

Artículo científico

PREVALENCIA DE ENFERMEDADES Y PROBLEMAS NUTRICIONALES EN MUJERES EN PERIODO DE CLIMATERIO. CONSULTA EXTERNA SERVICIO DE GINECOLOGÍA. HOSPITAL SAN VICENTE DE PAUL.

Autoras: Andrea Rodríguez Aguirre
Mercedes Escobar Chingud
Directora: Dra Eugenia Andrade

Nutrición y Salud Comunitaria, Facultad Ciencias de la Salud
Universidad Técnica del Norte. Hospital San Vicente de Paul.

Resumen

La prevalencia de enfermedades y problemas nutricionales en la mujer en periodo de climaterio se realizó en Consulta Externa del Servicio de Ginecología del Hospital San Vicente de Paul; es un estudio de tipo descriptivo, transversal. El total de mujeres evaluadas fue en un número de 99, durante el periodo comprendido entre enero-febrero 2014. Los resultados demuestran que el mayor porcentaje corresponde al periodo de premenopausia (42,42%) y perimenopausia (46,47%). En los tres periodos del climaterio, se encontró un alto porcentaje de enfermedad crónica degenerativa (63,64%), y prevalencia de enfermedad cardiovascular (17,17%). Las patologías prevalentes fueron: entre las osteoarticulares, artritis (6,06%), endocrinas, hiper/hipotiroidismo (12,12%), cardiovasculares, hipertensión arterial (31,31%), en dislipidemias, dislipidemia mixta (9,09%), además encontramos otras enfermedades como, miomatosis uterina (23,23%). Las manifestaciones del climaterio estuvieron presentes con mayor frecuencia en las mujeres perimenopáusicas, se tuvo en cuenta síntomas de tipo somático, psicológico, urogenital/sexual, digestivo y generales, los más prevalentes fueron: astenia (81,82%), nerviosismo (74,75%), libido normal (64,65%), dispepsia (76,77%) y caída del cabello (74,75%). En relación a la evaluación del estado nutricional prevalece: el sobrepeso (51,52%) y obesidad (35,35%), presentan riesgo cardiovascular elevado (76,77%). Según la dieta consumida existe un alto porcentaje de déficit alimentario tanto en macro y micronutrientes. Se concluyó que la mujer en climaterio tiene un alto riesgo de padecer algún tipo de enfermedad.

Palabras claves: prevalencia, climaterio, estado nutricional, enfermedades crónico degenerativas.

Abstract

The prevalence of diseases and nutritional problems that women encounter in menopause period was researched at outpatient service of gynecology at the Hospital San Vicente de Paul; the study was descriptive and transverse. A total of 99 women were evaluated during the time period of January to February of 2014. The results show that the major percentage of participants fell into the pre-menopause stage (42.42%) and near menopause stage (46.47%). In the 3 stages of climacteric, the study found a high percentage of chronic degenerative disease (63.63%) and a greater prevalence of cardiovascular disease (17.17%). The prevalent pathologies were: in bone degeneration, arthritis (6.06%), in endocrine ailments, hyper / hypothyroidism (12.12%), in cardiovascular ailments, arterial hypertension (31.31%), in dyslipidemia, mixed dyslipidemia (9.09%), additionally, the study found other diseases like uterine fibroids (23.23%). Climacterical manifestations were present more frequently in women in the near menopausal stage taking into account somatic, psychological, sexual/ urogenital, digestive, and general symptoms the most prevalent were: asthenia (81.82%), nervousness (74.75%), normal sexual desire (64.65%), dyspepsia (76.77%), and an overall level of hair loss (74.75%). In relation to the health evaluations the following ailments prevailed: overweight (51.52%) y obesity (35.35%) which present a higher cardiovascular risk (76.77%). According to the consumed diet, a high percentage of participants displayed a nutritional deficit in both macro and micro nutrients. Thus, the study concluded that women in climacteric period have a higher risk of developing certain types of disease.

Keywords: prevalence, climacteric, nutritional state, chronic degenerative diseases.

