



Bioidentical Hormones and Menopause

What is menopause?

Menopause is the time of life when the monthly periods (menstruation) end. The ovaries, the twin organs that produce and release an egg during each monthly period, also produce the female hormone *estrogen*. There are three primary types of estrogen circulating in the blood—estrone, estradiol, and estriol. At about age 51, when the ovaries stop producing estrogen, menopause begins.

Menopause can have mild to severe symptoms including hot flashes, night sweats and vaginal dryness. The severity of symptoms varies from woman to woman and there are a variety of ways to treat them. The most common and effective way is to replace the estrogen the body no longer produces with synthetic (laboratory-made) hormone therapy (HT). Hormone therapy can be estrogen alone or combined estrogen-progestin (a synthetic form of progesterone, which is produced after the release of an egg, or ovulation).

In 2002, the Women's Health Initiative study of postmenopausal women with an average age of 65 found that taking combination HT slightly increased the risk of breast cancer, heart disease, stroke and blood clots. The results scared women and many stopped taking HT, only to find their symptoms came back. As a result women and their doctors began looking for alternative ways to treat menopausal symptoms, such as bioidentical hormone therapy. (For more information on the WHI study, see Resources at the end of this fact sheet.)

What are bioidentical hormones?

Bioidentical hormones are sometimes called "natural" hormones because they are identical to the hormones that women make in their bodies. They can be taken to treat menopause symptoms such as hot flashes, night sweats and/or vaginal dryness. There are two types of bioidentical hormone products:

- **Pharmaceutical products.** These are compounds that have been approved by the U.S. Food and Drug Administration (FDA). Their quality and safety is regulated so it is the same product every time. These products (particularly estradiol) are available as pills, patches and vaginal inserts.
- **Custom-made products.** These are made in a *compounding pharmacy* (a pharmacy that mixes medications according to a doctor's specifications). These may contain varying amounts of two or three types of estrogen. Although the ingredients are approved by the FDA, the compounds (the final product that is created after all the individual ingredients are combined) are not. And because these compounds are not regulated by the FDA, they can be of low quality and the dosage may change with each batch.

Both of these types can be taken by mouth (pills), through the vagina (creams, rings) or through the skin (patch, gel, injection). Because the quality of custom-made products can vary, it is probably safer to use pharmaceutical products. This way you'll know exactly what you're getting and how much.

How do you know which treatment is best for you?

You and your doctor will work together to determine the best treatment option for you. This will be based on your medical history; your risk of side effects such as breast cancer, stroke, heart disease and blood clots; and with clear goals for what you want to get out of the therapy (e.g., treatment of hot flashes, vaginal symptoms, or both).

If hormone therapy is prescribed to treat your menopause symptoms, the FDA recommends that treatment should

be the lowest possible dose for the shortest time needed to treat your symptoms. The goal is to avoid taking too much medication for too long because all medications have risks.

Are bioidentical hormones safer to use than synthetic hormones?

To date there is no scientific proof to show that bioidentical hormones are safer to use than synthetic hormones. Having too much estrogen in the bloodstream—whether it's synthetic or natural—can increase a woman's risk for breast cancer and uterine cancer.

The lack of FDA oversight of compounded hormones means that the dose you get may not be the same from refill to refill. For consistent safety and dose, it is best to take FDA-approved hormone preparations, whether they are bioidentical or synthetic.

What should you do with this information?

Menopause is a natural stage in a woman's life. Some symptoms such as hot flashes can go away in a few years. Others, such as vaginal dryness, do not go away. Today, there also is a wide range of non-hormonal therapies to treat menopause symptoms. Finding the dose and type of treatment that works best for you may take some time. A reproductive endocrinologist (an expert in hormones) can help you choose the best treatment for you and monitor your therapy.

Resources

Find-an-Endocrinologist:
www.hormone.org or call
1-800-HORMONE (1-800-467-6663)

Hormone Foundation Menopause
Information: www.hormone.org

National Women's Health Resource
Center: www.healthywomen.org

Women's Health Initiative (DHHS):
www.nhlbi.nih.gov/whi/

EDITORS:

Howard Baum, MD
Robert Jaffe, MD
Richard Santen, MD
January 2007

For more information on how to find an endocrinologist, download free publications, translate this fact sheet into other languages, or make a contribution to The Hormone Foundation, visit www.hormone.org or call 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). The Hormone Foundation, the public education affiliate of The Endocrine Society (www.endo-society.org), serves as a resource for the public by promoting the prevention, treatment, and cure of hormone-related conditions. This page may be reproduced non-commercially by health care professionals and health educators to share with patients and students.

© The Hormone Foundation 2005



Las hormonas bioidénticas y la menopausia

¿Qué es la menopausia?

La menopausia es el tiempo en la vida de la mujer en que los periodos mensuales (la menstruación) cesan. Los ovarios, los dos órganos iguales que producen y liberan el óvulo durante la menstruación, también producen la hormona femenina *estrógeno*. Hay tres tipos de estrógeno que circulan en la sangre—estrone, estradiol y estriol. La menopausia comienza aproximadamente a los 51 años cuando los ovarios paran de producir estrógeno.

La menopausia puede causar síntomas de leves a serios, entre los cuales están los sofocos, los sudores nocturnos y la resequeced vaginal. La seriedad de los síntomas varía de mujer a mujer y hay varias formas de tratarlos. La manera más común y eficaz consiste en reemplazar el estrógeno que el cuerpo ha dejado de producir con una terapia de hormonas sintéticas (fabricadas en un laboratorio). La terapia hormonal puede consistir solamente en estrógeno o en una combinación de estrógeno y progestina (la forma sintética de la progesterona, producida después de liberar el óvulo, o ovulación).

