



21 sociedades científicas acuerdan recomendar la terapia hormonal

1,6 millones de mujeres españolas sufren peor calidad de vida tras la menopausia que generaciones anteriores

- El abandono del tratamiento de la menopausia hace 20 años ha incrementado fracturas, insomnio, sofocos, alteraciones de estado de ánimo, deterioros cognitivos y el riesgo de eventos cerebrovasculares
- Una mujer puede pasar un tercio de su vida con una carga de trastornos y riesgos que lastran su ámbito laboral, familiar, social, afectivo y sexual
- La mayoría de los médicos no están actualizados en el tratamiento

Madrid, 3 de febrero de 2022. Una de cada cinco mujeres espaolas de ms de 50 aos, 1,6 millones, sufre peor calidad de vida de la que disfrutaban generaciones anteriores debido al abandono de la terapia hormonal, cuyo uso ha pasado a ser casi residual. As lo afirman los coordinadores del documento de consenso *Crterios de elegibilidad para el uso de la terapia hormonal de la menopausia (THM) en mujeres con condiciones mdicas*, en el que han participado 21 sociedades cientficas, nacionales e internacionales. Se trata del **primero de estas caractersticas llevado a cabo en el mundo**, y que recomienda comenzar la THM antes de los 60 aos.

La menor produccin de estrgenos tras la menopausia, si no se compensa con el tratamiento hormonal, provoca a una de cada cinco mujeres "sntomas que perjudican su calidad de vida, como insomnio, sofocos, bajo estado de nimo, aumento de peso y alteracin de la vida sexual; y, a medio, plazo, mayor riesgo de fracturas, accidentes cerebrovasculares e incluso tumores", explica el doctor Nicols Mendoza, presidente de la Asociacin Espaola para el Estudio de la Menopausia (AEEM), que ha coordinado este consenso. "Una mujer **suele vivir ms que un hombre pero en peores condiciones de salud**. Sin tratamiento, puede pasar un tercio de su vida con una carga de trastornos y riesgos que lastran su mbito laboral, familiar, social, afectivo y sexual", advierte este catedrtico de Obstetricia y Ginecologa de la Universidad de Granada.

Segn una encuesta de la AEEM, solo el 4% de las mujeres sintomticas menopusicas y el 2,35% de las que estn en la perimenopausia utilizan THM en la actualidad, frente al 20% de hace veinte aos. La consecuencia es que "ha **aumentado la mortalidad** y las mujeres mayores de 50 aos de hoy en da sufren ms fracturas oseas y **tienen peor calidad de vida que sus madres** que fueron tratadas", confiesa el doctor Santiago Palacios, representante de la Sociedad Internacional de la Menopausia.

20 aos de hormonofobia

Como refleja el documento de consenso, todo cambi hace dos dcadas: "La utilizacin de la Terapia Hormonal para la Menopausia (THM) disminuy de forma trascendente a partir de la publicacin de los resultados de los estudios *Women's Health Initiative* (2002) y el *Million Women Study* (2003)". El empleo de la THM se desplomó debido al miedo a los efectos secundarios y a la desinformacin, y surgi la "hormonofobia", reconoce el doctor Palacios.

Ni siquiera cambi con la aparicin de nueva evidencia sobre sus beneficios. Como indica el documento, "basado en la mejor evidencia cientfica, el uso de THM en el caso de mujeres sintomticas sin riesgos aadidos, los beneficios superan claramente a los riesgos". Estas recomendaciones actualizadas tampoco llegaron a la mayoria los mdicos, ya que, segn la AEEM, "**menos de la mitad de los gineclogos y una minoria de mdicos de familia cuentan con formacin actualizada** en tratamientos para la menopausia".



Recuperar calidad de vida

Para devolver la confianza a la THM y que las mujeres posmenopáusicas recuperen la calidad de vida que disfrutaron generaciones anteriores, 21 sociedades científicas internacionales y nacionales han consensado las recomendaciones del tratamiento en el documento *Criterios de elegibilidad para el uso de la terapia hormonal de la menopausia (THM) en mujeres con condiciones médicas*. En él afirman que la Terapia Hormonal es eficaz y segura, puede mejorar la calidad de vida y la salud sexual y evitar algunas patologías que afectan a las mujeres a partir de la menopausia, incluso **prevenir la aparición de enfermedades oncológicas**. El trabajo ha analizado toda la evidencia científica disponible sobre los beneficios y los riesgos asociados a la THM, con datos que han aportado todas las sociedades médicas implicadas.

“La población debe saber que la THM se emplea con el fin de aliviar los síntomas que aparecen tras la disminución de hormonas, al final de la edad fértil de las mujeres. Puede ser muy útil en la prevención activa de estos síntomas, así como para las posibles consecuencias asociadas a la menopausia, como las fracturas osteoporóticas, el **deterioro cognitivo** o las afecciones cardiovasculares”, afirma la doctora María Jesús Cancelo, vicepresidenta de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO).

“La ciencia y la investigación es lo que da validez y legitimidad a la afirmación de que la THM es saludable. Debemos desterrar otras **ideas erróneas muy extendidas** que no se corresponden con la evidencia científica. Este documento pretende ser una poderosa herramienta para la toma de decisiones, no solo por la paciente sino por el facultativo en el manejo de los síntomas de la menopausia”, finaliza el doctor Mendoza.

Sociedades científicas que han rubricado el consenso:

1. Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM)
2. European Menopause and Andropause Society (EMAS)
3. European Society of Gynecology (ESG)
4. Federación Latinoamericana de Sociedades de Climaterio y Menopausia (FLASCYM)
5. Fundación Española para el Estudio de la Menopausia (FEEM)
6. International Menopause Society (IMS)
7. International Society of Gynecological Endocrinology (ISGE)
8. Red Iberoamericana de Salud Sexual y Reproductiva (REDISSER)

9. Secci3n de Ginecologfa Oncol3gica de la Sociedad Espaola de Ginecologfa y Obstetricia
10. Sociedad Espaola de Cardiologfa (SEC)
11. Sociedad Espaola de Contracepci3n (SEC)
12. Sociedad Espaola de Endocrinologfa y Nutrici3n (SEEN)
13. Sociedad Espaola de Farmacia Clfnica, Familiar y Comunitaria (SEFAC)
14. Sociedad Espaola de Ginecologfa y Obstetricia (SEGO)
15. Sociedad Espaola de Hematologfa y Hemoterapia (SEHH)
16. Sociedad Espaola de Mdicos de Atenci3n Primaria (SEMERGEN)
17. Sociedad Espaola de Oncologfa Mdica (SEOM)
18. Sociedad Espaola de Patologfa Digestiva (SEPD)
19. Sociedad Espaola de Senologfa y Patologfa Mamaria (SESPM)
20. Sociedad Espaola de Trombosis y Hemostasia (SETH)
21. Sociedad Espaola para el Estudio de la Obesidad (SEEDO)

Para m3s informaci3n y entrevistas:

Agencia COM Salud:

Carlos Mateos/Ricardo Mariscal

91223 66 78/ 629 82 36 62

cmateos@comsalud.es; rmariscal@comsalud.es

AEEM:

Ver3nica Nieto

637724921

veronicanieto@aeem.es