

SUEÑO Y MUJER

(Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio)

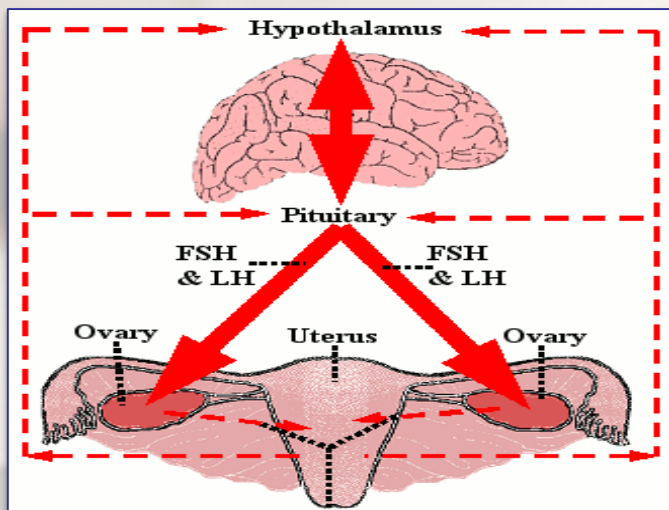


Álvaro Monterrosa Castro
Médico. Ginecólogo. Profesor Titular.
Facultad de Medicina.
Universidad de Cartagena - Colombia

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio

MUJERES

- **Etapas vitales**
 - **Embarazo**
 - **Climaterio**



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Harlow. STRAW . Menopasue. 2012;19(4):387-395.

								Final Menstrual Period (FMP)	
								0	
Stages:	-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	
Terminology:	Reproductive			Menopausal Transition		Postmenopause			
	Early	Peak	Late	Early	Late*		Early*	Late	
				Perimenopause					
Duration of Stage:	Variable			Variable		① 1 yr	② 4 yrs	Until demise	
Menstrual Cycles:	Variable to Regular	Regular		Variable cycle length (>7 days different from normal)	≥ Skipped cycles and an interval of amenorrhea (≥60 days)	Amen x 12 mos	None		
Endocrine:	Normal FSH		↑ FSH	↑ FSH			↑ FSH		

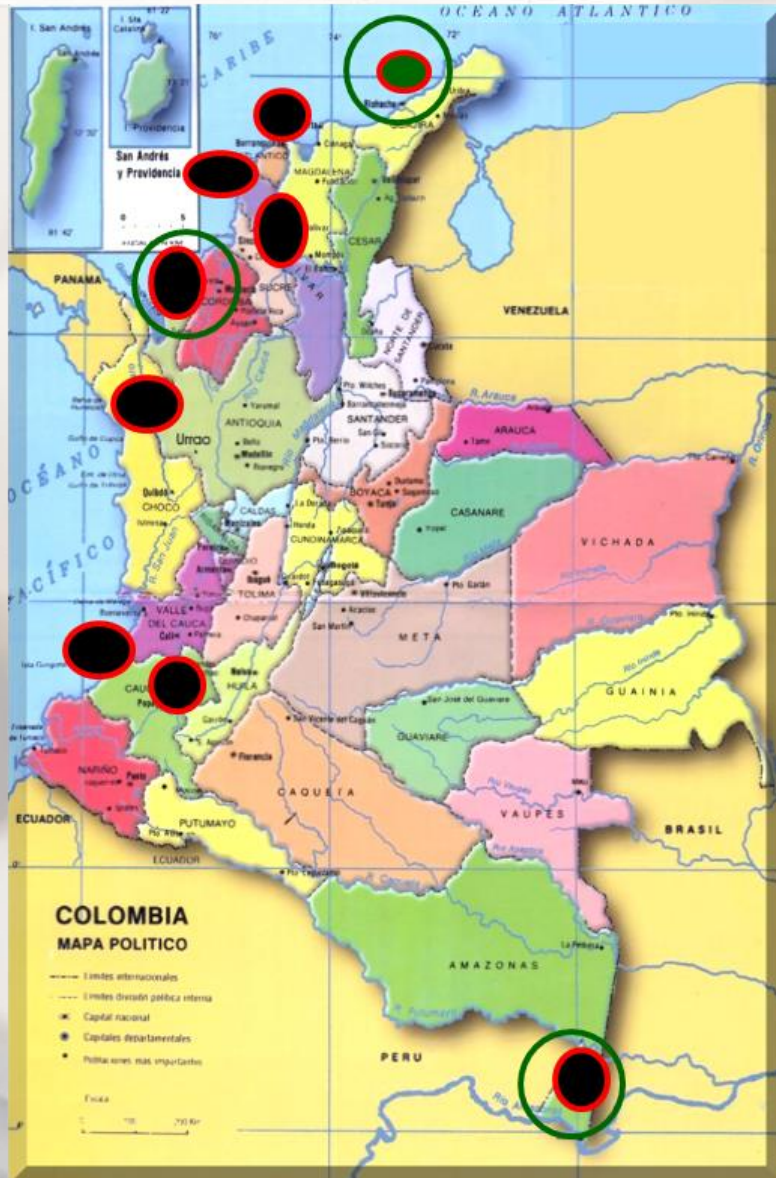
*Stages most likely to be characterized by vasomotor symptoms

