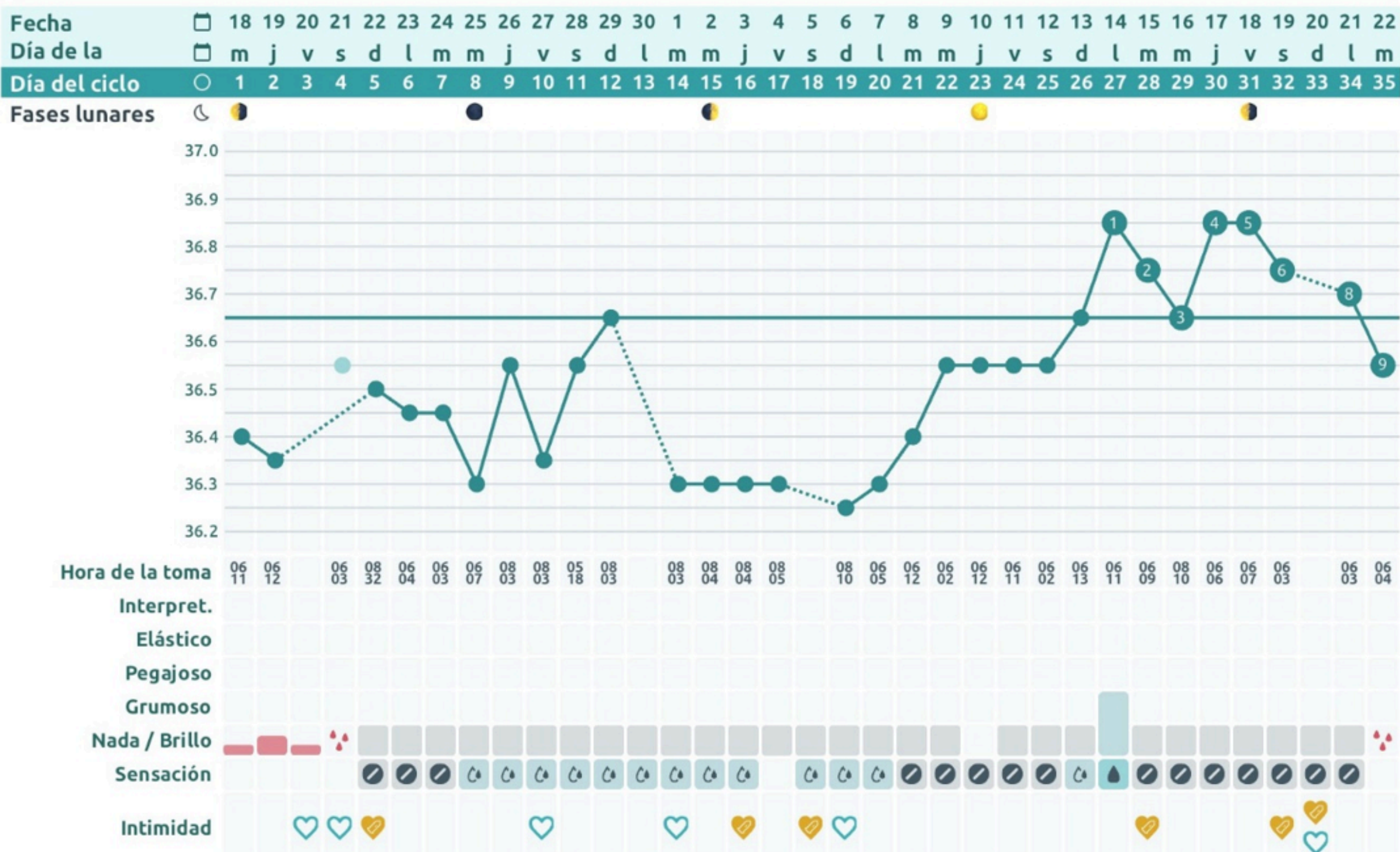
- Duración del ciclo: 36 días (ciclo en curso).
- Ciclo con patrón bifásico que sugiere ovulación.
- Ovulación tardía.
- Primer día de temperatura alta: día 30 del ciclo.
- Regla del 3/6 confirmada el día 33 del ciclo.
- Día cúspide: Coincide con el día 30 del ciclo; cuenta poscúspide cumplida el día 33.
- Fase lútea: No evaluable aún (ciclo sin concluir).
- Se mantiene la ausencia de moco cervical, compatible con una fase de adaptación del eje hormonal tras la suspensión de anticonceptivos.

