



Ciudad de México, a 17 de octubre de 2024

LLAMA SEDESA A ELIMINAR ESTIGMAS SOBRE LA MENOPAUSIA; SE INVITA A ACUDIR AL CENTRO DE SALUD MÁS CERCANO PARA RECIBIR INFORMACIÓN

- *Los síntomas previos, durante y después de la menopausia pueden alterar la vida personal, familiar y profesional de las mujeres, por lo que se recomienda acudir al Centro de Salud IMSS-BIENESTAR más cercano*
- *En lo que va de 2024, se han brindado 12 mil 132 atenciones de terapia hormonal, perimenopausia y postmenopausia en Centros de Salud del IMSS-BIENESTAR Ciudad de México*

En el marco del Día Mundial de la Menopausia, que se celebra cada 18 de octubre, la Secretaría de Salud de la Ciudad de México (SEDESA) llama a eliminar los estigmas sobre esta etapa en la vida de las mujeres y a conocer sus características, con el fin de garantizar que todas puedan acceder a atención médica integral y de calidad, así como a información oportuna.

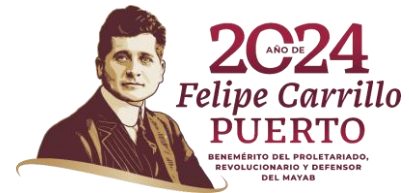
La menopausia es una etapa en la vida de las mujeres que marca el final de sus años reproductivos, la cual se identifica tras 12 meses consecutivos de ausencia de la menstruación. Es un proceso fisiológico normal que implica cambios físicos y emocionales, y que se suele vivir entre los 45 y 55 años de edad, aunque en cada mujer es distinto.

Uno de los grandes problemas de la menopausia es que no se habla de ella. Erróneamente se cree que se trata de una enfermedad, que se pierde el atractivo físico, el disfrute de la vida sexual, comienza la vejez y con ella el deterioro mental y corporal, al tiempo que los síntomas físicos –como los bochornos y los cambios emocionales– causan incomodidad e inseguridad a cada mujer.

Los signos previos, durante y después de la menopausia pueden alterar la vida personal, familiar y profesional de las mujeres, por lo que se recomienda acudir al Centro de Salud IMSS-BIENESTAR más cercano. En lo que va de 2024, se han brindado 12 mil 132 atenciones de terapia hormonal, perimenopausia y postmenopausia.

Es importante conocer que previo a la menopausia se vive una fase –conocida como climaterio– en donde comienzan las primeras señales; los períodos menstruales se vuelven irregulares, con mayor separación entre sí y con posible aumento en su duración. Estos cambios pueden iniciar de dos a ocho años antes de la menopausia.

En esta etapa aparecen síntomas como los sofocos –o bochornos– que se caracterizan por la aparición repentina de calor corporal, enrojecimiento, sudoración y sensación de malestar



temporal. Pueden producirse en el periodo anterior a la menopausia y durar entre 4 y 5 años después de la menopausia, o incluso más.

Algunos de los síntomas más comunes también son los dolores de cabeza, mareos, sequedad vaginal y cambios hormonales que provocan malestar físico y emocional, entre otros más. Los cambios físicos y su intensidad, así como su aparición, son diferentes en cada mujer.

Todos los síntomas alrededor de la menopausia pueden reducirse, tratarse y, en su caso, eliminarse, si se acude a revisión médica, en donde se identificarán señales de alerta y posibles tratamientos, con el fin de llevar una vida más saludable.

Del mismo modo, la SEDESA hace un llamado a acudir a revisiones médicas periódicas en cada etapa de la vida, con el objetivo de llevar un desarrollo saludable y evitar problemas médicos al llegar a la menopausia y a la edad adulta. Y es que con el fin de la ovulación, los niveles de estrógenos descienden, lo que propicia el desarrollo de enfermedades crónicas, como osteoporosis, diabetes o hipertensión, por lo que se recomienda su revisión previo a esta etapa.

Para las personas sin seguridad social, el IMSS-BIENESTAR cuenta con 232 Centros de Salud en la Ciudad de México, donde se brinda atención gratuita y de calidad. Las ubicaciones y horarios de atención pueden consultarse en el siguiente enlace: <https://www.salud.cdmx.gob.mx/unidades-medicas/centros-de-salud>

Finalmente, la SEDESA refrenda su compromiso con garantizar una ciudad saludable para todas las mujeres.

—o0o—