

Terapia de estrógeno vaginal



Una disminución de los niveles de estrógeno después de la menopausia puede producir cambios en la piel de la vagina, la uretra y la vulva. Estos cambios se denominan “síndrome genitourinario de la menopausia”.

Acerca de los cambios en la piel urogenital

El estrógeno desempeña un papel importante a la hora de mantener la piel y los tejidos de la vagina y la vulva húmedos y saludables. Con la disminución normal del estrógeno después de la menopausia, los tejidos y la piel de la zona vaginal pueden debilitarse y secarse. Las mujeres más jóvenes pueden tener problemas de salud que resultan en niveles bajos de estrógeno en su organismo, lo que puede causar los mismos problemas. Por ejemplo, los tratamientos para el cáncer de mama (seno) pueden reducir los niveles de estrógeno. Las mujeres que amamantan o que fuman también corren un mayor riesgo de padecer esta afección.

Cuando el organismo deja de producir o produce menos estrógeno, las glándulas de la vagina producen menos mucosidad. La atrofia vaginal, el adelgazamiento, la sequedad y la inflamación de las paredes vaginales son frecuentes. Hasta el 50 por ciento de las mujeres experimentan esta sequedad en un plazo de tres años después de su último período menstrual. Además, la piel y los tejidos de la vulva se vuelven más delgados y menos elásticos. Debido a estos cambios, la vagina y la vulva pueden dañarse fácilmente con la fricción. Por ejemplo, esto puede

suceder con el roce debido al uso de ropa ajustada o a causa de la actividad sexual.

Síntomas

Muchas mujeres primero notan molestias, ardor o sangrado con la actividad sexual. Además, la vagina puede sentirse seca e irritada. Usted puede tener una sensación de ardor al orinar. A veces, la sequedad vaginal se asocia con comezón o una secreción fina de color amarillento. Los cambios en el pH de la vagina pueden aumentar el riesgo de infecciones de las vías urinarias (UTI, por sus siglas en inglés). También pueden producirse cambios en la piel de la vulva y la base de la vejiga, por lo que la zona externa de la abertura vaginal podría tener un aspecto diferente.

Diagnóstico

Asegúrese de hablar con su proveedor médico sobre todos los síntomas de irritación vaginal que tenga. Esto ayudará al proveedor a establecer un diagnóstico preciso. Dígame si utiliza polvos de talco o jabones perfumados. Además, hable sobre si utiliza protectores íntimos, espermicidas o cualquier lubricante que pudiera contribuir a la irritación vaginal.

El proveedor médico le examinará la zona genital. Los signos de los cambios atróficos en la piel urogenital incluyen piel pálida, lisa y brillante en la vagina y

Terapia de estrógeno vaginal

la vulva. Esta puede irritarse fácilmente y causar sangrado. También puede haber zonas irregulares de piel seca, vello púbico disperso y una disminución en la longitud de la vagina.

Con frecuencia, un examen físico es lo único que se necesita para establecer un diagnóstico. Su proveedor puede considerar otras pruebas si es necesario.

Tratamientos

Algunos cambios sencillos pueden ayudar a reducir la irritación de la vagina y la vulva. Utilice detergentes que no contengan sustancias químicas. Use ropa interior de algodón blanco y mantenga esa zona seca. Si usa toallas higiénicas debido a la pérdida de orina, evite las toallas menstruales; en su lugar, utilice toallas sanitarias diseñadas para retener la orina o piense en probar toallas sanitarias de 100% algodón. Algunas mujeres encuentran útil el uso de un humectante o lubricante vaginal. Los lubricantes a base de agua o silicona son los mejores. Algunas afecciones inflamatorias de la piel pueden requerir tratamiento con una crema esteroidea.

Si la irritación o la sequedad vaginal sigue siendo un problema, la terapia de estrógeno vaginal es el tratamiento más eficaz. Mejora la calidad de la piel y los tejidos del interior y la zona circundante de la vagina. El estrógeno espesa la piel que recubre la cavidad vaginal y aumenta la lubricación natural. También restaura el pH normal de la vagina. Se ha demostrado que reduce el riesgo de infecciones urinarias.

Una cantidad muy pequeña de estrógeno se absorbe en el torrente sanguíneo, y es seguro para la mayoría de las mujeres. El estrógeno

APRENDA LOS TÉRMINOS

Estrógeno: un grupo de hormonas que fomentan y mantienen las características femeninas del cuerpo, también denominadas hormonas sexuales femeninas.

Vagina: conducto que conecta el útero (matriz) con la vulva.

Uretra: conducto que va desde la vejiga hasta el exterior del cuerpo por el que pasa la orina durante la micción (acción de orinar).

Vulva: los genitales externos de una mujer.

Menopausia: el tiempo después de que una mujer haya dejado de tener períodos menstruales. La menopausia comienza cuando han transcurrido 12 meses desde el último período.

Síndrome genitourinario de la menopausia: grupo de síntomas resultantes de una disminución en el estrógeno y otras hormonas que implican cambios en los labios genitales, la vulva, el clítoris, la vagina, la uretra y la vejiga.

