



## LA PERIMENOPAUSIA

Es un periodo impreciso en la vida de la mujer comprendido entre el momento en que aparecen las primeras alteraciones del ciclo menstrual y el año siguiente al cese definitivo de la menstruación, que es lo que se llama menopausia.

La menopausia tiene un diagnóstico clínico y retrospectivo después de un año de amenorrea. Es habitual que en este periodo hasta la menopausia se produzcan alteraciones en el patrón de sangrado menstrual, al igual que una típica clínica vasomotora con sofocos que pueden incluso repercutir en la calidad de vida, asociados a estos síntomas principales pueden aparecer también una serie de trastornos del sueño, irritabilidad, síndrome menstrual, alteraciones en el estado del ánimo, cambios en la piel, alteraciones músculo esqueléticas, trastornos del equilibrio y sequedad vaginal.



La menopausia es una etapa fisiológica normal de la vida de la mujer, en la que existe un amplio abanico de tratamientos efectivos para aquellas mujeres cuyos síntomas son muy molestos.

### ENLACES DE INTERÉS

- [Asociación Española de Estudio de la Menopausia. AEEM](#)