

P
Par Impar

El manejo individual logrará un envejecimiento femenino sano

La mayoría de las personas que viven más de los 80 años en España son mujeres. Lograr que tengan una buena calidad de vida es uno de los retos que persigue la Sección para el Estudio del Envejecimiento Femenino, que se presentó ayer en Madrid.

Cerca de 7,5 millones de mujeres en España tienen 50 años o más, edad media de la llegada de la menopausia. De éstas, se estima que más del 50 por ciento sufren un deterioro en su calidad de vida debido a los cambios que se producen en esta etapa. "Durante la perimenopausia, periodo inmediatamente anterior a la menopausia y que suele durar alrededor de un año, es cuando se inician los hechos biológicos, endocrinos y clínicos de transición a la menopausia. Aparecen alteraciones menstruales y se manifiestan de forma más evidente los síntomas característicos del síndrome climatérico: alteraciones neurovegetativas con síntomas vasomotores de sofocos, cambios de humor, sudoración, insomnio y parestesias", ha explicado Santiago Palacios, presidente de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM).

Manejar correctamente todos estos parámetros, es decir, obtener un envejecimiento femenino saludable es el objetivo principal de la Sección para el Estudio del Envejecimiento Femenino, que se presentó ayer en el curso Envejecimiento Femenino Saludable, organizado con motivo del XX Aniversario de la Unidad de Menopausia de la Fundación Jiménez Díaz (FJD), de Madrid. "Sabemos que las causas de mortalidad de las mujer son distintas a las del varón", reconoció Palacios.

Definir objetivos

Los objetivos de este nuevo grupo de trabajo persiguen establecer una evaluación comprensible de las patologías prevalentes en la mujer; actualmente son la osteoporosis, el cáncer de mama y pulmón, el riesgo cardiovascular y de enfermedades del sistema nervioso central, la incontinencia urinaria y el deterioro en la sexualidad. "También pretendemos aplicar una intervención médica preventiva y reducir la invalidez".

Para cumplir estos objetivos se plantea, según explicaron Santiago Palacios y Eduardo Fernández-Villoria, jefe de la Unidad de Menopausia de la FJD, el establecimiento de una buena relación entre el médico y el paciente: "Abogamos por los diez minutos", a fin de realizar un cribado activo de las patologías citadas, instaurar estrategias de prevención, evaluar del riesgo de cada paciente individualmente, y analizar una posible intervención farmacológica.

Población general

Cuentan también con un folleto divulgativo, Envejecimiento femenino saludable. Un reto para el siglo XXI, en el que se subraya que la menopausia es una etapa natural de la vida de la mujer que supone un factor de riesgo para el envejecimiento femenino, y donde se explican las alternativas terapéuticas existentes.



Santiago Palacios y Enrique Fernández-Villoria, coordinadores de la jornada.
FOTO: Luis Camacho