

Fact Sheet

Estrógeno

www.educacion.bioh.mx

✉ hola@bioh.mx

📱 @bioh.mx



| ¿Qué es?

Los estrógenos son el principal grupo de hormonas sexuales femeninas. Entre otras funciones, son responsables del desarrollo del sistema reproductivo, de los caracteres sexuales secundarios y de la regulación del ciclo menstrual en la mujer. Se sintetizan principalmente en los ovarios y en la placenta. También en las glándulas suprarrenales, tanto de hombres como de mujeres, aunque en cantidades mucho menores.

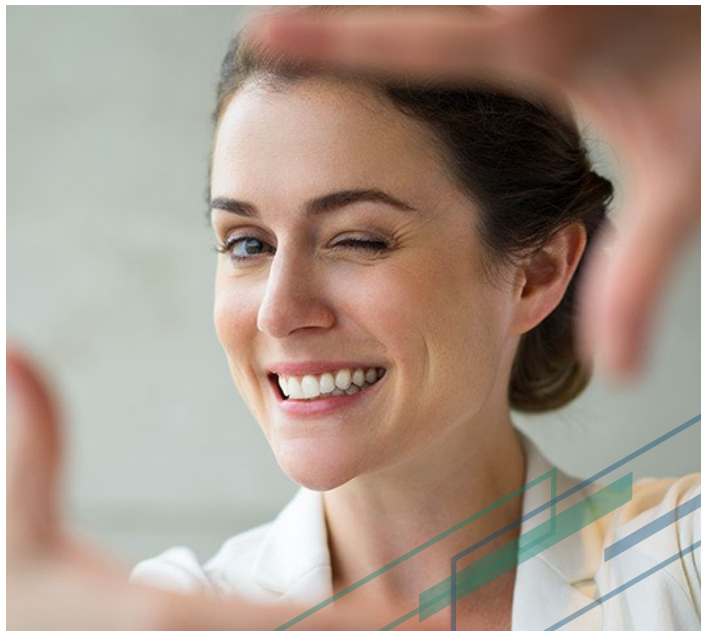
Químicamente, los estrógenos son hormonas esteroideas derivadas del colesterol. El estrógeno no es una hormona, sino un grupo de tres hormonas: la estrona (E1), el estradiol (E2) y el estriol (E3) son hormonas humanas naturales. Una alta proporción de estriol a los otros estrógenos se ha asociado con un menor riesgo de cáncer de mama.

No solo las mujeres producen estrógenos: los hombres también, aunque en menor medida. Una desregulación en la producción en los hombres puede afectar el conteo de espermatozoides.

Los niveles de estrógenos en las mujeres aumentan durante la pubertad y el embarazo, y decaen justo antes de la menopausia, y es por esta razón que las mujeres suelen tener bochornos, sequedad vaginal y falta de deseo sexual. Otras razones por las que pueden bajar son problemas en los ovarios –como el síndrome de ovarios poliquísticos–, el ejercicio y la anorexia, ya que los estrógenos necesitan de células grasas para producirse en cantidades adecuadas. Los niveles de estrógeno también disminuyen luego del parto.

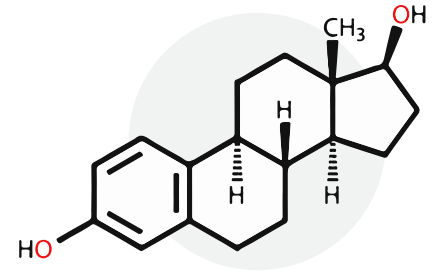
Los cambios en los niveles de estrógenos en el cuerpo pueden llevar a algunos problemas y enfermedades. Por ejemplo, el cáncer de mama es sensible a los estrógenos, ya que es un tipo de tumor receptivo hormonal positivo.