↑ = elevated

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en **Polisomnografía**



MORFEM

CALIDAD DE SUEÑO EN MUJERES SEGÚN LAS ETNIAS COLOMBIANAS

Sub proyecto del estudio **CAVIMEC**

CALIDAD DE VIDA EN LA MENOPAUSIA Y ETNIAS COLOMBIANAS



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio

HOSTED BY



ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Sleep Science

journal homepage: www.elsevier.com/locate/ssci



Sleep Science. 2016;9:169178

Review article

Instruments to study sleep disorders in climacteric women[☆]

Álvaro Monterrosa-Castro^{a,*}, Katherin Portela-Buelvas^b, Marlon Salgado-Madrid^c,
Joulen Mo-Carrascal^c, Carolina Duran-Méndez Leidy^c

^a Physician, Gynecology and Obstetrics, Facultad de Medicina, Grupo de Investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Colombia

^b Physician, Grupo de Investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Colombia

^c Student, Facultad de Medicina, Grupo de Investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Colombia



Table 1

Scales to study sleep disorders in climacteric women.

	Autors (Ref.)	Year	Scale	Type of Sleep Disorders
1	Bastien et al. [21].	2001	Insomnia Severity Index (ISI)	Perceived insomnia severity
2	Soldatos et al. [17]	2000	Athens Insomnia Scale (AIS)	Insomnia. Quantification of sleep problems.
3	Buysse et al. [25]	1989	The Pittsburgh Sleep Quality Index: (PSQI)	Quality of sleep Distinguishing in good and poor sleepers.
4	Johns [29]	1991	Epworth Sleepiness Scale (ESS)	Daytime sleepiness
5	Jenkins et al. [32]	1988	Jenkins Sleep Scale (JSS)	High frequency of sleep disorders
6	Partinem and Gislason [35]	1995	Basic Nordic Sleep Questionnaire (BNSQ)	Quality of sleep
7	Ellis et al. [37]	1981	The St Mary's Hospital Sleep Questionnaire (SMHSQ)	Quality of sleep

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Estudio Transversal

METODOLOGÍA

Inclusión prospectiva (2006-2025)

Mujeres Colombianas 40-59 años

Afrodescendientes – Mestizas- - Indígenas

Auto-reconocimiento – Características

Encuestas puerta a puerta

Encuestadoras – Mujeres en su Comunidad

Formulario Sociodemográfico

Varias Escalas validadas: Calidad de vida,

Sexualidad, Sueño, Stress, T. Alimentario,

Ansiedad/depresión, Soledad, Religiosidad



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

METODOLOGÍA

Participación Anónima - Voluntaria
Consentimiento informado
Aprobado Comité de ética Univ. Cartagena
Declaración Helsinki
Legislación colombiana
Estudio sin Riesgo
EPI-INFO, SPSS.
Aporta información a REDLINC
2018: Base de datos (6.389 Mujeres)
Formación Estudiantes Pregrado y
Posgrado Universidad de Cartagena - Colombia



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Menopause: The Journal of The North American Menopause Society
Vol. 20, No. 4, pp. 000-000
DOI: 10.1097/gme.0b013e31826e7649
© 2012 by The North American Menopause Society

