

Los sofocos o calores, dolores musculo articulares, irritabilidad, resequedad vaginal, disfunción sexual, riesgo cardiovascular, incremento de peso, osteoporosis, entre otros, son los síntomas que una mujer a partir de los 40 años puede presentar como indicio de la etapa del climaterio o menopausia, que no es otra cosa que la disminución o baja progresiva de los niveles hormonales.

Al recordarse hoy, el día mundial de la menopausia, el Dr. Peter Chedraui, Jefe de investigación y docencia de la Maternidad Enrique Sotomayor, quien también es miembro de la Sociedad Interamericana de la Menopausia, Presidente de la SECLIM y Vicepresidente de la Asociación Latinoamericana de Endocrinología Ginecológica, dictó una charla al staff médico del hospital enfocada a promover salud y estilos sanos de vida que conduzcan a mejorar la calidad de vida de las mujeres en esta etapa a través de sus consultas.

“La menopausia afecta la calidad de vida de la mujer y la pone en deterioro y en riesgo de otro tipo de situaciones” dice el Dr. Chedraui, quien además señala, que es un problema cultural porque muchas mujeres desconocen qué es la menopausia, sus síntomas y consecuencias, consecuentemente no toma medidas de prevención y cuidado.

Los estudios señalan que en la mujer latinoamericana, el promedio de edad para presentar la etapa del climaterio está entre los 46 y 48 años, totalmente bajo, en comparación con las mujeres europeas, teniendo varios factores externos influyentes, como la alimentación, la pobreza, educación y otros.

El Dr. Chedraui, sostiene que clínicamente lo recomendable para disminuir los síntomas, es la terapia de reposición hormonal; tratamiento al que muchas mujeres no acceden por los costos que genera. Por ello, recomienda comenzar por el cambio en los estilos de vida como prevención. “Hay que bajar de peso, hacer ejercicios, evitar el consumo de café, colas, de alcohol y cigarrillo que son detonantes de los síntomas” sostuvo.

Hace énfasis en la necesidad de que el climaterio o menopausia sea considerada un problema

de salud pública y sea atendida en el nivel primario de salud. Como organismos especializados en el tema estamos trabajando en esta proyección y promocionar el concepto bajo la necesidad de que existan unidades de menopausia o de endocrinología ginecológica en los hospitales públicos, donde pueden intervenir el cardiólogo, sicólogo, sexólogo, medico clínico, para atender todos los ámbitos afectados en la mujer, en esta etapa cuyas alteraciones afectan también su vida emocional, de pareja y familiar.

La Maternidad Enrique Sotomayor está planificando abrir esta atención a futuro con lo que completaría el modelo de atención integral.