

TIGANA: ENFERMERIA HOLÍSTICA

Enfermera encargada: Raquel Cañada Millas: nº colegio: 8843

Tema 2

MENOPAUSIA: Desmontando el mito

- ¿Qué es la menopausia? Conceptos básicos
- Tipos de Menopausia
- Síntomas físicos y por qué pasan (sequedad vaginal, sofocos, fatiga, disminución de la libido, incontinencia....)
- Síntomas psicológicos y por qué pasan (irritabilidad, cambios de humor, estados depresivos, ansiedad...)
- Prevención y tratamiento de los síntomas
- ¿Cómo afecta la menopausia en la vida de las mujeres?
- Problemas digestivos vs Dolor de Estómago e infarto de miocardio
- ¿Cómo evitar la osteoporosis?
- La importancia de tener buenos niveles de vitaminas y minerales
- Resolución de dudas

PLENOPAUSIA: DISFRUTA TU NUEVA VIDA