



CALIDAD DE VIDA DE LA MUJER DE 40 A 60 AÑOS DE EDAD EN CLIMATERIO

Hospital San Antonio de los Sauces, Monteagudo (Bolivia)

*Quality of Life of the Woman of 40 to 60 Years of Age in Climacteric
San Antonio de los Sauces Hospital, Monteagudo (Bolivia)*

MARÍA ELENA CHOQUE PÉREZ[†]

Universidad Mayor Real y Pontificia San Francisco Xavier de Chuquisaca
Facultad de Ciencias de Enfermería y Obstetricia
Monteagudo, Bolivia
roma_bolivia@hotmail.com

HUAYTA PAUCAR LOIDA VICENTACIONA^{*}

Universidad Mayor Real y Pontificia San Francisco Xavier de Chuquisaca
Facultad de Ciencias de Enfermería y Obstetricia
Monteagudo, Bolivia
huaytaloida@gmail.com

Recibido: 4 de septiembre de 2017 Publicado: 10 de enero de 2018

Objetivo: Determinar la calidad de vida de las mujeres de 40 a 60 años en climaterio que acuden al Hospital San Antonio de los Sauces, Monteagudo, Bolivia. *Metodología:* Investigación transversal, descriptiva y analítica. El universo está constituido por todas las mujeres de 40 a 60 años en climaterio y la muestra está representada por todas las mujeres que acudieron a consulta al Hospital San Antonio de los Sauces desde mayo a agosto del 2015. *Resultados:* Se estudiaron a 50 mujeres, de 40 a 60 años, que acudieron a consulta al Hospital San Antonio de los Sauces de Monteagudo, entre meses de mayo a agosto del 2015. Un 66% (33) de las mujeres se encuentran entre 46 a 55 años, el nivel socioeconómico es bajo, los síntomas somáticos de mayor predominio son de leve a moderados, los síntomas

[†]Autora correspondiente. Licenciada en Enfermería, Facultad de Ciencias de Enfermería y Obstetricia, Universidad San Francisco Xavier de Chuquisaca. Experiencia laboral: Consultorios de primer nivel de atención, Promotora Salud Sexual y Reproductiva. Docente en la carrera de Enfermería Obstetiz en Monteagudo (Bolivia). Diplomado en Educación Superior. Formación Docencia en Partería: Escuela de Obstetricia de la Universidad de Chile. Atención obstétrica. Atención del Recién Nacido, Atención Salud Sexual y Reproductiva y Atención Primaria. ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-0873-2591>

^{*} Licenciada en Enfermería, Facultad de Ciencias de Enfermería y Obstetricia, Universidad San Francisco Xavier de Chuquisaca, Bolivia. Docente en la Carrera de Enfermería Obstetiz en Monteagudo (Bolivia). Maestría en Educación Superior. Formación Docencia en Partería: Escuela de Obstetricia de la Universidad de Chile. Atención obstétrica, Atención del Recién Nacido, Atención Salud Sexual y Reproductiva y Atención Primaria. ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7251-8293>

doi: En trámite

psicológicos son moderados, leves los síntomas de dominio urogenital y la calidad de vida de las mujeres en edad de climaterio es regular.

Palabras clave: Calidad de vida; mujer; climaterio; hospital; menopausia.

Objetivo: Determinar a qualidade de vida das mulheres de 40 a 60 anos que atendem ao Hospital San Antonio de los Sauces, Monteagudo, Bolívia. *Metodologia:* pesquisa transversal, descritiva e analítica. O universo é composto por todas as mulheres de 40 a 60 anos de idade no climatério e a amostra é representada por todas as mulheres que participaram do Hospital San Antonio de los Sauces de maio a agosto de 2015. *Resultados:* Cinquenta mulheres foram estudadas, de 40 a 60 anos, que frequentou o hospital de San Antonio de los Sauces de Monteagudo entre maio e agosto de 2015. 66% (33) das mulheres têm entre 46 e 55 anos, o nível socioeconômico é baixo, os sintomas somáticos predominantes são leves a moderados, os sintomas psicológicos são moderados, sintomas leves do domínio urogenital e a qualidade de vida de mulheres de idade climatérica é regular.

