



THE HORMONE
FOUNDATION®



SaveMyFertility.org



LAS MUJERES Y EL CÁNCER Cómo tratar los síntomas hormonales

¿De qué manera el tratamiento contra el cáncer afecta las hormonas femeninas?

El tratamiento contra el cáncer afecta **las hormonas** de varias maneras. Algunos tratamientos contra el cáncer como la quimioterapia o la radiación de la pelvis pueden dañar los ovarios y hacer que dejen de producir estrógeno y progesterona. Además el daño a la glándula pituitaria que resulta de la radiación puede afectar las hormonas. La glándula pituitaria, ubicada en la base del cerebro, envía señales a los ovarios para que produzcan hormonas y desarrollen óvulos.

Debido a que el estrógeno y la progesterona controlan la menstruación, esta puede empezar a ser irregular o detenerse por un tiempo (**menopausia** temporal) durante y después del tratamiento contra el cáncer. Los periodos menstruales pueden continuar o volver después del tratamiento, pero es importante saber que tener periodos no necesariamente significa que es fértil. En algunos casos, los periodos jamás vuelven. Existe una pequeña probabilidad de embarazo, incluso sin tener periodos.

El tratamiento del cáncer aumenta las probabilidades de que sobrevenga la menopausia antes de tiempo. (La menopausia natural ocurre alrededor de los 50.) Si la menstruación se detiene antes de los 40, esto se denomina, menopausia “prematura”.

La cirugía que extirpa ambos ovarios causa una disminución abrupta en el nivel de estrógeno, y la menopausia sobreviene inmediatamente. Esto se denomina menopausia quirúrgica.

Algunos medicamentos usados en el tratamiento del cáncer de seno y ovarios—inhibidores de aromatasa y moduladores selectivos de los receptores de estrógeno (SERM por sus siglas en inglés) como el tamoxifeno—afectan las hormonas. Pueden causar síntomas de menopausia.

El tratamiento
contra el cáncer
afecta las
hormonas de
varias maneras.

¿Cuáles son los síntomas de la menopausia?

La menopausia temporal o permanente puede causar uno o más de los siguientes **síntomas**, entre ellos:

- Calor repentino o sudoración nocturna
- Sequedad o comezón vaginal
- Dolor en el acto sexual
- Necesidad de orinar frecuente y repentinamente
- Problemas para dormir
- Irritabilidad, cambios de humor, ansiedad o depresión

Los síntomas de la menopausia repentina debida a cirugía o medicamentos para combatir el cáncer pueden ser peores que los de la menopausia natural. Estos síntomas pueden tener un enorme impacto en **la calidad de vida de la mujer**. Algunos síntomas desaparecen con el tiempo sin tratamiento, y se puede recibir tratamiento médico para algunos de los otros. La menopausia temprana también eleva el riesgo de problemas de salud a largo plazo.



¿Cuáles son los riesgos de salud a largo plazo de la menopausia temprana?

Las mujeres con menopausia temprana que no toman hormonas viven más años con un bajo nivel de estrógeno que las mujeres que entran en la menopausia a mayor edad. Eso significa que tienen un mayor riesgo de enfermedades vinculadas a la falta de estrógeno, como enfermedades cardíacas y osteoporosis. La osteoporosis es una enfermedad que debilita los huesos y aumenta las probabilidades de fracturas.

¿El tratamiento hormonal después de la menopausia es seguro para mujeres con cáncer?

La terapia hormonal (TH por sus siglas en inglés) es el tratamiento más eficaz para los síntomas de la menopausia. Para las mujeres que conservan el útero, TH combina dos hormonas, estrógeno y progesterona. La progesterona ayuda a proteger el útero contra el cáncer uterino. Las mujeres que se sometieron a una histerectomía (la extirpación quirúrgica del útero) toman solo estrógeno.

