

Por todo lo alto

Brígida Gallego

MÁS DE 180 PERSONAS SE DIERON CITA A LO LARGO DEL DÍA 18 DE OCTUBRE EN EL TEATRO LUCHANA DE MADRID, EN EL EVENTO ORGANIZADO POR LA PLATAFORMA WWW.MENOGENERATION.COM, PARA CELEBRAR EL DÍA MUNDIAL DE LA MENOPAUSIA

## El Primer Congreso para Mujeres 45+ arranca con éxito en Madrid

Un evento que reunió a 25 expertos de primera línea en todos los ámbitos, y que contó con una madrina de excepción, Cruz Sánchez de Lara, vicepresidenta de El Español

BRÍGIDA GALLEGO 03 Nov 2023 - 15:51 CET



Archivado en: Belleza | Congreso | Congreso para Mujeres 45+ | Deporte | Deporte | Médicos | Menopausia | Mujeres 45+ | Nutrición | Salud

El 18 de octubre, Día Mundial de la Menopausia, tuvo lugar en Madrid el **Primer Congreso para Mujeres 45+**, un evento que reunió a más de 180 personas que fueron pasando por las charlas a lo largo del día. **Ginecólogos, cardiólogos, nutricionistas, dermatólogos, médicos estéticos, entrenadores, farmacéuticos, especialistas en suplementación, expertos en imagen y coaches** expusieron sus ponencias divulgando con rigor y dando consejos de todo tipo para que las mujeres afrontemos esta etapa de nuestra vida de forma consciente y bien informada para ganar bienestar y calidad de vida.

MG

WWW.MENOGENERATION.COM



### MÁS INFORMACIÓN



Hablemos de Menopausia: Primer Congreso para Mujeres 45+



Marilyn Montero: "Hoy, ya no debería ser tabú hablar de los genitales femeninos:"

### Lo más leído

24 hrs 7 días 1 mes 1 año

- 1 Majestuosa soba de Cristina Pardo a Pedro Sánchez por bajarse los pantalones ante los golfistas
- 2 Un magistrado le mete un duro repaso a Ana Terradillos por "disfrazar" la amnistía
- 3 Carlos Altuna lanza un reto al farolero Emiliano García Page (PSOE) frente a las tropelías de Pedro Sánchez
- 4 Pablo Motos salta en directo contra la amnistía de Sánchez: «Nunca había sentido vergüenza de ser español»
- 5 Lluvia de 'zascas' de Alfonso Serrano a Margarita Robles (PSOE) y Angels Barceló (SER) por sus ofensas a los jueces
- 6 Tio-tac, Guillermo Fernández Vara: ¿Cuántas tropelías de...

Ponentes como la **ginecóloga Marta Sánchez-Dehesa** recalcaron que

*«hay tantas menopausias como mujeres, pero que sin duda el síntoma que prevalece en casi todas son los sofocos que comienzan fuertes, se van amortiguando y a partir de los ocho años, pueden volver a repuntar».*

El **cardiólogo Felipe Hernández**, insistió en que

*«los estrógenos son cardioprotectores y al bajar drásticamente, hacen a las mujeres más vulnerables que los hombres a infartos».*

En temas como **nutrición**, expertas como la **doctora Laura Arranz** nos recalcaron que **hay que cambiar de hábitos**

ensaiada  
cara: «¡No

9 El secreta  
la ONU, q  
Hamas, se  
porque Is  
convoy de  
usado por  
terrorista

10 Isabel Día  
resume el  
minutazo  
a la que S  
someterá  
españoles