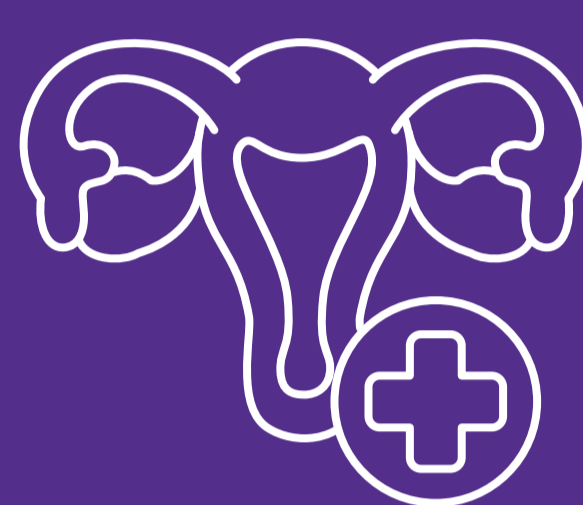




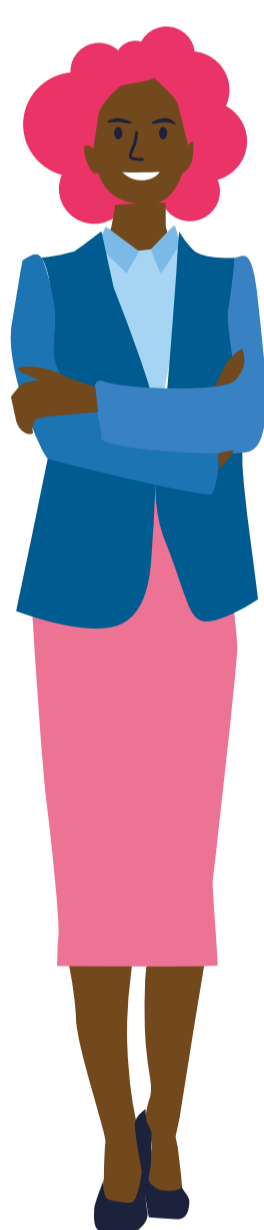
SE SUDA PERO SE GOZA

PERIMENOPAUSIA Y MENOPAUSIA

La perimenopausia (que puede comenzar entre los **40-45 años**) y la **menopausia** (alrededor de los **50-51 años**) son etapas naturales que pueden causar sofocones, sudoraciones nocturnas, cambios en el sueño y en el estado de ánimo.



Chequeos recomendados:



- **Mamografía** cada 2 años desde los 40 años, si no tienes **factores de riesgo** adicionales.
- Evaluación ginecológica anual o según indicación médica
- **Evaluación cardiovascular** periódica (presión arterial, colesterol, glucosa)
- **Densitometría ósea** si existen factores de riesgo (historial familiar, fracturas previas, bajo peso, uso prolongado de esteroides).

Opciones de manejo

- **Terapia hormonal** individualizada según síntomas y riesgos.
- Alternativas no hormonales y cambios en el estilo de vida.



¿Dudas? Consulta a uno de nuestros especialistas en salud femenina.

Manatí Medical Center (787) 621-3700

Mayagüez Medical Center (787) 652-9200

Bayamón Medical Center (787) 620-8181

Mayagüez Medical Center San Antonio (787) 834-0050

SALUDFEMENINAPR.COM