Palavras-chave: Qualidade de vida; mulher climatério; hospital; menopausa.

Objective: To determine the quality of life of women from 40 to 60 years of age who attend the San Antonio de los Sauces Hospital, Monteagudo, Bolivia. *Methodology:* Cross-sectional, descriptive and analytical research. The universe is made up of all women from 40 to 60 years of age in the climacteric, and the sample is represented by women have attended the San Antonio de los Sauces Hospital from May to August 2015. *Results:* Fifty women were studied, from 40 to 60 years old, who attended the San Antonio de los Sauces de Monteagudo Hospital between May and August of 2015. 66 percent (33) of the women are between 46 and 55 years old; the socioeconomic level is low, the predominant somatic symptoms are mild to moderate, psychological symptoms are moderate, mild symptoms of urogenital dominance and the quality of life of women of climacteric age are regular.

Keywords: Quality of life; woman; climacteric; hospital; menopause.

1. Introducción

El climaterio es un período de transición en la mujer que abarca su etapa reproductora y la vejez. Durante este período de maduración, la mujer experimenta signos y síntomas que corresponden a las fases del climaterio: premenopausia, menopausia y posmenopausia (Silva, Pérez, Medina y Molar, 2001). Los cambios experimentados en el climaterio afectan a sus actividades diarias y los papeles que representa la mujer ante la sociedad donde convive, pudiendo afectar negativamente su calidad de vida (Entorno, 2002). La respuesta adaptativa de la mujer varía de una a otra; en algunas de ellas se observan acentuaciones más severas de los cambios y de la tolerancia de los mismos (Scasso y Machin, 2000).

Para mejorar la tolerancia de los cambios físicos, emocionales y sexuales en la mujer, se emplean diferentes terapéuticas hormonales. Esta terapia consiste en el



aporte externo de estrógenos, utilizados con la intención de mejorar los síntomas que se producen con el cese de la actividad folicular ovárica, y se administran si no existen contraindicaciones para su uso (Coutado, 2002).

La calidad de vida relacionada con la salud puede conceptualizarse como los niveles de bienestar y satisfacción asociados con los sucesos que una persona puede presentar como consecuencia psíquica, física y biológica o de una enfermedad o tratamiento. Por ello, es importante evaluar y conocer la influencia que ejerce el climaterio en la calidad de vida de la mujer y cómo las mujeres perciben estas alteraciones, siendo determinante para la toma de decisiones terapéuticas, y al mismo tiempo conocer los beneficios de la terapia hormonal y otros tratamientos complementarios y alternativos.

La edad de la aparición de la menopausia es variable. Se acepta por término medio la edad de 50 años, aunque se calcula que antes de los 45 años ya han dejado de tener el desprendimiento endometrial el 30 por ciento de las mujeres, bien de forma espontánea o quirúrgica, y que después de los 55 años sólo un 2 por ciento la conserva.

Lamentan la pérdida de su fertilidad y juventud. Es muy posible que las mujeres experimenten un sinfín de sentimientos, desde ansiedad y molestias hasta liberación y alivio. Por ello, consideramos que es indispensable conocer las condiciones en cuanto a calidad de vida, que nuestras mujeres en esta etapa presentan, esperando ayuda a mejorar la calidad de vida y se pueda mantener feliz y plena, lo que contribuirá a mantener familias funcionales.

En un estudio realizado el 2011, en Perú (Gutiérrez, Hugo), los resultados del estudio mostraron el deterioro de la calidad de vida de las mujeres no dependen directamente del estado civil; sino del comportamiento hormonal subsecuente a la menopausia, como describen Blümel et al. (1997) y otros autores como Siseles (2011). En otro estudio realizado en México por López Moro (2011) sobre la calidad de vida de las mujeres en periodo climatérico, identificó que vivían una vida de regular a mala, principalmente en lo que se refiere a los síntomas somatovegetativos para la premenopausia y los urogenitales en la postmenopausia.

