

## Patologías con nombre de mujer <sup>[1]</sup>

### Saber más <sup>[2]</sup>

Según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), el 68% de las mujeres de 15 años o más presenta alguna enfermedad crónica. Situación que, según la Plataforma de Organizaciones de Pacientes, provoca **una doble discriminación, por la condición de mujer y por la de tener una enfermedad crónica**. De nuevo, la desigualdad y la brecha de género se repiten en el ámbito de la salud.

Con motivo del **Día Internacional de la Mujer**, que se celebra cada año el 8 de marzo, hablamos sobre algunas enfermedades que, dándose en ambos géneros, tienen más incidencia en mujeres.

## Las enfermedades más comunes en mujeres

### Diabetes

Los cambios hormonales que sufren durante la menopausia son los responsables de que en la edad madura haya más mujeres que hombres que padecen diabetes tipo 2: al descender el nivel de estrógenos, pierden el efecto protector de estos frente al riesgo cardiovascular.

Según el estudio, publicado en *JAMA Cardiology*, las mujeres menores de 55 años con diabetes tipo 2 tienen un riesgo 10 veces mayor de desarrollar enfermedad coronaria durante las próximas dos décadas que las mujeres sin diabetes.

### Esclerosis Múltiple

Según la Sociedad Española de Neurología, la Esclerosis Múltiple afecta a 47.000 personas en España y la prevalencia es mucho mayor entre las mujeres. El 70% de los casos de Esclerosis Múltiple se diagnostican entre los 20 y 40 años y las mujeres se ven afectadas entre 2 y 3 veces más a menudo que los hombres.

Numerosos estudios investigan porqué afecta más a las mujeres que a los hombres, y los motivos pueden estar en la suma de varios factores, entre los que se encuentra la complejidad del sistema inmune femenino y las hormonas sexuales.

## Esclerosis Múltiple

70%

**casos  
detectados**

Entre los 20 y 40 años

La Esclerosis Múltiple afecta entre **2 y 3 veces más** a menudo a las mujeres que a los hombres.



## Enfermedades reumáticas

La artritis reumatoide es una inflamación de las articulaciones que produce dolor, hinchazón y rigidez de las mismas y es tres veces más común en mujeres que en hombres. La fibromialgia es también más habitual en ellas que en ellos en una proporción de entre 3 y 7 a 1. Produce dolor en músculos, articulaciones, ligamentos y tendones, y está asociada a cansancio, trastornos del sueño, dolores de cabeza, ansiedad y depresión.

Debido a diferencias fisiológicas y anatómicas, hay **enfermedades que es más probable** que se **desarrollen en el cuerpo de una mujer**.

## Cáncer de mama

El cáncer de mama todavía puede aparecer en los hombres, pero como es lógico, es más común en las mujeres. Hay algunos factores de riesgo que no se pueden controlar, como envejecer y tener ciertos genes heredados, pero también existen hábitos cotidianos que pueden reducir el riesgo de contraer la enfermedad, como limitar el consumo de alcohol y mantenerse activa.

En cuanto a la tasa de incidencia, se estiman 125.8 casos por cada 100.000 habitantes.

## Anemia

La mala alimentación propia del ritmo de vida actual junto a la menstruación, hacen que las mujeres sean más propensas a sufrir este descenso del número de glóbulos rojos en la sangre. Palidez de la piel, uñas quebradizas, caída del pelo, irritabilidad, cansancio o dolores de cabeza son los síntomas más comunes. Según la OMS, el grupo de población que cuenta con el máximo número de personas afectadas es el de las mujeres no embarazadas (468,4 millones).

Las mujeres **infravaloran sus síntomas**, tardan más en acudir a un centro sanitario y, por tanto, se demora tanto el **diagnóstico** como el **tratamiento**

## Trastornos psicológicos

En enfermedades que afectan a la salud mental como la ansiedad y la depresión, las mujeres tienen el doble de probabilidades que los hombres de ser diagnosticadas con estos trastornos, según la OMS. No hay una causa única para la depresión, pero los niveles de hormonas durante el ciclo menstrual, el embarazo, el posparto y la menopausia pueden aumentar el riesgo de convivir con este trastorno. El estrés, los antecedentes familiares, y el dolor también pueden influir.

### Trastornos psicológicos

Las mujeres tienen el doble de probabilidades que los hombres de ser diagnosticadas con un trastorno psicológico.



x3-4  
FOBIAS

90%

ALTERACIONES DE  
LA CONDUCTA  
ALIMENTARIA

x2

ANSIEDAD  
Y DEPRESIÓN

- Ansiedad y depresión (doble de mujeres),
- Fobias (3-4 veces más frecuente en mujeres)
- Alteraciones de la conducta alimentaria (90% son mujeres)
- Insomnio

## Migraña

Esta enfermedad crónica a veces incapacitante, afecta en torno al 10% de la población, y es más frecuente en el sexo femenino con una proporción de 3 a 1. La razón por la que es más habitual en la mujer se debe a factores hormonales (oscilaciones en los niveles de estrógenos) y, por ello, aumenta durante los días previos a la menstruación y disminuye durante el embarazo y tras la menopausia.