Menopause. 2013; 20(4):464-469

Assessment of sleep quality and correlates in a large cohort
of Colombian women around menopause

*Alvaro Monterrosa-Castro, MD,¹ Martha Marrugo-Flórez, MD,² Ivette Romero-Pérez, MD,³
Ana M. Fernández-Alonso, MD, PhD,⁴ Peter Chedraui, MD, MSc,⁵
and Faustino R. Pérez-López, MD, PhD⁶*

57,1%

Prevalencia de Disturbios del Dormir en Mujeres Climatéricas Colombianas

N= 1085 Mujeres

Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (ICSP)

Edad: 40-59 años. Mujeres en su Residencia. Estados Menopáusicos. Saludables

Factores de Riesgo para Puntuación Elevada: Elevada paridad - Ausencia de

Pareja Sexual – Bajo Nivel Educativo - Perimenopausia - Habito de Fumar -

Elevado IMC - Hipertensión Arterial - Afrodescendiente

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía



ELSEVIER

Contents lists available at SciVerse ScienceDirect

Maturitas

journal homepage: www.elsevier.com/locate/maturitas



Maturitas 2013; 74(4):346-351

Prevalence of insomnia and related factors in a large mid-aged female Colombian sample

Alvaro Monterrosa-Castro^a, Martha Marrugo-Flórez^b, Ivette Romero-Pérez^c, Peter Chedraui^d, Ana M. Fernández-Alonso^e, Faustino R. Pérez-López^{f,*}

PREVALENCIA
27.5%

PREMENOPAUSIA
(IC95%19.45%-26,94%)

22.9

PERIMENOPAUSIA
(IC95%16,23%-25,73%)

20.5

POSTMENOPAUSIA
(IC95%:31,01%-38,73%)

P <0.05



34.7



INDIGENAS



MESTIZAS



AFRO

P =0.29

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en **Polisomnografía**

ORIGINAL ARTICLE



Sleep Science
2018;11(2):99-105

Insomnia and sexual dysfunction associated with severe worsening of the quality of life in sexually active hysterectomized women

Alvaro Monterrosa-Castro ¹
 Angélica Monterrosa-Blanco ²
 Teresa Beltrán-Barrios ¹

ABSTRACT

Introduction: Hysterectomy is a common gynecologic surgery carried out to remove the pathologic uterus. **Objective:** To establish if sleep disorders and sexual function are associated with deterioration of the quality of life (QoL) in hysterectomized and sexually active women. **Methods:** A

OBJETIVO

Establecer si componentes del dormir y la función sexual están asociados con deterioro severo de la calidad de vida en mujeres hysterectomizadas y sexualmente activas

ÍNDICE DE LA FUNCIÓN SEXUAL FEMENINA (FSFI)

Cuestionario:

- En las últimas 4 semanas, con qué frecuencia experimentó deseo o interés sexual?
 - Casi siempre o siempre: 5 puntos
 - Muchas veces (más de la mitad de las veces): 4 puntos
 - Algunas veces (la mitad de las veces): 3 puntos
 - Pocas veces (menos de la mitad de las veces): 2 puntos
 - Casi nunca o nunca: 1 punto
- En las últimas 4 semanas, en qué porcentaje estima su nivel (grado) de deseo o interés sexual?
 - Muy alto: 5 puntos
 - Alto: 4 puntos
 - Regular: 3 puntos
 - Bajo: 2 puntos
 - Muy bajo o nada: 1 punto
- En las últimas 4 semanas, con qué frecuencia experimentó excitación sexual durante la actividad o intercurso sexual?
 - Sin actividad sexual: 0 punto
 - Casi siempre o siempre: 5 puntos
 - Muchas veces (más de la mitad de las veces): 4 puntos
 - Algunas veces (la mitad de las veces): 3 puntos
 - Pocas veces (menos de la mitad de las veces): 2 puntos
 - Casi nunca o nunca: 1 punto

Menopause Rating Scale (MRS)

¿Cuál de los siguientes síntomas y en que medida diría usted que padece actualmente?(MOSTRAR Y LEER ESCALA).

