



# Revista Ciencia Multidisciplinaria CUNORI

## Calidad de vida, ansiedad y depresión en etapa del climaterio

Quality of life, anxiety and depression in the climate stage

**Jhosselin Yaneth López Sagastume**  
 Universidad de San Carlos de Guatemala  
<https://orcid.org/0000-0001-7806-1637>  
[jhoss395@hotmail.com](mailto:jhoss395@hotmail.com)



**Recibido: 25/10/2020**  
**Publicado: 19/01/2021**

### Referencia del ensayo

López Sagastume, J. Y. (2021). Calidad de vida, ansiedad y depresión en etapa del climaterio. Revista Ciencia Multidisciplinaria CUNORI. 5(1). 111-117.  
 DOI: <https://doi.org/10.36314/cunori.v5i1.157>



### Resumen



La calidad de vida es el conjunto de condiciones que contribuyen a hacer agradable y valiosa la vida. Esta varía entre distintos grupos poblacionales. En el climaterio, los cambios biológicos que se producen provocan irregularidades del ciclo menstrual, síntomas vasomotores, psicológicos y genitourinarios, que intervienen en la calidad de vida de las mujeres. Objetivo: describir la calidad de vida, ansiedad y depresión en etapa del climaterio. Método: se procedió a un estudio monográfico, mediante el cual se recurrió a la revisión de literatura sobre el tema e investigaciones aplicadas. Conclusión: las mujeres premenopáusicas son quienes tienen peor calidad de vida, tienden a la mejora a medida que avanza la edad; presentan mayor pérdida de calidad de vida cuando incrementa el deterioro en áreas psicosociales y físicas, como el bienestar con la pareja y su sexualidad. Existe clara relación entre la severidad de los síntomas menopáusicos y la depresión; asimismo la prevalencia de depresión es notoriamente más importante y significativa en quienes refieren sintomatología menopáusica severa; además, el entorno sociocultural en que se desenvuelven es determinante en su bienestar y salud, ya que manifiestan un alto nivel de ansiedad debido a causas fisiológicas, como ataques de pánico derivados de cambios hormonales.

### Palabras clave

calidad de vida, ansiedad, depresión, climaterio

## Abstract



The quality of life is the set of conditions that contribute to make life pleasant and valuable. This varies between different population groups. In the climacteric, the biological changes that occur cause irregularities in the menstrual cycle, vasomotor, psychological and genitourinary symptoms, which intervene in the quality of life of women. Objective: to describe the quality of life, anxiety and depression in the climacteric stage. Method: a monographic study was carried out, through which a review of the literature on the subject and applied research was used. Conclusion: premenopausal women have the worst quality of life, they tend to improve as age advances; They present a greater loss of quality of life when the deterioration in psychosocial and physical areas increases, such as well-being with the partner and their sexuality. There is a clear relationship between the severity of menopausal symptoms and depression; Likewise, the prevalence of depression is notably more important and significant in those who report severe menopausal symptoms; In addition, the sociocultural environment in which they operate is decisive in their well-being and health, since they manifest a high level of anxiety due to physiological causes, such as panic attacks derived from hormonal changes.

## Keywords

quality of life, anxiety, depression, climacteric1q





## Introducción

La calidad de vida es el conjunto de condiciones que contribuyen a hacer agradable y valiosa la vida, es decir, el grado de felicidad o satisfacción disfrutado por un individuo, especialmente con relación a la salud y sus dominios. Esta varía entre distintos grupos poblacionales, en el climaterio, los cambios biológicos que se producen no sólo provocan irregularidades del ciclo menstrual sino también otras manifestaciones, como síntomas vasomotores, psicológicos y genitourinarios que intervienen en la calidad de vida de las féminas. El climaterio es el período de transición desde la etapa reproductiva hasta la no reproductiva Torres y Torres (2018) es decir, la transición a la menopausia y que puede durar hasta 4 años (Sociedad de Obstetricia y Ginecología de Buenos Aires -SOGIBA-, 2018). Lo que establece una época donde la salud de la mujer cobra mayor interés, en especial, para el mejoramiento de su calidad de vida como lo afirma (Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología -FLASOG-, 2016), ya que produce una serie de síntomas que pueden afectar de manera negativa a la calidad de vida como lo asegura (Mercado-Lara et al., 2018).

