

Sequedad vaginal

Opciones terapéuticas

En la oficina de farmacia es frecuente recibir consultas sobre la sequedad vaginal. En este artículo se describen las causas de esta afección y cómo paliar los síntomas con los diferentes activos que presentan los productos dermofarmacéuticos específicamente indicados.

LEIRE AZCONA

Farmacéutica comunitaria de Vizcaya. Máster en Cosmética y Dermofarmacia.

La sequedad vaginal se produce como consecuencia de la disminución en la producción de fluidos del aparato genital femenino. Esta falta de lubricación puede provocar una sensación de malestar que suele resultar bastante desagradable. En este artículo describiremos las causas que provocan esta sequedad vaginal, los productos más idóneos para combatirla y qué consejos podemos aportar desde la oficina de farmacia a las mujeres que sufrieren este problema.

Etiología

El síntoma más común de la sequedad vaginal es el dolor durante la relación sexual o dispareunia, que se produce por la falta de fluido en la mucosa vaginal, necesario para soportar la fricción. Otras sensaciones que se pueden manifestar asociadas a la sequedad vaginal son: picazón, sensibilidad, irritación o inflamación en la zona vaginal.

La falta de lubricación es un síntoma esporádico o permanente, dependiendo de la causa que lo origine. Éstas pueden ser orgánicas o asociadas a determinadas condiciones físicas, pueden estar relacionadas con disfunciones u otros problemas de salud también física, o bien psíquicas.

Causas orgánicas

Las causas orgánicas son las más comunes. Entre ellas encontramos:

Disminución del nivel de estrógenos.

La causa más habitual de la sequedad vaginal es la falta de estrógenos. La cantidad y la viscosidad de la mucosidad vaginal varían en el transcurso del ciclo menstrual, debido a la fluctuación en la producción de estas hormonas sexuales. Los estrógenos se producen principalmente durante la fase de maduración del óvulo, cuando éste aún no ha sido liberado del ovario (es el momento del ciclo menstrual de mayor lubrica-

Clínica

Distintos estudios manifiestan que alrededor del 50% de las mujeres sanas mayores de 60 años presenta síntomas relacionados con la atrofia vaginal, manifestándose fundamentalmente por una sensación de sequedad vaginal, prurito, irritación, cierto grado de quemazón e incluso dolor en las relaciones sexuales (dispareunia).

La sequedad vaginal se manifiesta por la disminución de los fluidos generados en el aparato genital femenino. A continuación detallamos las zonas específicas capaces de producir una secreción para mantener el área genital lubricada y húmeda.

El cuello del útero

El canal cervical, ubicado en la parte inferior de la matriz o útero, está recubierto por múltiples glándulas pequeñas que producen una secreción espesa llamada «moco cervical». Este fluido ocupa el canal del útero y gotea hacia la vagina. Su principal misión es conducir los espermatozoides al interior del útero durante la fecundación, por tanto, su producción está regulada por

las hormonas ováricas (estrógenos) que lo hacen más abundante y fluido durante la ovulación.

La vagina

Es un conducto muscular dotado de gran elasticidad. Su función es comunicar el aparato genital interno con el exterior. El revestimiento vaginal está muy condicionado por la acción de los estímulos sexuales y de las hormonas ováricas, que regulan su secreción mejorando la humedad y lubricación de la zona.

La vulva

La vagina llega al exterior por la vulva, que es la parte visible del aparato genital femenino. En ella además desembocan las glándulas vulvares, cuyas secreciones colaboran en la lubricación.

Por lo tanto, el fluido que lubrica la vagina está constituido por la mezcla del moco producido por las glándulas del cuello uterino, el líquido trasudado de las paredes vaginales y la secreción de las glándulas vulvares. La cantidad de fluido que se genera varía en función del momento del ciclo menstrual y de los estímulos sexuales.

ción vaginal). Por esta razón, durante la menstruación la capacidad de lubricación se reduce ostensiblemente.

Embarazo y lactancia. El nivel de estrógenos influye en la hidratación vaginal y tanto en el embarazo como en el período de lactancia el sistema hormonal femenino está alterado y produce menor cantidad de estrógenos, lo que deriva en una menor lubricación vaginal. Sin embargo, cuando los niveles hormonales vuelven a la normalidad, el problema desaparece.