Hasta ahora, la mayoría de los estudios diseñados para evaluar los diversos cambios en relación a la calidad de vida de la mujer climatérica, han tenido como principal objetivo evaluar el efecto que sobre ellas tienen el tratamiento hormonal, sin embargo, son muy pocos los estudios sobre los cambios que se presentan durante este periodo y como las afecta en su calidad de vida, no tiene una definición precisa y una medida exacta. Esto ha dado lugar a confusiones y conclusiones engañosas, por lo que se aplicaron instrumentos dirigidos a conocer el impacto que tienen algunos cambios sobre la mujer. En este estudio

conoceremos la transición durante la etapa del climaterio afecta realmente la calidad de vida de las mujeres climatéricas.

El objetivo general de este estudio es determinar la calidad de vida de las mujeres de 40 a 60 años en climaterio, que acuden al Hospital San Antonio de los Sauces, Monteagudo 2015. Para ello partiremos de la siguiente hipótesis:

H1. Existe una mala calidad de vida en las mujeres de 40 a 60 años, en climaterio que acuden a consulta al Hospital San Antonio de los Sauces, Monteagudo durante el año 2015.

2. Metodología

El tipo de estudio es una investigación transversal, descriptiva y analítica, con un universo constituido por todas las mujeres de 40 a 60 años y la muestra está representada por todas las mujeres que acudieron a consulta al Hospital San Antonio de los Sauces desde mayo a agosto del 2015. Se incluyeron en el estudio las mujeres de 40 a 60 años que acudieron al Hospital San Antonio de los Sauces, mientras que quedaron excluidas las que padecían alguna enfermedad crónica degenerativa. Como técnicas e instrumentos de recolección de datos, procesamiento y análisis de datos se identificaron a mujeres de 40-60 años que cumplieron con los criterios de inclusión a las que se aplicó un cuestionario para identificar: datos socio-demográficos, nivel socioeconómico valorado por la escala de Graffar, antecedentes gineco-obstetras, escala MRS (*Menopause Rating Scale*) de un cuestionario para identificar en qué grado se presentan síntomas relacionados al climaterio y valorar la calidad de vida relacionada con la salud.

3. Resultados

Se estudiaron a 50 mujeres de 40 a 60 años que acudieron a consulta al Hospital San Antonio de los Sauces de Monteagudo, entre mayo y agosto del 2015, cuyas características sociodemográficas se muestran en el Cuadro 1.

Cuadro 1. Características sociodemográficas de la mujer en climaterio

Edad	N°	%	Edad	N°	%
Grupos de edad			Educación		
40-45	10	20	Analfabeta	12	24
46-50	18	36	Primaria	27	54
51-55	15	30	Secundaria	2	4
56-60	7	14	Superior	5	10
			Otros	4	8



<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>
--------------	-----------	------------	--------------	-----------	------------

Cuadro 1 (Cont.) Caract. sociodemográficas de la mujer en climaterio

Edad	N°	%	Edad	N°	%
Ocupación			Estado Civil		
LC	15	30	Soltera	2	4
TH	4	8	Casada	16	32
EP	4	8	Viuda	6	12
PR	5	10	Divorciada	4	8
AG	14	28	Unión estable	22	44
CM	8	16			
<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>

Leyenda: AG (Agricultora), CM (Comerciante), EP (Empleada Pública), LC (Labores de casa), PR (Profesional), TH (Trabajadora del hogar)

Fuente: elaboración propia

El cuadro 1 muestra, que en un 66 por ciento (33) de las mujeres se encuentran entre las edades de 46 a 55 años, el 54 por ciento (27) cursaron el nivel primario, el estado civil que más predomina es la unión estable en un 44 por ciento (22) y el 32 por ciento (16) son casadas. Generalmente se dedican a labores de casa 30 por ciento (15) y el 28 por ciento (14) realizan trabajos en agricultura apoyando a su pareja.

