

# TRATAMIENTO DE LOS SÍNTOMAS DE LA MENOPAUSIA

en mujeres que han tenido cáncer de mama



La menopausia es una parte natural de la vida que afecta a todas las mujeres a medida que envejecen. Suele comenzar a finales de los 40 años de edad o a principios de los 50. Una mujer se considera en menopausia 12 meses después de su último periodo. En mujeres con antecedentes de cáncer de mama, algunos tratamientos, como la terapia hormonal y la quimioterapia, pueden provocar una menopausia temprana. A menudo, los síntomas son repentinos y pueden ser peores que en las mujeres que pasan por la menopausia naturalmente.

## ¿Cómo afecta el tratamiento del cáncer de mama a las mujeres premenopáusicas?

Para las mujeres que han sido tratadas por cáncer de mama y todavía no han pasado por la menopausia natural, algunas terapias pueden causar periodos irregulares o detener la menstruación por completo. Otras terapias pueden dañar los ovarios. Por lo general, el riesgo de menopausia permanente aumenta con la edad. Debido a estas preocupaciones, es posible que las mujeres premenopáusicas quieran consultar a un especialista en fertilidad antes de iniciar el tratamiento del cáncer de mama si desean tener hijos.

## ¿Cuáles son los síntomas más comunes de la menopausia en las mujeres que han tenido cáncer de mama?

Los síntomas más comunes de la menopausia son los sofocos (incluidos los sudores nocturnos) y la sequedad vaginal. Otros síntomas incluyen dolor articular y muscular, adelgazamiento del cabello, cambios de humor y depresión. La gravedad y la duración de los síntomas varían de una mujer a otra.

## ¿Existe alguna preocupación sobre el uso de la terapia hormonal para la menopausia?

Existen muchos tipos de terapias hormonales menopáusicas (MHT, por sus siglas en inglés) disponibles para las mujeres que alivien los síntomas menopáusicos. La MHT también se puede llamar terapia de reemplazo hormonal (HRT, por sus siglas en inglés). Algunas son pastillas, otras se usan por vía vaginal y otras son parches. También difieren en si contienen estrógeno y progesterona, o solo estrógeno. Algunas MHT no se recomiendan para mujeres con antecedentes de cáncer de mama debido al riesgo de:

- Recurrencia (cáncer que regresa).
- Metástasis (diseminación o recurrencia a distancia).
- Cáncer en la mama opuesta.

Debido a los riesgos mencionados anteriormente, actualmente, la mejor opción para la mayoría de las sobrevivientes de cáncer de mama es evitar el uso de la MHT. Sin embargo, existen opciones para tratar o aliviar los síntomas menopáusicos más comunes. Algunas opciones incluyen tomar medicamentos no hormonales o usar lubricantes, terapias complementarias e integrativas, o hacer algunos cambios en el estilo de vida.

## ¿Cuáles son las opciones seguras para tratar algunos síntomas menopáusicos en mujeres con antecedentes de cáncer de mama?

### Terapias vaginales

Los hidratantes y lubricantes vaginales no contienen estrógeno, por lo que son seguros para mujeres que han tenido cáncer de mama. Otras terapias para los síntomas vaginales, como supositorios, anillos o cremas vaginales de estrógeno, sí contienen estrógeno. Por lo tanto, es mejor hablar con su doctor sobre sus opciones, porque hay algunas dudas sobre el uso de terapias vaginales con estrógeno, especialmente para quienes toman un inhibidor de la aromatasa. Es preferible usar supositorios vaginales de estrógeno o un anillo vaginal de estrógeno en lugar de una crema vaginal de estrógeno, especialmente si su cáncer de mama era positivo para receptores de estrógeno.

### Terapias complementarias e integrativas

Aunque los estudios son variados, algunas personas pueden aliviar los sofocos y otros síntomas de la menopausia mediante terapias complementarias e integrativas, como la acupuntura, la soja o la terapia cognitivo-conductual. Sin embargo, algunas terapias complementarias pueden interferir con los tratamientos del cáncer de mama, así que hable con su doctor antes de usar cualquier terapia complementaria para ayudar a evitar problemas. Pueden ayudarle a comprender los riesgos y beneficios de la terapia que está pensando en usar.

# TRATAMIENTO DE LOS SÍNTOMAS DE LA MENOPAUSIA

en mujeres que han tenido cáncer de mama

## Recursos

### Susan G. Komen®

1-877 GO KOMEN  
(1-877-465-6636)  
[komen.org/espanol/](http://komen.org/espanol/)

## Recursos relacionados en línea:

- Terapia hormonal para el cáncer de mama temprano
- Preguntas sobre la terapia hormonal y efectos secundarios
- Terapias complementarias e integrativas
- Efectos secundarios después del terminar el tratamiento de cáncer de mama

Hay recursos disponibles en español.

## Medicamento no hormonal

Medicamento no hormonal	Resumen de la evidencia de ensayos controlados aleatorizados	Riesgos para la salud a corto plazo
Clonidina (Catapres, Kapvay y otros)	Reducción de la frecuencia de los sofocos en mujeres que han tenido cáncer de mama	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estreñimiento</li> <li>• Sequedad de boca</li> <li>• Presión arterial baja</li> <li>• Problemas para dormir</li> </ul>
Elinzanetant (Lynkuet)	Reducción de la intensidad y frecuencia de los sofocos en mujeres que toman tamoxifeno o un inhibidor de la aromatasa para el tratamiento o reducción del riesgo de cáncer de mama	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Somnolencia o fatiga</li> <li>• Problemas del hígado</li> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Dolor de estómago</li> </ul> <p>Se debe evitar el consumo de toronja y jugo de toronja mientras se toma elinzanetant, ya que pueden aumentar los niveles de este medicamento en la sangre.</p>
Gabapentin (Neurontin) and pregabalin (Lyrica)	Reducción de la intensidad y frecuencia de los sofocos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mareos</li> <li>• Somnolencia</li> <li>• Hinchazón en los brazos y las piernas</li> </ul>
Oxybutynin (Ditropan)	Reducción de la intensidad y frecuencia de los sofocos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor abdominal</li> <li>• Dificultad para orinar</li> <li>• Sequedad de boca</li> </ul>
Antidepresivos ISRS	Reducción de la intensidad y frecuencia de los sofocos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estreñimiento</li> <li>• Sequedad de boca</li> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Náuseas</li> <li>• Disminución del deseo sexual</li> <li>• Problemas para dormir</li> </ul> <p>Pueden interactuar con el tamoxifeno</p>
Antidepresivos IRSN	Reducción de la intensidad y frecuencia de los sofocos; Aumento del deseo sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estreñimiento</li> <li>• Sequedad de boca</li> <li>• Náuseas</li> </ul>

Hable con su doctor para saber si alguna de estas opciones funcionará para usted.

## Cambios en el estilo de vida

Aunque los estudios son limitados por el momento, los siguientes consejos pueden ayudar a aliviar los sofocos.

- Dejar de fumar (si fuma)
- Evitar la cafeína
- Evitar las comidas picantes
- Tomar una ducha fría antes de acostarse
- Guardar una compresa de hielo debajo de la almohada para refrescarse si se despierta con sudores nocturnos

Si experimenta algún síntoma o tiene inquietud por cualquier problema menopáusico, como dolor articular y muscular, adelgazamiento del cabello, cambios de humor y depresión, hable con su doctor.

Este contenido provisto por Susan G. Komen® está diseñado solamente con fines educativos y no es exhaustivo. Por favor consulte a su médico personal.