Las mujeres que amamantan a sus hijos presentan un nivel bajo de estradiol debido a que segrega prolactina,

que es una hormona que estimula la producción de leche materna y paralelamente inhibe la producción de estrógenos. Al cabo de 2-3 meses después del parto vuelve la menstruación y, aunque los niveles de estrógenos aún no sean óptimos, sí disminuirán molestias como la tirantez y la sequedad vaginal.

Menopausia. Durante la menopausia la función ovárica cesa su actividad y, por tanto, la producción de estrógenos está disminuida. La pared vaginal se adelgaza y pierde elasticidad. Además, debido a la pérdida de la flora vaginal, se producen variaciones en el pH, se

alcaliniza, y las glándulas vaginales se contraen reduciéndose la lubricación vaginal, lo que ocasiona sequedad vaginal.

Como consecuencia aparecen unos síntomas característicos que la mujer menopáusica describe como sensación de peso o presión vaginal, picor, escozor o quemazón. Por esta razón, el proceso de humidificación vaginal está disminuido hasta tal punto que puede provocar dificultad en las relaciones sexuales o riesgo de infección en la zona.

Causas relacionadas con la salud física

En este apartado cabe comentar la relación entre la sequedad vaginal y algunas infecciones del área genital, el uso de determinados medicamentos o productos para la higiene, la diabetes y el síndrome de Sjögren.

Inflamación de los tejidos vaginales o vaginitis. Tanto el dispositivo intrauterino (DIU) como el diafragma vaginal pueden generar inflamación en las paredes vaginales o vaginitis. En el caso del DIU la causa que genera esta inflamación suele ser que el dispositivo no esté colocado adecuadamente. Por otro lado, el diafragma, si es demasiado grande, también puede provocar vaginitis. Si la mujer es alérgica a los espermicidas o al látex puede manifestar una inflamación en la vagina al utilizar estos métodos anticonceptivos.

Las infecciones vaginales, en cuyo origen suelen hallarse microorganismos como *Candida albicans*, *Gardnerella vaginalis* o, en casos más graves, *Trichomonas vaginalis*, producen prurito, sensibilidad, irritación, inflamación en la zona vaginal e incluso dispareunia.

En estos casos se secreta un fluido, en general maloliente y de mayor espesor que el habitual, que puede ir acompañado de prurito y ardor. Esta secreción inflamatoria llamada «flujo patológico» merece siempre una consulta al ginecólogo.



Medicamentos. Ciertos medicamentos hormonales, como las pastillas anticonceptivas o los fármacos utilizados para el tratamiento del cáncer de mama, de ovario o de útero, pueden producir sequedad vaginal. Los anticonceptivos son a menudo causantes de esta molestia, principalmente los que en su composición incluyen un alto contenido androgénico y/o presentan niveles bajos de estrógenos.

Los antidepressivos tricíclicos, los fármacos anticolinérgicos que se utilizan principalmente para el tratamiento de los trastornos gastrointestinales, como la úlcera péptica y el colon irritable, o ciertos antihipertensivos pueden tener como efecto secundario la disminución de la secreción vaginal. Otros medicamentos que también pueden ser causantes de este problema son los antihistamínicos, empleados en el tratamiento de las alergias y, más comúnmente, en la formulación de los fármacos indicados para el tratamiento sintomático del resfriado.

Diabetes. En el caso de las mujeres con diabetes podemos observar una falta de lubricación vaginal, particularmente en aquellas con un control deficiente de la glucosa sanguínea. Esta pérdida de lubricación puede asociarse a dos complicaciones en la enfermedad diabética: la neuropatía, que puede disminuir la respuesta al estímulo sexual, y el daño a los vasos sanguíneos, que limita el flujo sanguíneo en la pared vaginal disminuyendo la cantidad de flujo lubricante.

Síndrome de Sjögren. Si junto con la sequedad vaginal se aprecian molestias en la boca y falta de saliva, o bien hay molestias oculares como sensación de arenilla y picor en los ojos, se debe consultar con el médico, ya que podría manifestarse el síndrome de Sjögren. Esta es una enfermedad autoinmune crónica, de lenta progresión, que se caracteriza por la infiltración de los leucocitos en las glándulas exocrinas, especialmente las salivares y las lagrimales, lo que se traduce en una queratoconjuntivitis seca y una xerostomía generalizada. Otro de los trastornos que padecen los pacientes con síndrome de Sjögren de sexo femenino es la sequedad vaginal, que ocasiona prurito, irritación y dificultad en la mujer para mantener relaciones sexuales.

Según los resultados de un trabajo del año 2005 realizado por el Servicio de Enfermedades Autoinmunes del Hospital Clínic de Barcelona, en el que se evaluó a 100 pacientes con síndrome de Sjögren primario, el 78% de los pacientes presenta mejoría de la sequedad oral y el 66% de la sequedad ocular gracias al tratamiento con clorhidrato de pilocarpina, que se les administró durante un año. En este estudio se observó que el 46% de las pacientes analizadas manifestaba una mejoría de la sequedad vaginal con este tratamiento.

Excesivo uso de jabones, lociones e irrigadores vaginales. En algunas ocasiones la sequedad vaginal puede ser causada por el uso excesivo de irrigadores vaginales o por una higiene genital excesiva. En estos casos los síntomas mejoran si se recuperan unas prácticas de higiene racionales.

Causas relacionadas con la salud psíquica

Entre las causas psíquicas de la sequedad vaginal cabe destacar las siguientes:

Estrés. Genera un aumento de cortisol en sangre de manera que, a su vez, produce un desequilibrio en la secreción de hormonas sexuales, entre ellas los estrógenos, que puede afectar al nivel de hidratación vaginal.

También el tabaco interfiere en las funciones estrogénicas y, por tanto, puede disminuir la lubricación vaginal. Un efecto similar se asocia al consumo de alcohol y de marihuana.

Miedos y desinterés. Se considera que los miedos que puede tener una mujer en relación con la sexualidad pueden desencadenar reacciones negativas para el proceso de lubricación vaginal por estimulación del sistema nervioso. La falta de interés por el sexo o por la pareja también puede provocar este tipo de trastorno.

Lubricantes

Normalmente la sequedad vaginal mejora con la aplicación de hidratantes vaginales tópicos no hormonales y lubricantes. Estas cremas vaginales no sólo hidratan la zona vaginal sino que

también favorecen la flexibilidad y la elasticidad de la mucosa.

En los casos más severos de sequedad, se aconseja acudir al ginecólogo. Puede que éste prescriba fórmulas lubricantes con fármacos estrogénicos en su composición.

Las cremas vaginales lubricantes son de gran ayuda para hidratar la zona genital, pero deben ser formuladas con una base hídrica, es decir, que sean solubles en agua. Hay que omitir el uso de vaselinas o aceites minerales, ya que éstos pueden adherirse a la mucosa vaginal y alterarla e incluso favorecer el desarrollo de diversos microorganismos. Además, en el caso de utilizar preservativos, la vaselina puede favorecer la rotura del látex de los profilácticos. Se aconsejan las formulaciones en forma de gel ligero, de fácil aplicación y que mantenga su eficacia en la zona durante bastante tiempo. En la farmacia encontramos fórmulas en gel o crema-gel.

Los lubricantes se diferencian según la zona donde van a ser aplicados: en más externa del aparato genital femenino (vulvar) o en la interna (vaginal). Así, podríamos clasificar las cremas hidratantes o lubricantes en externas e internas respectivamente.

Cada etapa en la vida de la mujer se caracteriza por un pH vaginal específico y una flora vaginal determinada. En la edad fértil se aconseja que el lubricante presente un pH ligeramente ácido, de manera que sea lo más parecido al pH natural de esta parte del cuerpo, es decir, no superior a 5,0, para que así resulte menos agresivo e incluso evite el desarrollo de ciertos microorganismos. Tanto en la menopausia como en la preadolescencia el pH de la vagina es neutro, por tanto, las cremas hidratantes vaginales que debemos aconsejar en estos casos tienen que respetar este pH 7.

El lubricante no debe contener ni esencias ni sabores, ya que estos ingredientes pueden producir irritaciones en el área genital.

Formulación de los lubricantes vaginales

Para aliviar la sequedad vaginal se recomienda el uso de activos lubricantes que tengan la propiedad de ser absorbidos por la mucosa vaginal. Entre ellos encontramos:

Glicerina y sus derivados poliméricos

Estos activos se adhieren a la superficie de las células vaginales humectando y lubricando el epitelio vaginal, de manera que mejoran la elasticidad y turgencia de la zona evitando las molestias de la sequedad vaginal.

Ácido láctico

El ácido láctico acidifica la zona genital y, por tanto, ayuda a restablecer el ecosistema vaginal natural alcanzando su equilibrio. Restablecer la flora natural vaginal es de gran importancia, no sólo para mejorar los síntomas de picor, irritación y dispareunia, sino también para evitar que se generen infecciones por repetición en la zona.

