

18 DE OCTUBRE: DÍA MUNDIAL DE LA MENOPAUSIA



Más de 14 millones de mujeres en España tienen 50 años o más, edad media de la llegada de la menopausia. De ellas, se estima que el 85% sufre un deterioro en su calidad de vida por este motivo. Este empeoramiento de la calidad de vida está ligado a la asociación de la menopausia con el aumento del riesgo de que aparezcan enfermedades cardiovasculares, osteoporosis, tumores ginecológicos y Enfermedad de Alzheimer.

Así, según datos del Instituto Nacional de Estadística, las enfermedades cerebrovasculares son la primera causa de fallecimiento en la mujer, seguida por las enfermedades isquémicas del corazón.

No obstante, los expertos hacen hincapié en que la eliminación de factores de riesgo evitables y la adopción de medidas saludables en la mujer desde una edad temprana, pueden evitar o retrasar la aparición de estas patologías y mejorar de forma importante la calidad de vida en la madurez.

En este sentido, para concienciar a los profesionales sanitarios, mujeres y a la sociedad en general de que la menopausia es simplemente una etapa más en la vida, la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM) celebra el 18 de octubre el Día Internacional de la Menopausia, bajo el lema Una nueva mirada a la vida. Bajo el mismo lema y con motivo de la celebración de este día, la AEEM va a poner en marcha una campaña de educación sanitaria dirigida a la mujer que consistirá en la difusión de materiales informativos y educativos sobre los distintos aspectos de la menopausia.

Además, entre las acciones que la AEEM ha organizado para conmemorar esta jornada, destaca la entrega del II Galardón AEEM, el cual ha recaído, en su segunda edición, sobre la actriz Fedra Lorente por su labor en la difusión de la imagen de la menopausia como una etapa en la vida de la mujer plena y activa en todas sus facetas, tanto individuales, como sociales, laborales y familiares.