Cuando la calidad de vida se ve comprometida se refleja en el bienestar de las mujeres, lo que se basa en dimensiones subjetivas y aspectos afectivos emocionales como el estado anímico como lo expresa (Gómez, 2018), que podrían desencadenar en trastornos como la depresión y la ansiedad, padecimientos que originan niveles alarmantes de suicidio. Actualmente, existen diferentes inconvenientes que conllevan a que la detección de las causas de estas enfermedades no sea pertinente, entre estas resaltan los limitados recursos, personal debidamente capacitado y la evaluación inexacta o errónea, según la (Organización Mundial de la Salud -OMS-, 2020). Debido a su trascendencia y al peso demográfico de las mujeres es importante estudiar el envejecimiento femenino y las fases de sus cambios fisiológicos, según (Larrea, 2020).

Se realizó una investigación documental, utilizando 47 fuentes primarias tomadas de artículos de carácter científico, páginas oficiales, estudios de tesis y libros relacionados con el tema. Al obtener la información se analizó y sintetizó de manera que respondan los objetivos de la investigación. Con ello se establecieron las conclusiones del estudio y se generaron recomendaciones con enfoque en la mujer menopáusica para fortalecer el sistema de atención y seguimiento.

## Contenido

La edad con mayor predominancia en la que aparece la menopausia es entre los 46 a 56 años, período conocido como perimenopausia, pero especialmente en mujeres con 50 años. Entre las anotaciones más importantes se encontró que el síndrome del climaterio inicia principalmente en el decenio de los 35 a 45 años, las mujeres premenopáusicas son quienes tienen mayor deterioro y severidad de los síntomas, y de estas, las que presentaban amenorrea menor de 12 meses. Además, las mujeres postmenopáusicas tienden a la mejora de calidad de vida en el climaterio a medida que avanza la edad. Asimismo, las mujeres en etapa de climaterio presentan mayor pérdida de calidad de vida cuando incrementa el deterioro en áreas psicosociales y físicas, como el bienestar con la pareja y su sexualidad. Existe clara relación entre la severidad de los síntomas menopáusicos y la depresión; asimismo la prevalencia de depresión es notoriamente más importante y significativa en quienes refieren sintomatología menopáusica severa; asociado a ello, el 56.81% demuestran una actitud negativa respecto a esta etapa, principalmente debido a los síntomas molestos y a la falta de apoyo de sus allegados. Además, el entorno sociocultural en que se desenvuelven es determinante en su bienestar y salud, ya que manifiestan un alto nivel de ansiedad debido a causas fisiológicas, como ataques de pánico derivados de cambios hormonales.

Estos datos demuestran la importancia de desarrollar estudios para caracterizar los síntomas climatéricos y su comportamiento en los estados de la menopausia que permitan dirigir medidas de prevención e intervención en la calidad de vida de mujeres en etapa del climaterio. Además, el entorno sociocultural en que se desenvuelven es determinante en su bienestar y salud. Los principales síntomas de ansiedad son: preocupación excesiva, dificultad para concentrarse, olvidos, irritabilidad, temor y nerviosismo. Los principales síntomas de depresión son: presencia persistente de tristeza, pérdida de interés en las personas, pérdida de energía, sentimientos de inutilidad, culpa o desesperanza y pensamientos de automutilación o suicidio.

## Conclusión

Las mujeres en etapa de climaterio presentan mayor pérdida de calidad de vida cuando incrementa el deterioro en áreas psicosociales y físicas, como el bienestar con la pareja y su sexualidad. Existe clara relación entre



la severidad de los síntomas menopáusicos y la depresión; asimismo, la prevalencia de depresión es notoriamente más importante y significativa en quienes refieren sintomatología menopáusica severa; asociado a ello, más de la mitad demuestran actitud negativa con relación a esta etapa, principalmente debido a los síntomas molestos y a la falta de apoyo de sus allegados.

