



Nuestras recomendaciones

Tomar medicamentos que contienen las hormonas femeninas estrógeno y progesterina para tratar los síntomas de la menopausia se ha vuelto complejo a raíz de varios estudios importantes dados a conocer entre el 2002 y el 2005. Los estudios muestran que las hormonas incrementan el riesgo de enfermedades cardíacas, infarto cerebral y algunos cánceres (especialmente, cáncer de mama). Como resultado, los médicos ahora los recetan con mucha más cautela. Hay muchos productos que pertenecen a esta clase. Incluyen píldoras, parches cutáneos, cremas y geles para aplicarse en la piel, y cremas y anillos vaginales. Algunas contienen estrógeno, otros contienen estrógeno y progesterina, y otros sólo progesterina. (Vea nuestras recomendaciones.)

Para ayudarles a usted y a su médico a elegir el mejor medicamento si tiene síntomas menopáusicos de moderados a graves, *Consumer Reports* ha evaluado los medicamentos de esta categoría de acuerdo con su eficacia, seguridad y costo. Este informe de dos páginas es un resumen de un informe de 21 páginas que puede consultar por Internet en www.CRBESTBUYDRUGS.org. En este sitio web gratuito también puede averiguar sobre otros medicamentos que hemos analizado. Nuestras evaluaciones independientes se basan en revisiones científicas realizadas por el Proyecto de Revisión de Eficacia de Fármacos de la Universidad de Salud y Ciencias de Oregon. La Fundación Engelberg y la Biblioteca Nacional de Medicina ofrecen subvenciones que contribuyen a financiar *Consumer Reports Best Buy Drugs*.

¿NECESITA UN MEDICAMENTO HORMONAL?

Aproximadamente el 70 por ciento de las mujeres tienen algunos síntomas de la menopausia (vea la tabla más abajo). Pero sólo un 20 por ciento tiene síntomas fuertes. En caso de que sus síntomas sean de moderados a fuertes, usted y su médico pudieran considerar la posibilidad de un tratamiento hormonal. Si el médico le receta un hormono no también dependerá de sus antecedentes médicos y en particular de sus factores de riesgo para las enfermedades cardíacas y el cáncer.

© Consumers Union 2006

¿Es culpa de la menopausia?

Los principales síntomas de la menopausia

- **Sofocos y enrojecimiento** - Sensación de calor intenso en la cara, el pecho o la superficie del cuerpo. También puede transpirar o sentir escalofríos o vahídos.
- **Sudoración nocturna** - Son sofocos que ocurren durante la noche.
- **Perturbaciones del sueño** - Despertarse con más facilidad, sueño más liviano o no poder volver a dormirse fácilmente si se despierta.
- **Sequedad vaginal** - Falta de lubricación vaginal a causa de la reducción de estrógeno. El coito puede resultar incómodo e incluso doloroso.

Síntomas no claramente relacionados con la menopausia

- **Cambios en el estado de ánimo, irritabilidad, depresión, ansiedad, fatiga** - Pueden ser consecuencia de los síntomas de la columna 1. Por ejemplo, tener dificultad para dormir durante varios días seguidos puede desencadenar esos síntomas.
- **Reducción de la libido** - Puede ser consecuencia de la sequedad vaginal y el dolor durante el coito.
- **Lagunas mentales, olvido y dificultades cognitivas** - Aumentan con la edad. Los hombres también los padecen.
- **Incontinencia urinaria** - El tratamiento hormonal de hecho puede incrementar el riesgo.
- **Aumento de peso** - Es común a medida que se tiene más edad. La distribución de la grasa también puede cambiar.

Los medicamentos que contienen estrógeno y/o progesterina son muy eficaces (70 a 90 por ciento) para reducir los síntomas de la menopausia, pero incrementan el riesgo de enfermedades cardíacas, cáncer de mama, coágulos de sangre, infarto cerebral, incontinencia urinaria y demencia senil —y por lo tanto deben recetarse con extrema precaución.

