

# La menopausia y las hormonas

## Para más información

### Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer

Departamento de Salud y Recursos  
Humanos de EE.UU.

[www.4woman.gov](http://www.4woman.gov)

1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

Institutos Nacionales de la Salud  
Departamento de Salud y Recursos  
Humanos de EE.UU.

[www.nih.gov/PHTindex.htm](http://www.nih.gov/PHTindex.htm)

Administración de Medicinas y Alimentos  
Departamento de Salud y Recursos  
Humanos de EE.UU.

[www.fda.gov/womens](http://www.fda.gov/womens)

[www.fda.gov/cder](http://www.fda.gov/cder)

Agencia de Investigación sobre la Calidad  
en los Servicios de Salud  
Departamento de Salud y Recursos  
Humanos de EE.UU.

[www.ahrq.gov](http://www.ahrq.gov)

Este documento fue creado por la Administración de Medicinas y Alimentos (FDA, *siglas en inglés*) y otras agencias del Departamento de Salud y Recursos Humanos (HHS, *siglas en inglés*). Se le agradece 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 los riesgos y beneficios?

¿Por cuánto tiempo puedo estar bajo tratamiento de hormonas?

¿Cuál es la dosis más baja que funciona para mí?

¿Cuáles son los efectos secundarios?

¿Qué hago si quiero dejar de usar hormonas?

Dígame cuándo debo hacerme los siguientes exámenes

- Presión de la sangre
- Salud de los huesos
- Cáncer de seno
- Cáncer cervical
- Cáncer de colon
- Colesterol
- Salud dental
- Diabetes
- Glaucoma

Qué consejos me puede dar para:

- Hacer ejercicio
- Dejar de fumar
- Alimentarme mejor
- Dormir mejor
- Disminuir el estrés

### RECUERDE:

*Quando use tratamiento de hormonas para la menopausia*

- Use la dosis más pequeña que dé resultado
- Úsela por el tiempo más corto posible

Notas:

---

---

---

---

---

---



Departamento de Salud y Recursos Humanos de EE.UU.  
Administración de Medicinas y Alimentos