Además, la reducción de estrógenos está directamente relacionada con la depresión, algo que sucede en muchas mujeres con menopausia o luego del parto, cuando el cambio en los niveles de esta hormona en sangre es muy grande. Además, la deficiencia de estrógenos aumenta el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares –especialmente arterioesclerosis–, infecciones urinarias, ciclos dolorosos e irregulares y migrañas.

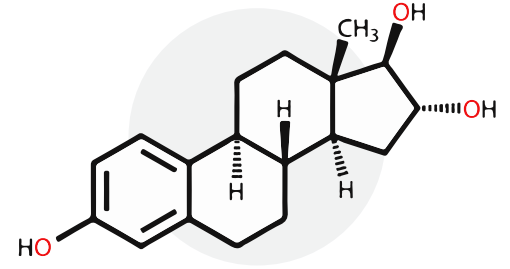


| Su cuerpo produce tres tipos principales de estrógeno:

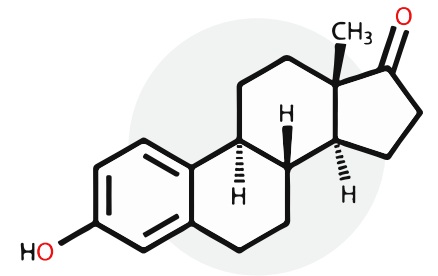
• **Estradiol (E2):** el tipo más común en mujeres en edad fértil, puesto que es producido por los ovarios, el estradiol es el estrógeno principal que se encuentra en el cuerpo de una mujer durante el período reproductivo. Estradiol es muy eficaz para el alivio sintomático de bochornos, síntomas genitourinarios, osteoporosis, problemas psicológicos bienestar y reducción de la enfermedad coronaria. Cuando el estradiol se reemplaza usando una tableta sublingual, el implante de pellets o percutáneo, no está sujeto al metabolismo de primer paso por el hígado, y por lo tanto no produce altos niveles de estrona. Usando estas vías de administración, una mujer puede imitar la liberación fisiológica de estradiol de los ovarios.



• **Estriol (E3):** el estrógeno principal durante el embarazo. Es el estrógeno que puede ser más beneficioso para la vagina, el cuello uterino y la vulva. En casos de sequedad vaginal y atrofia, que predispone a una mujer a vaginitis y cistitis, el estriol tópico puede ser el estrógeno más eficaz y más seguro de usar. Debido a esto, el estriol puede ser mejor que el estradiol para el tratamiento de las infecciones del tracto urinario.



• **Estrona (E1):** el único estrógeno que su cuerpo produce después de la menopausia (cuando los períodos menstruales se detienen), el cuerpo deriva estrona de las hormonas que se almacenan en la grasa corporal. Estrona puede hacer el mismo trabajo que el estradiol, pero podría ser considerado más débil en sus efectos. Se considera el más causante de cáncer de los tres estrógenos.



| Bajos niveles de Estrógenos

La razón más común para el bajo estrógeno en las mujeres es la menopausia o la extirpación quirúrgica de los ovarios. Los síntomas de estrógenos bajos incluyen:

- Períodos menstruales que son menos frecuentes o que se interrumpen.
- Bochornos (de repente se siente muy caliente) y/o sudores nocturnos
- Problemas para dormir
- Sequedad vaginal y bajo deseo sexual
- Cambios de humor
- Piel seca
- Algunas mujeres tienen migraña menstrual, un mal dolor de cabeza justo antes de su período menstrual.

| Niveles de Estrógenos elevados

Exceso de estrógeno puede conducir a los siguientes problemas, entre algunos otros:

- Aumento de peso, principalmente en la cintura, las caderas y los muslos
- Problemas menstruales, como sangrado leve o intenso
- El empeoramiento del síndrome premenstrual
- Senos fibroquísticos (bultos mamarios no cancerosos)
- Fibroides (tumores no cancerosos) en el útero
- Fatiga
- Pérdida del deseo sexual
- Sensación de depresión o ansiedad

| Bibliografía: