



Bajo el título de **LA MENOPAUSIA, ESA GRAN DESCONOCIDA**, se celebró en Barcelona los días 15 y 16 de abril el **I Salón de la Menopausia “ella y el abanico”**, que se realizó en las Cotxeras de Sants.

El **I Salón de la Menopausia “ella y el abanico”** logró sus objetivos reivindicar la Menopausia como una etapa más de la vida de las mujeres y contribuir a que el tema sea abordado públicamente en forma abierta, amplia y bien informada.

Durante dos días cientos de mujeres hablaron de la menopausia y tuvieron oportunidad de escuchar de primera mano y por parte de prestigiosos especialistas, explicaciones precisas sobre lo que es la menopausia, su sintomatología y las diferentes opciones de tratamientos disponibles para atenuar sus efectos.

Los profesionales de la salud que presentaron ponencias ,abordaron temas tan variados como la homeopatía y la fitoterapia para la menopausia, los efectos de la alimentación, los cambios en la sexualidad, las alteraciones emocionales, la incontinencia urinaria, los dolores articulares, y las ventajas y desventajas de la terapia hormonal sustitutiva.

“Hemos logrado lo que queríamos, llevar información sobre la menopausia a quienes no la tenían y mejorar la que ya existe”, dijo la Dra. María Jesús Cornellana, Presidenta de la sección Menopausia de la Sociedad Catalana de Obstetricia y Ginecología (SCOG), quien junto con el Dr. Santiago Palacios, del Instituto Palacios de Madrid dio su aval médico-científico al evento.

“Aquí se ha hablado de todos los aspectos de la menopausia y de todas las opciones de tratamientos disponibles, cada una de ustedes tiene ahora que escoger lo que más le conviene y hacerlo con la ayuda de su médico”, agregó la Dra. Cornellana al grupo de mujeres que participó de una mesa redonda al final del evento.

Los asistentes al **I Salón de la Menopausia “ella y el abanico”** recibieron además información de los productos que expusieron las empresas colaboradoras y pudieron realizar talleres prácticos sobre musicoterapia, técnicas para aumentar la energía, yoga, gimnasia facial y arteterapia.

Estos son testimonios de algunas de las visitantes al **I Salón de la Menopausia “ella y el abanico”**:

“Creo que este Salón se tenía que haber hecho hace mucho tiempo, ojalá yo hubiera tenido esta información cuando me llegó a mi la menopausia”. Ester Eri.

“A mi este Salón me ha parecido muy interesante a nivel personal porque yo soy menopáusica, pero también a nivel profesional, como periodista. Me han gustado mucho las conferencias, todas han abordado la menopausia desde un punto de vista

diferente, lo cual está muy bien. Creo que esta información puede haber llegado a cubrir una gran cantidad de necesidades de las mujeres. Las mujeres que asistieron estaban todas muy interesadas. Yo creo que este Salón para ser el primero ha tenido mucho éxito”.

Anna Ferrán, periodista -Revista Introversión.

“A mi me parece muy buena idea, porque ya es hora de que se hable de este tema, que la menopausia no es nada malo”. Pilar Carro.

*“El Salón es muy interesante...la menopausia es un tema que se trata siempre más a nivel médico o farmacéutico, y aquí se ha incluido también el tema social, de la salud integral de la mujer”.*Anna Romero.

“La idea del Salón me parece estupenda, la menopausia es un tema que está ahí, que se vive y que nos toca a todas las mujeres”. Neus Curto.

“Vengo de una cultura donde las mujeres no hablan de cosas muy personales y la posibilidad de este evento me pareció muy interesante porque tuve la oportunidad de preguntar y compartir opiniones y porque en cada stand aprendí cosas nuevas sobre la mujer y la menopausia”. Karen Holladay

“ Congratulations, I think it's a brilliant idea (and name) and think it deserves success across Spain - and the world!(Loved the song, by the way - it made me laugh!) “. Claire Terry.

“Me parece una idea genial Montse ya era hora. Un abrazo por tu energía” . Montserrat Lopez.

“Gracias por hacer estas paginas. Ha sido una sorpresa muy agradable. Ane Landa Fernandez “ .

Me pareció muy interesante la idea de que estuviera dirigido a las mujeres y que los profesionales que acudimos pudiéramos recoger tanta información de los stands y de las conferencias para poder transmitirla. Imma Roura .

O las recomendaciones echas a través de Asociaciones de mujeres :

Todas podemos tener una amiga, una hermana, una madre o tú misma que estés pasando por esta etapa de la vida (¡fuera complejos y tabúes!). Yo os ánimo a que paséis hoy por les Cotxeres de Sants (Sants Estació, BCN) para ver el potente trabajo que ha realizado Montse Roura ¡Felicidades por esta iniciativa! ¡Me voy al Salón de la Menopausia, a ver qué me cuentan! ¡Nos vemos allí! Eva Espinet de AGIMA y EOL.

Queridas AGIMAS : Hoy he asistido a este Salón y ha sido muy interesante tanto por la calidad de las conferenciantes y las talleristas como por la variedad de los temas. Mañana continúa y yo no me lo pienso perder. Marta Anglada de AGIMA..

Os convocamos a seguir conectadas a [www. ellayelabanico.org](http://www.ellayelabanico.org) “ todo sobre la mujer y la menopausia “