Atrofia vaginal: adelgazamiento, sequedad e irritación del revestimiento de la vagina causados por bajos niveles de estrógeno.

Infección de las vías urinarias: el crecimiento anormal de bacterias en las vías urinarias combinado con síntomas como la necesidad imperiosa y frecuente de orinar. La orina también puede estar turbia, sanguinolenta (con sangre) o tener mal olor. Muchas mujeres experimentan dolor al orinar.

Estrógeno vaginal: estrógeno que se utiliza en la vagina a una dosis muy baja para tratar los problemas de la vagina, la vulva y el aparato urinario. Esto puede ser en forma de crema, píldora, supositorio o anillo.

Terapia de estrógeno vaginal

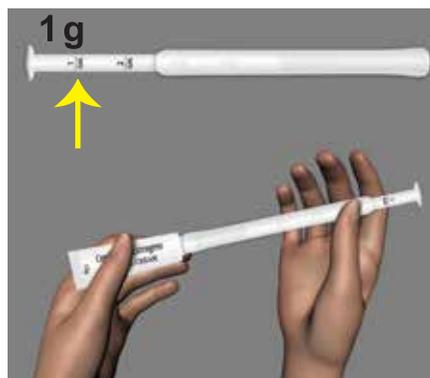
puede funcionar bien para los síntomas en la zona vaginal sin los riesgos asociados con el uso de estrógeno por vía oral o mediante un parche.

Se aconseja esperar al menos 12 horas después de insertar la crema de estrógeno para tener relaciones sexuales, aunque no se cree que el riesgo para la pareja sea motivo de preocupación.

El estrógeno vaginal está disponible en diferentes formas:

- La **CREMA DE ESTRÓGENO** viene en un tubo, similar a la pasta de dientes. A menudo, se extrae la dosis en un aplicador y luego se introduce el aplicador a la mayor profundidad posible dentro de la vagina. Al empujar el émbolo, la crema ingresa a la vagina. También se le puede indicar que exprima una pequeña cantidad de medicamento del tamaño de una arveja (chícharo) en un dedo y que lo frote suavemente en la vulva y el interior de la vagina. Es probable que comience a usar la crema por la noche durante unas semanas y que luego reduzca su uso a dos veces por semana. Pídale más detalles a su proveedor.
- Los **COMPRIMIDOS DE ESTRÓGENO** son pastillas que vienen en un aplicador precargado. El aplicador es similar a un tampón de plástico y está diseñado para un solo uso. Se introduce en la vagina y se empuja el émbolo para expulsar el comprimido en la vagina tan arriba como sea posible. Las mujeres comienzan con una dosis diaria, pero gradualmente la reducen a dos veces por semana.

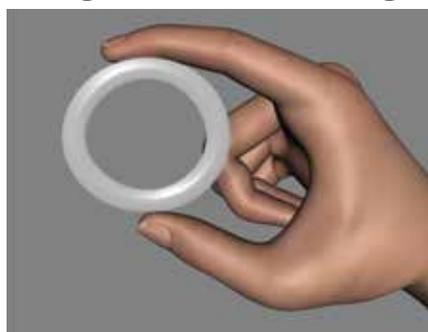
Terapia vaginal con estrógeno en crema



Terapia vaginal con estrógeno: pastilla con aplicador



Estrógeno: anillo vaginal



Terapia de estrógeno vaginal

- Un ANILLO VAGINAL DE ESTRÓGENO tiene un aspecto similar a un diafragma anticonceptivo. Se inserta en la vagina a través de la vulva. Contiene una dosis baja de estrógeno que se libera lentamente y dura tres meses. En ese momento, es necesario retirar el anillo de la vagina y colocar uno nuevo. La mayoría de las mujeres pueden hacer esto por su cuenta.

Al comenzar a utilizar la terapia vaginal con estrógeno, es común recibir instrucciones de usarla con una mayor frecuencia. Una vez que los síntomas como la sequedad, el agrietamiento y el ardor mejoren, se puede aplicar o insertar la crema con menos frecuencia. Consulte a su proveedor para obtener instrucciones de uso específicas.

Las investigaciones han encontrado que todas estas opciones funcionan igual de bien. Para las mujeres que tienen dolor durante las relaciones sexuales y no pueden o no quieren usar estrógeno, se ha aprobado el medicamento oral ospemifeno para reducir este síntoma.

Tres lecciones

1. Una disminución en los niveles de estrógeno puede conducir a atrofia urogenital, o cambios en la piel de la vagina, la uretra y la vulva. Los síntomas incluyen piel pálida, lisa y brillante en la vagina y la vulva.
2. Cambiar la manera en que se cuida la vulva puede ayudarle a mejorar los síntomas, especialmente si el problema principal es la sequedad durante la actividad sexual.
3. Si los síntomas son frecuentes, a menudo se receta estrógeno vaginal. Los síntomas incluyen sequedad vaginal, molestias y, posiblemente, una secreción amarillenta.