Cuadro 2. Aspectos clínicos de la población en estudio

Variable	N°	%	Variable	N°	%
Primera menstruación			Embarazos		
< 10 años	7	14	Ninguno	2	4
11-14 años	38	76	1 a 3	8	16
> 15 años	5	10	4 a 6	32	64
			> 6	8	16
<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>
Primera relación sexual			Partos normales		
< 18 años	42	84	Ninguno	0	0
> 18 años	8	16	1 a 3	10	29,41
<i>Total</i>	<i>50</i>	<i>100</i>	4 a 6	20	58,82
Lactancia			> 6	4	11,77
6 meses	8	16,67			
6 a 12 meses	25	52,08			
> 12 meses	15	31,25			

<i>Total</i>	<i>48</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>34</i>	<i>100</i>
--------------	-----------	------------	--------------	-----------	------------

Fuente: elaboración propia

De las mujeres estudiadas, un 76 por ciento (38) tuvo su menarca de 11 a 14 años, e iniciaron sus relaciones sexuales antes de cumplir sus 18 años. El 84 por ciento (38) tiene entre uno y seis hijos, y el 64 por ciento han quedado embarazada de 4 a 6 veces. Tuvieron un parto normal el 68 por ciento y el 52 por ciento de las mujeres dieron de lactar a sus hijos/as hasta los 12 meses.

Cuadro 3. Usuaris según síntomas del dominio somático distribuidas por edad

Edad	40-45		46-50		51-55		56-60		Total	%
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%		
	10	20	18	36	15	30	7	14		
1. Bochornos, sudoración y calores										
No	8	80	5	27,27	1	6,66	3	42,85	17	34
Leves	1	10	9	50	3	20	2	28,57	15	30
Moderados	1	10	4	22,22	6	40	2	28,57	13	26
Severos	0	0	0	0	4	26,67	0	0	4	8
Muy severos	0	0	0	0	1	6,67	0	0	1	2
2. Molestias del corazón										
No	5	50	10	55,55	8	53,33	4	0	27	54
Leves	4	40	5	27,77	6	40	2	28,57	17	34
Moderadas	1	10	3	16,66	1	6,67	1	14,29	6	12
Severas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Muy severas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3. Dificultades en el sueño										
No	8	80	5	27,78	2	13,33	1	14,27	16	32
Leves	1	10	5	27,78	3	20	1	14,29	10	20
Moderadas	1	10	4	22,22	4	26,68	3	42,86	12	24
Severas	0	0	3	16,68	4	26,68	1	14,29	8	16
Muy severas	0	0	1	5,56	2	13,33	1	14,29	4	8
4. Molestias musculares y articulares										
No	8	80	7	38,89	2	13,33	0	0	17	34
Leves	2	20	7	38,89	5	33,33	0	0	14	28
Moderadas	0	0	3	16,67	6	40	3	42,86	12	24
Severas	0	0	1	5,56	2	13,33	3	42,86	6	12



Muy severas	0	0	0	0	0	0	1	14,29	1	2
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------	---	---

Fuente: Elaboración propia

El cuadro 3 nos muestra que las usuarias encuestadas tienen síntomas somáticos con mayor del dominio leve a moderado. Las molestias de corazón con sentir latidos del corazón, palpitaciones y opresión en el pecho son las que más predominan (34 por ciento). Un 44 por ciento de las mujeres tienen dificultades en el sueño, ya sea insomnio o dormir poco. Presentan molestias musculares y articulares un 52 por ciento mediante dolores de huesos y articulaciones, dolores reumáticos y un 56 por ciento de las mujeres del total presentan bochornos, sudoraciones y calores entre leves a moderados.