INTRODUCCION

El proceso y experiencia de la menopausia es diferente para cada mujer. La menopausia no es el final de la vida, sino el comienzo de una etapa que ocupa casi la tercera 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, y con menos carga. (Capote Bueno, Segredo Pérez, & Gómez Zayas, 2011). Si se considera la edad de 50 años, como la edad promedio del inicio de la menopausia, cerca de 25 millones de mujeres entran en esta etapa cada año en el mundo. Estas cifras nos obligan a prestar atención a este grupo poblacional (Artiles Visbal, Navarro Despaigne, & Manzano Ovies, 2009).

En las sociedades latinoamericanas se ha acelerado el cambio poblacional. El resultado general de este proceso es la conformación de una población adulta, con los efectos que esto tiene en la modificación de las necesidades sociales y el consecuente cambio en los roles y funciones de la mujer. Por otra parte, la mayor longevidad femenina conlleva el riesgo de asociarse a una mayor frecuencia de enfermedades crónicas (Capote Bueno, Segredo Perez, & Gomez Zayas, 2011). Esto ha dado paso a reflexionar a futuro sobre las posibles consecuencias y a mancomunar esfuerzos para prevenir patologías u complicaciones que afectan la calidad de vida.

La aparición de enfermedades crónico degenerativas, problemas nutricionales y su relación con la menopausia han sido documentados desde tiempos inmemorables y esta información ha sido corroborada a lo largo de la bibliografía científica; lo cual, ha dado paso a la realización de diversos estudios que reflejan la real dimensión del problema, y encontramos datos recopilados en este estudio y el desarrollo de nuestra investigación. (Torrens Sigales & Martinez Bueno, 2012) Por estos motivos el presente estudio tuvo como

objetivo identificar a nivel de nuestro medio, cuál es la prevalencia de enfermedades, su sintomatología, estado nutricional, y en qué etapa de este periodo su incidencia es mayor, para así poder realizar acciones preventivas en mujeres en edad fértil para mejorar la calidad de vida.

PROCEDIMIENTO

Con la finalidad de analizar la prevalencia de enfermedades y problemas nutricionales en la mujer en periodo de climaterio, se realizó este estudio de tipo descriptivo transversal en 99 mujeres que acudieron a Consulta Externa, Servicio de Ginecología del Hospital San Vicente de Paul, durante el periodo enero–febrero 2014. Debido a que hay poca cobertura de la población objetivo, se consideró no sacar muestra de estudio, sino evaluar a todo el universo en un periodo de tiempo determinado. Se aplicó la encuesta a las pacientes antes de ingresar a la consulta médica, se tomó medidas antropométricas y luego se procedió a revisión de la historia clínica. El procesamiento de datos se efectuó creando una base de datos en Excel, considerando las preguntas del cuestionario (encuesta), clasificando cada una de las variables. Para obtener tablas estadísticas con la distribución de frecuencias, porcentajes y cruce de variables se utilizó el programa estadístico Epi Info versión 3.5.4. Se pasó al programa Word y se hizo los respectivos análisis de los resultados obtenidos.

RESULTADOS

Con respecto a las características sociodemográficas, los hallazgos encontrados son los siguientes: predominaron las mujeres entre 46 y 55 años de edad (46,46%), que corresponde a la etapa del climaterio peri menopáusic. La mayoría ha finalizado sus estudios en primaria completa (43,43%), se dedican a quehaceres domésticos (79,79%), de estado civil casadas (54,55%).

Se encontró un alto porcentaje de enfermedades crónico degenerativas (63,64%), prevalece la presencia de más de dos tipos de enfermedades (26,26%) , un porcentaje no presenta ningún tipo de enfermedad crónico degenerativa (36,36%), mas sin embargo están clasificadas en otra sintomatología.(tabla 1)

Tabla 1.

Prevalencia de enfermedades según periodo de climaterio, pacientes Consulta Externa, Servicio de Ginecología.

