

EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA MENOPAUSIA EN MUJERES ADULTAS DE LA COMUNIDAD MAZATLÁN, SINALOA 2021-2022

Data de aceite: 01/12/2023

Ramón Alberto Peña Peña

Escuela Superior de Enfermería Mazatlán,
Universidad Autónoma de Sinaloa,
Mazatlán Sinaloa.
ORCID 0000-0001-7463-2711

Maura Liliana Llamas Estrada

Escuela Superior de Enfermería Mazatlán,
Universidad Autónoma de Sinaloa,
Mazatlán Sinaloa.
ORCID 0000-0003-3033-2682

Cristina González Rendón

Escuela Superior de Enfermería Mazatlán,
Universidad Autónoma de Sinaloa,
Mazatlán Sinaloa.
ORCID 0000-0002-7223-1698

María de Jesús Pérez Vázquez

Escuela Superior de Enfermería Mazatlán,
Universidad Autónoma de Sinaloa,
Mazatlán Sinaloa.
ORCID 0000-0003-0137-4592

Rosa Ávila Valdez

Escuela Superior de Enfermería Mazatlán,
Universidad Autónoma de Sinaloa,
Mazatlán Sinaloa.
ORCID 0000-0003-2912-1108

psicológicos de la menopausia en mujeres adultas de la comunidad Mazatlán, Sinaloa 2021-2022. **Material y método:** El tipo de investigación fue mixto, con una muestra de 161 mujeres de 40 a 59 años en la etapa de la menopausia con un muestreo probabilístico por conglomerados, utilizando como instrumento de medición un cuestionario con 20 preguntas sobre síntomas o cambios en la menopausia. **Resultados:** Las mujeres presentan trastornos menstruales, falta de lubricación vaginal, bochornos, transpiración nocturna y alteraciones del estado de ánimo, el 62.11% presenta desconexión de la vida personal. **Conclusiones:** Los síntomas más característicos son la ansiedad, depresión, inseguridad, miedo, desconfianza, y el más frecuente es el insomnio en donde la mujer suele presentar depresión.

PALABRAS CLAVE: Climaterio, Menopausia, Mujer, Enfermería.

PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF
MENOPAUSE IN ADULT WOMEN
OF THE MAZATLÁN COMMUNITY,
SINALOA 2021-2022

ABSTRACT: Objective: To know the psychological effects of menopause in adult women of the Mazatlán community, Sinaloa

RESUMEN: Objetivo: Conocer los efectos

2021-2022. **Material and method:** The type of research was mixed, with a sample of 161 women between 40 and 59 years of age in the menopausal stage with a probabilistic sampling by conglomerates, using a questionnaire with 20 questions about symptoms or changes in menopause. **Results:** Women present menstrual disorders, lack of vaginal lubrication, hot flashes, night sweats and mood disorders, 62.11% present disconnection from personal life. **Conclusions:** The most characteristic symptoms are anxiety, depression, insecurity, fear, distrust, and the most frequent is insomnia where women usually present depression. **KEYWORDS:** Climacteric, Menopause, Woman, Nursing.

INTRODUCCIÓN

La menopausia es un estado fisiológico de la mujer, parte del proceso natural de envejecimiento, caracterizado por el cese de la secreción hormonal ovárica, dando lugar a cambios que afectan el aparato urogenital, sistema cardiovascular y óseo. La Organización Mundial de la Salud define la menopausia como el cese permanente de la menstruación, tras un periodo de doce meses consecutivos de amenorrea, sin otra causa aparente patológica ni psicológica. Se reserva el término de perimenopausia para el periodo de tiempo que precede a la última regla y los doce meses posteriores, y posmenopausia para todos los años que siguen tras la última regla (Jimenes & Rincona, 2018).

Esta etapa de vida de la mujer se caracteriza por la ausencia de la menstruación en la edad de 40 a 59 años de edad. La menopausia ha sido y sigue siendo objeto de mitos y creencias y víctima de temores y mal entendidos. La falta de conocimiento da como resultado actitudes negativas y despiertan ideas y sentimientos desfavorables con diversa intensidad, la sociedad influye mucho ya que esta valora de manera desproporcionada la juventud y el vigor físico, donde la mujer tiene un mayor valor social mientras tenga la capacidad de engendrar hijos y ejerza las funciones de crianza, lo cual conlleva a que la mujer que atraviesa esta etapa de la menopausia se sienta menos mujer y pierda su sentido de ser lo que favorece la aparición de cuadros sintomáticos y psicopatológicos (Dorado & Oroscó, 2018).

