

Poco ánimo, ansiedad o sensación de depresión?

Los cambios en tu estado de ánimo son síntomas frecuentes de la menopausia y perimenopausia.

Estos síntomas psicológicos se suelen confundir con depresión clínica, lo cual resulta en un gran número de mujeres siendo tratadas incorrectamente con antidepresivos.

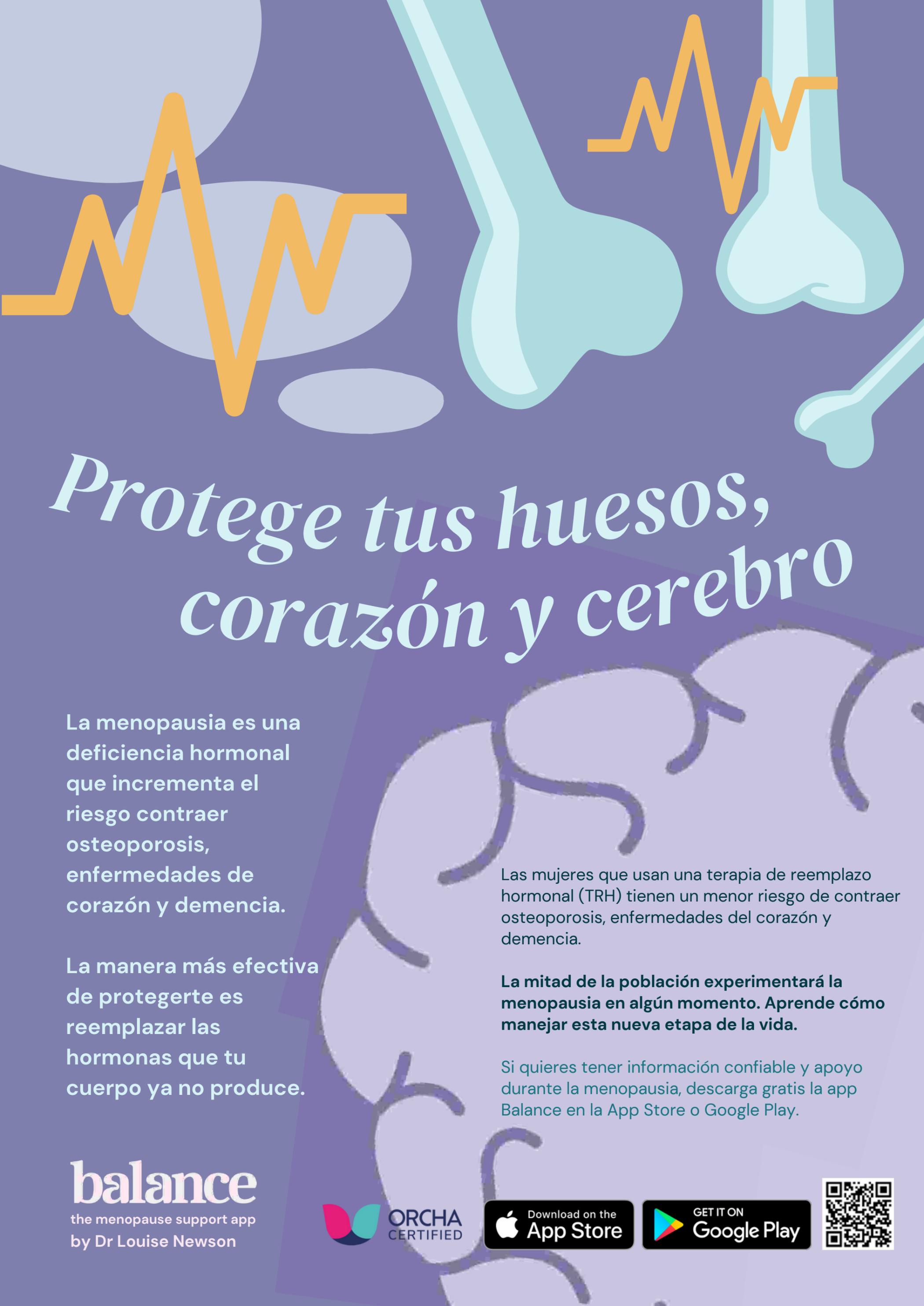
Los síntomas que no se ven muchas veces son los que causan más problemas. Los cambios físicos y psicológicos ocurren por el cambio en los niveles hormonales y tienen un impacto en tu cuerpo y tu bienestar. Éstos pueden ocurrir en tus 40s, 30s o incluso 20s.