En general, si sus síntomas menopáusicos son leves y manejables con cambios y ajustes en el estilo de vida, no debe tomar un medicamento hormonal. Del mismo modo, si tiene enfermedad cardíaca o ha tenido un infarto cerebral, o cáncer de mama, ovarios o útero —o tiene un riesgo elevado de contraerlo— no debe tomar hormonas. Las hormonas tampoco deben usarse para tratar las afecciones indicadas en la segunda columna de la tabla.

Si sus síntomas de la menopausia son fuertes e interfieren en su vida normal, el tratamiento hormonal puede brindarle alivio. Tome la dosis más baja posible por el menor tiempo posible. Los riesgos asociados con este uso parecen ser bastante bajos, pero aún no se han completado estudios definitivos.

Si tiene el útero intacto (no se sometió a una histerectomía), debe tomar estrógeno y también progesterina; los medicamentos que sólo contienen estrógeno conllevan un mayor riesgo de cáncer de la mucosa uterina (cáncer de endometrio).

Ninguna forma particular de estrógeno, o de estrógeno con progesterina, es más eficaz que las demás. Teniendo en cuenta la eficacia, la seguridad, las opciones en cuanto a forma de administración y el costo, les hemos otorgado a los siguientes medicamentos la designación de *Consumer Reports Best Buy Drugs* para el tratamiento de los síntomas de la menopausia:

- Píldoras de estradiol genérico
- Píldoras de Gynodiol (estradiol)
- Píldoras de Estratab o Menest (estrógeno esterificado)
- Píldoras de medroxiprogesterona genérica (cuando se necesita progesterina)
- Parche de estradiol genérico
- Parche Alora (estradiol)
- Parche Vivelle o Vivelle Dot (estradiol)
- Premarin en crema (estrógeno equino conjugado)
- Ogen en crema (estropipato)
- FemRing (estradiol, anillo vaginal)
- Estring (estradiol, anillo vaginal)

Todos estos medicamentos son igualmente eficaces que los demás medicamentos hormonales pero tienen menor costo. Podrían permitirle ahorrar entre \$300 y \$450 al año en comparación con otros productos hormonales.

Esta información se actualizó en noviembre de 2005.

Visite CRBESTBUYDRUGS.org para ver la información más reciente sobre las hormonas femeninas y las otras clases de medicamentos que examinamos.