El entorno sociocultural en que se desenvuelven las mujeres es determinante en su bienestar y salud, debido a que se ha asociado alto nivel de ansiedad a causas fisiológicas, como ataques de pánico derivados de cambios hormonales. Como señala la investigación de Dorador-González y Orozco-Calderón (2018), los síntomas psicológicos se encuentran presentes a lo largo de la transición de la menopausia.

Los síntomas del síndrome climatérico inician principalmente en el decenio de los 35 a 45 años, lo que se conoce como la fase del climaterio temprano. Algunos de estos síntomas son sofocaciones, sudoraciones, irritabilidad, nerviosismo, insomnio, parestesias y melancolía, envejecimiento, problemas sexuales severos, bochornos, palpitaciones leves, molestias osteoarticulares, irregularidad menstrual, sequedad vaginal y cambios de carácter, lo que coincide con los hallazgos de (Escobar, 2015) en la investigación sobre factores sociodemográficos y calidad de vida según la Escala de Puntuación Menopáusica (MRS).

## Agradecimientos

A mi asesor, M.Sc. Carlos Eduardo Gandara, por el apoyo y la orientación recibida; a la Universidad de San Carlos de Guatemala, por ser una ventana abierta a la excelencia académica; al Hospital Nacional de Chiquimula, por haber sido mi segundo hogar y donde fue posible formarme.

## Referencias

Dorador-González, M. L., & Orozco-Calderón, G. (2018). Síntomas psicológicos en la transición menopáusica. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 83(3), 228-239. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75262018000300228>

Escobar Acosta, L. F. (2015). Factores sociodemográficos y calidad de vida según la Escala de Puntuación Menopáusica (MRS) en mujeres de 40 a 59 años climatéricas que acuden al subcentro de salud de Huachi Chico, cantón Ambato, periodo octubre 2014 a enero del 2015 [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/9449/1/TESIS%20MEDICINA%20LILIAN%20FERNANDA%20ESCOBAR%20ACOSTA.pdf>

Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología. (2016). Climaterio y menopausia. Edición y Farmacia. <https://www.flasog.org/static/libros/.Libro-Climaterio-y-Menopausia-FLASOG.pdf>

Gómez Gómez, S. T. (2018). Bienestar psicológico y menopausia [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Recursos biblio. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Gomez-Sandra.pdf>

Larrea Romero, J. E. (2020). Calidad de vida durante el climaterio en la población del centro de salud no. 1, Azogues 2020 [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/34763/1/proyecto%20de%20investigacion.pdf>

Mercado-Lara, M. F., Monterrosa-Castro, A., & Duran-Méndez, L. C. (2018). Evaluación de la calidad de vida en climatéricas con la Escala Cervantes: influencia de la etnia. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia*, 64(1), 13-25. <https://doi.org/10.31403/rpgo.v64i2053>

Organización Mundial de la Salud. (30 de enero de 2020). Depresión. Disponible en <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Sociedad de Obstetricia y Ginecología de Buenos Aires. (2018). *R o l actual de la THM y estrategias de prevención en la medicina del climaterio. Consenso de Ginecología*. [http://www.sogiba.org.ar/images/Consenso\\_THM\\_2018.pdf](http://www.sogiba.org.ar/images/Consenso_THM_2018.pdf)

Torres Jiménez, A. P., & Torres Rincón, J. M. (2018). Climaterio y menopausia. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, 61(2), 51-58. <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2018/un182j.pdf>

## Sobre la autora

### Jhosselin Yaneth López Sagastume

Es Médica y Cirujana, en el grado académico de licenciada, egresada de la Universidad de San Carlos de Guatemala. La investigación de la cual escribió el artículo tiene como título “Calidad de vida, ansiedad y depresión en etapa del climaterio”.

Copyright (c) Jhosselin Yaneth López Sagastume



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y adaptar el documento, remezclar, transformar y crear a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de **atribución**: usted debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace.