

Efemérides: el 18 de octubre es el Día Mundial de la Menopausia

18 octubre, 2023



El Día Mundial de la Menopausia fue establecido para ayudar a crear conciencia sobre la necesidad de prestar atención a la salud de la mujer en esta etapa.

El Día Mundial de la [Menopausia](#) se celebra cada 18 de octubre a partir de un acuerdo entre la [Sociedad Internacional de la Menopausia \(SIM\)](#) y la [Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#).

La menopausia es un proceso por el que pasan todas las mujeres entre los 45 y 55 años, aproximadamente, pero no siempre todas entienden sus claves. Se trata del momento en el que su cuerpo deja de producir estrógenos y se reduce la progesterona, principal hormona reproductiva, dando como resultado la retirada del periodo menstrual. Esta etapa supone, por tanto,

el fin de la época fértil de las mujeres, por lo que tiene grandes implicaciones tanto físicas como psicológicas.

El objetivo

El objetivo de este Día Mundial es ayudar a crear conciencia sobre la necesidad de prestar atención a la salud de la mujer y prevenir las enfermedades más frecuentes en esta etapa. Entre otras cosas se busca que los países, a través de sus sistemas nacionales de salud, activen los programas de educación para que las mujeres puedan conocer cómo abordar este proceso y así poder prevenir los síntomas y patologías.

Según la OMS, dentro de treinta años habrá más de mil millones de mujeres con cincuenta años o más, es decir el triple que en 1990. Esto implicará muchos cambios en el cuidado de la salud especializado en este colectivo y por ello el trabajo de los ginecólogos será imprescindible.

El imparable incremento de la esperanza de vida hace que estas mujeres lleguen a una edad muy avanzada y la calidad de su salud puede deteriorarse debido a los desarreglos debidos a la **pérdida de estrógenos**.

El cambio en la comprensión de la menopausia, junto al aumento de la esperanza de vida entre otros cambios sociales y sanitarios están ayudando a cambiar el matiz negativo que solía tener este término.

Otras efemérides

- 1908. Se establece que el Congo deja de ser una propiedad privada del rey Leopoldo II de Bélgica para pasar a una colonia belga administrada por un gobernador. El rey cede el Congo a raíz de las denuncias internacionales sobre la brutalidad hacia los nativos africanos. La situación mejora para los congoleños, que serán colonia hasta su independencia

en 1960.

- 1926. En Danzig nace Klaus Kinski. El actor alemán mantuvo una relación profesional de amor-odio con Werner Herzog, a cuyas órdenes filmó películas como Aguirre, la ira de Dios y Fitzcarraldo. Padre de la actriz Natassja Kinski, murió en 1991 en Estados Unidos.
- 1956. En Praga nace Martina Navratilova, una de las más grandes tenistas de la historia. Ganó todos los torneos de Grand Slam, no solamente en singles, sino también en dobles y en dobles mixtos. En singles, obtuvo tres veces el Abierto de Australia, en cuatro ocasiones el US Open y fue bicampeona de Roland Garros, mientras que se alzó nueve veces con el trofeo en Wimbledon. Su último partido como profesional fue ante Gabriela Sabatini, en el Masters de 1994 que ganó la argentina.
- 1961. Nace en Nueva Orleans uno de los mayores trompetistas de jazz de todos los tiempos: Wynton Marsalis. Con una amplísima discografía a sus espaldas, también incursionó en el repertorio clásico. Por su oratorio Blood on the Fields recibió el Premio Pulitzer en 1997.
- 1968. El atleta norteamericano Bon Beamon logra uno de los récords más impactantes de la historia. Consigue un registro de 8,90 metros en el salto en largo en la final de los Juegos Olímpicos de México y se queda con la medalla de oro. Beamon, de 22 años, supera en 55 centímetros la marca anterior. El récord recién fue quebrado por Mike Powell en el mundial de atletismo de 1991 en Tokio. La marca de Beamon todavía se mantiene como récord olímpico.
- 1977. Un incendio destruye por completo al Teatro Argentino de La Plata, la principal sala lírica después del Colón. El siniestro, que se sospecha intencional, se produjo por un cortocircuito durante un ensayo del ballet. La dictadura llamó a concurso para un nuevo teatro en 1980. Recién se inauguró en

octubre de 1999.

- 2019. Comienzan las protestas en Chile por el aumento del boleto de subte. Con el correr de los días, los reclamos se multiplican mientras el gobierno de Sebastián Piñera opta por la represión. Carabineros apuntan con sus armas a los rostros de los manifestantes y muchos pierden uno o ambos ojos. La protesta pone en entredicho el modelo imperante desde la dictadura de Pinochet: amplias franjas reclaman el fin de la jubilación privada y cambios en los sistemas de educación y salud. El gobierno derechista cede y convoca a un referéndum para una reforma de la Constitución que sancionó la dictadura en 1980. El 25 de octubre de 2020 gana el Sí a la reforma y en mayo de 2021 son elegidos los constituyentes.