Síntomas:	ninguno	poco	moderado	severo	Muy
	0	1	2	3	severo
Puntuación =					
1. Sofocos, sudoración, bochornos.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Molestias del corazón (cambios inusuales en el latido del corazón, saltos en el latido, que se dilate su latido, opresión).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Problemas de sueño (dificultad en conciliar el sueño en dormir toda la noche y despertarse temprano).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Estado de ánimo depresivo (sentirse decaída, triste, a punto de las lágrimas falta de ganas, cambios de humor).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Irritabilidad (sentirse nerviosa, tensa agresiva).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ansiedad (impaciencia, pánico).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Agotamiento físico y mental (descenso general en su desempeño, deterioro de la memoria, falta de concentración, falta de memoria).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Problemas sexuales (cambios en el deseo sexual en la actividad y satisfacción).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Problemas de vejiga (dificultad a orinar, incontinencia, deseo excesivo de orinar).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Resequedad vaginal (sensación de resequedad, ardor y problemas durante la relación sexual).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Problemas musculares y en las articulaciones, (dolores reumatoides y en las articulaciones).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

LAS SIGUIENTES PREGUNTAS BUSCAN REGISTRAR PROBLEMAS EN EL DORMIR QUE USTEED PUEDERA A VER EXPERIMENTADO, ELIJA LA OPCION QUE MAS SE APROXIME

1. Inducción del dormir. (Tiempo que le toma quedarse dormido una vez acostado). () Ningún problema. () Ligeramente retrasado. () Marcadamente retrasado. () Muy retrasado o no durmió en absoluto.	2. Despertares durante la noche. () Ningún problema. () Problema menor. () Problema considerable. () Problema serio o no durmió en absoluto
3. Despertar final más temprano de lo deseado. () No más temprano. () Un poco más temprano. () Marcadamente más temprano. () Mucho más temprano o no durmió en lo absoluto.	4. Duración total del dormir. () Suficiente. () Ligeramente insuficiente. () Marcadamente insuficiente. () Muy insuficiente o no durmió en absoluto.
5. Calidad general del dormir. (No importa cuánto tiempo durmió usted). () Satisfactoria. () Ligeramente insatisfactoria. () Marcadamente insatisfactoria. () Muy insatisfactoria o no durmió en absoluto.	6. Sensación de bienestar durante el día. () Normal. () Ligeramente disminuida. () Marcadamente disminuida. () Muy disminuida.
7. Funcionamiento (físico y mental) durante el día. () Normal. () Ligeramente disminuido. () Marcadamente disminuido. () Muy disminuido.	8. Somnolencia durante el día. () Ninguna. () Leve. () Considerable. () Intensa.

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Sleep Science. 2018;11(2):99-105

Edad	50 años
Estudio	10 años
IMC	26
Casadas o unión libre	69.4%
Divorciadas	14.1%
Afrodescendiente	40.2%
Mestizas	59.8%
Consumo café	64.5%
Fumadoras	8.0%
Uso Terapia Hormonal	22.2%
Ooforectomía bilateral	30.0%
Con los dos ovarios	41.5%

Table 3. Atenas Insomnia Scale (*) (n=522).n (%) [95%CI].

	Any problem	Mild Problema	Moderate Problema	Delayed
Sleep induction	228 (43.6) [39.3-48.0]	212 (40.6) [36.3-44.9]	66 (12.6) [9.9-15.8]	16 (3.0) [1.8-5.0]
Wake up at night	163 (31.2) [27.3-35.4]	270 (51.2) [47.3-56.0]	76 (14.5) [11.7-17.9]	13 (2.4) [1.3-4.3]
Wake up earlier	No more 232 (44.4) [40.1-48.8]	A Little 223 (42.7) [38.4-47.1]	Markedly 54 (10.3) [7.9-13.3]	Much more 13 (2.4) [1.3-4.3]
Total sleep duration	Sufficient 254 (48.6) [44.3-53.0]	Slightly insufficient 195 (37.6) [33.2-41.6]	Markedly insufficient 60 (11.4) [8.9-14.6]	Very insufficient 13 (2.4) [1.3-4.3]
General quality of the sleep	Satisfactory 263 (50.3) [46.0-54.7]	Slightly insufficient 172 (32.9) [28.9-37.1]	Moderately insufficient 75 (14.3) [11.5-17.7]	Very insufficient 12 (2.3) [1.2-4.0]
Feeling of well-being during the day	Normal 267 (51.1) [46.7-55.5]	Slightly diminished 197 (37.7) [33.5-42.0]	Markedly diminished 40 (7.6) [5.6-10.3]	Very diminished 18 (3.4) [2.1-5.5]
Physical-mental functioning during the day	Normal 273 (52.3) [47.9-56.6]	Slightly diminished 190 (36.4) [32.2-40.7]	Markedly diminished 49 (9.3) [7.0-12.3]	Very diminished 10 (1.9) [0.9-3.6]
Drowsiness during the day	None 268 (51.3) [46.9-55.7]	Mild 175 (33.5) [29.5-37.7]	Considerably 61 (11.6) [9.1-14.8]	Intense 18 (3.4) [2.1-5.5]

