

NOTA DE PREMSA

18 octubre, Dia Mundial de la Menopausa

Els experts alerten del infradiagnòstic d'alguns síntomes associats a la menopausa que empitjoren la qualitat de vida

Diversos estudis de Dexeus Dona mostren que l'ull sec o la pèrdua de la força de premsió manual estan relacionats amb els canvis hormonals d'aquesta etapa, però solen atribuir-se a l'envelliment i no es tracten, o es tracten tard

- L'ull sec afecta a gairebé 2 de cada 3 dones en la perimenopausa o postmenopausa, però només 1 de cada 4 està diagnosticada. Així ho revela un estudi de Dexeus Dona publicat en la revista *Menopause*.
- La pèrdua de la força de premsió manual és un altre efecte associat a la menopausa poc conegut fora de l'àmbit mèdic, que rarament es valora en consulta malgrat que a llarg termini pot tenir un efecte en la capacitat per fer tasques quotidianes i la fortalesa física, reduint l'autonomia.
- Així mateix, molts canvis que afecten la sexualitat en la menopausa com l'atròfia vaginal, la disminució del desig o sentir dolor durant les relacions sexuals s'han normalitzat i poques dones saben que existeixen tractaments per millorar el seu benestar íntim i la seva vida sexual.

Barcelona, 14 d'octubre de 2026.- Molts símptomes associats a la menopausa, com la sequedat ocular o la pèrdua de la força de premsió manual s'atribueixen a l'envelliment i no s'aborden de manera habitual en les consultes de ginecologia ni se sol informar les dones prèviament que poden aparèixer en aquesta etapa o fins i tot uns anys abans, en la perimenopausa. No obstant, s'ha demostrat científicament que estan relacionats amb els canvis a nivell fisiològic i hormonal que comporta la menopausa. El **Dr. Pascual García Alfaro**, responsable de la **Unitat de Menopausa de Dexeus Dona**, porta anys investigant aquests efectes i el seu impacte en la qualitat de vida, amb treballs publicats en revistes internacionals com *Menopause*, *Climacteric* i *Maturitas*. Entre aquests efectes es troba la síndrome de l'ull sec (*Dry Eye Disease*, DED), una patologia que pot causar irritació, enrogiment, sensació de coïssor, fotofòbia o visió borrosa i afectar activitats quotidianes com llegir, conduir o treballar amb pantalles.

Encara que el seu origen és multifactorial, el factor hormonal exerceix un paper rellevant i la seva prevalença és major en dones. Així ho constata un [estudi](#) de **Dexeus Dona** realitzat en una mostra de 1.947 dones d'entre 45 i 79 anys, que va mostrar que el **64%** de les que es troben en perimenopausa o menopausa presentava **síntomes compatibles amb ull sec**, però **només 1 de cada 4** havia rebut **un diagnòstic previ**.

Un [estudi posterior](#) va constatar una **prevalença global del DED del 79%**, que superava el **80%** en la postmenopausa, i va revelar que un **37,7%** de les participants presentava símptomes severos, associats a una pitjor qualitat de vida. “Els resultats suggereixen que es tracta d'un problema infradiagnosticat quan podria detectar-se des de la consulta ginecològica per facilitar el seu tractament o derivació a l'especialista, especialment si existeixen altres símptomes, com la sequedat genital”, explica el **Dr. Pascual García Alfaro**.

Un altre símptoma infradiagnosticat associat a la menopausa és la **xerostomia o sequetat bucal**, que pot causar ardor, dificultat per empassar, assaborir o parlar i afectar la qualitat de vida. Segons un [estudi](#) de Dexeus Dona realitzat en 3.211 dones, la xerostomia afecta a prop del 70% de les que estan en perimenopausa i menopausa.

Així mateix, la **pèrdua de força muscular**, inclosa la **força de premsió manual**, és un altre efecte poc conegut de la menopausa que pot acabar dificultant tasques quotidianes i que no se sol valorar en consultes. Dexeus Dona ha analitzat si pot estar relacionat amb factors com el consum de tabac, la densitat mineral òssia o la distribució del greix corporal. Els [resultats](#) mostren que l'edat i l'adipositat augmenten el risc. Així mateix, un altre [treball](#) de Dexeus Dona ha observat que un pitjor estat nutricional s'associa amb una menor força muscular en dones postmenopàusiques, la qual cosa obre la porta a utilitzar aquesta variable per identificar de forma més precoç a dones amb més risc.

Falta atenció a la sexualitat en la menopausa

Durant anys, els canvis que afecten la sexualitat en la menopausa s'han normalitzat com una conseqüència inevitable de l'edat. “Avui, la recerca permet mirar-los d'una altra manera”, explica la **Dra. Antonella de Ponte**, especialista en **Menopausa i Ginecologia Regenerativa i Funcional** de [Dexeus Midlife](#).

