

# ¿Qué es la Terapia Hormonal de la Menopausia?

## CAPÍTULO 7



**Autora: Dra. Sonia Sanchez Mendez.**

Médico Especialista en Obstetricia y Ginecología en el Hospital Universitari General de Catalunya



## ¿QUÉ ES LA TERAPIA HORMONAL (THM)? VENTAJAS Y CONTRAINDICACIONES

---

La terapia hormonal, las hormonas, los estrógenos, o cualquier término que utilicemos, va acompañado de un pensamiento generalizado de que hablamos de algo malo. De que las hormonas no son buenas, que causan cáncer, que engordan, que hacen salir pelo, etc...

## ¿QUÉ HAY DE CIERTO EN ESTO?

---

A día de hoy y con los preparados permitidos por las autoridades sanitarias españolas (Agencia Española del Medicamento y Ministerio de Sanidad) el uso de terapia hormonal no va asociado a ningún riesgo. Si no, no estarían comercializados, ni tampoco financiados por la Seguridad Social.

Lo que pasa es que **no todas las mujeres necesitan tomar hormonas**, ni todas las mujeres las deben tomar.

A día de hoy, las principales Sociedades Científicas dedicadas al estudio de la mujer en la menopausia (Sociedad Española para el estudio de la Menopausia, AEEM, en nuestro país), consideran que **sólo deberían tomar terapia hormonal de la menopausia** aquellas mujeres a las que los síntomas, es decir: sofocos, irritabilidad, insomnio, ...etc, les **afecte gravemente su calidad de vida**. Esto está estimado en que representa de un 10 a un 25 % de las mujeres en la posmenopausia.

Además, esta terapia se debe iniciar **lo más próximo posible a la última regla**, y puede durar el tiempo que sea necesario, es decir el tiempo que duren los síntomas afectando gravemente la calidad de vida de las pacientes.

El resto de mujeres que, o bien estén asintomáticas, o bien, tengan síntomas leves, no son candidatas.

Por otro lado, cuando la menopausia llega en la edad que es considerada normal, es decir de los 45 a los 55 años, las mujeres pueden decidir si quieren usar terapia hormonal para aliviar sus síntomas, o no, o si **prefieren probar terapias basadas en alternativas sin hormonas**. Lo importante es estar bien informadas y que los especialistas nos asesoren correctamente.

Existe una situación especial: **cuando la menopausia aparece antes de lo normal**. Esto se conoce como **menopausia prematura**, en términos médicos: **insuficiencia ovárica primaria**. Estas mujeres se quedan sin hormonas sexuales demasiado pronto y, para evitar problemas graves como aumento del riesgo cardiovascular (infartos, anginas, etc), osteoporosis o el envejecimiento prematuro, se recomienda usar terapia hormonal sustitutiva hasta la edad considerada normal (45-55 años).

Las mujeres que están diagnosticadas de **cánceres hormonodependientes**: como cáncer de mama, o cáncer de endometrio, **no deben utilizar terapias hormonales** porque su uso en este caso está contraindicado. Lo mismo ocurre en mujeres con **alteraciones de la coagulación o con antecedentes de trombosis o de infarto**.

Existen muchas formas de presentación y administración: cremas, parches, comprimidos vaginales y comprimidos vía oral. El/la ginecólogo/a nos aconsejará el tratamiento más adecuado para nuestra salud.

Por último, no deberíamos confundir la terapia hormonal de la menopausia que normalmente se toma vía oral o a través de la piel con parches, cremas o spray (+ comprimidos vaginales de progesterona) con los **tratamientos con estrógenos locales o vaginales**. Estos últimos sólo se recomiendan si existe **sequedad vaginal** o **dolor con las relaciones sexuales** o problemas relacionados con la sequedad **como infecciones urinarias de repetición**. No son capaces de mejorar los sofocos porque, básicamente, no alcanzan niveles en sangre perceptibles como para producir ningún efecto.

El mensaje que nos debe quedar claro es que en el caso de que estemos viviendo un climaterio muy sintomático y estemos sufriendo, existen muchas alternativas, hormonales y no hormonales, para paliar los síntomas y mejorar nuestra calidad de vida. No nos debemos conformar, debemos buscar ayuda y soluciones.

The background is a solid teal color. It features several overlapping circles of varying sizes and shades of teal. A large circle is centered in the upper half, with a smaller circle overlapping its top-left edge. Below this, there are two more overlapping circles of different sizes, one to the left and one to the right, creating a layered, abstract design.

Todo lo que  
te interesa  
saber sobre  
la menopausia

PATROCINADO POR:

**DONNA** *plus*<sup>®</sup>