Cuadro 4. Usuarias según síntomas del dominio psicológico distribuidos por edades

Edad	40-45		46-50		51-55		56-60		Total	%
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%		
	10	20	18	36	15	30	7	14		
5. Estado de ánimo depresivo										
No	6	60	5	27,78	2	13,33	0	0	13	26
Leve	4	40	6	33,33	2	13,33	2	28,57	14	28
Moderado	0	0	5	27,78	6	40	4	57,14	15	30
Severo	0	0	2	11,11	5	33,33	1	14,29	8	16
Muy severo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6. Irritabilidad										
No	4	40	5	27,78	3	20	1	14,29	13	26
Leve	6	60	5	27,78	2	13,33	2	28,57	15	30
Moderada	0	0	7	38,89	6	40	3	42,87	16	32
Severa	0	0	1	5,56	4	26,67	1	14,29	6	12
Muy severa	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7. Ansiedad										
No	6	60	7	38,89	4	26,67	1	14,29	18	36
Leve	4	40	8	44,44	6	40	3	42,86	21	42
Moderada	0	0	3	16,67	3	20	3	42,86	42,86	85,72
Severa	0	0	0	0	2	13,33	0	0	2	4
Muy severa	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Edad	40-45		46-50		51-55		56-60		Total	%
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%		
8. Cansancio físico mental										
No	8	80	6	33,33	2	13,33	0	0	16	32
Leve	2	20	7	38,89	4	26,67	4	57,14	17	34
Moderado	0	0	4	22,22	6	40	2	28,57	12	24
Severo	0	0	1	5,56	3	20	1	14,29	5	10
Muy severo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Fuente: elaboración propia

El cuadro 4 nos refleja que, dentro de los síntomas psicológicos, lo que más predomina es el dominio moderada, y está presente entre las edades de 56 a 60 años el estado depresivo (30 por ciento) con el sentimiento de sentirse deprimida, decaída, triste, a punto de llorar, sin ganas de vivir; irritabilidad 32 por ciento con el sentirse tensa, explotar fácilmente, sentirse rabiosa e intolerante; ansiedad (85 por ciento) con angustia, temor, inquietud, tendencia al pánico. Por último, cansancio físico y mental (24 por ciento) rinde menos, se cansa fácil, olvidos frecuentes, mala memoria, le cuesta concentrarse.

Según se observa en el cuadro 5, las mujeres en el dominio leve presentan los síntomas del dominio urogenital, de entre las que más predomina son los problemas sexuales (36 por ciento), al tener menos ganas de sexo, menor frecuencia de relaciones sexuales y menos satisfacción sexual; seguidamente presentan sequedad vaginal (30 por ciento) con la sensación de genitales secos, malestar o ardor en genitales, malestar o dolor con las relaciones sexuales.

Cuadro 5. Usuarias según síntomas del dominio urogenital distribuidos por edades

Edad	40-45		46-50		51-55		56-60		Total	%
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%		
	10	20	18	36	15	30	7	14	50	100
9. Problemas sexuales										
No	7	70	5	27,78	1	6,67	0	0	13	26
Leve	2	20	7	38,39	8	53,33	1	14,29	18	36
Moderado	1	10	5	27,78	5	33,33	3	42,86	14	28
Severo	0	0	1	5,56	1	6,67	2	28,57	4	8
Muy severo	0	0	0	0	0	0	1	14,29	1	2



Cuadro 5. Usuaris según síntomas del dominio urogenital distribuidos por edades (Cont.)

