

LA MENOPAUSIA

¿Qué es la menopausia?

La menopausia es el cese de la menstruación, la pérdida de la capacidad reproductiva. Está precedida habitualmente de irregularidades menstruales, alteraciones en la duración y en la cantidad de regla. Hablamos de ella cuando la mujer lleva 12 meses sin menstruar, no está embarazada ni existe otra causa que justifique la amenorrea o cuando esté seis meses sin menstruar pero con sintomatología importante (sofocos, insomnio, cambios de carácter....)

Al llegar a la menopausia, los ovarios dejan de realizar su función, que es la producción de estrógenos y progesterona, de forma que se produce un déficit de estrógenos y gestágenos. La edad de aparición suele ser entre los 45-55 años; en nuestro país la edad media se sitúa en los 51 años.

Cuando la menstruación desaparece antes de los 40 años, hablamos de **menopausia precoz**, que comporta una serie de inconvenientes: mayor riesgo de osteoporosis, sofocaciones y sudoración, envejecimiento acelerado de la piel y atrofia genital precoz.

Cuando la función menstrual se prolonga más allá de los 55 años, hablamos de **menopausia tardía**, que se acompaña de mayor riesgo de cáncer de mama y de cáncer de endometrio.
