

GALERÍA: 6 FOTOS



## ¿Es la menopausia un momento clave para realizarse revisiones ginecológicas?

Es fundamental detectar enfermedades de forma precoz

26 DE ABRIL DE 2022 - 12:20 CEST  
POR PILAR HERNÁN



## Ir al ginecólogo en la menopausia, ¿sí o no?

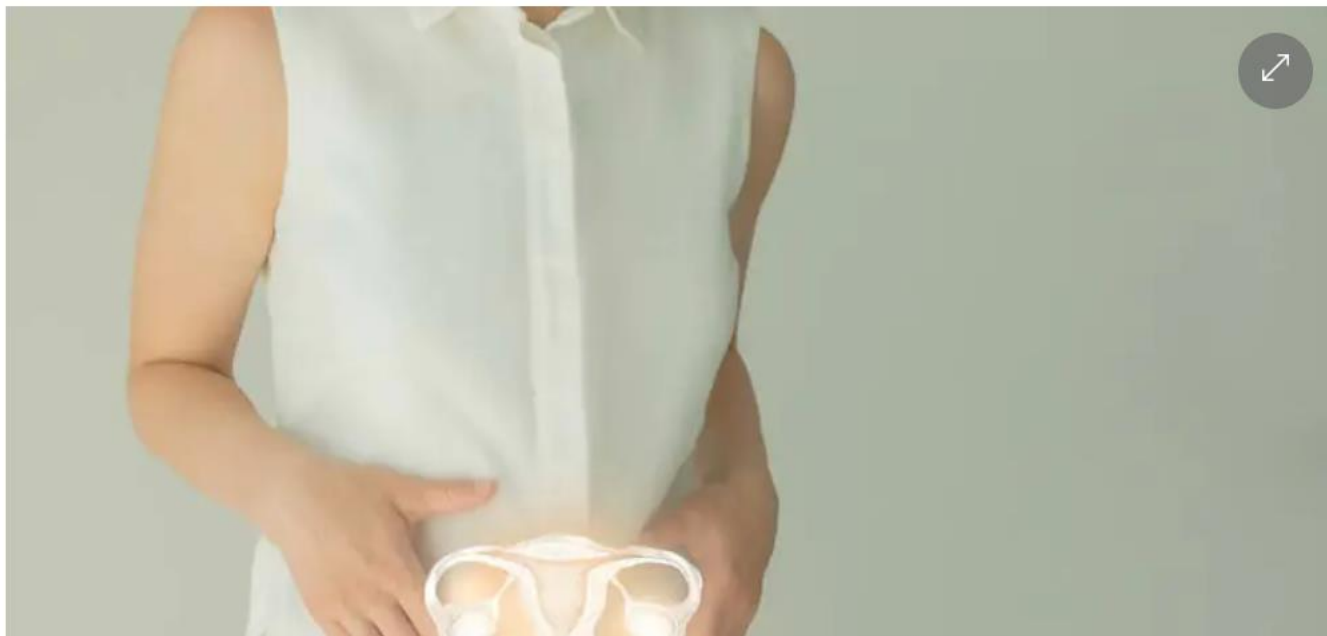
¿Hay mujeres que pueden pensar que una vez que se te retira la menstruación, no es necesario hacerse revisiones ginecológicas? “Vemos cada vez con menos frecuencia en nuestras mujeres este tipo de ideas, pero aún hay pacientes que piensan que en el momento que se retira la regla ya **no son necesarias las revisiones**. Esta idea es errónea y desde las consultas y la difusión de periodistas debemos alertar de que existen patologías más frecuentes por encima de 50 años, que son más graves y que la detección precoz ayuda a su curación. Otra idea actual es que no tenemos ‘nada que hacer’ y tenemos que conformarnos con la clínica de la menopausia. En nuestras consultas verán que no es cierto”, nos cuenta Marta Sánchez-Dehesa Rincón, Directora y Coordinadora del grupo de ginecólogas de HM IMI Toledo.



