

¿Qué es el pH vaginal?

El **pH vaginal** nos indica la concentración de iones hidronio $[H_3O]^+$ en la mucosa vaginal, pudiendo conocer así el **grado de acidez o alcalinidad** que presenta la vagina.



pH

¿Cuál es el nivel de pH ideal en la vagina?

Un valor de pH vaginal sano **está entre 3.8 y 4.5**, en un **rango ácido**. La flora bacteriana beneficiosa presente en la vagina cumple una función protectora frente a patógenos externos al producir **ácido láctico**, que **contrarresta las infecciones e irritaciones** en esa zona.



pH

¿Qué sucede cuando el pH vaginal se altera?

Un pH vaginal alterado puede ser indicio de la existencia de una **infección como la vaginitis**, y suele estar asociado a **molestias vaginales** como sequedad, picor, irritación o dispareunia (dolor durante el coito).



pH

¿Cómo medir el pH vaginal?

El pH se puede medir con tiras de papel de tornasol, como las que vienen en el interior de los Kit de Toallas Winlon.



pH

¿CÓMO USAR LAS TIRAS MEDIDORAS DE pH?

01

Abrir el sobre que contiene la tira reactiva que mide el pH vaginal.



pH

¿CÓMO USAR LAS TIRAS MEDIDORAS DE pH?

02



Sacar la tira que mide el pH sosteniéndola de la manera que se indica en la imagen e introducirla suavemente en la cavidad vaginal para que entre en contacto con el fluido vaginal y se humedezca.



pH

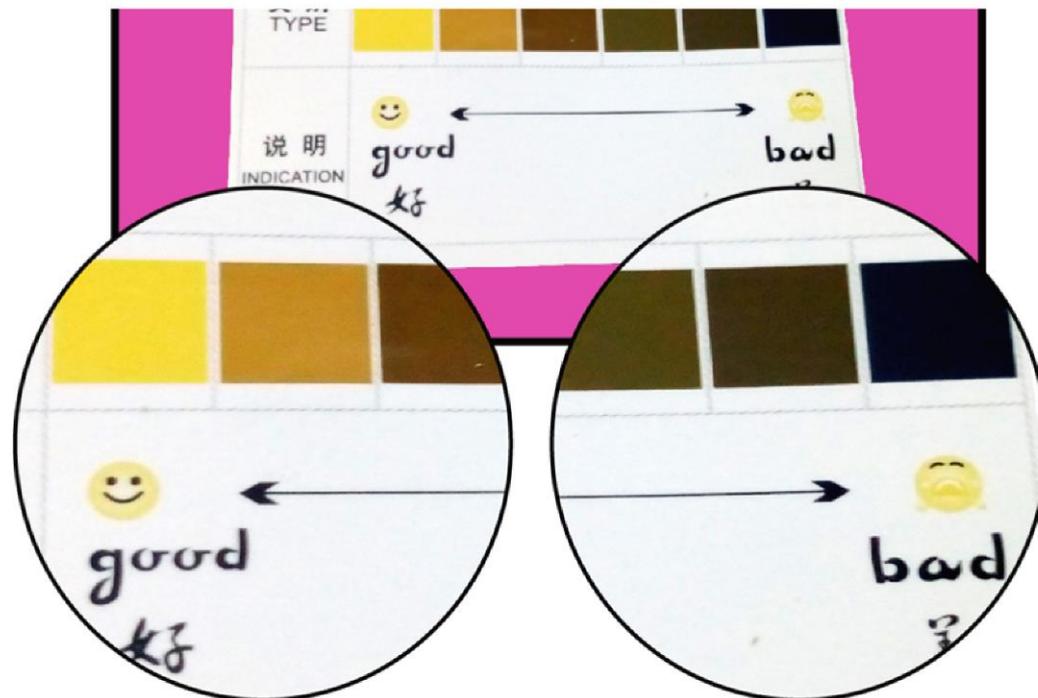
¿CÓMO USAR LAS TIRAS MEDIDORAS DE pH?

03

Después de 30 segundos sacar la tira para comparar el color que ha adquirido el reactivo de la tira con los colores que aparecen en la tabla de la cartilla adjunta.



pH



GOOD

Si el color se acerca al **amarillo**, el pH en la vagina se encuentra en el rango **ideal** (ácido). El riesgo de infecciones es bajo.

BAD

Si el color se acerca al **negro**, el pH en la vagina se encuentra **alterado** (alcalino). El riesgo de infecciones es alto.