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía



Sleep Science. 2018;11(2):99-105

Table 5. Severe deterioration of the quality of life according to the presence of sexual dysfunction or insomnia in women with current sexual activity (n=390).

		Severe deterioration of the quality of life N (%) [95%CI]		OR [95%CI]		<i>p</i>
		Yes	No	Not adjusted	Adjusted	
Sexual dysfunction	Yes	105 (83.3) [75.6-89.3]	128 (48.4) [42.3-54.6]	5.5 [3.13-8.99]	3.52 [2.01-6.17]	<0.0001
	No	21 (16.6) [10.6-24.3]	136 (51.5) [45.3-57.6]			
Insomnia	Yes	89 (49.4) [41.9-56.9]	91 (50.5) [43.0-58.0]	4.57 [2.88-7.24]	3.05 [1.86-4.99]	<0.0001
	No	37 (17.6) [12.7-23.4]	173 (82.3) [76.5-87.2]			

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Table 6. Factors associated with severe deterioration of the quality of life adjusted logistic regression.

	Coefficient	Standard error	<i>p</i>	OR	95%CI
Insatisfaction about sexuality	1.5624	0.4233	0.0002	4.77	2.08-10.93
Decreased sense of well-being during the day	1.1574	0.2922	0.0001	3.18	1.79-5.64
Daytime drowsiness	1.1486	0.3486	0.0010	3.15	1.59-6.24
Low/non-existent sexual desire	1.0797	0.2954	0.0003	2.94	1.65-5.25
Genital lubrication presence	-0.8066	0.3788	0.0332	0.44	0.21-0.93
CONSTANT	-2.7981				

Excluded variables in the model according to stepwise regression: sleep induction, wake up at night, wake up earlier, sleep duration, sleep quality, physical-mental functioning during the day, excitement, orgasm and coital pain. Chi-squared: 110.62; DF: 5; $p > 0.1$.

CONCLUSION

Observamos que insomnio y disfunción sexual fueron factores asociados a tres veces más deterioro severo de la calidad de vida en un grupo de mujeres climatéricas sexualmente activas y previamente hysterectomizadas



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

ORIGINAL ARTICLES

Sleep
Science

Sleep Science
2021. In-prensa

Assessment of the frequency of sleep complaints and menopausal symptoms in climacteric women using the Jenkins Sleep Scale

Alvaro Monterrosa-Castro ^{1*}
Teresa Beltrán-Barríos ²
María Mercado-Lara ³

Apropiación social del conocimiento. Publicación No. 0006 - 2020

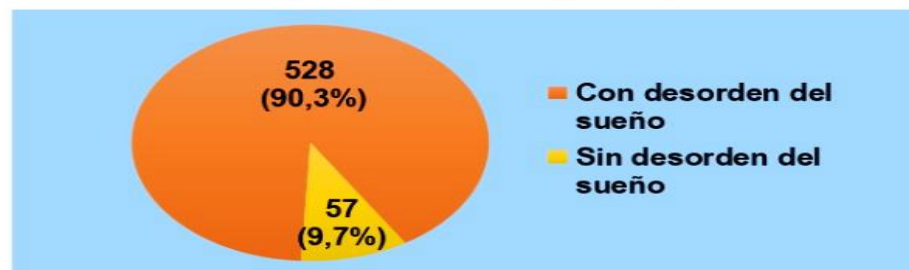


GRUPO DE INVESTIGACIÓN
"SALUD DE LA MUJER"