## Una etapa clave

¿Por qué considera la experta que, precisamente una época como la menopausia es clave para realizarse estas revisiones? “La menopausia es una etapa de la vida donde toda mujer tarde o temprano entrará y hemos pasado de tener pocos mecanismos de ayuda a una larga lista de tratamientos. Vamos a tener numerosos cambios físicos y emocionales. Existen cambios por la **retirada de hormonas femeninas** pudiendo afectar a la calidad de vida de las mujeres en todos los aspectos (físicos, psíquicos y sexuales). Cada etapa requiere un tipo de revisiones y es en esta donde debemos poner hincapié en problemas como la incontinencia, insomnio, irritabilidad...”, detalla la especialista.

**Lee también:** [Cuatro claves para afrontar las consecuencias psicológicas de la menopausia](#)



PUBLICIDAD - SIGUE LEYENDO DEBAJO





## Ojo a estos síntomas

Desde el grupo de ginecólogas en HM IMI Toledo, recomiendan visitar al ginecólogo en el caso de tener estos síntomas:

- Si después de llevar dos años menstruando tienes la **regla irregular**, es recomendable ir a consulta porque puede ser un indicador de algún problema hormonal o la perimenopausia.
- Si tienes **molestias en la zona vaginal**, tales como **picor** o aparición de bultos.
- Si sufres de **sangrados** o molestias vaginales entre menstruación y menstruación o mientras realizas el acto sexual.
- Si después de estar un año con la menopausia sufres **sangrados vaginales o molestias**.

**Lee también:** [¿Cuáles son los síntomas que pueden indicar que tienes una menopausia precoz?](#)





## La importancia de acudir a consulta

¿Cómo puede ayudarnos la visita al ginecólogo a afrontar mejor todos los cambios que nos afectan en esta época? “Los ginecólogos y las unidades ginecológicas son unidades fuertes en el tratamiento de todas estas patologías”, nos explica la experta. Y detalla que existen las unidades de suelo pélvico, que pautan medicación y técnicas como el láser ginecológico, así como unidades de fisioterapia de suelo pélvico, donde se busca solución a estos problemas de incontinencia, dolor en relaciones sexuales o sequedad vaginal.

“**El insomnio también se trata.** El déficit de melatonina que existe en la menopausia se suplementa con melatonina (fórmula más natural) u otro tipo de medicación si fuese necesario”, nos dice. Y se apuesta por dietas adaptadas a esta etapa, que también ayudan a mejorar la calidad de vida. En el caso de existir **falta de apetito sexual**, se recomiendan lubricantes y cosmética adaptada a esta etapa y con fármacos como hormonas bioidénticas o terapia hormonal sustitutiva.

“**El cáncer** de mama, ovario o útero también pertenecen más a esta etapa y puede **mejorar su pronóstico** con revisiones periódicas”, concluye Marta Sánchez- Dehesa Rincón.

Lee también: [¿Qué impide que las mujeres con menopausia tengan mejor calidad de vida?](#)





ESTÁS LEYENDO

¿Es la menopausia un momento clave para realizarse revisiones ginecológicas?

6 / 6



© Adobe Stock



## Problemas de salud en la menopausia

Le preguntamos, por último, a la doctora cuáles son los aspectos de nuestra salud ginecológica a los que debemos prestar especial atención cuando llega la menopausia. Y, en su opinión, los resume en los siguientes:

- Los principales aspectos son la **salud cardiovascular**. Es una etapa donde existen cambios en la tensión arterial y otros problemas cardiovasculares.
- Problemas de atrofia e incontinencia urinaria**, vejiga hiperactiva, prolapso, etc. esto se debe a la laxitud y atrofia que aparece en esta etapa por el déficit hormonal. Será necesario acudir a médicos especializados en suelo pélvico para mejorar patologías derivadas de esta etapa.
- También **aumento de peso** y cambio de la grasa corporal que tendrá que ser ayudada con nutricionistas especializados en menopausia.
- Sofocos, irritabilidad**, insomnio... son otras patologías comunes que hay que abordar.

Lee también: [¿Qué tipos de prolapsos pélvicos hay y cómo deben tratarse?](#)