La menopausia es una etapa de la vida que todas las mujeres enfrentarán en algún momento y suele ser un proceso caracterizado por una serie de cambios físicos y emocionales. Si bien, lo normal es que se presente entre los 47 y 53 años, durante la última década ha aumentado la cantidad de mujeres con menopausia precoz, llegando a representar entre el 3% y el 5% de la población femenina menor de 40 años.

Esta alteración, también llamada Insuficiencia Ovárica Prematura (IOP), consiste en el cese de la actividad reproductiva en mujeres jóvenes menores de 40 años, debido a que los ovarios dejan de producir cantidades suficientes de estrógeno y ya no liberan óvulos, lo que se traduce en que se acaban las menstruaciones. Durante este proceso de transición -ya sea a la edad normal o anticipada-, las mujeres pueden experimentar señales notorias o más significativas en su cuerpo y estado de ánimo, como por ejemplo, fluctuaciones hormonales, trastornos del sueño, cambios en la piel, sequedad vaginal o incontinencia e infecciones urinarias de repetición, entre otras.

Anuncio Patrocinado

En ese sentido, el Doctor Jack Pardo, ginecólogo y director de Clínica Ginestética explica que “si mujeres sobre los 40 años comienzan a experimentar irregularidades menstruales, sofocos, sudores nocturnos y cambios en la calidad del sueño, es posible que se esté entrando en la etapa de la menopausia. La importancia de mantener visitas regulares al ginecólogo radica en obtener orientación específica para cada situación, confirmar el diagnóstico y recibir asesoramiento sobre opciones paliativas a ciertos malestares”.

Para identificar prematuramente si se está experimentando esta etapa de la vida, el doctor destaca algunas señales notorias que suelen ser comunes en este período y cómo tratarlas:

Cambios Hormonales y Emocionales: Los sofocos o bochornos a menudo comienzan antes de entrar a la menopausia -ya sea a la edad normal o antes-, afectando la calidad de vida de las mujeres. Además, se presentan alteraciones en el estado de ánimo como depresión, hipersensibilidad o irritabilidad e, incluso trastornos del sueño. Existen opciones de tratamiento, como la terapia hormonal, que pueden ayudar a aliviar estos síntomas.

Cambios o trastornos físicos/corporales: Existen síntomas genitourinarios muy característicos de la menopausia, y que se presentan de manera más acentuada en quienes sufren de Insuficiencia Ovárica Prematura, como la sequedad vaginal, la incontinencia urinaria e infecciones urinarias constantes, que si no son tratadas adecuadamente pueden generar diversas molestias en la cotidianeidad.

El doctor Pardo, explica que “en el caso de la incontinencia en Clínica Ginestética ofrecen el tratamiento de láser y/o la silla EMSELLA, que es una tecnología innovadora que utiliza electromagnetismo de alta intensidad para fortalecer los músculos del suelo pélvico de manera no invasiva”.

Las causas de la menopausia precoz estarían relacionadas a temas genéticos y a enfermedades autoinmunes, principalmente, sin embargo éstas aún no están 100% identificadas ni tampoco el por qué del aumento de casos. De todas maneras, el especialista aconseja que es fundamental mantener un control ginecológico periódico y que las mujeres estén atentas a posibles síntomas o señales.



y tú, ¿qué opinas?