

Guía práctica para el uso correcto del estradiol transdérmico

LENZETTO® · OESTRACLIN® · EVOPAD®

Esta guía está pensada para pacientes a quienes ya se les ha prescrito uno de estos tratamientos. Su objetivo es explicar **cómo aplicarlo correctamente**. Utiliza siempre la cantidad y frecuencia indicadas en tu pauta médica.

No cambies la dosis, la frecuencia ni la presentación por tu cuenta. Una pulverización de Lenzetto, una cantidad de Oestraclin y un parche de Evopad no deben considerarse equivalentes automáticamente.

1. LENZETTO® — spray de estradiol

¿Dónde se aplica?

La zona preferente es la **cara interna del antebrazo**, sobre piel sana, limpia y seca. Si tienes prescrita más de una pulverización, aplícalas en zonas adyacentes, sin superponerlas. Si no hay espacio suficiente, puede utilizarse el otro antebrazo. También puede utilizarse la cara interna del muslo.

¿Cómo se aplica?

Apoya el cono del aplicador sobre la piel y realiza una pulverización completa. **No frotes, no masajees y no extiendas el producto con la mano.** Déjalo secar durante al menos 2 minutos antes de vestirte.

Después de aplicarlo

No laves, bañes ni mojes la zona durante **60 minutos**. Durante ese tiempo evita que otra persona toque directamente la zona tratada, especialmente los niños.

Al estrenar un envase

Antes del primer uso, con la tapa puesta y el envase en posición vertical, prepara la bomba realizando **3 pulsaciones completas**. Esto se hace únicamente al estrenar cada envase.

Evita aplicarlo

No lo apliques en las mamas o cerca de ellas, sobre piel irritada o lesionada, ni sobre una zona cubierta previamente con cremas, aceites u otros productos.

2. OESTRACLIN® — gel de estradiol

¿Dónde se aplica?

Sobre piel sana y seca. Las zonas indicadas son **cuello, hombros y cara interna de los brazos, abdomen y cara interna de los muslos**.

¿Dónde NO se aplica?

No lo apliques sobre las **mamas** ni sobre la **mucosa vulvar o vaginal**.

¿Cómo se aplica?

Mide exactamente la cantidad indicada en tu pauta. Extiende el gel formando una capa sobre una **zona amplia de piel**. **No es necesario masajear ni frotar**. Déjalo secar antes de vestirte; normalmente se absorbe en aproximadamente 1–2 minutos.

¿Cuándo?

Puede aplicarse por la mañana o por la noche. Si tu pauta es diaria, intenta asociarlo a una rutina para facilitar la constancia.

Si olvidas una aplicación

Si faltan **más de 12 horas** para la siguiente dosis, aplica la dosis olvidada y continúa después con tu pauta habitual. Si faltan **menos de 12 horas**, espera a la siguiente dosis. **No apliques dos dosis a la vez.**

Contacto con otras personas

Evita que los niños entren en contacto directo con la zona de piel donde acabas de aplicar el gel.

3. EVOPAD® — parche transdérmico de estradiol

Sigue siempre la frecuencia que aparece en tu pauta médica. Evopad se utiliza habitualmente **dos veces por semana, cambiando el parche cada 3–4 días.**

¿Dónde se coloca?

En una zona de piel **limpia, seca, sana e intacta del tronco, por debajo de la cintura.** Evita la cintura, porque el roce de la ropa puede despegarlo. **No lo coloques sobre las mamas ni cerca de ellas.**

Antes de colocarlo

No apliques cremas, lociones, aceites o polvos en la zona elegida, porque pueden disminuir la adherencia. No lo coloques sobre piel herida o irritada.

¿Cómo se coloca?

Abre el sobre justo antes de utilizarlo. Retira parte de la lámina protectora, coloca la superficie adhesiva sobre la piel y termina de retirar la protección evitando tocar demasiado el adhesivo. Alisa el parche evitando arrugas y **presiónalo firmemente con la palma de la mano**; el calor y la presión de la mano favorecen una buena adhesión.

Rota la zona

Cada parche debe colocarse en una zona ligeramente diferente. Deja pasar **al menos una semana** antes de volver a utilizar exactamente el mismo punto.

¿Puedo ducharme?

Sí. Evopad puede permanecer colocado durante el baño y la ducha. Después comprueba que continúa correctamente adherido.

¿Qué hago si se despega?

Si se despega y **no vuelve a adherirse correctamente**, coloca inmediatamente un parche nuevo. Después continúa con los días de cambio que tenías establecidos.

Al retirarlo

Despega suavemente un borde. Dóblalo por la mitad dejando la parte adhesiva pegada sobre sí misma y mantenlo fuera del alcance de niños y mascotas. Los restos de adhesivo en la piel pueden desaparecer solos o retirarse suavemente con aceite para bebés.

4. Reglas prácticas para cualquiera de las presentaciones

- **Sigue tu pauta.** Esta guía explica cómo aplicar el tratamiento, no qué dosis debes utilizar.
- **No aumentes ni reduzcas la cantidad por tu cuenta** aunque persistan o hayan desaparecido los síntomas.
- **No intercambies presentaciones.** Lenzetto, Oestraclin y Evopad tienen formas de absorción y dosificación diferentes.
- Si tienes prescrita **progesterona u otro progestágeno** junto al estradiol, sigue también esa pauta exactamente y no la suspendas por tu cuenta.
- No apliques estos preparados sobre las mamas ni utilices el estradiol transdérmico como tratamiento vaginal.
- Intenta asociar el tratamiento a una rutina o, en el caso de Evopad, mantener siempre los mismos días de cambio.
- Si no recuerdas qué cantidad debes utilizar o con qué frecuencia, **consulta tu pauta médica antes de aplicar una cantidad diferente.**

Consulta rápida

Producto	Zona principal	Clave práctica
Lenzetto	Cara interna del antebrazo	No frotar · secar ≥ 2 min · no mojar 60 min
Oestraclin	Zona amplia: brazos/hombros, abdomen, muslos, cuello	Extender · no masajear · dejar secar
Evopad	Tronco por debajo de la cintura	Cambiar cada 3–4 días según pauta · rotar zona

¿Tienes dudas? Si no recuerdas cuántas pulverizaciones, qué cantidad de gel, qué parche debes utilizar o con qué frecuencia debes cambiarlo, consulta la pauta que recibiste en consulta. No calcules equivalencias ni ajustes la dosis por tu cuenta.

Información práctica elaborada a partir de los prospectos y fichas técnicas oficiales autorizados en España (AEMPS/CIMA) de Lenzetto®, Oestraclin® y Evopad®. Este material complementa, pero no sustituye, el prospecto del medicamento ni las indicaciones individualizadas de tu profesional sanitario.