

MENOPAUSIA

¿Qué es la menopausia?

Se denomina menopausia al cese de la menstruación. Se considera que se ha producido la menopausia por completo cuando la mujer alcanza los 12 meses consecutivos sin la menstruación sin que esto se deba a una enfermedad. Normalmente se presenta entre los 45-52 años aproximadamente.

Ésta se produce debido a un cese en la actividad del ovario que se produce por una disminución de los niveles de hormonas sexuales. Cuando se dan los desarreglos hormonales empiezan, aparecen ciclos menstruales más cortos y en otras ocasiones menstruaciones más largas y abundantes, con algún ciclo sin ovulación, hasta que finalmente se encadenan varios ciclos sin ovular.

¿Qué síntomas aparecen durante la menopausia?

Al producirse una disminución hormonal de estrógenos pueden aparecer:

- Sofocos: El síntoma más frecuente (en el 60-80% de las mujeres, sobre todo en los 2 primeros años de la menopausia). Se produce enrojecimiento de la cara, cuello y pecho, con sudoración.
- Sudores
- Atrofia genital, con la consiguiente sequedad vaginal, picores, molestias en el coito...
- Incontinencia urinaria
- Infecciones urinarias de repetición
- Depresión
- Insomnio
- Pérdidas de memoria
- Disminución del deseo sexual