La sequedat vaginal, la falta de lubricació i d'elasticitat dels teixits de la zona vulvar i genital que comporta l'anomenada **síndrome genitourinària de la menopausa** tenen un impacte en el benestar íntim i la vida sexual. Però la majoria de les dones no consulten aquests problemes i tampoc coneixen quines teràpies existeixen per poder-los tractar. No obstant, no totes les dones experimenten els mateixos símptomes ni tots els problemes sexuals tenen la mateixa causa ni requereixen el mateix tractament.

En aquest context, la **Dra. de Ponte** ha posat en marxa diversos treballs que a més d'analitzar l'efecte de diverses tècniques per alleujar les molèsties físiques, investiguen la seva capacitat per millorar la sensibilitat, el plaer i la satisfacció sexual.

Entre ells s'inclou un [estudi pilot](#) sobre la carboxiteràpia, que va demostrar que a més de millorar la salut vaginal i vulvar, aquesta tècnica té una acció positiva en la sexualitat, la qual cosa justifica continuar estudiant aquesta opció no hormonal.

L'equip de Dexeus Midlife també ha dut a terme una [revisió](#) de 18 estudis que analitzen els resultats que ofereix la Bioregeneració amb Plasma Ric en Plaquetes (PRP). Els resultats revelen que a més de millorar aspectes físics, ofereixen resultats positius en la millora d'algunes funcions sexuals. Així mateix, la **Dra. de Ponte** ha presentat els resultats d'un treball que aplica l'[ecografia Doppler del clítoris](#) per avançar en el coneixement de la resposta sexual en casos de anorgàsmia.

Aquestes recerques obren noves vies per millorar la salut íntima i sexual durant la menopausa, amb tractaments més personalitzats que podrien complementar les teràpies actuals, així com donar pas a alternatives a la teràpia hormonal en el cas que aquesta estigui contraindicada o la pacient prefereixi altres opcions.

Els resultats s'han publicat en revistes científiques com *The Journal of Sexual Medicine* i presentat en Congressos nacionals i internacionals, com el 27è *World Meeting of Sexual Medicine*, celebrat a Porto, i l'últim Congrés de l'Associació Espanyola per a l'Estudi de la Menopausa (AEEM).

Recerca centrada en la salut de la dones

Dexeus Dona va ser un dels primers centres a Espanya a crear una **Unitat especialitzada en Menopausa** i compta amb una llarga trajectòria en recerca en salut de la dona. La seva experiència de més de 80 anys i l'elevat volum d'activitat -atén més de 100.00 pacients a l'any- li permeten disposar d'amplis registres i desenvolupar estudis amb **dades específiques de població femenina** en diferents etapes vitals. Una recerca que aporta coneixement per millorar la prevenció, el diagnòstic i els tractaments en l'àmbit de la salut de la dona i contribueix a **reduir el biaix de gènere** encara present en la recerca mèdica.

Més informació

Carmen Pérez

Responsable Premsa i Comunicació
Dexeus Dona

Gran Via Carles III, 71-75 - 08028 Barcelona
Tel. 93 227 47 00 (Ext. 22007) 699 596 554
carmen.perez@dexeus.com
comunicacion@dexeus.com
www.dexeus.com

Articles científics citats:

Síndrome ulls sec

[Prevalence of ocular surface disease symptoms in peri- and postmenopausal women](#)

Menopause. 2020

[Dry eye disease symptoms and quality of life in perimenopausal and postmenopausal women](#)

Climacteric. 2021.

Sequetat bucal

[Xerostomia and oral health-related quality of life in peri- and postmenopausal women](#)

Maturitas. 2025.

Força de premsió manual

[Handgrip strength, dynapenia, and related factors in postmenopausal women](#)

Menopause 2021

[Association of the Controlling Nutritional Status score with handgrip strength in postmenopausal women](#)

Menopause. 2026

Sexualitat i menopausa

[Carboxytherapy for Genitourinary Syndrome of Menopause: A Pilot Study.](#)

Aesthetic Surgery Journal Open Forum. 2026.

[Platelet-rich plasma in the management of vulvovaginal disorders: a systematic review.](#)

The Journal of Sexual Medicine. 2026;

[Clitoral Regeneration and Orgasmic Recovery after PRP + Hyaluronic Acid and Topical Testosterone in a Postmenopausal Woman: A Novel Multimodal Approach.](#)

The Journal of Sexual Medicine. 2026;

[Más allá de los estrógenos: medicina regenerativa con PRP y ácido hialurónico en disfunción sexual y síndrome genitourinario de la menopausia.](#)

Toko-Ginecología Práctica. Congreso AEEM 2026