



Nota de prensa

## Día Mundial de la Menopausia: Romper el silencio para acompañar el cambio

- Sofocos, insomnio, cambios de ánimo y físicos, cansancio y fatiga, son algunos de los síntomas más frecuentes que experimenta la mujer durante la menopausia.
- Solo el 57% de las mujeres ha consultado a un profesional sanitario sobre ellos, según el Barómetro de la Menopausia elaborado por STADA en colaboración con la AEMM, lo que evidencia la necesidad de un mayor acompañamiento.
- Durante la menopausia, la disminución de los estrógenos intensifica los síntomas; para abordarlo, STADA presenta Lactoflora® Menopausia Día&Noche para recuperar el equilibrio natural.

San Just Desvern, 16 de octubre de 2025 – Cada año, el Día Mundial de la Menopausia (18 de octubre) nos recuerda la importancia de la concienciación para hablar abiertamente y sin tabúes sobre una etapa natural que forma parte de la vida de todas las mujeres. Lejos de ser un punto final, la menopausia es una transición biológica profunda, marcada por cambios hormonales que pueden afectar la salud física, emocional y social. Sin embargo, como demuestran los datos, sigue siendo una realidad poco comprendida y, a menudo, invisibilizada.

Sofocos, insomnio, cambios de ánimo y físicos, cansancio y fatiga, son algunos de los síntomas más frecuentes, pero todavía solo el 57% de las mujeres consulta a un profesional sanitario sobre ellos, según el Barómetro de la Menopausia elaborado por STADA en colaboración con la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEMM). El resto, más de cuatro de cada diez, busca información en Internet o en su entorno cercano, lo que evidencia la necesidad de un mayor acompañamiento.

El papel del estroboloma: una pieza clave en el equilibrio natural



La investigación más reciente ha demostrado que el estroboloma, el conjunto de bacterias intestinales implicadas en el metabolismo de los estrógenos, juega un papel decisivo en el equilibrio natural. Durante la menopausia, la reducción de los niveles de estrógenos y la alteración de la microbiota intestinal puede intensificar síntomas como sofocos, insomnio o pérdida de masa ósea, además de afectar al bienestar emocional.

Por ello, cuidar la microbiota intestinal mediante una alimentación equilibrada, hábitos saludables y probióticos específicos se ha convertido en una estrategia para mejorar la calidad de vida de las mujeres durante esta transición.

Un abordaje integral para mejorar el bienestar de la mujer

La disminución de los estrógenos puede impactar de distintas formas: alterando la microbiota intestinal, produciendo cambios en la piel y el cabello, contribuyendo a la reducción de la densidad ósea, y afectando al descanso y al estado de ánimo. Por ello, los expertos coinciden en la necesidad de abordar la menopausia de manera integral, combinando una alimentación equilibrada y ejercicio regular, un acompañamiento emocional y psicológico, y una suplementación ayuden a restaurar el equilibrio natural del organismo.

En este contexto, Lactoflora® Menopausia Día & Noche de STADA ofrece un enfoque completo que actúa sobre los síntomas más comunes. Su fórmula patentada de probióticos, extractos de origen vegetal, vitaminas y minerales, contribuye a aliviar los principales síntomas como los sofocos, fatiga, irritabilidad y trastornos del sueño.

#### Acerca de Lactoflora®

Lactoflora® es la marca de STADA para el cuidado y la prevención de la salud y el bienestar especializada en probióticos, complementos alimenticios que incorporan microorganismos vivos como Lactobacillus o Bifidobacterium que confieren un beneficio a la salud del organismo. Las formulaciones de Lactoflora® incorporan productos innovadores basados en las funcionalidades de los probióticos dirigidos al cuidado de la flora intestinal, vaginal, urinaria, bucodental y para el restablecimiento de las defensas en situaciones en las que la microbiota puede verse alterada como en tratamientos con antibióticos, infecciones recurrentes, uso continuado de laxantes, alergias e intolerancias alimentarias, trastornos gastrointestinales agudos y crónicos o estados de déficit del sistema inmunitario. Más información: [www.lactoflora.es](http://www.lactoflora.es)



#### Acerca de STADA Arzneimittel AG

STADA Arzneimittel AG tiene su sede en Bad Vilbel, Alemania. La compañía se centra en una estrategia de tres pilares que consiste en productos de cuidado de la salud del consumidor, genéricos y productos farmacéuticos especializados. A nivel mundial, STADA Arzneimittel AG comercializa sus productos en más de 100 países. En el año fiscal 2024, STADA logró unas ventas del grupo de 4.059 millones de euros y reportó beneficios antes de intereses, impuestos, depreciación y amortización (EBITDA) de 886 millones de euros. Al 31 de diciembre de 2024, STADA empleaba a 11.649 personas en todo el mundo.

#### Información adicional para prensa:

ATREVIA Comunicación (+34 93 419 06 30)

Rocío Burgos – [rburgos@atrevia.com](mailto:rburgos@atrevia.com) (606 79 13 12)

Laboratorio STADA, S.L.U. – Comunicación

Frederic Mompou, 5, 08960 Sant Just Desvern – España

Teléfono: +34 934 705 761

E-Mail: [comunicacion@stada.es](mailto:comunicacion@stada.es)

O visítanos en [www.stada.es](http://www.stada.es)

Siga a [@STADA España](https://www.linkedin.com/company/stada-espana) en LinkedIn