En 2002, el estudio realizado por la Iniciativa para la salud femenina (*Women's Health Initiative*) en mujeres posmenopáusicas de una edad promedio de 65 años encontró que una terapia de hormonas combinadas aumentaba ligeramente el riesgo de cáncer del seno, enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y coágulos de sangre. Estos resultados asustaron a las mujeres, haciendo que muchas de ellas descontinuaran la terapia hormonal y volvieran a tener los síntomas. Como consecuencia, las mujeres y sus médicos comenzaron a buscar alternativas para tratar los síntomas de la menopausia, tales como la terapia de hormonas bioidénticas. (Para más información sobre el estudio de WHI, refiérase a los Recursos al final de esta hoja informativa.)

¿Qué son hormonas bioidénticas?

Las hormonas bioidénticas a veces se les llama hormonas "naturales" porque son idénticas a las hormonas que las mujeres fabrican en su cuerpo. Pueden tomarse para tratar los síntomas de la menopausia, tales como los sofocos, sudores nocturnos y la

resequeced vaginal. Has dos tipos de productos con hormonas bioidénticas:

- **Productos farmacéuticos.** Estos son compuestos que han sido aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (FDA por sus siglas en inglés). Su calidad y seguridad son reguladas para que siempre sean un producto uniforme. Estos productos (especialmente el estradiol) están disponibles en píldoras, parches o insertos vaginales.
- **Productos hechos a especificación.** Estos son hechos en una *farmacia de compuestos* (una farmacia que mezcla los medicamentos de acuerdo a las especificaciones del médico). Estos productos pueden contener diversas cantidades de dos o tres tipos de estrógeno. Aunque los ingredientes son aprobados por la FDA, los compuestos (los productos finales creados después de haber combinado todos los ingredientes) no lo son. Como no son regulados por la FDA, pueden ser de baja calidad y la dosis puede cambiar con cada lote.

Ambos de estos tipos pueden tomarse por boca (pastillas), por la vagina (cremas, aros) o por la piel (parches, jaleas, inyecciones). Dado que la calidad de los productos hechos a especificación puede variar, probablemente es más seguro que utilice productos farmacéuticos. Así podrá saber exactamente lo que está tomando y cuánto.

¿Cómo puede saber cual es el mejor tratamiento para usted?

Usted y su médico trabajarán juntos para determinar cuál es su mejor opción de tratamiento. Éste se basará en su historial médico, su riesgo de sufrir efectos secundarios tales como el cáncer del seno, derrame cerebral, enfermedad cardíaca y coágulos de sangre, y le dará metas claras para lo que desea lograr mediante la terapia (por ejemplo, tratamiento de los calores, de los síntomas vaginales, o ambas cosas).

Si le recetan una terapia hormonal para tratar los síntomas de la menopausia, la FDA recomienda que el tratamiento debe

consistir en la dosis más baja posible por el mínimo tiempo necesario para tratarle los síntomas. El objetivo es evitar tomar demasiado medicamento por mucho tiempo puesto que todos los medicamentos presentan un riesgo.

¿Hay menos riesgo en usar las hormonas bioidénticas que las hormonas sintéticas?

Hasta ahora no existe prueba científica que demuestre que las hormonas bioidénticas sean más seguras que las sintéticas. El tener un exceso de estrógeno en la sangre—bien sea sintético o natural—puede aumentar el riesgo de que la mujer sufra cáncer del seno y del útero.

La falta de control de la FDA sobre las hormonas compuestas significa que la dosis puede cambiar con cada prescripción. Para que su dosis hormonal sea consistente, lo mejor es usar productos aprobados por la FDA, ya sean sintéticos o bioidénticos.

¿Qué debe hacer con esta información?

La menopausia es una etapa natural en la vida de una mujer. Algunos síntomas, tales como los sofocos, pueden desaparecer después de unos años. Otros, tales como la resequeced vaginal, no desaparecen. Hoy en día hay una gran variedad de terapias no hormonales para tratar los síntomas de la menopausia. El determinar la dosis y tipo de tratamiento más adecuados para usted puede tardar algún tiempo. Un endocrinólogo (un experto en hormonas) puede ayudarle a encontrar el mejor tratamiento para usted.

Recursos

Encuentre un endocrinólogo:
www.hormone.org o llame al
1-800-467-6663

Información sobre la menopausia de la
Fundación de Hormonas:
www.hormone.org

Centro Nacional de Recursos para la Salud
Femenina: www.healthywomen.org

Women's Health Initiative (DHHS):
www.nhlbi.nih.gov/whi/

EDITORES:

Howard Baum, MD
Robert Jaffe, MD
Richard Santen, MD
Enero 2007

Para más información sobre cómo encontrar un endocrinólogo, obtener publicaciones gratis de la Internet, traducir esta página de datos a otros idiomas, o para hacer una contribución a la Fundación de Hormonas, visite a www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). La Fundación de Hormonas, la filial de enseñanza pública de la Sociedad de Endocrinología (www.endo-society.org), sirve de recurso al público para promover la prevención, tratamiento y cura de condiciones hormonales. Esta página puede ser reproducida para fines no comerciales por los profesionales e instructores médicos que deseen compartirla con sus pacientes y estudiantes.
© La Fundación de Hormonas 2005