



Perimenopausia: la etapa que afecta a millones de mujeres sin que lo sepan

Descripción

Expertos explican que el 80% de las mujeres presentan bochornos en algún momento entre los 40 y los 65 años. Estos síntomas pueden durar hasta 8 años si no se tratan.

¿Sientes bochornos, alteraciones del ánimo, insomnio o molestias durante las relaciones sexuales y aún menstruales? Podrías estar en la perimenopausia, una etapa de transición hormonal que afecta a la mayoría de las mujeres entre los 40 y 50 años, pero que muchos desconocen.

El próximo 6 de junio, destacados especialistas en salud femenina se reunirán en Santiago durante el encuentro **Woman Academy**, una instancia médica internacional organizada por Grunenthal que abordará temas clave como la anticoncepción, la terapia hormonal, la salud ginecológica y, la poco conversada **perimenopausia**.

Uno de los exponentes del evento, el **Dr. Samuel Santoyo Haro**, ginecólogo mexicano con más de 30 años de experiencia y miembro de la Asociación Mexicana para el Estudio del Climaterio (AMEC), explica que: **«la perimenopausia es el período que rodea a la menopausia, incluyendo los años anteriores y hasta un año después de la última menstruación. No empieza a los 50. Muchas mujeres ya comienzan a vivirla desde los 40 o incluso antes»**, asegura.

Esta etapa puede extenderse por varios años y afectar la calidad de vida si no se detecta y trata a tiempo. El Dr. Santoyo destaca que las mujeres en perimenopausia suelen experimentar **irregularidades menstruales, bochornos, sudoraciones nocturnas, insomnio, cambios en el estado de ánimo, disminución de la libido, resequedad vaginal y dolor en las relaciones sexuales**, entre otros síntomas.

«Todo esto tiene una causa hormonal clara: la disminución de estradiol, uno de los principales estrógenos en el cuerpo femenino. Lo relevante es que hay soluciones, tanto hormonales como no hormonales. La clave está en el diagnóstico oportuno y en que las mujeres sepan que el malestar no se debe normalizar, sino tratarlo», enfatizó el experto.

A pesar de su alta prevalencia, la perimenopausia sigue siendo una condición subestimada, muchas veces confundida con estrés, la edad o problemas emocionales. La falta de información y

diagnóstico oportuno impide que miles de mujeres accedan a tratamientos que podrían mejorar significativamente su bienestar físico y emocional.

«El 80% de las mujeres presentan; bochornos en algún momento entre los 40 y los 65 años. Estos síntomas pueden durar hasta 8 años si no se tratan. Por eso, espacios como Woman Academy son fundamentales para abrir la conversación y entregar herramientas prácticas concretas», concluye el Dr. Santoyo. La invitación es a derribar mitos y promover la educación en torno a esta etapa muchas veces invisibilizada.

Categoría

1. Salud

Etiquetas

1. Mujeres
2. perimenopausia

Fecha de creación

jueves, 5 junio, 2025 a las 15:58

Autor

prensa

default watermark