FACTORES ASOCIADOS A DESORDEN DEL SUEÑO EN CLIMATÉRICAS CARTAGENERAS. VALORACIÓN CON LA ESCALA DE SUEÑO DE JENKINS

Mercado-Lara María Fernanda, Monterrosa-Castro Álvaro
Universidad de Cartagena, Colombia

Diseño transversal N=585
Afrodescendientes:3,9% - Mestizas:92,7% - Indígenas:3,4%
Edad: 47 (RI:7,5) años – Posmenopáusicas: 55,9%
Escala Jenkins: Presencia de desorden del sueño
Escala Goldberg: Probable ansiedad y Probable depresión
Escala MRS (Menopause Rating Scale): Calidad de vida



FACTORES ASOCIADOS A DESORDEN DEL SUEÑO		
Variables	aOR [IC95%]	p
Edad	0,99[0,90-1,09]	0,90
Afrodescendiente	0,37[0,09-1,47]	0,16
Indígena	0,99[0,20-4,76]	0,99
Perimenopausia	1,45[0,55-3,83]	0,45
Postmenopausia	1,17[0,42-3,20]	0,75
Probable Ansiedad	2,30[0,86-6,14]	0,09
Probable depresión	6,18[1,83-20,89]	<0,05
Calidad de vida	0,93[0,84-1,02]	0,15

Línea de investigación: Tiempo de Menopausia. Proyecto CAVIMEC (Calidad de Vida en la Menopausia y Etnias Colombianas)

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Sleep Science
2021. In-prensa

Table 2. Jenkins Sleep Scale (n=585).

How often in the past month did you?	Never	1-3 days	4-7 days	8-14 days	15-21 days	22-28 days
			% (95% CI)			
Difficulty falling asleep	18.9 [16.0-22.3]	36.2 [32.4-40.2]	21.5 [18.4-25.0]	14.5 [11.9-17.6]	3.9 [2.6-5.8]	4.7 [3.3-6.8]
Waking up several times per night	17.4 [14.5-20.7]	37.0 [33.2-41.0]	25.6 [22.2-29.3]	10.6 [8.3-13.3]	4.7 [3.3-6.8]	4.4 [3.0-6.4]
Difficulty staying asleep or waking far too early	12.6 [10.2-15.5]	32.8 [29.1-36.7]	29.4 [25.8-33.2]	15.9 [13.1-19.0]	4.7 [3.3-6.8]	4.4 [3.0-6.4]
Waking up exhausted the next morning after usual amount of sleep	14.7 [12.0-17.8]	28.8 [25.3-32.6]	16.7 (28.5) [25.0-32.6]	18.4 [15.5-21.8]	6.5 [4.7-8.7]	2.9 [1.8-4.6]

Variable	Unadjusted		Adjusted	
	OR (95% CI)	P	OR (95% CI)	P
Probable depression ^(*)	11.94 [1.6-87.40]	<0.05	9.81 [1.29-74.3]	<0.05
Severe physical and mental fatigue ^(***)	2.41 [1.41-3.80]	<0.001	1.68 [0.95-2.95]	0.07
Severe cardiac disturbances ^(***)	2.18 [1.12-4.23]	<0.05	0.99 [0.45-2.20]	0.99
Severe muscle/joint discomfort ^(***)	2.14 [1.16-3.93]	<0.05	1.54 [0.80-2.97]	0.18
Severe psychological impairment ^(§)	2.09 [1.32-3.35]	<0.001	1.18 [0.56-2.47]	0.64
Severe quality of life impairment ^(****)	2.07 [1.29-3.39]	<0.001	1.48 [0.57-3.88]	0.41
Severe sleep disturbances ^(***)	1.88 [1.07-3.31]	<0.05	1.25 [0.68-2.30]	0.46
Severe urogenital impairment ^(§)	1.66 [1.01-2.74]	<0.05	0.69 [0.31-1.54]	0.36

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía



Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología Vol. 63 No. 1 • Enero-Marzo 2012 • (36-45)

INVESTIGACIÓN ORIGINAL

PREVALENCIA DE INSOMNIO Y DETERIORO DE LA CALIDAD DE VIDA EN POSMENOPÁUSICAS QUE PRESENTAN OLEADAS DE CALOR RESIDENTES EN EL CARIBE COLOMBIANO