Comparación de costo de los medicamentos hormonales¹

	Nombre genérico	Nombre de marca ²	Variaciones de dosis	Frecuencia de uso ³	Costo promedio mensual ⁴
	Estrógeno solo en píldoras				
	Estradiol	Estrace	0.5 a 2.0 mg	1 vez al día	\$32 a \$45
CR BEST BUY	Estradiol	Genérico	0.5 a 2.0 mg	1 vez al día	\$6 a \$14
CR BEST BUY	Estradiol	Gynodiol	0.5 a 2.0 mg	1 vez al día	\$8 a \$16
	Estrógeno equino conjugado	Premarin	0.3 a 2.5 mg	1 vez al día	\$34 a \$52
	Estrógeno sintético conjugado	Cenestin	0.3 a 1.25 mg	1 vez al día	\$33 a \$39
CR BEST BUY	Estrógenos esterificados	Estratab, Menest	0.3 a 2.5 mg	1 vez al día	\$14 a \$61
	Estropipato	Ogen, Ortho-Est	0.625 a 2.5 mg	1 vez al día	\$27 a \$69
	Estropipato	Genérico	0.625 a 3.0 mg	1 vez al día	\$9 a \$23
	Parches cutáneos de sólo estrógeno				
	Estradiol	Climara	0.025 a 0.1 mg cada 24 horas	1 vez a la semana	\$48 a \$54
	Estradiol	Estroderm	0.05 a 0.1 mg cada 24 horas	2 veces a la semana	\$52 a \$56
	Estradiol	Menostar	0.014 mg cada 24 horas	1 vez a la semana	\$62
CR BEST BUY	Estradiol - Vivelle dot	Vivelle, Vivelle Dot	0.025 a 0.1 mg cada 24 horas	2 veces a la semana	\$32 a \$59
CR BEST BUY	Estradiol	Alora	0.025 a 0.1 mg cada 24 horas	2 veces a la semana	\$31 a \$53
CR BEST BUY	Estradiol	Genérico	0.05 a 1.0 mg cada 24 horas	1 vez a la semana	\$29 a \$37
	Crema para la piel de sólo estrógeno				
	Estradiol	Estrogel	1.25 gramos	Una vez al día	\$40 a \$49
	Estradiol	Estrasorb	3.5 gramos	Una vez al día	\$47 a \$62
	Estrógeno con progesterona en píldoras				
	Estrógeno equino conjugado/medroxiprogesterona	Prempro, Premphase	0.3 a 5.0 mg	1 vez al día	\$50 a \$52
	Estradiol con norgestimato	Ortho-Prefest, Prefest	1 mg/0.09 mg	1 vez al día	\$41 a \$46
	Estrógeno con progesterona en parches cutáneos				
	Estradiol con levonorgestrel	Climara Pro	0.045 mg/0.015 mg cada 24 horas	1 vez a la semana	\$53
	Estradiol con noretindrona	CombiPatch	0.05 mg/0.14 mg cada 24 horas	2 veces a la semana	\$51 a \$53
	Crema, tabletas o anillos vaginales de sólo estrógeno				
CR BEST BUY	Estrógeno equino conjugado	Premarin en crema	0.625 mg/gramo	0.5 a 1 gramo al día	\$20 a \$39 ⁵
CR BEST BUY	Estriopipato	Ogen en crema	1.5 mg/gramo	1 a 2 gramos al día	\$27 a \$54 ⁵
	Estradiol	Estrace en crema	1.5 mg/gramo	1 a 2 gramos al día	\$41 a \$81 ⁵
CR BEST BUY	Estradiol	FemRing	0.05 a 0.1 mg cada 24 horas	1 cada 3 meses	\$42 a \$48
CR BEST BUY	Estradiol	Estring	0.0075 mg cada 24 horas	1 cada 3 meses	\$42
	Progesterona en píldoras⁶				
	Medroxiprogesterona	Cycrin, Provera	2.5 mg	1 vez al día	\$27
CR BEST BUY	Medroxiprogesterona	Genérico	2.5 mg a 10 mg	1 vez al día	\$10 a \$21
	Noretindrona	Aygestin	5 mg	1 vez al día	\$77
	Progesterona	Prometrium	100 mg, 200 mg	1 vez al día	\$48 a \$89

(1) Por razones de espacio, ésta es sólo una muestra de productos con hormonas femeninas. Para obtener una lista completa, vea el informe completo de 21 páginas en CRBestBuyDrugs.org.

(2) "Genérico" significa que esta hilera muestra el precio promedio de los genéricos disponibles.

(3) Según las indicaciones médicas normalmente recetadas. Puede variar y esto afectaría el costo. Los precios de las cremas se calculan en base a los niveles de dosis más frecuentes.

(4) Refleja el precio minorista promedio a escala nacional para el mes de julio de 2005, redondeado al valor entero más cercano en dólares. Las variaciones en el costo mensual reflejan el precio variable de distintas dosis. Las dosis menores son menos costosas, las dosis más altas son más costosas. Principal fuente de datos: Wolters Kluwer Health, una empresa de información sobre atención médica. Datos adicionales sobre precios provenientes de otras fuentes.

(5) La variación de precios para estas cremas depende de cuánto se aplica. Se usa generalmente durante 21 días cada mes, y el precio está calculado sobre esta base.

(6) Se puede recetar para todo el mes o para un período particular de cada mes. Precio por un mes parcial.