Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Mi regla es muy abundante… ¿es normal?

En los dos años que siguen a la primera regla, es frecuente que ésta no sea regular. Pueden ser alteraciones por ausencia o por exceso de regla.

La importancia del sangrado excesivo, por su intensidad o por su persistencia en el tiempo, es que puede dar lugar a anemia. El exceso de sangrado durante los días de regla se llama **metrorragia**.

¿Cómo puedo saber si el sangrado durante mi regla es demasiado abundante? **Consulta nuestro artículo completo en PDF**.

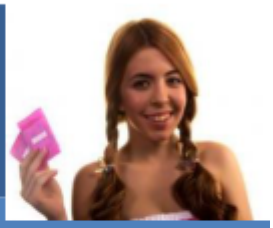
Puedes ver un resumen en esta infografía o descárgatela en PDF pinchando aquí.

MI REGLA ES MUY ABUNDANTE... ¿ES NORMAL?

Familia y Salud

AEPap

El exceso de sangrado durante los días de regla se llama **METRORRAGIA**



La mayoría de las metrorragias en las adolescentes son por **INMADUREZ**

¿CUÁNDO ACUDIR AL PEDIATRA O A MI MÉDICO?

- Si el sangrado es muy abundante y/o te sientes muy cansada o pálida
- Cuando duran más de dos años tras la primera regla
- Si tienes sangrados por otras zonas

¿SON NECESARIAS EXPLORACIONES Y ESTUDIOS?

- Generalmente no

¿QUÉ TRATAMIENTOS EXISTEN?

- La mayoría mejoran solas. No hace falta tratar. Es aconsejable tomar alimentos ricos en hierro
- Cuando el sangrado es muy abundante, prolongado o no mejora pueden ser necesarios un tratamiento con fármacos. Que **SIEMPRE** debe ser indicado por tu pediatra o ginecólogo

---

Fecha de publicación: 17-03-2014

Última fecha de actualización: 08-05-2022

Autor/es:

- Carmen Villaizán Pérez. Pediatra. Centro de Salud Santa Bárbara. Toledo
- Mª José Rodríguez Jiménez. Ginecóloga. Hospital "Infanta Sofía". San Sebastián de los Reyes (Madrid)

CC BY NC ND