

Menopausia tras una lesión cerebral traumática

Agosto de 2025

<https://msktc.org/tbi/factsheets>

Hoja Informativa sobre LCT

Esta hoja informativa ofrece una descripción general sobre la menopausia. También describe cómo la menopausia puede afectar a las mujeres con LCT.

Menopausia

La menopausia es una parte normal de la vida de las mujeres que han llegado a la mediana edad. Esta hoja informativa está dirigida a mujeres que han padecido una lesión cerebral traumática (LCT) y pueden estar lidiando con la menopausia o tienen preguntas sobre el proceso de la menopausia. Durante la menopausia, las mujeres tienen cambios en los niveles hormonales, los cuales pueden afectar la forma en que las mujeres envejecen, así como su estilo de vida, su sexualidad y salud en general.

Por ejemplo, la menopausia provoca una disminución de las hormonas que causan la menstruación. Estos cambios hormonales pueden reducir la capacidad de quedar embarazada. Estos cambios en las hormonas pueden provocar una serie de síntomas físicos.

Los síntomas físicos pueden incluir los siguientes:

- Sofocos
- Sudores nocturnos
- Dolores corporales
- Dolores de cabeza
- Problemas con el control urinario
- Sequedad vaginal
- Problemas con el sueño
- Fatiga
- Cambios en el interés sexual
- Irritabilidad
- Depresión
- Ansiedad
- Problemas con la memoria y la atención



El Centro de Aplicación de Conocimientos de Sistemas Modelo trabaja con los centros del Sistema Modelo de Lesión Cerebral Traumática para ofrecer a quienes han tenido una lesión de este tipo recursos gratuitos de rehabilitación basados en la investigación (para obtener más información consulte

<https://msktc.org/tbi>).

Este documento ha sido aprobado por expertos de los centros TBIMS.

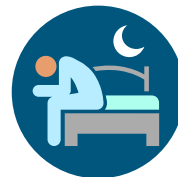
Menopausia y LCT

Algunos de los síntomas de la menopausia son los mismos que los que resultan de una lesión cerebral traumática. Por ejemplo, ambos pueden tener cambios en el pensamiento y las emociones. Puede ser difícil saber qué síntomas se deben a la lesión cerebral traumática y cuáles a la menopausia.

Los estudios de los sistemas modelo de la LCT han encontrado que la menopausia fue similar para las mujeres que han sufrido una LCT y las que no. Algunos síntomas ocurrieron con más frecuencia e intensivos en mujeres que tuvieron una lesión cerebral traumática.

Estos síntomas incluyen:

- Problemas con la memoria.
- Problemas con el sueño.
- Cambios en las emociones. Estos pueden incluir irritabilidad, preocupación y mal humor.



Es posible que las mujeres que tienen cambios en el pensamiento, sueño y las emociones después de una lesión cerebral traumática no noten cambios al pasar por la menopausia. Las mujeres sin LCT pueden sentir que los cambios debidos a la menopausia son más intensos, ya que son un cambio mayor para ellas. La experiencia de vivir con una lesión cerebral traumática puede ayudar a las mujeres a ser más resistentes cuando se enfrentan a los cambios de la menopausia, en comparación con las mujeres sin lesión cerebral traumática que están lidiando con estos síntomas por primera vez. Al mismo tiempo, algunas mujeres con LCT aún pueden sentir que los síntomas de la menopausia son intensos y alteran su vida diaria.

Resumen

Todas las mujeres pasarán por la menopausia en algún momento de su vida. Pueden tener síntomas físicos y cambios en sus emociones y pensamiento durante y después de la menopausia. Pero no todas experimentan todos los síntomas de la misma manera. Para las mujeres con LCT, los síntomas de la menopausia pueden ser menos obvios porque se superponen a los síntomas de la LCT. Esto puede ayudarlas a lidiar con los cambios que se generan con la menopausia. Por otro lado, la menopausia podría empeorar los problemas continuos relacionados con la LCT. A continuación se presentan algunos consejos útiles para todas las mujeres sobre cómo lidiar con los cambios que vienen con la menopausia.



