

## Síntomas vaginales y urinarios de la menopausia

Los problemas vaginales y urinarios que surgen durante la menopausia y después de esta son frecuentes y tratables.

### Síndrome genitourinario de la menopausia

Durante la menopausia, los niveles de **estrógeno**, una hormona muy importante en las mujeres, disminuyen naturalmente. Como resultado, las paredes de la vagina se afinan, se resecan y, en ocasiones, se inflaman. En muchas mujeres, esto provoca síntomas de ardor, irritación, dolor (especialmente durante las relaciones sexuales), sangrado o secreción vaginal. Algunas mujeres presentan también síntomas urinarios, como dolor al orinar y ganas de orinar con mayor frecuencia de lo usual. Juntos, estos síntomas de los sistemas genital y de las vías urinarias se denominan **síndrome genitourinario de la menopausia**. Este síndrome se conoce también como **atrofia vaginal** o **vaginitis atrófica**.

### Cuándo consultar al médico

Muchas mujeres que presentan síntomas vaginales y urinarios durante la menopausia no consultan al médico porque creen que son parte natural del envejecimiento. Pero si los síntomas son molestos, tratarlos puede mejorar la calidad de vida. Además, es importante descartar otras afecciones más graves que pueden provocar dolor y sangrado vaginal, al igual que síntomas urinarios.

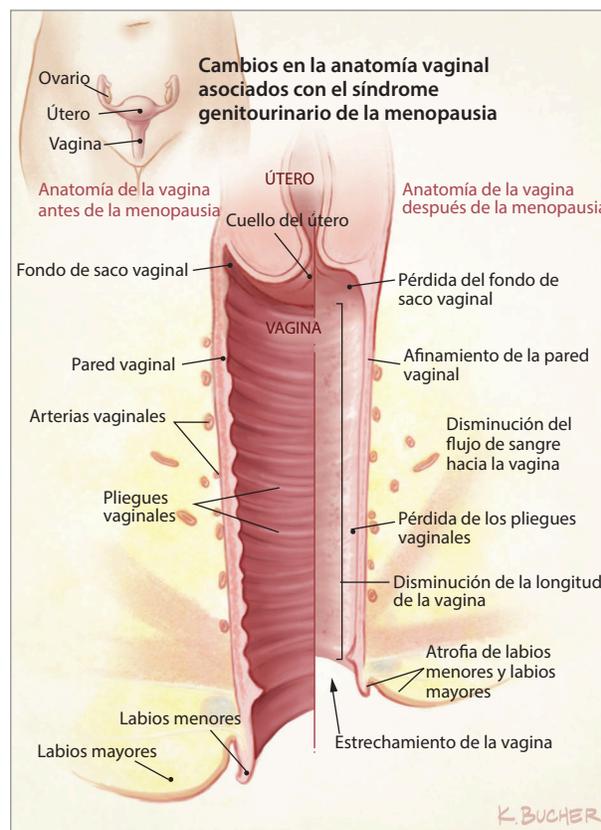
### Tratamientos

Los tratamientos para el síndrome genitourinario de la menopausia incluyen opciones con hormonas y sin estas. Muchas mujeres comienzan utilizando lubricantes o humectantes vaginales de venta libre, que no contienen hormonas. Generalmente, los lubricantes se utilizan para ayudar durante las relaciones sexuales, mientras que los humectantes se pueden utilizar en todo momento para ayudar con la sensación general de sequedad. La actividad sexual continua también puede contribuir a aliviar los síntomas vaginales.

Si los lubricantes y los humectantes no resultan suficientes, se puede agregar un tratamiento hormonal a base de estrógeno. El estrógeno se puede administrar ya sea a través de la vagina (**estrógeno vaginal**) o mediante un comprimido o parche cutáneo (**estrógeno sistémico**).

Para tratar los síntomas vaginales y urinarios, los médicos generalmente recomiendan probar el estrógeno vaginal en primer lugar. El estrógeno vaginal viene en diferentes presentaciones, que incluyen crema, comprimido o anillo que se inserta en la vagina. De esta forma, el estrógeno ingresa directamente al área vaginal sin tener que pasar antes por el torrente sanguíneo. Esto disminuye las probabilidades de riesgos para la salud a causa del estrógeno, ya que algunos estudios demostraron que el estrógeno puede aumentar el riesgo de que se produzcan coágulos de sangre al igual que algunos tipos de cáncer en las mujeres.

Aunque el estrógeno vaginal puede ayudar a aliviar los síntomas genitourinarios, es posible que no sea suficiente para mujeres que tienen otros síntomas de menopausia que afectan a todo el cuerpo, como sudoración nocturna o sofocos. Es posible que estas mujeres necesiten un tratamiento con estrógeno mediante comprimidos o parches cutáneos. Todas las mujeres que reciben estrógeno de esta



forma (y a las que no se les haya extirpado el útero) deberán también tomar progesterona. Consulte a su médico sobre los beneficios y los riesgos del tratamiento con estrógeno y progesterona durante la menopausia.

Hay algunos medicamentos hormonales sin estrógeno disponibles para tratar la atrofia vaginal. Pregunte a su médico si estos medicamentos pueden ayudarla.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

American College of Obstetricians and Gynecologists  
(Colegio Estadounidense de Obstetras y Ginecólogos)  
[www.acog.org/Patients/FAQs/The-Menopause-Years](http://www.acog.org/Patients/FAQs/The-Menopause-Years)

Para encontrar esta y otras Hojas para el paciente de JAMA, visite la colección Para pacientes en [jamanetworkpatientpages.com](http://jamanetworkpatientpages.com).

Autor: Dra. Jill Jin, MPH

Fuente: Gandhi J, Chen A, Dagur G y otros. Genitourinary syndrome of menopause: an overview of clinical manifestations, pathophysiology, etiology, evaluation, and management (Síndrome genitourinario de la menopausia: generalidades sobre manifestaciones clínicas, patofisiología, etiología, evaluación y tratamiento). *Am J Obstet Gynecol*. 2016;215(6):704-711.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.