

## **La menopausia ha afectado a la vida laboral de casi la mitad de las mujeres españolas, según INTIMINA**

**Un 35% de las mujeres sienten que podrían ser juzgadas si tuvieran que ausentarse del trabajo debido a los síntomas de la menopausia. Casi al 60% de los hombres les gustaría que su empresa proporcionara más información sobre la menopausia y sus síntomas.**

Más de un 80% de las mujeres experimenta síntomas molestos como fatiga, sofocos o sudores nocturnos durante la menopausia. En ocasiones, estos síntomas pueden tener un efecto negativo en su vida personal y laboral. Con motivo del Día Mundial de la Menopausia, INTIMINA, compañía que ofrece la primera gama dedicada a cuidar todos los aspectos de la salud íntima femenina, ha realizado un estudio sobre Menopausia y Trabajo para conocer cómo de aceptados están los síntomas de la menopausia en el lugar del trabajo en España.

Estos síntomas, a veces difíciles de sobrellevar, han tenido impacto en los diferentes aspectos de la vida de las mujeres: para casi la mitad de ellas, los síntomas de la menopausia afectaron negativamente a su vida sexual (49%), seguido de su vida personal (47%) y su vida laboral (42%).

Los síntomas de la menopausia pueden afectar gravemente a la rutina laboral: un cuarto de las mujeres (26%) que experimentaron esos síntomas han tenido que irse de su trabajo o tomarse un día libre. Y casi un 15% se planteó alguna vez dejar su trabajo debido a los síntomas.

Esta problemática sigue siendo tabú, pero está más aceptada entre las mujeres: casi un 65% de las mujeres con síntomas de la menopausia han comentado lo que les estaba ocurriendo con otras compañeras con una edad parecida. Sin embargo, solo un 10% de las mujeres lo han hablado con compañeros hombres o con compañeros más jóvenes.

A pesar de este tabú, las mujeres que atraviesan estos síntomas reconocen sentirse apoyadas por sus compañeros y jefes masculinos. Aun así, el miedo a representar una figura más débil en la empresa sigue estando presente, ya que un 35% de las mujeres sienten que podrían ser juzgadas si tuvieran que ausentarse del trabajo debido a los síntomas.

Ellas son conscientes de que esta problemática podría mejorar si existiera más información al respecto. 7 de cada 10 mujeres afirman que sería útil que sus compañeros más jóvenes y compañeros hombres recibieran formación sobre la menopausia y cómo apoyar a sus compañeras.

**¿Cómo ven los hombres la menopausia?**

Son cada vez más los hombres que afirman saber qué es la menopausia y qué síntomas la pueden acompañar. La mitad de ellos (58%) la definen como un cambio hormonal, seguido de la falta de ciclos menstruales (51%).

Este cambio hormonal y sus síntomas son cada vez más comprendidos por el género masculino y más de un 80% de los hombres consideran aceptable que las mujeres se ausenten de su puesto de trabajo debido a los síntomas.

Al igual que afirman las mujeres sobre la necesidad de una mayor formación en este tema, casi al 60% de los hombres les gustaría que su empresa proporcionara más información sobre la menopausia y sus síntomas, para ayudar y apoyar a sus compañeras que están transitando esta etapa.

"Es importante que las empresas se conviertan en un entorno seguro y libre de prejuicios en el que las mujeres puedan abordar los síntomas de la menopausia como cualquier otra cuestión que puede afectar a su desempeño laboral", afirma Selina Giacuzzo, Business Development Manager en INTIMINA.

Es posible acceder a todas las infografías del estudio aquí.

\* "Estudio sobre Menopausia y Trabajo de INTIMINA", realizado a una muestra representativa de 500 mujeres españolas de más de 45 años y 502 hombres españoles de más de 18 años en el mes de junio de 2024 mediante el método CAWI (Computer Assisted WEB Interviewing).

#### Sobre Intimina

Intimina es una marca sueca nacida en 2009 que ofrece una gama de productos de cuidado para la salud ginecológica de las mujeres. Con tres líneas diferentes: Fortalecimiento del Suelo Pélvico, Bienestar Femenino y Wellness para el periodo (Lily Cups y Lily Cups Compact), el equipo de I+D de Intimina ha conseguido diseñar productos que se adaptan a mujeres de todas las edades. Cada producto está creado con una altísima calidad y ergonomía y han sido desarrollados bajo la supervisión de un consejo de profesionales (matronas y doctores) especialistas en ginecología.

#### Datos de contacto:

Laura Cuesta  
Best  
915211134

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Recursos humanos](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>