Tratamiento hormonal

El uso de estrógeno es una práctica recomendada, siempre que no existan contraindicaciones médicas. Se puede usar tomado, inyectado o aplicado en la piel.

En las mujeres que todavía tienen útero o matriz se deben usar hormonas como la progesterona para evitar problemas en el endometrio (capa interna del útero) que en la etapa fértil se elimina con la menstruación. Es importante mantener la cantidad mínima para evitar el riesgo de cáncer. En mujeres que no tienen útero sólo deberá suministrar estrógeno.

El uso de cremas y óvulos vaginales con estrógenos mejoran la resequedad vaginal y los problemas al orinar. Estos productos son de uso local y se absorben en mínimas cantidades.

Estilo de vida

Se recomienda:

1. Realizar ejercicio diario.
2. Llevar una dieta baja en grasas y azúcares.
3. Acudir a las revisiones médicas periódicamente.

FEMECOG®

Nueva York N°. 38, Col. Napoles,
C.P. 03810, Mexico D.F.

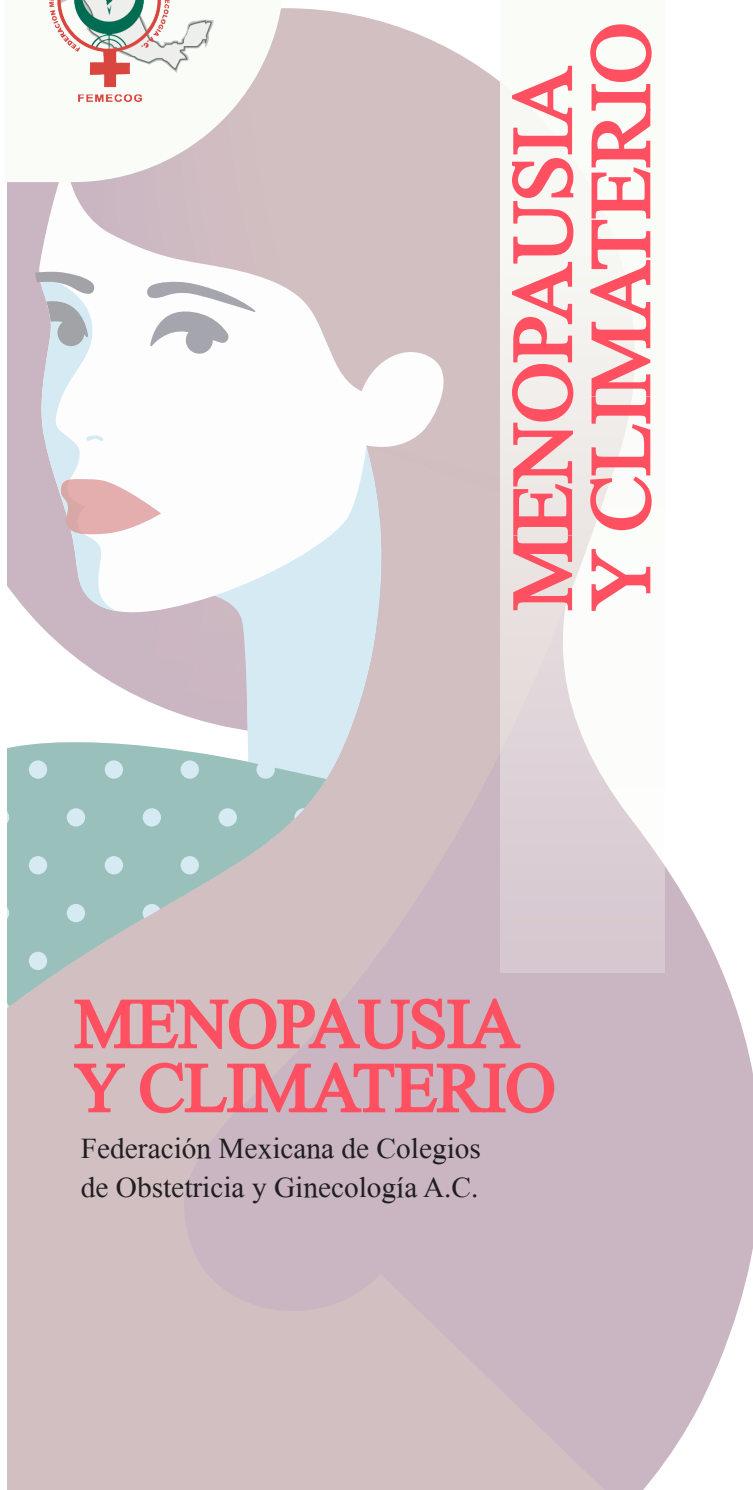
Telf: 015556690211
buzon@femecog.org.mx

Federación Mexicana de Colegios de Obstetricia y Ginecologia A.C.