Ácido hialurónico

Gracias a su gran poder humectante, mejora significativamente la hidratación vaginal.

Isoflavonas de soja

Otro de los activos empleados en la formulación de hidratantes ginecológicos son las isoflavonas de soja. Estas moléculas obtenidas de los productos de soja se absorben y actúan sobre los receptores estrogénicos de la mucosa vaginal. Por esta razón las isoflavonas de soja reciben el nombre de fitoestrógenos.

La efectividad de estos activos sobre la atrofia vaginal no cuenta aún con evidencia científica suficiente, aunque un laboratorio experto en fitoterapia evaluó la efectividad de las isoflavonas de soja en la síntesis proteica de un cultivo in vitro de epitelio humano. Se observó que la síntesis proteica aumentaba en un 12 frente al 19% conseguido por el factor de crecimiento endotelial. Así quedó demostrado un efecto positivo de las isoflavonas de soja sobre el trofismo y la regeneración del epitelio vaginal, lo que deriva en una mejoría de la sequedad vaginal.

Aceite de rosa mosqueta

Otro de los activos empleados es el aceite de rosa mosqueta. Se absorbe a través de la mucosa vaginal mejorando la regeneración del epitelio y, por tanto, disminuyendo la sequedad vaginal.

Consejo farmacéutico

Desde la oficina de farmacia podemos asesorar a la paciente sobre buenos hábitos para una adecuada higiene genital y sobre cuál es el producto lubricante idóneo para su caso leve. Si los síntomas no remiten, le aconsejaremos que consulte a su ginecólogo.

No olvidaremos las siguientes recomendaciones:

- Es suficiente lavarse los genitales externos con agua y un jabón suave específico para esa zona una vez al día. Cualquier otro producto como lociones e irrigaciones son innecesarios o incluso perjudiciales, si no es por expresa indicación del médico.
- Un análisis de sangre que determine el perfil hormonal de la mujer permite conocer si existe algún desequilibrio en las hormonas que pueda ser la causa de la sequedad vaginal y así que el médico la trate adecuadamente.
- Desde la oficina de farmacia podemos aconsejar la crema lubricante más adecuada para reducir los síntomas leves de la sequedad vaginal. Para ello es muy importante conocer la causa principal que provoca la sequedad vaginal y así decidir qué activos son los más idóneos en cada caso.
- Hay productos lubricantes indicados para la zona genital más externa y otros para la zona vaginal interna. Según los síntomas y las necesidades de la paciente, convendrá recomendarle unos u otros. □

También puede ser utilizado como lubricante con los profilácticos.

Extractos vegetales

Entre los principales extractos vegetales empleados en dermofarmacia para aliviar la sequedad vaginal se encuentran:

- Salicaria, con propiedades antisépticas y antiinflamatorias.
- Elicriso, con propiedades antiinflamatorias, antibacterianas y antimicóticas.
- Tomillo, con propiedades antifúngicas y antisépticas.
- Caléndula, con propiedades antiinflamatorias y cicatrizantes.

Estrógenos

Como ya hemos explicado anteriormente, una de las principales causas que provocan la sequedad vaginal es la falta de estrógenos. Los estrógenos modulan la cantidad y la viscosidad de la mucosa vaginal, ya que el estradiol interviene en la producción de los fibroblastos de las mucosas transformando el endometrio.

Normalmente, la formulación de estos medicamentos contiene estrógenos micronizados.

Su vía de administración es vaginal. Se aconseja su aplicación por la noche, ya que pueden producir somnolencia. Todavía no se conoce con exactitud la seguridad del uso tópico de los estrógenos de forma repetida o prolongada sobre el endometrio, por lo que se recomienda utilizar estos fármacos con la menor frecuencia posible para que sean efectivos, y así minimizar su absorción sistémica. Además, el tratamiento debe revisarse anualmente, para reevaluar la necesidad de continuar con él. Si durante el tratamiento se produjeran hemorragias imprevistas deberán investigarse las causas incluso con biopsias de endometrio, para excluir una posible malignización.

Lidocaína

La lidocaína es un activo anestésico y se formula en las cremas vaginales indicadas para el alivio temporal y local del picor leve de la zona vaginal externa. No se recomienda el uso de lidocaína durante más de 7 días. □