Síndrome genitourinario de la menopausia: diagnóstico y tratamiento a tiempo

El síndrome genitourinario de la menopausia es un padecimiento altamente prevalente y con frecuencia subdiagnosticado y con importantes repercusiones en la calidad de vida de las mujeres antes, durante y después de la menopausia. Se estima que entre el 50 y 80% de las mujeres posmenopáusicas experimentan síntomas relacionados con esta afección, y muy pocas reciben tratamiento adecuado. Esta situación se debe, sobre todo, a que la mayoría de las pacientes perciben estos síntomas como una consecuencia inevitable del envejecimiento; muchas esperan que el médico sea quien pregunte acerca de sus molestias, aunque la mayoría carece de capacitación para diagnosticar y tratar el síndrome genitourinario de la menopausia; por ello solo del 7 al 10.3% lo asumen como una necesidad de indagarlo.

El síndrome genitourinario de la menopausia incluye diferentes síntomas relacionados con la disminución de estrógenos que afecta la vulva, la vagina, la uretra y la vejiga. En el entorno vulvovaginal suele haber ardor, dispareunia, irritación y sangrado poscoito. En el aparato urinario: disuria, infección de vías urinarias recurrente, vejiga hiperactiva. Y en el ámbito sexual: dispareunia. El diagnóstico del síndrome genitourinario de la menopausia se basa, principalmente, en una historia clínica detallada y examen físico que incluye la evaluación del índice de salud vaginal, índice de salud vulvar y el índice de maduración vaginal. No olvidar que la gravedad de los síntomas no siempre se correlaciona con los hallazgos físicos. Es importante descartar o identificar procesos infecciosos o dermatológicos.

En relación con el tratamiento, se dispone de opciones no hormonales y hormonales. Los estrógenos vaginales, en dosis bajas, son el patrón de referencia para alivio de los síntomas moderados a agudos; son seguros, incluso utilizados a largo plazo, aun en pacientes con antecedente de cáncer de mama, siempre y cuando el médico oncólogo autorice su uso. También se dispone de terapias basadas en energía, como el láser vaginal o la radiofrecuencia, cuya evidencia actual no es suficiente, aunque podría considerarse una alternativa para pacientes que no pueden recibir estrógenos vaginales, siempre y cuando se lleve a cabo una adecuada información a la paciente acerca de sus beneficios y limitaciones.

Es importante hacer conciencia de que el síndrome genitourinario de la menopausia es un

padecimiento común y progresivo que afecta de manera muy significativa la calidad de vida, que es infradiagnosticado y que no siempre se indica tratamiento. Por ello, lo principal es educar a las pacientes acerca de los cambios fisiológicos del aparato genitourinario asociados con la menopausia. Además, fomentar una práctica médica centrada en la paciente para la toma de decisión referente al mejor tratamiento según los síntomas y preferencias de cada paciente.

El síndrome genitourinario de la menopausia debe dejar de ser un tema secundario. Se requiere formación médica continua para los profesionales de la salud, así como estrategias de sensibilización para poder garantizar una atención ginecológica integral y tratar de manera adecuada y a tiempo esta afección que va en aumento.

Viridiana Gorbea Chávez
Profesora adjunto del Curso de Especialización en Urología Ginecológica-UNAM-INPer
Directora de Educación en Ciencias de la Salud, Instituto Nacional de Perinatología Isidro Espinosa de los Reyes

Declarar el uso de la inteligencia artificial

Los autores que en su investigación recurrieron a la inteligencia artificial deben declararlo y señalar, para juicio del editor y revisores pares, en dónde y para qué. Los contenidos generados por la inteligencia artificial deben ser sometidos a un riguroso análisis crítico que evalúe su precisión y su veracidad.