Tipo de enfermedades	Periodo del climaterio							
	Premenopausia		Perimenopausia		Postmenopausia		Total	
	40-45		46-55		55-60			
	n°	(%)	n°	(%)	n°	(%)	n°	(%)
Osteoarticulares	4	4,04	2	2,02	-	-	6	6,06
Endocrinas	3	3,03	1	1,01	1	1,01	5	5,05
Cardiovascular	7	7,07	8	8,08	2	2,02	17	17,17
Dislipidemias	4	4,04	4	4,04	1	1,01	9	9,09
Más de 2 tipos de enfermedades	7	7,07	13	13,13	6	6,06	26	26,26
Total Presentan	25	25,25	28	28,28	10	10,10	63	63,64
No presentan	17	17,17	18	18,18	1	1,01	36	36,36
Total	42	42,42	46	46,46	11	11,11	99	100,00

Fuente: Encuestas aplicadas a mujeres en periodo de climaterio.

En cuanto a la sintomatología climatérica encontramos en la clasificación de síntomas de origen somático la mayoría de las mujeres presenta astenia (81,82%), parestesias (80,81%) y sudoraciones (79,80%); a nivel psicológico se destaca el nerviosismo (74,75%) ; a nivel del aparato urogenital y respuesta sexual la mayoría de mujeres presentan libido normal (64,65%); entre los síntomas digestivos presentan dispepsia y meteorismo respectivamente (76,77%),(75,76%); en síntomas generales la mayoría presento caída del cabello (74,75%).

En la evaluación del estado nutricional según la etapa del climaterio se encontró que un número considerable de pacientes presentan alteraciones del estado nutricional (86,87%); en relación a la presencia del riesgo para desarrollar enfermedades cardiovasculares y metabólicas se presenta riesgo elevado (92,93%).

En cuanto al porcentaje de adecuación de la dieta consumida existe un alto porcentaje de déficit alimentario tanto en macro y micronutrientes, en lo que se refiere a Carbohidratos presenta sobrealimentación, existen pequeños porcentajes que se encuentran dentro de lo adecuado. (Tabla 2)

Tabla 2.

Porcentaje de adecuación de la dieta consumida de las pacientes en periodo de climaterio Consulta Externa Servicio de Ginecología.

% de adecuación	Déficit		Adecuado		Sobrealimentación	
	n°	%	n°	%	n°	%
Macronutrientes						
Calorías	69	69,70	19	19,19	11	11,11
Proteínas	40	40,40	29	29,29	30	30,30
Grasa	64	64,65	17	17,17	18	18,18
Carbohidratos	40	40,40	13	13,14	46	46,47
Micronutrientes						
Calcio	98	98,99	1	1,01	-	-
Fosforo	25	25,25	10	10,10	64	64,65
Hierro	76	76,77	5	5,05	18	18,18
Zinc	87	87,88	9	9,09	3	3,03
Vit. A	89	89,90	5	5,05	5	5,05
Vit. C	42	42,42	6	6,06	51	51,52
Vit. B1	69	69,70	12	12,12	18	18,18
Vit. B2	89	89,90	3	3,03	7	7,07
Vit. B3	29	29,30	8	8,08	62	62,63

Fuente: Encuestas aplicadas a mujeres en periodo de climaterio.

Discusión

Climaterio se conoce como el tiempo durante el cual se pasa de la vida reproductiva a la no reproductiva. Según criterios actuales de la OMS y de la Sección de Climaterio y Menopausia de la Sociedad Cubana de Ginecología, publicados en el Consenso Cubano de Climaterio y Menopausia, esto ocurre entre los 45 y 59 años de edad. Según los conceptos de salud, salud mental y salud sexual de la OMS, nada debe impedir que la mujer climatérica sea mental y sexualmente sana. Es por eso que se deben estudiar y recomendar todos aquellos elementos que permitan la plenitud de sus posibilidades físicas, psíquicas y sociales en esta etapa de la vida. (Capote Bueno, Segredo Pérez, & Gómez Zayas, 2011).

Las enfermedades crónicas son enfermedades de larga duración y por lo general de progresión lenta. Las enfermedades cardíacas, los infartos, el cáncer, las enfermedades respiratorias y la diabetes, son las principales causas de mortalidad en el mundo, siendo responsables del (63%) de las muertes. En 2008, 36 millones de personas murieron de una enfermedad crónica, de las cuales la mitad era de sexo femenino y el 29% era de menos de 60 años de edad. (OMS, 2014).