Además **de aliviar los calores repentinos** y otros síntomas de la menopausia, la TH ayuda a prevenir la osteoporosis. La TH no afecta la fertilidad futura si la infertilidad es temporal. Sin embargo, en mujeres mayores que ya pasaron por la menopausia, TH puede elevarse el riesgo de cáncer de seno, enfermedades cardíacas y derrame. En mujeres más jóvenes, estos riesgos son probablemente mucho menores y los beneficios de TH generalmente superan los riesgos.

La terapia hormonal es el tratamiento más eficaz para los síntomas de la menopausia.

Algunas mujeres *no* deben tomar hormonas. Entre ellas: las mujeres con cáncer de seno o con alto riesgo de cáncer de seno, enfermedades cardíacas o derrames o coágulos sanguíneos.

La TH puede ser por medio de una pastilla, aro vaginal o aplicaciones sobre la piel con un parche, gel, loción o rociador. Dosis pequeñas de estrógeno en aros vaginales, cremas o tabletas insertadas en la vagina pueden ayudar a aliviar síntomas vaginales.

¿Cuánto tiempo se puede tomar el tratamiento hormonal?

El TH puede continuar hasta mediados de los cuarenta o principios de los cincuenta. Si tiene esta edad y está empezando TH para calores repentinos, su doctor puede recetarle la dosis más baja posible por el menor tiempo posible para **mejorar sus síntomas**. Pregúntele a su médico cuánto tiempo debe continuar la TH. De ser necesario, las mujeres jóvenes pueden recibir TH durante muchos años.

¿Cuáles son las opciones además del tratamiento hormonal?

Debido a que algunas mujeres no pueden o no quieren tomar hormonas, los investigadores están estudiando muchos tratamientos sin estrógeno para ver si alivian los calores repentinos. Entre los medicamentos con receta que ayudan a disminuir los calores repentinos están:

- Antidepresivos denominados inhibidores selectivos de recaptación de serotonina (SSRI por sus siglas en inglés) e inhibidores de recaptación de serotonina-norepinefrina (SNRI en inglés)
- Gabapentina, medicamento usado para el tratamiento de la epilepsia y dolor neurálgico
- Clonidina, medicamento usado para el tratamiento de la presión arterial alta

Entre los tratamientos para síntomas de la menopausia que no necesitan receta están:

- Técnicas de relajación. La respiración pausada e hipnosis parece ayudar a algunas mujeres con calores repentinos.
- Cambios en el estilo de vida. Si los calores repentinos que sufre son leves, puede que le ayude mantener el cuerpo fresco. Póngase ropa holgada, beba refrescos fríos y mantenga frescas las habitaciones. Evite la comida picante y todo lo demás que usted sabe que le causa calores repentinos.
- Humectantes y lubricantes vaginales. Estos no contienen estrógeno pero pueden ayudar con sequedad vaginal y dolor en el acto sexual.



Según los resultados de estudios, los remedios naturales como productos de soya, cimicífuga racemosa (*black cohosh*) y suplementos herbales no alivian los calores repentinos. Sin embargo, algunas mujeres manifiestan sentir beneficios. La cimicífuga racemosa puede causar daño al hígado, y los productos de soya contienen una forma leve de estrógeno. La seguridad de muchos otros productos naturales aun no está clara. Consulte con su médico antes de usar estos productos.

¿Cuáles son otros tratamientos para los riesgos a largo plazo de la menopausia?

Para mantener la salud de los huesos después de la menopausia, debe tomar de 1,200 a 1,500 mg (miligramos) de calcio al día, ingerido en comida o suplementos, de ser necesario. Las mujeres deben tomar por lo menos 600 IU (Unidades Internacionales) diarias de vitamina D, aunque algunas mujeres pueden requerir dosis mayores. Asimismo, **hacer ejercicio todos los días** puede proteger sus huesos y la salud del corazón.

