



Atrofia vaginal

¿QUÉ ES LA ATROFIA VAGINAL?

La atrofia vaginal es un trastorno en que las paredes vaginales se vuelven más delgadas y reseca. Este trastorno puede producir problemas de la vagina y el tracto urinario.

¿SABÍA USTED?

Muchas mujeres no saben que pueden recibir tratamiento para estos problemas. El tratamiento oportuno puede evitar que estos problemas empeoren.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA ATROFIA VAGINAL?

Es posible que no se presente ningún síntoma. También puede tener

- Menor lubricación vaginal
- Ardor en la vagina
- Malestar o dolor durante el coito
- Sangrado ligero durante el coito
- Ardor al orinar
- Frecuente sensación de urgencia de orinar
- Incontinencia urinaria (liberación no intencional de orina)

La atrofia vaginal también puede aumentar el riesgo de infecciones vaginales y el tracto urinario.

¿QUÉ CAUSA LA ATROFIA VAGINAL?

La atrofia vaginal se presenta cuando el cuerpo no tiene suficiente estrógeno. El estrógeno es una hormona sexual femenina que influye en las características sexuales, crecimiento y reproducción. El nivel de estrógeno puede disminuir

- Antes y durante la menopausia
- Durante la lactancia
- Cuando toma medicamentos que reducen su nivel de estrógeno (como medicamentos para el cáncer del seno, endometriosis o fibromas)
- Después de tratamientos para el cáncer (radiación a la región pélvica o quimioterapia)
- Tras la extirpación de los ovarios

El riesgo de atrofia vaginal también aumenta si fuma o si nunca ha tenido un parto vaginal.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA ATROFIA VAGINAL?

Su médico le preguntará sobre sus síntomas y le hará un examen pélvico para ver la apariencia de la vagina. Es posible que su médico también analice una muestra de orina, realice una prueba de Papanicolaou o ambos.

¿CUÁLES SON LAS OPCIONES DE TRATAMIENTO PARA LA ATROFIA VAGINAL?

Las opciones incluyen medicamentos que son de venta libre o requieren receta. Usted y su médico hablarán sobre la mejor opción en su caso.

Tratamientos de venta libre

Algunas mujeres notan que los tratamientos de venta libre son eficaces, especialmente para síntomas leves. Los tratamientos de venta libre carecen de hormonas y tienen pocos efectos secundarios.

Las mujeres que sienten dolor durante el coito debido a músculos pélvicos hiperactivos pueden aprender a relajar esos músculos con fisioterapia o usando un dispositivo llamado dilatador vaginal. Tener relaciones sexuales frecuentes, con o sin coito, también puede ayudar a aliviar los síntomas, como también dar suficiente tiempo para la estimulación sexual.

Medicamentos de venta con receta

Si está teniendo síntomas moderados o severos, es posible que necesite estrógeno de venta con receta. Hay dos tipos de estrógeno disponible: tópico y sistémico.

- **El estrógeno tópico** (vaginal) se aplica en la superficie de la vagina. Los estudios han demostrado que el estrógeno tópico es el tratamiento más efectivo. A diferencia de los

tratamientos de venta libre, el estrógeno vaginal también ayuda a reducir las infecciones del tracto urinario y la vejiga hiperactiva. El tratamiento tópico no conlleva los riesgos de salud del estrógeno sistémico, porque solo una pequeña cantidad de estrógeno entra a la corriente sanguínea.

- **El estrógeno sistémico**, también llamado terapia hormonal, se toma a manera de pastilla, parche, gel o aerosol. El estrógeno sistémico tiene efectos en todo el cuerpo y conlleva ciertos riesgos de salud, como infarto o coágulos de sangre.

Si ha tenido cáncer del seno, hable con su médico sobre el mejor tratamiento para usted. Limitar o evitar el estrógeno puede ayudar a evitar la reincidencia del cáncer del seno.

¿QUÉ DEBO HACER SI TENGO SÍNTOMAS DE ATROFIA VAGINAL?

Vaya al médico. Su médico puede encontrar la causa de sus síntomas y sugerir opciones para ayudarla a sentirse mejor.

TRATAMIENTOS DE VENTA LIBRE	
Tipos de tratamientos vaginales de venta libre	Cómo usarlos
Crema hidratante	Aplicarlas a la vagina dos o tres veces por semana.
Lubricantes (a base de agua o silicona)	Aplicarlos a la vagina antes del coito.
Lubricantes (a base de aceite), como el aceite de oliva, aceite vegetal u otros productos	Usarlos en la apertura pero no dentro de la vagina; no usarlos con preservativos ni diafragmas.
MEDICAMENTOS DE VENTA CON RECETA	
Tipos de tratamiento con estrógeno tópico	Cómo usarlos
Crema	Insertar un aplicador lleno de crema en la vagina a la hora de acostarse. O usando la yema del dedo, aplicar una pequeña cantidad de crema en la apertura de la vagina. Pregúntele a su médico con qué frecuencia usarla.
Tabletas	Use un aplicador descartable para insertar una tableta de estrógeno en la vagina.
Anillos	Insertar un aro flexible de liberación de estrógeno en la vagina cada 3 meses. Su médico también puede insertarlo.

Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Tengo atrofia vaginal?
- ¿El tratamiento va a aliviar mis síntomas?
- ¿Cuáles son las opciones de tratamiento?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada tipo de tratamiento?
- ¿Cuánto tiempo tengo que seguir el tratamiento?
- ¿Debo consultar con un endocrinólogo?

RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- Información sobre la menopausia y la salud de la mujer de la Red de Salud Hormonal (Hormone Health Network): www.hormone.org/Resources/menopause-and-womens-health.cfm
- Mayo Clinic: www.mayoclinic.com/health/vaginal-atrophy/DS00770
- MedlinePlus (Instituto Nacional de Salud):
— www.nlm.nih.gov/medlineplus/druginfo/meds/a606005.html
— www.nlm.nih.gov/medlineplus/druginfo/meds/a682922.html
- UpToDate.com: www.uptodate.com/patients/index.html (busque vaginal dryness)

EDITORES

JoAnn V. Pinkerton, MD
Richard J. Santen, MD

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). 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. La creación de esta hoja informativa fue posible en parte gracias al apoyo de una subvención educativa de Novo Nordisk Inc.

Atrofia vaginal hoja informativa