Con nuestro estudio podemos corroborar esta información debido a que un alto porcentaje presento algún tipo de enfermedad crónico degenerativa, prevaleciendo la hipertensión arterial. Se dice que la mujer luego de la menopausia queda predispuesta a tener más riesgo de sufrir enfermedad crónico degenerativa así como también pueden aparecer enfermedades relacionadas con el envejecimiento en general y con el fallo ovárico en particular. (Barrera Sotonlongo & Osorio León, 2006). Confirmamos que hay prevalencia de enfermedades en la etapa de la postmenopausia, sin embargo, encontramos que existe un porcentaje considerable de enfermedades de este tipo en mujeres en periodo de premenopausia y perimenopausia por lo que la prevención debe ser importante en la edad fértil.

Esta etapa de la vida de la mujer va precedida de una serie de manifestaciones endocrinas, biológicas y clínicas que están relacionadas con el descenso en la producción de estrógenos. Esta sintomatología se puede ver agudizada por razones psicológicas y/o sociales. Según la literatura revisada se refiere que entre un 75 % y un 80 % de las mujeres climáticas experimentan síntomas, entre los que se encuentran un conjunto de malestares pertenecientes a la esfera psicosocial y que están condicionados por el medio en que se desenvuelve la mujer y además por su carácter y personalidad (Heredia Hernández & Lugones Botell, 2007). La mayoría de las mujeres presentaron manifestaciones somáticas como Astenia, parestesias, sudoraciones y psicológicas como el nerviosismo e irritabilidad. En este sentido resulta importante considerar y tener presente el concepto de salud de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Según el recordatorio de 24 horas el consumo de hidratos de carbono es alto ya que 46 de las 99 mujeres presentaron ingestas de hidratos de carbono significativamente mayores a las recomendadas. Este aspecto explicaría el estado nutricional que presentó la mayoría de las mujeres estudiadas y el respectivo porcentaje de grasa corporal. Hay una preferencia por huevos cereales y derivados, tubérculos, raíces y plátanos.

Con relación a micronutrientes se encuentran en déficit en el caso de hierro los resultados muestran que la media está en (12,4 mg) lo que se explica por el bajo consumo de alimentos proteicos, de verduras y leguminosas; el alto consumo de vitamina C garantiza una mejor absorción del hierro total, los aportes de vitamina C fueron altos con promedio de 157,03 mg diarios, constituyendo un factor protector de la salud. La adecuación de calcio resultó significativamente menor a las recomendaciones, explicada por el consumo inferior a las 3 porciones de lácteos al día. En otro estudio relacionado con la alimentación en esta etapa encontramos resultados similares donde revela que la ingesta es inadecuada en macronutrientes, calcio y vitamina A. (Durán F, Soto A, Labraña T, & Sáez C, 2008).

CONCLUSIONES

Una vez realizado el trabajo de investigación y analizado cada uno de sus resultados se concluye que:

- Predomino el número de mujeres entre 46 y 55 años de edad. La mayoría ha finalizado sus estudios en primaria completa, se dedican a quehaceres domésticos de estado civil casadas.
- Se encontró un alto porcentaje de enfermedades crónico degenerativas, prevaleció la enfermedad cardiovascular; hipertensión arterial. Las patologías prevalentes fueron: artritis, hiper/hipotiroidismo, dislipidemia mixta, además encontramos otras enfermedades como miomatosis uterina. Las manifestaciones del climaterio estuvieron presentes con mayor frecuencia en las mujeres perimenopáusicas, predominando: astenia, nerviosismo, dispepsia y caída del cabello.
- Se encontró un alto porcentaje de sobrepeso y obesidad con riesgo cardiovascular muy elevado.
- En relación al estilo de vida se pudo evidenciar que la mayoría de pacientes encuestadas para el estudio realizan actividad física específicamente la caminata.
- De acuerdo a los resultados se encontró que más de la mitad de la población consumen medicamentos y asisten a consulta médica de dos a cada tres meses por presentar diferentes patologías.
- La adecuación de la dieta consumida presento un alto déficit alimentario tanto en macro y micronutrientes. El grupo de alimentos de mayor consumo son cereales y derivados, así como también de tubérculos y raíces.