Edad	40-45		46-50		51-55		56-60		Total	%
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%		
10. Problemas con la orina										
No	10	100	8	44,44	1	6,67	0	0	19	38
Leve	0	0	6	33,33	6	40	2	28,57	14	28
Moderado	0	0	4	22,22	5	33,33	4	57,14	13	26
Severo	0	0	0	0	3	20	1	14,29	4	8
Muy severo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11. Sequedad vaginal										
No	9	90	8	44,44	2	13,33	0	0	19	38
Leve	1	10	6	40	6	33,33	2	28,57	15	30
Moderada	0	0	2	11,11	4	26,67	4	57,14	10	20
Severa	0	0	2	11,11	3	20	1	14,28	6	12
Muy severa	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Fuente: Elaboración propia

Por último, presentan problemas de orinar, orinar más veces, urgencia de miccionar y escape de orina presentan el 28 por ciento dentro del dominio leve.

Cuadro 6. Puntuación del cuestionario de salud de Coop-Wonca de las usuarias del Hospital San Antonio de los Sauces

Láminas de Coop-Wonca	Muy bueno 1 a 2		Regular 3		Malo y muy malo 4	
	N°	%	N°	%	N°	%
Forma física	10	20	33	66	7	14
Actividades sociales	20	40	18	36	6	12
Sentimientos	15	30	24	48	11	22
Actividad cotidiana	18	36	22	44	10	20
Cambio de salud	12	24	20	40	8	16
Estado de salud	15	30	25	50	10	20
Dolor	15	30	15	30	20	40

Fuente: elaboración propia

El cuadro 6 sobre la calidad de vida de las mujeres en edad de climaterio, nos refleja que en general las mujeres tienen una calidad de vida Regular, 33 mujeres realizan actividades físicas, 20 mujeres realizan actividades sociales, llegando a una escala de calificación muy buena, 24 mujeres presentan alteraciones del sentimiento (ansiedad, irritabilidad, tristeza y desánimo) catalogando en la escala regular, 22 mujeres tuvieron dificultad en desarrollar actividades cotidianas, 20 a 25 mujeres señalaron que se sienten un poco mejor a igual en su estado de salud, 20 mujeres han experimentado algún tipo de dolor.

4. Discusión:

Este estudio muestra que las 50 mujeres estudiadas, el 66 por ciento corresponde a las edades de 46 a 55 años, otro estudio semejante realizado por Gutiérrez en 396 mujeres, señala que las mujeres estaban entre las edades de 40 a 49 años de edad y 54 por ciento representa al estado civil de casados. El estudio muestra que el 44 por ciento de las mujeres viven en unión estable, contradictorio a lo que menciona en el estudio realizado por Aedo, Porcile e Iribarra (2006).

El nivel de educación es uno de los factores que influyen en la vivencia de síntomas climatéricos. Las mujeres con bajo nivel educacional tienen síntomas climatéricos más severos que las mujeres con nivel educacional mayor, tal como lo describe Cerda (2006). El estudio realizado en las 50 mujeres, es semejante a los datos que hace mención Cerda (2006), lo que explica que las mujeres de menor nivel educacional tienen menos acceso a la información sobre esta etapa y, además, tienen menos posibilidades económicas para acceder a un tratamiento farmacológico.

El estudio nos muestra, que las mujeres presentan con predominio sintomatología somática y urogenital de dominio leve y el psicológico correspondiendo al dominio moderado, Gutiérrez (2000), encontró en su estudio, que con más frecuencia las mujeres presentan bochornos, sudoraciones y calores (dominio somático).

El dominio psicológico es semejante a otros estudios que realizaron Aedo, Porcile e Iribarra (2006). El estudio nos muestra, que la calidad de vida de las mujeres en periodo climatérico es regular, y López (2006), en un estudio similar, identificó que las mujeres tienen calidad de vida de regular a mala, principalmente en lo que se refiere a los síntomas somatovegetativos para la premenopausia y los urogenitales en la postmenopausia. La limitación para la actividad física y la percepción de mal estado de salud se relacionaron con la mala calidad de vida de las pacientes climatéricas, según el estudio de López (2006), en esta investigación



las mujeres climatéricas desarrollan de manera limitada la actividad física, se sienten regular en su estado de salud y sentimientos.

