Mi lista de búsqueda

Para encontrar a una profesional de la salud que sí sepa tratar la perimenopausia y la menopausia · Anota unas 10 opciones y ve marcando.

#	Nombre y especialidad	Ciudad o en línea	WhatsApp o teléfono	Opiniones negativas ¿me importan? Si sí, descarto	1. Formación en menopausia ¿cuál y de qué año?	2. ¿Receta terapia hormonal?	3. ¿Farmacia o consultorio?	4. Redes ¿promete milagros?	Cédula revisada SEP	Notas
1				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
2				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
3				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
4				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
5				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
6				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
7				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
8				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
9				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	
10				☐	○○○	○○○	○○○	○○○	☐	

Las 4 preguntas para el consultorio

1. ¿La doctora tiene alguna formación o certificación en menopausia? ¿Cuál y de qué año?
2. ¿Receta terapia hormonal de la menopausia, mejor conocida como terapia de reemplazo hormonal?
3. La terapia hormonal de la menopausia que receta, ¿se compra en cualquier farmacia o en el consultorio?
4. ¿La doctora publica información sobre menopausia en redes sociales? ¿Cuál es su cuenta?

Dale seguimiento hasta que te respondan. Si después de 3 intentos no tienes respuesta, ahí no es.

Cómo marcar

○ buena señal ○ beneficio de la duda ○ señal de alerta

Rellena el círculo que corresponda a cada respuesta. Al final, quédate con las que tengan más verdes y haz cita con ellas.

Revisa la cédula en cedulaprofesional.sep.gob.mx.

Guía completa: noexageras.org/herramientas/guia-de-busqueda

Lo que compartimos son vivencias y aprendizajes desde el punto de vista de una paciente, no damos diagnósticos ni consejos médicos.