Ciclo 4



18 jun 2025 - 22 jul 2025

Objetivo: Intentar evitar el embarazo (TTA)



Analisis del ciclo 4

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (x falta de CMO)
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 1 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 21 del ciclo
- **Línea basal:** 36.30° C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** Día 23 del ciclo
- **Día cúspide:** Día 20 del ciclo
- **Cuenta post post cúspide:** Día 23 del ciclo
- **Cierre de la ventana fértil:** Día 23 del ciclo por la noche
- **Días de temperaturas altas:** 15 días



Observaciones del ciclo 4

- Duración del ciclo: 35 días (rango fisiológico).
- Gráfica bifásica.
- Moco cervical: Primer ciclo en el que se observa presencia de moco cervical, aunque continúa siendo escaso, lo que sigue siendo esperable en la recuperación post-anticonceptivos hormonales.
- El día cúspide corresponde al día 20 del ciclo y se observa posterior un cambio de patrón a 3 días consecutivos de sequedad.
- Probable predominancia estrogénica probable, se evidencian características de fertilidad los días 26 y 27.
- Primer día de temperatura alta: día 21 del ciclo. Regla del 3/6 confirmada el día 23.
- Fase lútea: 15 días, dentro del rango fisiológico.
- Un día de manchado premenstrual (fisiológico).

Ciclo 5



Read Your Body // Ciclo 5

23 jul 2025 - 27 ago 2025

[illegible]

Analisis del ciclo 5

- **Primeros 5 días de la menstruación:** Fértiles (x falta de CMO)
- **Inicio de la ventana fértil:** Día 1 del ciclo
- **1º temperatura alta:** Día 25 del ciclo
- **Línea basal:** 36,6° C
- **Regla del 3 sobre 6 confirmada:** No se puede confirmar.
- **Día cúspide:** Probablemente Día 23 del ciclo
- **Cuenta post post cúspide:** Día 26 del ciclo
- **Cierre de la ventana fértil:** No se puede confirmar.
- **Días de temperaturas altas:** No se puede confirmar.



Observaciones del ciclo 5

- Ciclo de duración fisiológica.
- La gráfica presenta una distribución bifásica de las temperaturas, lo que sugiere que probablemente se trató de un ciclo ovulatorio.
- Debido a la falta de CMO, la ventana fértil se considera abierta desde el día 1 del ciclo.
- El primer día de temperatura alta sería posiblemente el día 25, con una línea basal de 36,6 °C.
- No es posible aplicar correctamente la regla del 3 sobre 6 y, por lo tanto, no se puede confirmar la ovulación mediante ese criterio.
- A pesar de lo anterior, la distribución bifásica permite plantear como hipótesis que sí ocurrió la ovulación.
- Se observa inestabilidad térmica durante la posible fase lútea y reaparición de características de fertilidad, hallazgos compatibles con una posible deficiencia de la fase lútea.
- Respecto al moco cervical, se evidencia un patrón alterado. Se identifica un posible día cúspide en el día 23 y el criterio de los tres días poscúspide se cumpliría el día 26.
- Sin embargo, al no cumplirse la doble comprobación, no es posible cerrar la ventana fértil.
- Tampoco es posible determinar con precisión la duración de la fase lútea.



.....
GRACIAS