5. Conclusiones

Las mujeres de 46 a 60 años son las que presentan síntomas somáticos, psicológicos y urogenitales en un dominio entre leve a moderado. Los síntomas más referidos en el dominio somático corresponden a las molestias musculares y articulares, en el psicológico la irritabilidad, ansiedad y cansancio físico mental, y en lo urogenital los problemas sexuales, problemas con la orina y sequedad vaginal. La escala de COOP/WONCA que mide calidad de vida relacionada con la salud en sus dimensiones de forma física, sentimientos, actividades sociales, actividades cotidianas, cambio en el estado de salud, estado de salud y dolor, y la escala de puntuación en menopausia MRS que analiza los síntomas de dominio somático, psicológico y urogenital determinaron que la mujer presenta una calidad de vida y condición de salud en climaterio que es regular, y no mala como se había enunciado en la hipótesis. Dichas condiciones de vida tienen una relación directa con el nivel socioeconómico el cual, al ser bajo en las mujeres que fueron tomadas como grupo de estudio, influye negativamente en su calidad de vida y salud.

Referencias






- Aedo, S., Porcile, A., & Iribarra, C. (2006). Calidad de vida relacionada con el climaterio en una población chilena de mujeres saludables. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 71: 402-409.
- Blümel, J.E., Roncagliolo, M.E., Gramegna, G., Tacla, X., & Sepúlveda, H. (1997). Prevalencia de síntomas psíquicos y vasomotores en diferentes períodos del climaterio, *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 62(6): 412-418.
- Henderson, W.V. (2007). Neurología de la menopausia. *Revista del Climaterio*, 11(61): 16-31.
- Rodríguez, C., & Vargas C.F. (2000). Estado de bienestar existencial de mujeres climatéricas y menopáusicas. *Revista Iberoamericana de Revisiones en Menopausia*, 2(4): 7-12.
- Sociedad Peruana del Climaterio (2008). *Guía de Práctica Clínica sobre Climaterio y Menopausia*, Lima (Perú).
- Texón-Fernández, O., & Márquez-Celedonio, F.G. (2006). Calidad de vida en mujeres climatéricas con y sin terapia hormonal de reemplazo. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 44(6): 541-545.

- Homa-López, A., Romero-Gutiérrez, G. y Homa-Quiroz, M. (2006). Perfil sintomático en mujeres peri y posmenopáusicas. *Ginecol Obstet Mex*, 74, 312-316.
- Siseles N.O., Gutiérrez A.P., Sayegh F.C. (2000). The climacteric in Latin America: Actual state and future trends. The Menopause at the Millennium. *The Proceedings of the 9th International Menopause Society World Congress on the Menopause*. Yokohama, Japan. The Parthenon Publishing Group New York, 108-116.
- Cerda, P., Pino, P. y Urrutia, MT. (2006). Calidad de vida en mujeres histerectomizadas. *Rev Chil Obstet Ginecol*, 71(3): 216-21.



ANEXOS

Escala de Puntuación en Menopausia (MRS): Para conocer sus molestias climatéricas le solicitamos responder el siguiente cuestionario marcando el casillero correspondiente con una “X”. ¿Cuál de las siguientes molestias siente en la actualidad y con qué intensidad?

Tipo de molestia Marque la casilla pertinente de cada molestia con una X. Ejemplo: Marque en casilla 0 cuando “no tiene molestias” y en la casilla 1 a la 4 según como siente la intensidad de la molestia		¿Cómo son sus molestias?				
		No siente molestia	Leve	Moderada	Severo	Muy severo
						
1	Bochornos, sudoración y calores					
2	Molestias al corazón Sentir latidos del corazón, palpitaciones, opresión en el pecho					
3	Dificultades en el sueño Insomnio, duerme poco					
4	Molestias musculares y articulares Dolores de huesos y articulaciones, dolores reumáticos					
5	Estado de ánimo depresivo Sentirse deprimida, decaída, triste, a punto de llorar, sin ganas de vivir					
6	Irritabilidad Sentirse tensa, explota fácil, sentirse rabiosa, sentirse intolerante					
7	Ansiedad Sentirse angustiada, temerosa, inquieta, tendencia al pánico					