### Migraña

Esta enfermedad crónica a veces incapacitante, afecta en torno al 10% de la población, y es más frecuente en el sexo femenino.



**Proporción  
de 3 a 1.**



## La perspectiva de género como pieza fundamental

La brecha de género en la salud de las mujeres es una problemática que afecta a toda la sociedad. Es por eso, que es fundamental incorporar la perspectiva de género en todas las fases, desde la investigación en ensayos clínicos hasta los protocolos y actuaciones de diagnóstico y tratamiento.

Además, la prevención es también otro factor a tener en cuenta en esta cadena. Muchos de los factores de riesgo que amenazan la salud de la mujer se pueden prevenir. Para ello es importante adoptar un estilo de vida saludable:

- No fumar.

- Seguir una dieta sana.
- Mantener un peso saludable.
- Mantenerse activa.
- Limitar el consumo de alcohol.
- Controlar el estrés.

Algunas medidas preventivas simples, pueden ayudar a reducir los riesgos y salvar vidas.

**Disclaimer:**

**Referencias:**

1.

[https://jamanetwork.com/journals/jamacardiology/fullarticle/2775559?guestAccessKey=2ab8-45a9-a315-4db512c1a3a5&utm\\_source=For\\_The\\_Media&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=](https://jamanetwork.com/journals/jamacardiology/fullarticle/2775559?guestAccessKey=2ab8-45a9-a315-4db512c1a3a5&utm_source=For_The_Media&utm_medium=referral&utm_campaign=)

[3]

2.

<https://www.who.int/health-topics/women-s-health/> [4]

3.

<https://www.efesalud.com/blog-salud-prevencion/10-enfermedades-con-rostro-de-mujer/>

[5]

4.

Sociedad Española de Neurología <http://www.sen.es/> [6]

5.

<https://www.everydayhealth.com/heart-health/diabetes-dramatically-increases-risk-of-heart-problems-in-younger-women/> [7]

6.

<https://www.everydayhealth.com/autoimmune-disorders/understanding/women-and-autoimmune-diseases.aspx> [8]

7.

[https://www.who.int/vmnis/database/anaemia/anaemia\\_data\\_status\\_t2/es/](https://www.who.int/vmnis/database/anaemia/anaemia_data_status_t2/es/) [9]

8.

<https://www.geicam.org/cancer-de-mama/el-cancer-de-mama-se-puede-prevenir/incidencia-del-cancer-de-mama#:~:text=En%20Espa%C3%B1a%20aproximadamente%20el%2030,de%20>

[10].

---

**Source URL:** <https://www.novartis.es/stories/saber-mas/patologias-con-nombre-de-mujer>

**Links**

[1] <https://www.novartis.es/stories/saber-mas/patologias-con-nombre-de-mujer>

[2] <https://www.novartis.es/stories/saber-mas>

[3] [https://jamanetwork.com/journals/jamacardiology/fullarticle/2775559?guestAccessKey=6d7dabdd-2ab8-45a9-a315-4db512c1a3a5&utm\\_source=For\\_The\\_Media&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=ftm\\_links&](https://jamanetwork.com/journals/jamacardiology/fullarticle/2775559?guestAccessKey=6d7dabdd-2ab8-45a9-a315-4db512c1a3a5&utm_source=For_The_Media&utm_medium=referral&utm_campaign=ftm_links&)

[4] <https://www.who.int/health-topics/women-s-health/>

- [5] <https://www.efesalud.com/blog-salud-prevencion/10-enfermedades-con-rostro-de-mujer/>
- [6] <http://www.sen.es/>
- [7] <https://www.everydayhealth.com/heart-health/diabetes-dramatically-increases-risk-of-heart-problems-in-younger-women/>
- [8] <https://www.everydayhealth.com/autoimmune-disorders/understanding/women-and-autoimmune-diseases.aspx>
- [9] [https://www.who.int/vmnis/database/anaemia/anaemia\\_data\\_status\\_t2/es/](https://www.who.int/vmnis/database/anaemia/anaemia_data_status_t2/es/)
- [10] <https://www.geicam.org/cancer-de-mama/el-cancer-de-mama-se-puede-prevenir/incidencia-del-cancer-de-mama#:~:text=En%20Espa%C3%B1a%2C%20aproximadamente%20el%2030,de%201%20de%20cada%208>