- Según los resultados encontrados fue necesario realizar una guía educativa considerando algunos componentes que contribuyan a disponer de estilos de vida saludables.

RECOMENDACIONES

- El control médico y nutricional en la etapa perimenopausica debería ser de manera periódica con la finalidad de evitar complicaciones.
- Desde los centros de atención primaria se debe promover la promoción de la salud, estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades a través de campañas y charlas a todas las mujeres que están atravesando por este periodo de transición para que de esta manera puedan tratarse a tiempo todos los riesgos que se presentan a lo largo de todo el periodo.
- En todas las etapas de la vida es importante realizar actividad física y en esta etapa debe ser acorde a la condición de salud y estado físico de la mujer para mantener un peso saludable.
- Aprovechar los convenios que mantienen la Universidad Técnica del Norte con el Hospital San Vicente de Paul para propiciar el desarrollo de investigaciones subsecuentes de acuerdo a la importancia de los diagnósticos realizados.
- Sugerimos a la Universidad Técnica del Norte y al Hospital San Vicente de Paul difundir la “Guía Educativa Nutricional mujer en periodo de Climaterio”, con la finalidad de contribuir en los programas de promoción y prevención de la salud en la población.

REFERENCIAS

- Artiles Visbal, L., Navarro Despaigne, D. A., & Manzano Ovies, B. R. (2009). *Climaterio y menopausia: Un enfoque desde lo social*. Obtenido de <http://files.sld.cu/boletincnscs/files/2009/03/daysi-navarrosresumen-publicacion-premio-anual.pdf>
- Barrera Sotonlongo, J., & Osorio León, S. (2006). *Revista Cubana de investigaciones Biomédicas Scielo*. Obtenido de Hipertension Arterial en mujeres climatericas: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002006000400008
- Capote Bueno, M. I., Segredo Perez, A. M., & Gomez Zayas, O. (10 de 12 de 2011). Climaterio y menopausia. *revista cubana de medicina general integral*. Habana. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252011000400013
- Capote Bueno, M. I., Segredo Pérez, A. M., & Gómez Zayas, O. (oct de 2011). *Revista Cubana de medicina general Integral*. Recuperado el 31 de 05 de 2014, de Climaterio y Menopausia: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252011000400013
- Durán F, E., Soto A, D., Labraña T, A., & Sáez C, K. (3 de 09 de 2008). *Revista Chilena de Nutrición Redalyc*. (I. 0716-1549, Ed.) Recuperado el 12 de 03 de 2014, de Adecuación de energia y nutrientes e indice de alimentación saludable en mujeres climatéricas: <http://www.redalyc.org/pdf/469/46911428005.pdf>
- Gómez Tabares, G., & Alfaro, S. P. (2012). *En Colombia- Revista de menopausia*. Recuperado el 11 de 05 de 2014, de Nutrición y menopausia: <http://www.encolombia.com/medicina/menopausia/meno8202-contribuc2.htm>
- Heredia Hernández , B., & Lugones Botell, M. (2007). *Revista Cubana de obstetricia y ginecologia*. Obtenido de Principales manifestaciones clínicas, psicológicas y de la sexualidad en un grupo de mujeres en el climaterio y la menopausia: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2007000300009
- Lugones Botell, M., & Navarro Despaigne, D. (2006). *Síndrome climatérico y algunos factores socioculturales relacionados con la etapa*. Recuperado el 30 de 05 de 2014, de Revista Cubana de Obstetricia y Ginecologia: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2006000100002
- OMS. (2014). *Temas de Salud, Enfermedades crónicas*. Recuperado el 27 de 05 de 2014, de Organización mundial de la Salud: http://www.who.int/topics/chronic_diseases/es/
- Torrens Sigales, R. M., & Martinez Bueno, C. (2012). *Enfermería Obstetrica y Ginecologica* (Vols. Enfermería Obstetrica y Ginecologica ISBN 978-8495-62-677-6). Barcelona, España: Lexus.