

Menopausia precoz o prematura

Publicado el: 07-07-2022

La menopausia que se produce antes de los 40 años se denomina menopausia prematura. La menopausia que se produce entre los 40 y los 45 años se denomina menopausia precoz. Aproximadamente el 5 % de las mujeres pasan naturalmente por la menopausia precoz.

¿Cuál es la diferencia entre la menopausia precoz y la prematura?

La menopausia precoz o prematura sucede cuando los ovarios dejan de producir hormonas y el período desaparece a una edad más joven que la normal (la edad promedio para la menopausia en Estados Unidos es 52). Esto puede suceder naturalmente o por una razón médica, como cuando se extraen ambos ovarios en una histerectomía.

La menopausia precoz y la prematura pueden tener las mismas causas. La única diferencia es la edad a la que suceden. La menopausia que se produce antes de los 45 años se denomina menopausia precoz. La menopausia que se produce antes de los 40 años se denomina menopausia prematura.

Las mujeres que tuvieron una menopausia precoz o prematura no pueden quedar embarazadas.

¿Qué causa la menopausia precoz o prematura?

La menopausia precoz o prematura puede suceder sin ninguna razón clara, o bien puede producirse como resultado de ciertas cirugías, medicamentos o afecciones de salud.

Entre las razones para la menopausia precoz o prematura podemos hallar:

- **Antecedentes familiares.** Las mujeres con un historial familiar de menopausia precoz o prematura tienen más probabilidades de presentar estos cuadros.
- **Fumar.** Las mujeres que fuman pueden llegar a la menopausia hasta dos años antes que las que no fuman. También pueden sufrir síntomas más graves de la menopausia.² Las investigaciones sugieren que las mujeres con menopausia precoz o prematura y que fuman mueren aproximadamente dos años antes que las mujeres que no fuman.³
- **Tratamientos de quimioterapia o radiación pélvica por cáncer.** Estos tratamientos pueden dañar tus ovarios y hacer que se interrumpan tus períodos para siempre o por un tiempo. También es posible que tengas problemas para quedar embarazada o que no puedas volver a lograrlo. No todas las mujeres que reciben quimioterapia o radiación pasarán por la menopausia. Cuanto más joven sea la mujer al momento de la quimioterapia o radiación, menos probabilidades tiene de entrar en la menopausia.
- **Cirugía para extirpar los ovarios.** La extirpación quirúrgica de ambos ovarios, denominada

ooforectomía bilateral, puede desencadenar los síntomas de la menopausia de inmediato. Los períodos desaparecerán después de esta cirugía y los niveles hormonales decaerán rápidamente. Es posible que tengas síntomas de la menopausia más marcados, como sofocotes y menos deseo sexual.

- **Cirugía para extirpar el útero.** Algunas mujeres que sufrieron una histerectomía, en la cual se extirpa el útero, pueden conservar los ovarios. Si esto sucede, no tendrás más el período y no podrás quedar embarazada. Pero probablemente no entres en la menopausia de inmediato porque los ovarios seguirán produciendo hormonas. Más tarde, es posible que experimentes la menopausia natural uno o dos años antes de lo esperado.

- **Ciertas afecciones de salud:**

- **Enfermedades autoinmunes, como enfermedad de la tiroides y artritis reumatoidea.** Aunque se produce con poca frecuencia, el sistema inmune del cuerpo, que normalmente combate las enfermedades, puede atacar los ovarios por error y evitar que produzcan hormonas.
- **VIH / SIDA.** Las mujeres con VIH cuya infección no está bien controlada con medicamentos pueden sufrir una menopausia precoz.⁴ Las mujeres con VIH también pueden sentir sofocotes más intensos que las mujeres sin VIH.
- **Cromosomas faltantes.** Las mujeres que nacieron con cromosomas faltantes o con problemas en los cromosomas pueden entrar en la menopausia antes de tiempo. Por ejemplo, las mujeres con la afección denominada síndrome de Turner nacen sin una parte o todo el cromosoma X, por lo cual sus ovarios no se forman normalmente al nacer y sus ciclos menstruales, incluido el tiempo aproximado de la menopausia, pueden no ser normales.
- **Síndrome de fatiga crónica.** Las mujeres con encefalomielitis miálgica/síndrome de fatiga crónica (EM/SFC) sienten cansancio extremo, debilidad, dolor muscular y en las articulaciones, pérdida de memoria, dolor de cabeza, sueño no reparador y otros síntomas. Las investigaciones han determinado que las mujeres con EM/SFC tienen más probabilidades de padecer menopausia precoz o prematura.

¿Cómo sé si estoy experimentando la menopausia precoz o prematura?

Sabes que estás atravesando la menopausia cuando no tuviste tu período menstrual durante 12 meses seguidos. Si crees que estás llegando a la menopausia precoz, habla con tu médico o enfermera.

-

Tu médico o enfermera te preguntará sobre los síntomas, como sofocones, períodos menstruales irregulares, problemas para dormir y sequedad vaginal.

- Tu médico o enfermera puede solicitarte un análisis de sangre para medir el estrógeno y las hormonas relacionadas, como la hormona foliculoestimulante (FSH, por sus siglas en inglés). También puedes elegir hacerte la prueba para saber si todavía puedes quedar embarazada. Tu médico o enfermera medirá tus niveles hormonales en los primeros días del ciclo menstrual (cuando comienza el sangrado).

¿Cuáles son los efectos de la menopausia precoz o prematura?

Las mujeres que experimentan la menopausia antes pueden tener síntomas o problemas de salud similares a los de la menopausia regular.

Pero algunas mujeres con menopausia precoz o prematura también pueden tener:

- Mayor riesgo de padecer problemas de salud graves, como enfermedad cardíaca y osteoporosis, ya que las mujeres vivirán más tiempo sin los beneficios de salud de los niveles altos de estrógeno. Habla con tu médico o enfermera sobre qué medidas tomar para bajar el riesgo de padecer estos problemas de salud.
- Síntomas de la menopausia más graves. Habla con tu médico o enfermera para conocer tratamientos que te ayudan con los síntomas si estos afectan tu vida diaria.
- Tristeza o depresión por la pérdida de la fertilidad o el cambio en tu cuerpo. Habla con tu médico si tienes síntomas de depresión, incluyendo menos energía o falta de interés en cosas que antes disfrutabas y que duran más de unas semanas. Tu médico o enfermera puede recomendarte especialistas que te pueden ayudar a lidiar con tus sentimientos. También pueden hablar contigo sobre otras opciones, como la adopción o programas de donación de óvulos, si deseas tener hijos.

Fuente: <https://netsaluti.com>