Algunos medicamentos para el tratamiento o prevención de la pérdida ósea en mujeres después de la menopausia incluyen bifosfonatos, raloxifeno (un medicamento que también disminuye el riesgo de cáncer invasivo del seno) y calcitonina.

El nivel de colesterol puede ser demasiado alto después de la menopausia. De ser necesario, se puede recurrir a estatinas u otros medicamentos para bajar el colesterol.

Debido a que las sobrevivientes de cáncer pueden entrar en la menopausia a una edad mucho menor que las mujeres que no han tenido tratamientos contra el cáncer, estos asuntos son de especial importancia para la salud a largo plazo.

Los investigadores están estudiando muchos tratamientos sin estrógeno para ver si alivian los calores repentinos.

¿De qué modo el tratamiento contra el cáncer afecta la vida sexual?

El tratamiento contra el cáncer y la menopausia temprana pueden afectar los aspectos físicos y emocionales de la sexualidad. La sequedad y adelgazamiento de las paredes de la vagina pueden hacer que el coito sea doloroso. La fatiga del tratamiento puede disminuir la energía sexual. La menopausia y algunos medicamentos pueden disminuir el deseo sexual. Los efectos del tratamiento contra el cáncer también pueden hacer que algunas mujeres no se sientan atractivas o cómodas. Consulte con su médico acerca de los tratamientos para aliviar sus síntomas y lo que usted puede hacer para **mejorar su salud sexual**. Su médico también puede sugerirle un especialista en este campo.

¿Qué debe hacer con esta información?

Hable con su médico si los efectos secundarios del tratamiento contra el cáncer están causándole molestias o si tiene inquietudes respecto a problemas futuros. A continuación, algunas preguntas que le puede hacer a su médico:

- ¿El tratamiento contra el cáncer que estoy recibiendo me hará entrar en la menopausia?
- Si mis periodos paran, ¿van a volver?
- ¿Hay algo que pueda hacer para prevenir la menopausia temprana?
- ¿Cuáles son los problemas de la menopausia temprana o prematura?
- ¿Puedo recibir tratamiento hormonal? ¿Cuáles son los beneficios y riesgos?
- Si no recibo TH, ¿cuáles son mis otras opciones?
- ¿Cómo puedo proteger la salud de los huesos y el corazón después de la menopausia?
- ¿Cómo afectará mi vida sexual el tratamiento contra el cáncer y la menopausia temprana? ¿Qué puedo hacer al respecto?
- ¿Qué más debo saber respecto a la menopausia temprana?

Recursos

Save My Fertility
SaveMyFertility.org

Encuentre a un endocrinólogo
www.hormone.org/FindAnEndo/index.cfm

La Fundación de Hormonas
www.hormone.org/Resources/menopause-and-womens-health.cfm

Sociedad Estadounidense contra el Cáncer
www.cancer.org

**Sociedad Estadounidense de Oncología
Clínica** (*información sobre el cáncer*)
www.cancer.net

Sociedad Norteamericana de Menopausia
www.menopause.org

Consortio de Oncofertilidad
myoncofertility.org
oncofertility.northwestern.edu o llame al
1-866-708-3378

EDITORAS:

Clarisa Gracia, MD
Gwendolyn Quinn, PhD
Lynn Westphal, MD

© 2011 The Hormone Foundation®
y Oncofertility Consortium®



La Fundación de Hormonas (Hormone Foundation®), entidad de educación pública afiliada a la Sociedad de Endocrinología (The Endocrine Society®), sirve como un recurso al público para promover la prevención, tratamiento y cura de enfermedades relacionadas a las hormonas, por medio de actividades de extensión y educación.

El Consortio de Oncofertilidad (Oncofertility Consortium®) es un programa nacional interdisciplinario con el fin de explorar el futuro reproductivo de quienes sobreviven al cáncer.

La creación de esta hoja informativa fue posible gracias al respaldo de subvenciones educativas de Merck y EMD Serono.