Ante cualquier duda acude a tu servicio de salud más cercano o consulta a tu médico

Te invitamos a entrar a la página
www.femecog.org.mx
para mayor información

FEMECOG



MENOPAUSIA Y CLIMATERIO

MENOPAUSIA Y CLIMATERIO

Federación Mexicana de Colegios de Obstetricia y Ginecología A.C.

Se habla de menopausia cuando la menstruación no aparece por más de un año y sucede alrededor de los 48 años de edad.

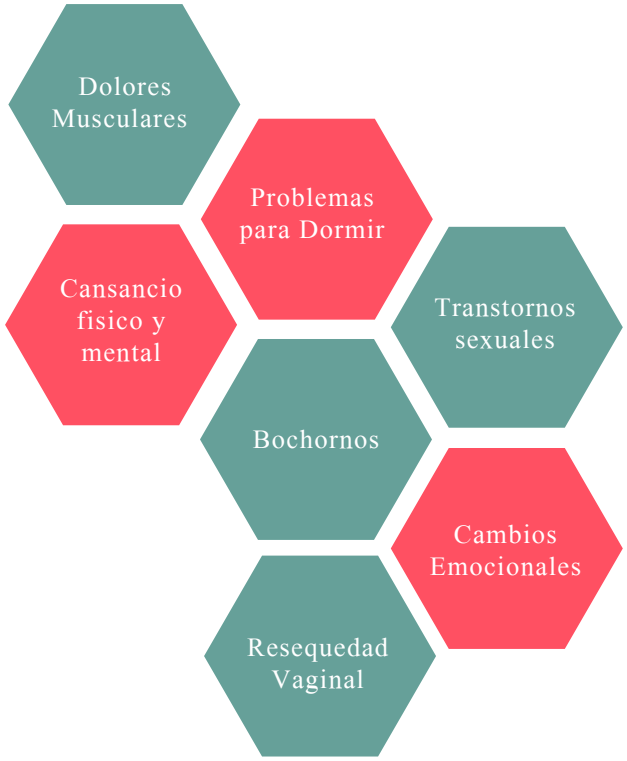
El climaterio es la etapa donde se presentan las molestias propias de la menopausia. Se debe a la disminución de las funciones normales de los ovarios y se da por finalizada la etapa reproductiva de la mujer.

La etapa entre el climaterio y la menopausia se llama transición y se presentan menstruaciones irregulares. El sangrado puede ser constante, escaso, abundante o estar ausente por varios meses.

Al retirarse los dos ovarios, se produce un cambio hormonal brusco en el cuerpo de la mujer lo que conlleva la aparición de las molestias del climaterio.

¿Qué molestias se presentan?

Hay mujeres que presentan una variedad de cambios y otras que solo experimentan la falta de menstruación. Las más frecuentes son:



Cambios en los huesos

Al disminuir los niveles de estrógenos se produce un aumento en la pérdida de hueso causando una mayor probabilidad de sufrir fracturas en las personas mayores. Los huesos más propensos a romperse son: la cadera, la columna vertebral y la muñeca.

Bochornos

Es la presencia de calor intenso en la cara y en la mitad superior del cuerpo predominantemente, con sudoración excesiva.

Se puede presentar en cualquier momento del día, pero con mayor frecuencia en la noche; con una duración de minutos a horas y pueden persistir muchos años.

Resequedad vaginal

Al disminuir los niveles de estrógeno en sangre se produce un adelgazamiento de las paredes vaginales que trae como consecuencia: ardor, comezón y falta de lubricación vaginal; así como, dolor al momento del acto sexual. Sí se presenta flujo que produce molestia se recomienda acudir al médico.

Sexualidad

Debido a la resequedad vaginal, la mujer puede presentar dolor durante la penetración en las relaciones sexuales, se puede resolver con tratamientos locales.

En esta etapa el deseo sexual puede disminuir y se requiere de un poco más de estímulo por parte de la pareja.

Alteraciones urinarias

La vía urinaria puede presentar inflamación, resequedad o irritación como consecuencia del aumento de la cantidad de micciones que pueden presentarse más en la noche. Como resultado de la falta de estrógeno se puede presentar infecciones en las vías urinarias con mayor frecuencia.

Cambios emocionales

En muchas ocasiones la mujer pasa por momentos difíciles como: problemas con la pareja, partida de los hijos (“nido vacío”) o cambios en las actividades laborales.

Riesgo cardiovascular

Los estrógenos protegen a la mujer de infartos y derrames cerebrales. Durante la menopausia disminuye los niveles de esta hormona y se incrementa el riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares.