

## III Gineforo de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia

Analizar las medidas de prevención ante las enfermedades cardiovasculares y la osteoporosis, así como las actitudes de los ginecólogos españoles en estos casos, fueron los objetivos fundamentales del III Gineforo organizado por la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM), celebrado a principios del mes de marzo en Palma de Mallorca. El encuentro, que llevaba por título *Prevención de la postmenopausia: del riesgo cardiovascular a la osteoporosis*, reunió alrededor de 250 ginecólogos de todo el territorio español.

El presidente de la AEEM, el doctor Santiago Palacios, asegura que "este encuentro persigue el objetivo de nuestra Asociación de fomentar, desarrollar y promover el estudio del climaterio, formando a los especialistas implicados en el tratamiento de los posibles trastornos que pueden presentarse en la mujer menopáusica. Así, éste es el tercer año consecutivo que la AEEM celebra el Gineforo". En este sentido, durante el III Gineforo se ha puesto de manifiesto que los ginecólogos en España diagnostican y tratan un tercio de los casos de osteoporosis, por encima de otros países, lo que, en palabras del doctor Rafael Sánchez-Borrego, miembro de la Junta Directiva de la AEEM, "es muy positivo en cuanto que, en nuestro país, los ginecólogos estamos tomando, cada vez más, conciencia del papel que tenemos en el cuidado de la mujer".

Alrededor de 7,5 millones de mujeres en España tienen 50 años o más, edad en la que aparece normalmente la menopausia. De ellas, se estima que más del 50% sufre deterioro en su calidad de vida debido a los cambios que se producen en esta etapa de la vida. "Durante la perimenopausia, que es el periodo inmediatamente anterior a la menopausia y dura hasta el año siguiente a la menopausia, es cuando se inician los hechos biológicos, endocrinos y clínicos de transición a la menopausia. Aparecen las alteraciones menstruales y se manifiestan de forma más evidente los síntomas característicos del síndrome

climaterio: alteraciones neurovegetativas con síntomas vasomotores de sofocos, cambios de humor, sudación e insomnio", explica el doctor Sánchez-Borrego.

"Además", añade el doctor Palacios, "pueden presentarse síntomas a nivel genito-urinario, como atrofia y sequedad vaginal, cambios en su sexualidad, así como aparecer algunas patologías que se deben prevenir, siendo las más frecuentes la osteoporosis y la enfermedad cardiovascular, primera causa de muerte femenina en España".

Para luchar contra el aumento del riesgo de que aparezcan patologías como la osteoporosis y la enfermedad cardiovascular, los expertos apuestan por los hábitos de vida saludable: "Cuando una mujer comienza a tener desarreglos menstruales debe continuar con las medidas dietético-higiénicas recomendables para cualquier otra persona o adoptarlos si no los tenía anteriormente, puesto que es lo que mayor evidencia de prevención ha demostrado", afirma el doctor Sánchez Borrego. "Así, debe realizar ejercicio físico aeróbico de forma continua, no fumar, evitar el consumo excesivo de bebidas alcohólicas y café, tener una alimentación equilibrada y rica en alimentos con calcio, etc".

### Médico de cabecera de la mujer

El aumento de la esperanza de vida de la mujer y el hecho de que la mujer en España tome cada vez más partido en las decisiones médicas relacionadas con la menopausia, hace, en palabras del presidente de la AEEM, que el ginecólogo sea, cada vez más, el médico de cabecera de la mujer. "Una vez analizados los factores de riesgo, el ginecólogo debe elaborar un programa individual de revisiones, posibles tratamientos y hábitos de vida saludable para cada mujer y en colaboración con ella, siempre teniendo

en cuenta su calidad de vida como concepto global y no cada patología por sí misma”, explica el doctor Sánchez Borrego.

Además, durante el III Gineforo se ha revisado el papel del diagnóstico radiológico para el reconocimiento de fracturas vertebrales, muy frecuentes en las mujeres con osteoporosis. Según el doctor Palacios, “las fracturas vertebrales pasan con frecuencia inadvertidas, aunque pueden producir dolor manteni-

do en la zona dorsal y encurvamiento de la columna, que a menudo repercute y reduce la capacidad ventilatoria de los pulmones”.

“Para su reconocimiento”, añade el doctor Sánchez Borrego, “es muy importante la realización de placas radiológicas o el estudio de las que la mujer se haya realizado de forma anterior por otros motivos, algo que, hasta ahora, el ginecólogo no estaba realizando”.