

La mujer climatérica desde la Atención Primaria de Salud

The climacteric woman from the Primary Health Care

María de los Reyes González Ramos

Policlínico Docente "Ramón Claudio Delgado Amestoy". Cienfuegos.

Sr. Editor:

Las tendencias demográficas actuales destacan el envejecimiento poblacional como el cambio más sobresaliente que ha ocurrido en la estructura de la población mundial en las últimas décadas. En la población femenina esto significa que el número de años que vive la mujer después de la menopausia ha ido en aumento. Actualmente se estima que un tercio de la vida de la mujer transcurre bajo insuficiencia ovárica, en que el envejecimiento se manifiesta de una forma más evidente.¹

Existe una asociación directa entre la sobrecarga de los diferentes roles de género asignados a la mujer en su vida cotidiana. También entre las relaciones de familia y laborales con la aparición de la sintomatología del síndrome climatérico de percepción variable en su intensidad, así como el estilo de vida pueden influir negativamente en la calidad de vida.

Los servicios de salud deben disponer de facilidades para ofrecer una mejor calidad de vida a los más de 30 años que transita la mujer después de la menopausia. Debemos tener en cuenta que en el 2015 la esperanza de vida de la mujer cubana sobrepasó 80 años.²

Es necesario implementar acciones en las instituciones, las que, a partir del aprendizaje, permitan el desarrollo personal de los profesionales. Además, admiten elevar la atención a la mujer climatérica que se encuentra en ocasiones redescubriendo síntomas que aparecen en estas etapas del climaterio.

Considera que es una buena propuesta entrelazar todas las iniciativas que emanen del pensamiento creativo de cada cual para tributar o apostar por las actividades de promoción de salud, donde se incentive el alcance de conocimiento de este género para que pueda afrontar de manera más eficiente y fortalecida esta etapa.³

Se debe recordar que el manejo integral del climaterio va más allá del esquema hormonal óptimo, ya que otros factores nutricionales, afectivos y socioeconómicos que inciden en la vida de la mujer deben conjuntarse y armonizarse. Si esto no se cumple, se contribuye al deterioro de la calidad de vida femenina. Por tal motivo, resulta necesario preparar a las jóvenes generaciones para que lleguen a esta etapa de la vida en mejores condiciones físicas y psíquicas y con conocimiento de los procesos biológicos, psicológicos y sociales que caracterizan esta edad. Esto garantizará que al atravesar la frontera climatérica se sienta más segura.

Las organizaciones, instituciones y el personal de salud y de educación que atienden a la mujer deben perfeccionar el sistema de atención y cuidado de la mujer climatérica. Deben instrumentarse programas de salud, ampliar las consultas especializadas y aumentar la divulgación acerca de sus características, de los cuidados requeridos y de la función familiar, entre otros, por los medios de comunicación.⁴

Los cambios hormonales se asocian a diversas manifestaciones clínicas que implican cambios psíquicos, sociales, culturales y biológicos. El síndrome climatérico puede ser tan intenso que ocasiona cambios en la calidad de vida de las mujeres menopáusicas.⁵

Pensar de manera consciente en la etapa de la vida de la mujer climatérica, es una necesidad imperiosa para la mujer aquejada de estos males. El cuidado a la comunidad femenina climatérica debe prevalecer en los profesionales que laboran desde la Atención Primaria de Salud, pues observamos que son a veces desconocidas para muchas de ellas; esto provoca inseguridad, desesperación y mucha tristeza.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rivas-Alpízar E, Hernández-Gutiérrez C, Zerquera-Trujillo G, Vicente-Sánchez B, Muñoz-Cocina J. Factores biológicos y sociales relacionados con la salud de la mujer durante el climaterio. Medisur [Internet]. 2011 [citado 15 dic 2016];9(6):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/1212>
2. Martínez E, Anguiano V, Torres J, Vera D. Calidad de vida en mujeres durante su climaterio. (Spanish). Revista De La Facultad De Medicina De La UNAM [Internet]. 2012[cited 15 dic 2016];55(4):10-15. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/facmed/v55n4/v55n4a3.pdf>
3. Martínez-Chang Y, Sarduy-Nápoles M, Rodríguez-Martínez L, Rodríguez-Molina M, Iglesias-González B. Síntomas climatéricos según el estilo de vida en mujeres de edad mediana. Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología Internet. 2016 [citado 15dic 2016];42(3):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revginecobstetricia.sld.cu/index.php/qin/article/view/73>
4. González-Ramos M, Molina-Gómez A. Gestión del talento humano: reflexiones desde la Atención Primaria de Salud. Medisur[Internet]. 2016 [citado 15 dic

2016];14(2):[aprox. 3 p.]. Disponible en:
<http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/3203>

5. Lugones Botell Miguel. Climaterio, daño vascular y sexualidad. Rev Cubana Obstet Ginecol [Internet]. 2013 Dic [citado 2016 Dic 15];39(4):413-26. Disponible en:
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2013000400011&lng=es.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2013000400011&lng=es)

Recibido: 24 de mayo de 2017.

Aprobado: 29 de junio de 2017.

María de los Reyes González Ramos. Policlínico Docente "Ramón Claudio Delgado Amestoy". Cienfuegos.

Correo electrónico: mariagr@jagua.cfg.sld.cu