

¡Infórmese!

**El Centro Federal de Información
para Ciudadanos**
La Administración de Servicios Generales
de Los Estados Unidos

www.pueblo.gsa.gov
1-888-878-3256

Administración de Medicamentos y
Alimentos (FDA), DHHS
www.fda.gov/womens
www.fda.gov/cder

Centro Nacional de Información
sobre la Salud de la Mujer
Departamento de Salud y Servicios
Humanos de los Estados Unidos (DHHS)
www.4woman.gov

Institutos Nacionales de la Salud
(NIH), DHHS
www.nih.gov/PHTindex.htm

Agencia de Investigación sobre la
Calidad de los Servicios de Salud, DHHS
www.ahrq.gov

La menopausia y las hormonas

¿Qué podemos creer?

Este documento fue elaborado por la Administración de Medicinas y Alimentos (FDA) y otros organismos del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (DHHS). Agradecemos a todas las organizaciones participantes que colaboraron en la reproducción y distribución del mismo.

Preguntas para hacerle a su doctor, enfermera o farmacéutico

- ¿Me conviene usar hormonas? ¿Por qué?
- ¿Hay otras cosas que puedo usar o hacer?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas?
- ¿Por cuánto tiempo puedo estar bajo tratamiento de hormonas?
- ¿Cuál es la dosis más baja que me funciona?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?
- ¿Cómo hago para dejar de usar hormonas?

Notas: _____

Consulte cada cuánto debe hacerse revisar para

- presión sanguínea
- salud de los huesos
- cáncer de mama
- cáncer de cuello uterino
- colesterol
- cáncer de colon
- salud dental
- diabetes
- la vista y los oídos
- enfermedad tiroidea

Pida consejos para

- alimentarse de forma sana y controlar el peso
- aumentar la actividad física
- dejar de fumar
- dormir mejor
- controlar la tensión

RECUERDE:

Cuando use tratamiento de hormonas para la menopausia,

- utilice la dosis más baja que dé resultado.
- hágalo por la menor cantidad de tiempo posible.



Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos
Administración de Medicamentos y Alimentos