

La expectativa de vida ha aumentado notablemente en los últimos años. En el año de 1900 era de 47 años, lo que significa que en esa época muchas de nuestras bisabuelas y bisabuelos no vivieron la menopausia y la andropausia. Los adelantos en medicina y los cambios en el estilo de vida han progresado y lo siguen haciendo, logrando grandes avances en el tratamiento de enfermedades pero, sobre todo, en su prevención, por lo que hoy la expectativa media de vida se sitúa por encima de los 70 años.

Mujer y menopausia

La menopausia se debe a un proceso natural en el que los ovarios disminuyen su actividad y en consecuencia producen menos hormonas sexuales. En general, a partir de los 40 años la menstruación presenta irregularidades hasta llegar a la menopausia, que es cuando cesa totalmente y el ciclo de fertilidad llega a su fin.

La menopausia se inicia después de la última menstruación. Sin embargo, se acepta que debe pasar todo un año sin menstruaciones antes de que la mujer pueda estar segura de que sus ovarios ya no ovulan, de que ya no es fértil. Algunas mujeres sufren un cese abrupto de sus menstruaciones, aunque no es lo habitual. La mayoría pasan por un período de transición gradual que incluye la disminución paulatina del ciclo en la premenopausia, su cese en la menopausia y el ajuste final del organismo en la postmenopausia.

La menopausia es un estadio natural de la vida y no significa ninguna enfermedad. En el pasado no se le daba importancia a este proceso por considerarse irrelevante y transitorio. En la actualidad se ha demostrado que los cambios hormonales del climaterio (etapa que va de los 40 a los 50 años, en la cual se incluye la menopausia), se relacionan directamente con alteraciones físicas, emocionales y sexuales, por lo que ahora se cuenta con las bases para mejorar tales molestias, lo cual a su vez procura un estado de bienestar general, una actividad normal y una mejor integración de la mujer tanto en el ámbito familiar como social.

Hay notables variaciones en relación con los síntomas que acompañan a este ciclo de la vida de unas mujeres a otras. No obstante, el 50% de las mujeres nota cambios físicos o mentales ligeros, un 25% no siente prácticamente nada y el restante 25% sufre graves síntomas.

Menopausia y andropausia, una etapa más de la vida

Escrito por Redaccion

Domingo, 17 de Noviembre de 2013 19:15 -

A medida que los ovarios disminuyen la capacidad de producir estrógenos (hormonas sexuales femeninas) surge un desequilibrio hormonal que ocasiona numerosos síntomas (cuadro 1), que pueden perdurar por meses e incluso años. La mayoría de ellos pueden ser tratados médicamente, sin embargo, hay datos que muestran que sólo un tercio de las mujeres que sufren estos síntomas acude a la consulta de ginecología.

Para paliar las consecuencias físicas o psíquicas que conlleva la menopausia a muchas mujeres, desde la consulta ginecológica, se les prescribe un tratamiento hormonal con estrógenos (Terapia Hormonal Sustitutiva-THS), aunque este tratamiento no es válido para todas las mujeres. Por otro lado, estudios epidemiológicos realizados en poblaciones.