Consejos para controlar los síntomas de la menopausia

- Hable con su proveedor de atención médica sobre el manejo de sus síntomas mediante tratamientos médicos como medicamentos.
- Piense en algunos cambios de estilo de vida que usted podría hacer para ayudar a mejorar su estado de ánimo. Estos pueden incluir hacer más ejercicio y hacer más actividades que usted disfrute y tener un horario de sueño regular.
- Hable con otras mujeres sobre cómo lidiaron con estos síntomas para obtener apoyo mientras atraviesa el proceso.

Referencias

Kalpakjian, C. Z., Hanks, R., Quint, E. H., Millis, S., Sander, A. M., Lequerica, A. H., Bushnik, T., Brunner, R. y Rapport, L. (2024). Assessing menopause symptoms in women with traumatic brain injury: The development and initial testing of a new scale (evaluación de los síntomas de la menopausia en mujeres con lesión cerebral traumática: el desarrollo de la prueba inicial de una nueva escala). *Women & Health*, 64(1), 51–64.

Rapport, L. J., Kalpakjian, C. Z., Sander, A. M., Lequerica, A. H., Bushnik, T., Quint, E. H. y Hanks, R. A. (2024). Menopause and traumatic brain injury: A NIDILRR collaborative traumatic brain injury model systems study (menopausia y lesión cerebral traumática: un estudio colaborativo de sistemas modelo de lesión cerebral traumática de NIDILRR). *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 105(12), 2253–2261.



Autoría

Menopausia tras una lesión cerebral traumática (Menopause After Traumatic Brain Injury) ha sido elaborada por Robin Hanks, PhD, ABPP; Claire Kalpakjian, PhD; Lisa Rapport, PhD; Angelle Sander, PhD; Tamara Bushnik, PhD; y Anthony Lequerica, PhD, en colaboración con el Centro de Aplicación de Conocimiento de Sistemas Modelo (MSKTC).

Fuente: El contenido de esta hoja informativa se basa en investigaciones y/o consenso profesional. Este contenido ha sido revisado y aprobado por expertos de los centros del Sistema Modelo de Lesión Cerebral Traumática (TBIMS), financiados por el Instituto Nacional para la Investigación sobre Discapacidad, Vida Independiente y Rehabilitación, así como por expertos de los Centros de Rehabilitación de Politraumatismos (PRC), con fondos del Departamento de Asuntos de los Veteranos de los Estados Unidos. También ha sido revisado por personas que han sufrido lesiones cerebrales traumáticas y/o sus familiares.

Descargo de responsabilidad: Esta información no tiene por objeto reemplazar los consejos de un profesional médico. Consulte con el profesional de la salud que le atiende sobre tratamientos o cuestiones médicas específicas. El contenido de este documento se preparó originalmente gracias a las subvenciones del Instituto Nacional para la Investigación sobre Discapacidad, Vida Independiente y Rehabilitación (subvención NIDILRR número 90DPKT0009). NIDILRR es un Centro dentro de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL, por sus siglas en inglés), Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS, por sus siglas en inglés). El contenido de este documento no representa necesariamente la política de NIDILRR, ACL ni el HHS, y usted no debe suponer que cuenta con la aprobación del gobierno federal.

Cita recomendada: Hanks, R., Kalpakjian, C., Rapport, L., Sander, A., Bushnik, T. y Lequerica, A. (2025). *Menopausia tras una lesión cerebral traumática (Menopause After Traumatic Brain Injury)*. Model Systems Knowledge Translation Center. <https://msktc.org/tbi/factsheets/menopause-after-tbi>.

Derechos de autor © 2025 Centro de Aplicación de Conocimientos de los Sistemas Modelo (MSKTC). Puede reproducirse y distribuirse libremente con la atribución adecuada. Se debe obtener permiso previo para su inclusión en materiales de pago.



Model Systems
Knowledge Translation
Center