

Fitoterapia en la menopausia

Sandra Angoitia del Campo

Licenciatura de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.
Cuetina@hotmail.com

M^a Emilia Carretero Accame

Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.
meca@farm.ucm.es

Resumen: la menopausia se define como el periodo en la vida de la mujer en el que cesa de forma permanente su menstruación. En este trabajo revisaremos la forma más eficaz de tratar los principales síntomas que se manifiestan en este periodo, utilizando productos fitoterapéuticos, haciendo además una breve reseña sobre el tratamiento fármaco-hormonal. Entre los síntomas principales que se pueden tratar con fitoterapia nos centramos en: tratamiento de los sofocos, control de los trastornos venosos y control de los niveles de colesterol. Se emplean fitoestrógenos como lignanos, cumestanos y principalmente isoflavonas. Para el tratamiento de los trastornos venosos se recurre a especies con distintos principios activos como por ejemplo, rusco (*Ruscus acuelatus*) y vid roja (*Vitis vinifera*); en el caso de los sofocos (típicos de la menopausia) la especie más utilizada es la soja (*Glycine max*), rica en isoflavonas, aunque también se utilizan otras como *Cimífuga racemosa*, trébol rojo (*Trifolium pratense*) o *Salvia officinalis*; y por último para el control de los niveles de colesterol se cuenta con la ayuda de compuestos como son los fitosteroles (esteroles de origen vegetal) que se pueden encontrar en diversas plantas, y además otras plantas como hoja de olivo (*Olea europea*) y ajo (*Allium sativum*).

Palabras clave: Menopausia. Fitoterapia.

[Póster](#)

Recibido: 11 marzo 2012.

Aceptado: 13 abril 2012.