Para uso del profesional:

Somático (1 al 4);

Psicológico (5 al 8);

Urogenital (9 al 11)

8	Cansancio físico y mental Rinde menos, se cansa fácil, olvidos frecuentes, mala memoria, le cuesta concentrarse					
9	Problemas sexuales Menos ganas de sexo, menor frecuencia de relaciones sexuales, menos satisfacción sexual					
10	Problemas con la orina Problemas al orinar, orina más veces, urgencia de orinar, se le escapa la orina					
11	Sequedad vaginal Sensación de genitales secos, malestar o ardor en genitales, malestar o dolor con las relaciones sexuales					



CUESTIONARIO EN ATENCIÓN PRIMARIA PARA EVALUAR LA CALIDAD DE VIDA RELACIONADA CON LA SALUD “COOP/WONCA”

<p>Forma física</p> <p>Durante las 2 últimas semanas... ¿cuál ha sido la máxima actividad física que pudo realizar durante, al menos, 2 minutos?</p>		<p>Sentimientos</p> <p>Durante las 2 últimas semanas... ¿en qué medida le han molestado problemas emocionales tales como sentimientos de ansiedad, depresión, irritabilidad o tristeza y desánimo?</p>				
<p>Muy intensa (por ejemplo, correr de prisa)</p>	1	Nada, en absoluto	1			
<p>Intensa (por ejemplo, correr con suavidad)</p>	2	Un poco	2			
<p>Moderada (por ejemplo, caminar a paso rápido)</p>	3	Moderadamente	3			
<p>Ligera (por ejemplo, caminar despacio)</p>	4	Bastante	4			
<p>Muy ligera (por ejemplo, caminar lentamente o no poder caminar)</p>	5	Intensamente	5			
<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>		<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>				
<p>Actividades sociales</p> <p>Durante las 2 últimas semanas... ¿su salud física y estado emocional han limitado sus actividades sociales con familia, amigos, vecinos o grupos?</p>		<p>Actividades cotidianas</p> <p>Durante las 2 últimas semanas... ¿cuánta dificultad ha tenido al realizar actividades o tareas habituales, tanto dentro como fuera de casa, a causa de su salud física o por problemas emocionales?</p>		<p>Cambio en el estado de salud</p> <p>¿Cómo calificaría ahora su estado de salud, en comparación con el de hace 2 semanas?</p>		
<p>No, nada, en absoluto</p>	1	Ninguna dificultad	1	Mucho mejor	↕↕ ++	1
<p>Ligeradamente</p>	2	Un poco de dificultad	2	Un poco mejor	↕ +	2
<p>Moderadamente</p>	3	Dificultad moderada	3	Igual, por el estilo	↔ -	3
<p>Bastante</p>	4	Mucha dificultad	4	Un poco peor	↕ -	4
<p>Muchísimo</p>	5	Toda, no he podido hacer nada	5	Mucho peor	↕↕ --	5
<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>		<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>		<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>		
<p>Estado de salud</p> <p>Durante las 2 últimas semanas... ¿cómo calificaría su salud en general?</p>		<p>Dolor</p> <p>Durante las 2 últimas semanas... ¿cuánto dolor ha experimentado?</p>				
<p>Excelente</p>	1	Nada de dolor	1			
<p>Muy buena</p>	2	Dolor muy leve	2			
<p>Buena</p>	3	Dolor ligero	3			
<p>Regular</p>	4	Dolor moderado	4			
<p>Mala</p>	5	Dolor intenso	5			
<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>		<p>Dartmouth Coop Functional Assessment Charts/WONCA Copyright © Trustees of Dartmouth/Coop Project, 1995</p>				