La etapa de la menopausia es un momento de importantes cambios en la vida de la mujer, donde se entremezclan los síntomas físicos y los síntomas psicológicos. A nivel psicológico la mujer presenta síntomas de ansiedad, depresión, irritabilidad, inseguridad, miedo, desconfianza, cambios en la memoria, sentimientos de inferioridad y el más frecuente es el insomnio de iniciación (precoz), que es quizá el síntoma que más impacto negativo tiene en la vida de la mujer. Todos estos síntomas hacen que sea un periodo complicado para la mujer. (Iracheta, 2019). En la calle Juan de la Barrera, en la colonia Benito Juárez habitan promediadamente de 200 a 300 personas, en la cual, la gran mayoría son mujeres que tienen la edad de 40 a 59 años; hablando en porcentajes, la colonia representa un 6.3% de todo Mazatlán.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio de tipo mixto en el año 2021-2022 mediante la aplicación de un cuestionario, los cuales son herramientas ampliamente utilizadas en los estudios epidemiológicos que investigan la presencia de síntomas emocionales y físicos de la menopausia que se compone de 20 ítems. La población está compuesta por mujeres de 40 a 59 años de edad, una vez obtenido el permiso, se aplicarán los instrumentos en el día y hora acordado, con un tiempo máximo de tiempo de 10 minutos. La transcripción, captura y presentación de los datos se realizó conservando su confidencialidad. El análisis y evaluación se realizó en el paquete estadístico SPSS versión 23.

RESULTADOS:

El instrumento presento un .561 de fiabilidad, el cual lo considera un instrumento fiable, el 76.40% presentan síntomas como: trastornos menstruales, falta de lubricación vaginal, bochornos, transpiración nocturna, alteraciones del estado de ánimo (irritabilidad, depresión, ansiedad e insomnio), el 62.11% se siente desconectada de la vida personal, 61.49% tiene la sensación de falta de energía y el 62.11% siente dolor de cintura.

DISCUSIÓN:

Comparando los resultados obtenidos de la investigación con los resultados de la investigación de análisis de la calidad de vida en mujeres con diagnóstico de menopausia en el asentamiento humano “Nueva Esperanza” del hospital regional de Ica, 2021 (Santiesteban & Villalobos, 2021), en el cual es mala 46.7% porque la mayoría de las mujeres se sienten deprimidas o tristes, descontentas, con nerviosismo y ansiedad; es regular 43.3% porque algunas mujeres se comportan impacientes con otras personas y hacen menos cosas que acostumbraban; y es buena 10% porque pocas mujeres reportaron pérdida de memoria. En comparación con el estudio realizado donde el 76.40% presentan síntomas como: trastornos menstruales, falta de lubricación vaginal, bochornos, transpiración nocturna, alteraciones del estado de ánimo (irritabilidad, depresión, ansiedad e insomnio), 61.49% tiene la sensación de falta de energía y el 62.11% siente dolor de cintura.

Estos resultados hacen notorios que las mujeres con menopausia pasan por distintos procesos físicos y psicológicos que hacen su vida diaria más difícil de lo que habitualmente era, en especial desde la perspectiva psicológica y emocional donde depresión, ansiedad e irritabilidad.

CONCLUSIONES:

La conclusión a la que se llegó después de realizar dicha investigación y buscar una diversidad de información, la investigación aborda temas que afectan a las mujeres

menopáusicas, con el objetivo de mantener y mejorar su calidad de vida. Un poco de este proyecto de investigación es que la menopausia no es el final de la vida, sino el comienzo de una etapa que ocupa casi la cuarta parte de la vida femenina; por otra parte, se plantea que el climaterio no es el cese de la existencia, sino la etapa que deja abierta las puertas al disfrute de una nueva forma que debe cursar con menos tensión, con menos carga.

REFERENCIAS

Dorador, M., & Orozco, G. (2018). Síntomas psicológicos en la transmisión menopáusica; Obtenido de SciELO: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262018000300228#:~:text=La%20Menopausia%20de%20Transici%C3%B3n%20se,pobre%20concentraci%C3%B3n%20fallas%20o%20dificultades

Flor De María Santiesteban Díaz y Carmen Rosa Villalobos Gonzales. (2021.). "ANÁLISIS DE LA CALIDAD DE VIDA EN MUJERES CON DIAGNOSTICÓ DE MENOPAUSIA EN EL ASENTAMIENTO HUMANO "NUEVA ESPERANZA" DEL HOSPITAL REGIONAL DE ICA, 2021". 2021., de UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA Sitio web: <http://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/autonomaica/1274/1/Carmen%20Rosa%20Villalobos%20Gonzales.pdf>

Iracheta, E. Los efectos psicológicos en la menopausia afectan a la sexualidad de las mujeres. 2019; Obtenido de Quironsalud: <https://www.quironsalud.es/es/comunicacion/notas-prensa/efectos-psicologicosmenopausia-afectan-sexualidadmujeres#:~:text=A%20nivel%20psicol%C3%B3gico%20la%20mujer,la%20vida%20de%20la%20mujer.>

Torres Jimenez, A. P., & Torres Rincona, M. J. (2018). Climaterio y menopausia; Obtenido de SciELO: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422018000200051#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,amenorrea%20sin%20causas%20patol%C3%B3gicas%E2%80%9D.