

2025 el año que cambió todo sobre la terapia hormonal:

Lo que revela el nuevo análisis WHI 2025

Durante más de dos décadas, la Terapia de Reemplazo Hormonal (TRH) ha vivido bajo una nube de miedo y confusión, un legado del controvertido estudio de la Women's Health Initiative (WHI) de 2002.

Ese estudio, que vinculó la TRH con un mayor riesgo de cáncer de mama y enfermedades cardíacas, provocó una caída drástica en su uso y dejó a una generación de mujeres sin tratamiento para los síntomas de la menopausia.

Sin embargo, el año 2025 ha marcado un punto de inflexión histórico, con un nuevo análisis de los datos del WHI y una acción regulatoria decisiva que están reescribiendo la narrativa de la TRH.

Libera tu Salud te informa sobre este análisis:

Durante más de dos décadas, la Terapia de Reemplazo Hormonal (TRH) ha vivido bajo una nube de miedo y confusión, un legado del controvertido estudio de la Women's Health Initiative (WHI) de 2002.

Ese estudio, que vinculó la TRH con un mayor riesgo de cáncer de mama y enfermedades cardíacas, provocó una caída drástica en su uso y dejó a una generación de mujeres sin tratamiento para los síntomas de la menopausia.

Sin embargo, el año 2025 ha marcado un punto de inflexión histórico, con un nuevo análisis de los datos del WHI y una acción regulatoria decisiva que están reescribiendo la narrativa de la TRH.

El terremoto de 2002 y la generación perdida

Para entender la magnitud del cambio actual, es crucial recordar el impacto del estudio WHI original. Publicado en 2002, sus hallazgos provocaron pánico entre pacientes y médicos.

El uso de la TRH, que en los 90 era vista casi como una "fuente de la juventud", se desplomó de un 22% de las mujeres mayores de 40 años en 1999 a menos del 5% una década después.

Con el tiempo, se revelaron fallas metodológicas cruciales en el estudio original del WHI:

Edad de las Participantes: El promedio era de 63 años, más de diez años después de la edad promedio de la menopausia.

Formulación Hormonal: Se utilizó una formulación que actualmente ya no es de uso común.



A pesar de estas revelaciones, el daño ya estaba hecho. El Dr. Marty Makary, comisionado de la FDA, lamentó: "Trágicamente, a decenas de millones de mujeres se les han negado los beneficios de la TRH que les cambian la vida y la salud a largo plazo debido a un dogma médico arraigado en una distorsión del riesgo".

El año de la reivindicación

Finalmente, el péndulo está empezando a moverse hacia una posición más central. Este cambio ha sido impulsado por dos acontecimientos cruciales ocurridos en 2025:

La FDA elimina las advertencias de "Caja Negra"

01

En noviembre de 2025, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS) y la FDA anunciaron la eliminación de las advertencias de "caja negra" de los productos de TRH para la menopausia.

Esta decisión histórica se basó en una revisión exhaustiva de la literatura científica y las conclusiones de un panel de expertos. Las nuevas etiquetas eliminarán las referencias a los riesgos de enfermedad cardiovascular, cáncer de mama y probable demencia para las poblaciones adecuadas, reconociendo que los riesgos del estudio original no son aplicables a las mujeres que inician la terapia en la perimenopausia o menopausia temprana.

El Nuevo Análisis del WHI: La "Hipótesis del Timing" Confirmada

02

Publicado en la prestigiosa revista JAMA Internal Medicine, un nuevo análisis secundario de los datos del WHI, liderado por el Dr. Jacques E. Rossouw, finalmente estratificó los riesgos por edad, confirmando lo que se conoce como la "hipótesis del timing". El estudio evaluó a más de 27,000 mujeres y sus hallazgos son claros y contundentes.

50-59 años

Sin aumento significativo del riesgo.

Usar TRH para síntomas moderados a severos si no hay contraindicaciones.

60-69 años

Riesgo intermedio.

Precaución al iniciar la terapia en este grupo de edad.

70+ años

Aumento significativo del riesgo.

Evitar el inicio de la terapia hormonal.

Grupo de Edad

Riesgo Cardiovascular con TRH

Recomendación Clínica 2025

Beneficios Comprobados: Más Allá de los Sofocos

Con la evidencia actual, los beneficios de la TRH, cuando se inicia en el momento adecuado (dentro de los 10 años del inicio de la menopausia o antes de los 60 años), son innegables y van mucho más allá del alivio de los sofocos:

- Reducción de la mortalidad por todas las causas.
- Reducción del riesgo de enfermedades cardiovasculares hasta en un 50%.
- Reducción del riesgo de enfermedad de Alzheimer en un 35%.
- Reducción de fracturas óseas entre un 50% y un 60% .

Conclusión: Una nueva era para la salud de la mujer

El año 2025 marca el fin de una era de miedo y el comienzo de una era de medicina basada en la evidencia para la salud de la mujer en la mediana edad.

La TRH no es una panacea ni un veneno; es una herramienta terapéutica altamente efectiva y segura para la candidata adecuada, en el momento adecuado.

La conversación ha cambiado. Para millones de mujeres, la decisión sobre la terapia hormonal ya no estará dictada por el miedo, sino por una discusión informada y personalizada con su médico, basada en la ciencia más actualizada.

Referencias

[1] Schweitzer, K. (2025, 19 de septiembre). New Analysis of Women's Health Initiative Data Aims to "Clear the Air" Over Menopausal Hormone Therapy. JAMA. <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2839211>

[2] U.S. Department of Health and Human Services. (2025, 10 de noviembre). HHS Advances Women's Health, Removes Misleading FDA Warnings on Hormone Replacement Therapy. <https://www.hhs.gov/press-room/hhs-advances-womens-health-removes-misleading-fda-warnings-hormone-replacement-therapy.html>

[3] Rossouw, J. E., Aragaki, A. K., Manson, J. E., et al. (2025). Menopausal Hormone Therapy and Cardiovascular Diseases in Women With Vasomotor Symptoms: A Secondary Analysis of the Women's Health Initiative Randomized Trials. JAMA Internal Medicine. <https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/2838720>

[4] Northwestern University. (2025, 5 de diciembre). Hormone Therapy Does Not Increase Cardiovascular Disease Risk in Younger Postmenopausal Women. Feinberg School of Medicine News Center. <https://news.feinberg.northwestern.edu/2025/12/05/hormone-therapy-does-not-increase-cardiovascular-disease-risk-in-younger-postmenopausal-women/>