



# Las hormonas bioidénticas y la menopausia

## ¿QUÉ ES LA MENOPAUSIA?

La menopausia es el periodo de la vida de la mujer en que cesa la menstruación y disminuye la producción de las hormonas femeninas estrógeno y progesterona.

Los síntomas de la menopausia pueden variar, de leves a severos. Los síntomas incluyen sofocos, sudores nocturnos y resequedad vaginal. La manera más común y eficaz de tratar los síntomas consiste en reemplazar el estrógeno que el cuerpo ha dejado de producir con una terapia hormonal. La terapia hormonal puede consistir solamente en estrógeno (en el caso de mujeres que han tenido una histerectomía) o una combinación de estrógeno y progesterona (para las mujeres con útero). La progesterona protege del cáncer cervical o uterino.

Un extenso estudio de mujeres de 50 a 79 años, denominado el Programa para la Salud Femenina (*Women's Health Initiative* o *WHI*) examinó el efecto de tomar hormonas en diversos aspectos de la salud. En el 2002, el estudio descubrió que el riesgo de cáncer mamario, enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y coágulos de sangre aumentaba ligeramente en mujeres posmenopáusicas que recibían una terapia de estrógeno y progesterona.

Como resultado, muchas mujeres dejaron de tomar estas hormonas y comenzaron a buscar otros tratamientos, como la terapia de hormonas bioidénticas. (En un análisis posterior del WHI, como también varios otros estudios, se descubrió que la mayoría de las mujeres menores de 60 años y dentro de los primeros 10 años de la menopausia pueden tomar hormonas sin peligro para aliviar sus síntomas.)

## ¿SABÍA USTED?

La menopausia es una etapa natural en la vida de la mujer. Algunos síntomas como sofocos desaparecen en unos cuantos años. Otros, como resequedad vaginal, a menudo no desaparecen. Existen muchas opciones de tratamiento para los problemas derivados de la menopausia.

## ¿QUÉ SON HORMONAS BIOIDÉNTICAS?

Las hormonas bioidénticas son exactamente iguales a las hormonas que produce el cuerpo de la mujer. (Otros tipos de terapia hormonal, como las utilizadas en el estudio WHI, son ligeramente diferentes a las hormonas producidas por el cuerpo). Las hormonas bioidénticas a veces son denominadas hormonas "naturales," a pesar de ser sintetizadas en el laboratorio, porque provienen de fuentes vegetales antes de ser modificadas para que se parezcan a las hormonas humanas. No todas las hormonas producidas por fuentes naturales son bioidénticas.

Hay dos tipos de productos con hormonas bioidénticas:

- **Productos farmacéuticos.** Estos productos han recibido aprobación de la Dirección de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (U.S. Food and Drug Administration o FDA). Se controla su calidad y seguridad para garantizar que el producto sea siempre de alta calidad.

- **Productos hechos a especificación.** A menudo, cuando las personas piensan en hormonas bioidénticas, les vienen a la mente productos producidos especialmente para cada persona. Estos son hechos en una farmacia de compuestos (donde se mezclan los medicamentos de acuerdo a las instrucciones del médico). Estos productos pueden contener diversas cantidades de dos o tres tipos de estrógeno, a menudo mezclado con otras hormonas. Aunque los ingredientes individuales (excepto el estriol) cuentan con la aprobación de la FDA, los compuestos (los productos finales creados después de haber combinado todos los ingredientes) no lo son. Ya que la FDA no los controla, pueden ser de baja calidad. La cantidad de la hormona puede cambiar con cada lote.

La mayoría de los especialistas en la menopausia comienzan el tratamiento con productos con aprobación de la FDA porque se ha comprobado su seguridad y eficacia. En el caso de las mujeres que no pueden tomar estos productos debido a alergias o que necesitan una receta especial, los productos hechos a especificación son una opción. Sin embargo, dado que la calidad de los productos hechos a especificación puede variar, es más seguro utilizar productos farmacéuticos. Así podrá saber exactamente qué está tomando y en qué cantidad.

## ¿CÓMO SABER CUÁL ES EL MEJOR TRATAMIENTO PARA USTED?

Su médico puede ayudarla a escoger el mejor tratamiento para usted. El tratamiento se basará en su historia médica y su riesgo de tener problemas de salud como cáncer mamario, derrame cerebral, enfermedad cardíaca y coágulos de sangre. También dependerá de los síntomas que desea tratar, como resequeidad vaginal solamente, o síntomas con efecto en todo el cuerpo.

Si su médico le receta una terapia hormonal, la FDA recomienda usar la dosis más baja posible por el mínimo tiempo necesario para aliviar sus síntomas. La idea es evitar tomar el medicamento por periodos y cantidades excesivos para reducir los riesgos potenciales de la terapia hormonal. Quizá también quiera considerar la gran variedad de opciones no hormonales disponibles para el tratamiento de los síntomas de la menopausia.

Encontrar el tipo de tratamiento que es mejor para usted puede tomar tiempo. Independientemente de lo que escoja, su médico controlará su tratamiento con frecuencia.

## ¿EL USO DE HORMONAS BIOIDÉNTICAS CONLLEVA MENOS RIESGO QUE OTRAS FORMAS DE TERAPIA HORMONAL?

Hasta ahora no existen pruebas científicas de que las hormonas bioidénticas sean más seguras que otros tipos de reemplazo hormonal. Todos los tipos de terapia hormonal acarrearán riesgos potenciales, independientemente de si son hormonas sintéticas o bioidénticas.

## Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Necesito terapia hormonal?
- ¿Qué opciones de tratamiento tengo?
- ¿Cuáles son los riesgos y beneficios de cada opción?
- ¿Durante cuánto tiempo necesitaré terapia?
- ¿Debo considerar un tratamiento no hormonal?
- ¿Debo consultar con un endocrinólogo?

## RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: [www.hormone.org](http://www.hormone.org) o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- Información sobre la menopausia de la Red de Salud Hormonal (Hormone Health Network):  
— [www.hormone.org/Menopause](http://www.hormone.org/Menopause)  
— [www.hormone.org/MenopauseMap](http://www.hormone.org/MenopauseMap)
- MedlinePlus (Instituto Nacional de Salud): [www.nlm.nih.gov/medlineplus/hormonereplacementtherapy.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/hormonereplacementtherapy.html)
- Mayo Clinic:  
— [www.mayoclinic.com/health/hormone-therapy/WO00046](http://www.mayoclinic.com/health/hormone-therapy/WO00046)  
— [www.mayoclinic.com/health/bioidentical-hormones/AN01133](http://www.mayoclinic.com/health/bioidentical-hormones/AN01133)
- Información sobre hormonas bioidénticas de la Dirección de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos: [www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm049311.htm](http://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm049311.htm)
- Centro Nacional de Recursos para la Salud Femenina: [www.healthywomen.org](http://www.healthywomen.org)
- Programa para la Salud Femenina (Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos): [www.nhlbi.nih.gov/whi](http://www.nhlbi.nih.gov/whi)

## EDITORES

Howard Baum, MD  
Robert Jaffe, MD  
Richard Santen, MD

Mayo del 2012, 4ta edición

La Red de Salud Hormonal (*Hormone Health Network*) ofrece recursos gratuitos por Internet que se basan en los más avanzados conocimientos científicos y clínicos de la Sociedad de Endocrinología (*The Endocrine Society* en [www.endo-society.org](http://www.endo-society.org)). El objetivo de la Red es que los pacientes no solo tengan información, sino que sean activos participantes en la atención de salud que reciben.

Las hormonas bioidénticas y la menopausia hoja informativa



[www.hormone.org](http://www.hormone.org)