La mitad de la población experimentará la menopausia en algún momento. Aprende cómo manejar esta nueva etapa de la vida.

Si quieres tener información confiable y apoyo durante la menopausia, descarga gratis la app Balance en la App Store o Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson





Protege tus huesos, corazón y cerebro

La menopausia es una deficiencia hormonal que incrementa el riesgo contraer osteoporosis, enfermedades de corazón y demencia.

La manera más efectiva de protegerte es reemplazar las hormonas que tu cuerpo ya no produce.

Las mujeres que usan una terapia de reemplazo hormonal (TRH) tienen un menor riesgo de contraer osteoporosis, enfermedades del corazón y demencia.

La mitad de la población experimentará la menopausia en algún momento. Aprende cómo manejar esta nueva etapa de la vida.

Si quieres tener información confiable y apoyo durante la menopausia, descarga gratis la app Balance en la App Store o Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson



Problemas para dormir?

La interrupción del sueño es la queja N1 de las mujeres que experimentan la perimenopausia y la menopausia.

Los problemas para dormir, al igual que otros síntomas, ocurren por el cambio en los niveles hormonales y tienen un impacto en tu cuerpo y tu bienestar. Éstos pueden ocurrir en tus 40s, 30s o incluso 20s.

La mitad de la población experimentará la menopausia en algún momento. Aprende cómo manejar esta nueva etapa de la vida.

Si quieres tener información confiable y apoyo durante la menopausia, descarga gratis la app Balance en la App Store o Google Play.

balance

the menopause support app
by Dr Louise Newson



Dolores de cabeza y migrañas?

La fluctuación en los niveles hormonales, especialmente la caída en los niveles de estrógeno, puede producir migrañas en muchas personas.

Esto podría ser una señal de la perimenopausia o la menopausia.

Los dolores de cabeza y las migrañas, al igual que otros síntomas, ocurren por el cambio en los niveles hormonales y tienen un impacto en tu cuerpo y tu bienestar. Éstos pueden ocurrir en tus 40s, 30s o incluso 20s.

La mitad de la población experimentará la menopausia en algún momento. Aprende cómo manejar esta nueva etapa de la vida.

Si quieres tener información confiable y apoyo durante la menopausia, descarga gratis la app Balance en la App Store o Google Play.

balance

the menopause support app
by Dr Louise Newson



Dolores y molestia inesperados?

Sientes que tu cuerpo ha envejecido de repente? Sientes rigidez y dolor en las articulaciones? Éste es un síntoma típico debido a la fluctuación de los niveles hormonales durante la perimenopausia y la menopausia.

Los dolores y las molestias, al igual que otros síntomas, ocurren por el cambio en los niveles hormonales y tienen un impacto en tu cuerpo y tu bienestar. Éstos pueden ocurrir en tus 40s, 30s o incluso 20s.

La mitad de la población experimentará la menopausia en algún momento. Aprende cómo manejar esta nueva etapa de la vida.

Si quieres tener información confiable y apoyo durante la menopausia, descarga gratis la app Balance en la App Store o Google Play.

balance

the menopause support app
by Dr Louise Newson





Cambios allá abajo?

Tus genitales se ven o se sienten diferentes? Sientes comezón, resequedad o dolor? Te han dado infecciones por hongos o cistitis con más frecuencia? Necesitas orinar con más frecuencia o has sufrido de incontinencia?

Estos son síntomas típicos de la menopausia y es muy probable que tu cuerpo necesite hormonas adicionales.

El estrógeno vaginal y el DHEA vaginal son totalmente seguros y vienen en forma de pesarios vaginales, cremas, gel o anillos y son efectivos para tratar estos síntomas. Mientras más temprano comiences mejor y además estos métodos se pueden usar en combinación con la terapia de reemplazo hormonal (TRH).

La mitad de la población experimentará la menopausia en algún momento. Aprende cómo manejar esta nueva etapa de la vida.

Si quieres tener información confiable y apoyo durante la menopausia, descarga gratis la app Balance en la App Store o Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson

