

Terapia hormonal: beneficios, riesgos, efectos secundarios y más

¿Debería usar la terapia hormonal durante la menopausia?

Cuando una mujer comienza a tener síntomas de la menopausia como los bochornos, períodos irregulares o cambios de humor, probablemente se preguntará en algún momento si debe tomar algún tipo de terapia hormonal para la menopausia (THM). A veces llamada "terapia de reemplazo hormonal" o TRH, generalmente se refiere a una combinación de las hormonas femeninas estrógeno y / o progesterona.

La investigación está comenzando a mostrar cuáles son los riesgos y beneficios de la terapia hormonal de la menopausia, pero aún hay mucho por aprender sobre los efectos del estrógeno y la progesterona en nuestros cuerpos y en nuestra salud.

Si bien es un tratamiento muy efectivo para muchos síntomas de la menopausia, la terapia hormonal puede aumentar las posibilidades de otras afecciones, y la decisión de usarla es un acto de equilibrio para determinar si los pros superan a los contras.

El estudio realizado por la Women's Health Initiative – WHI (Iniciativa de Salud de la Mujer) es el estudio más grande realizado en mujeres menopáusicas y se enfoca en enfermedades del corazón, fracturas óseas y cáncer de mama y colorrectal. Una de las estrategias preventivas estudiadas fue el efecto de la terapia hormonal sobre estas afecciones.

Originalmente se suponía que la terapia hormonal prevendría la enfermedad cardíaca y los accidentes cerebrovasculares en mujeres posmenopáusicas. Cuando se demostró que los estrógenos no sólo no protegían a las mujeres de las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares, sino que las mujeres que recibían terapia hormonal en realidad tenían un

Foromed

Noticias de salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

aumento en estas afecciones, los ensayos se suspendieron tempranamente. Los investigadores aún están clasificando la información para determinar qué mujeres corrían más riesgo y cuáles se beneficiaban realmente de la terapia hormonal.

Lea también: [Consumir más lácteos puede reducir el riesgo de menopausia temprana](#)

La recomendación actual para la terapia de la hormona de la menopausia sugiere que si la terapia hormonal se usa para tratar los síntomas de la menopausia, debe usarse en las dosis más pequeñas que sean efectivas, durante el menor tiempo necesario.

Beneficios de la terapia hormonal

Existen algunos beneficios probados para al menos un ciclo corto de estrógeno y / o progesterona.

Entre las razones por las que podría considerar el uso de la terapia hormonal se encuentran:

- La terapia hormonal es el tratamiento más efectivo para los sofocos y la sequedad vaginal
- La THM a menudo es eficaz en el tratamiento de los síntomas relacionados con el estado de ánimo, incluidos los cambios de humor y la depresión
- La THM puede mejorar la calidad del sueño de las mujeres que sufren de insomnio durante la menopausia
- La THM disminuye la pérdida ósea, previniendo o retrasando la osteoporosis. Otros medicamentos, como los [bisfosfonatos](#) o el raloxifeno, suelen ser la primera opción para prevenir la pérdida de masa ósea, pero si está usando terapia hormonal por otros motivos, un beneficio adicional será cierta protección contra la osteoporosis.

Para las mujeres que tienen síntomas muy perturbadores durante la menopausia, la THM puede mejorar su calidad de vida, ayudarlas a enfrentar los cambios y mantener su salud y equilibrio emocional.

Lea también: [Remedios naturales para los síntomas de la menopausia](#)

Riesgos

Como lo ha demostrado la WHI y otras investigaciones, existen riesgos serios a considerar con la THM. Los riesgos son más altos para algunas mujeres, según su historial de salud personal y su historial de salud familiar. Los riesgos más conocidos son:

- Coágulos de sangre
- Eventos cardiovasculares, incluyendo apoplejía y ataque cardíaco
- Ciertos tipos de cáncer de mama
- Enfermedad de la vesícula

Foromed

Noticias de salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

Debido a que su riesgo depende de su combinación personal de factores de riesgo, es importante analizar esta decisión cuidadosamente con su proveedor médico.

Cuando la THM no es una opción

Para algunas mujeres, los riesgos en el uso de la terapia hormonal son definitivamente muy altos. La THM no se recomienda para mujeres que:

- Están embarazadas o piensan que podrían estar embarazadas
- Tiene sangrado vaginal irregular o inexplicable
- Tiene (o ha tenido) cáncer de mama o cáncer de útero
- Tener un historial de ataque cardíaco o accidente cerebrovascular
- Tiene antecedentes de coágulos de sangre
- Tener una enfermedad del hígado

Efectos secundarios

Además de los riesgos, la terapia hormonal también puede causar algunos efectos secundarios. Cuando piense si este es un buen tratamiento para usted, es importante darse cuenta de que puede experimentar cualquiera de los siguientes síntomas al tomar estrógenos y / o progesterona:

- Sensibilidad o hinchazón en los senos
- Sangrado irregular
- Hinchazón
- Dolores de cabeza
- Náuseas
- Alteración del estado de ánimo
- Irritación local o reacciones alérgicas al método de administración (anillo vaginal, parche cutáneo, crema)

Dependiendo de cuán perjudiciales sean los síntomas de la menopausia, los efectos secundarios de la hormona pueden disuadirla de realizarse la THM.

Referencias:

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Institutos Nacionales de Salud, Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre, "[Datos sobre la terapia hormonal de la menopausia](#)", Publicación de NIH No. 05-5200.

Instituto para la Mejora de los Sistemas Clínicos, [la Menopausia y la terapia hormonal \(TH\): toma de decisiones colaborativas y gestión](#). National Guideline Clearinghouse, octubre de 2006.