



clínicasabortos.mx

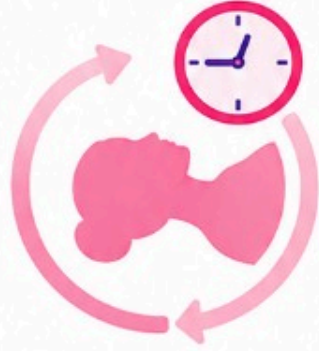
ETAPAS DE LA TRANSICIÓN HORMONAL

INFORMACIÓN QUE TE AYUDA A CUIDAR TU SALUD



¿QUÉ ES?

El envejecimiento reproductivo de la mujer comprende cuatro fases clave:



LAS 4 ETAPAS DE LA TRANSICIÓN HORMONAL

1



PREMENOPAUSIA

Desde la primera menstruación hasta las primeras alteraciones hormonales; los ciclos son regulares y se mantiene la fertilidad.

2



PERIMENOPAUSIA

Inicia años antes de la menopausia y concluye un año después de la última regla. Causa irregularidades menstruales por la caída de estrógenos y, aunque la fertilidad disminuye, aún requiere anticoncepción.

3



MENOPAUSIA

Es el cese total y definitivo de la menstruación, marcando el fin de la etapa fértil.

4



POSTMENOPAUSIA

Inicia tras 12 meses continuos sin regla. Los síntomas agudos disminuyen, pero exige cuidado médico continuo para prevenir problemas a largo plazo como la osteoporosis y afecciones cardiovasculares.



Conocer en qué etapa te encuentras ayuda a tomar decisiones informadas sobre tu salud.



Los cambios hormonales son normales, pero cada mujer los vive de forma única.



Lleva un registro de tus ciclos y síntomas para identificar patrones y anticiparte a cambios.



Consulta a tu médico para recibir orientación y un seguimiento personalizado.



**TU SALUD,
NUESTRA PRIORIDAD.**
INFÓRMATE, DECIDE Y CÚDATE.