

# GINECO♀belleza



Si eres un profesional de la medicina haz click aquí y déjanos tus datos

Inicio » Ginecoestética » La sequedad vaginal a lo largo de los años

GINECOESTÉTICA

## La sequedad vaginal a lo largo de los años

10/01/2024

Like 1



La **Dra. Marta Sánchez-Dehesa** aborda un tema de gran importancia para la salud femenina: la sequedad vaginal a través de los años. Este problema, que afecta a mujeres de diversas edades, es a menudo subestimado y malentendido, impactando significativamente la calidad de vida de muchas mujeres.

La sequedad vaginal es un fenómeno común que puede manifestarse a lo largo de diferentes etapas de la vida de una mujer. Factores como el envejecimiento, cambios hormonales, medicamentos, estrés y más condiciones médicas pueden contribuir a la sequedad vaginal, afectando tanto la salud física como la emocional.

Lee el especial



Opinión



Dra. Paloma Cornejo

Liquen escleroso, una enfermedad infradiagnosticada

La Dra. Paloma Cornejo es vocal de Dermatología de la Sociedad Española de Ginecología Estética Regenerativa y Funcional (SEGERF)

16/03/2021



Disfunción sexual femenina tras la



propias y de terceros para mejorar nuestros servicios. Si continúa navegando, consideramos que acepta su uso. Más información en la [política de privacidad](#). [Aceptar](#)

La sequedad vaginal es un fenómeno común que puede manifestarse a lo largo de diferentes etapas de la vida de una mujer. Factores como el envejecimiento, cambios hormonales, medicamentos, estrés y más condiciones médicas pueden contribuir a la sequedad vaginal, afectando tanto la salud física como la emocional.

### Causas

- **Menopausia:** en esta etapa hay una disminución en la producción de estrógeno, lo que puede resultar en la sequedad vaginal.
- **Cambios hormonales:** otros cambios hormonales, como los asociados con el ciclo menstrual, el embarazo y la lactancia, también pueden contribuir a la sequedad vaginal.
- **Estrés y ansiedad:** factores emocionales, como el [estrés y la ansiedad](#), pueden afectar la lubricación natural de la vagina.
- **Medicamentos:** algunos medicamentos, como antihistamínicos y ciertos antidepresivos, pueden tener como efecto secundario la sequedad vaginal.
- **Condiciones Médicas:** problemas de salud, como la diabetes y la enfermedad de Sjögren, pueden contribuir a la sequedad vaginal.

### Abordaje

- **Uso de lubricantes:** pueden ayudar durante las relaciones sexuales.
- **Hidratación:** puede contribuir a la salud vaginal, porque beber suficiente agua es fundamental.
- **Terapia de Reemplazo Hormonal (TRH):** para mujeres en la menopausia y bajo supervisión médica puede ser una opción para equilibrar los niveles hormonales.
- **Productos de cuidado vaginal:** geles o cremas hidratantes vaginales, pueden ayudar a aliviar la sequedad.
- **Dieta equilibrada:** rica en ácidos grasos omega-3 y antioxidantes puede beneficiar la salud general y también ayudar a mantener la lubricación vaginal.

ETIQUETAS [DRA. MARTA SÁNCHEZ DEHESA](#) [HIDRATACIÓN](#) [MENOPAUSIA](#) [OMEGA-3](#)



#### Liquen escleroso, una enfermedad infradiagnosticada

La Dra. Paloma Cornejo es vocal de Dermatología de la Sociedad Española de Ginecología Estética Regenerativa y Funcional (SEGERF)

16/03/2021



#### Disfunción sexual femenina tras la maternidad

La Dra. Zuramis Estrada es ginecóloga en CIMEG Madrid, vicepresidenta del ISGAR Society y Premio Nacional de Uroginecología y Salud Íntima 2019

16/03/2021

#### Tweets de @ginecobelleza

Seguir



**No hay nada que ver aquí. Por ahora.**

Cuando tweetee, sus Tweets se mostrarán aquí.

Ver en Twitter

#### Nuestras portadas