Prevalence of insomnia and quality of life for post-menopausal women suffering hot flashes living in the Colombian Caribbean region

Álvaro Monterrosa-Castro, MD*, Sol María Carriazo-Julio**, Liezel Ulloque-Caamaño**

PREVALENCIA DE INSOMNIO POSTMENOPAUSICAS

Toda la Población	34,8% [39,7-51,4]
Con Oleadas de Calor	45,5% [31,0-38,8]
Sin Oleadas de Calor	24,4% [19,7-29,7]

DETERIORO SEVERO DE LA CALIDAD DE VIDA

Con Oleadas de Calor	17,2% [13,1-22,1]
Sin Oleadas de Calor	1,7%% [0,5-3,9]

Tabla 2

Valoración de manifestaciones relacionadas con el sueño.
Puntuación promedio y desviación estándar

Escala de Atenas	Presencia de oleadas de calor (n = 290) X ± SD	Ausencia de oleadas de calor (n = 299) X ± SD	Valor P
Inducción del dormir	0,7 ± 0,8	0,5 ± 0,8	< 0,0005
Despertares durante la noche	0,9 ± 0,8	0,8 ± 0,9	< 0,0221
Despertar final más temprano de lo deseado	0,7 ± 0,8	0,5 ± 0,8	< 0,0005
Duración total del dormir	0,7 ± 0,8	0,5 ± 0,9	< 0,0005
Calidad general del dormir	0,7 ± 0,8	0,4 ± 0,8	< 0,0005
Sensación de bienestar durante el día	0,6 ± 0,8	0,4 ± 0,8	< 0,0005
Funcionamiento físico-mental durante el día	0,6 ± 0,7	0,3 ± 0,7	< 0,0005
Somnolencia durante el día	0,8 ± 0,8	0,6 ± 1,0	< 0,0005
Puntuación total	6,0 ± 5,5	4,3 ± 6,3	< 0,0005

Rev Col Obst Ginecol.
2012;63(1):36-45

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Investigación Andina.
2013;27(15):744-758

Investigaciones
ANDINA

ISSN 0124-8146 - Rev. Investigaciones Andina. No. 27 Vol. 15 - 134 p.

Climaterio: oleadas de calor y otros
síntomas en indígenas Zenúes colombianas

Liezel Ulloque Caamaño*, Sol María Carriazo Julio*,
Álvaro Monterrosa Castro**, Ángel Paternina Caicedo***

**596 (86.0%) de las 693 involucradas
presentaron OC**

Cuadro 3. Prevalencia de otras manifestaciones menopáusicas mujeres con oleadas de calor
n=596

Síntomas	n (%) [IC95%]
Malestar cardíaco	293 (49.2) [45.1-53.3]
Alteraciones del sueño	225 (37.8) [33.9-41.8]
Ánimo depresivo	148 (24.8) [21.5-28.5]
Irritabilidad	450 (75.5) [71.8-78.9]
Ansiedad	217 (36.4) [32.6-40.4]
Cansancio físico y mental	475 (79.7) [76.2-82.8]
Problemas sexuales	436 (73.2) [69.4-76.6]
Problemas de vejiga	440 (73.8) [70.1-77.3]
Sequedad vaginal	430 (72.1) [68.3-75.7]
Dolores musculoesqueléticos	537 (90.1) [87.3-92.3]

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



GREM

Gynecological and Reproductive Endocrinology & Metabolism

SUPPLEMENT 1

Book of abstracts of Gynecological Endocrinology the 19th World Congress

Oral Presentations

The climacteric syndrome

Prevalence of bad sleeping in climacteric women from the Caribbean Colombian, according to presence of feelings of panic. Assesment using the Pittsburgh's Sleep Quality Index

Alvaro Monterrosa-Castro (CO), Freddy Quintana-Guardo (CO), Velia Redondo-Mendoza (CO)
Grupo de Investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Cartagena, Colombia

**ISGE-2020
DICIEMBRE 2-5 DEL 2020**

TABLA 2. PUNTUACIÓN MEDIA POR COMPONENTE DE LA ESCALA DE PITTSBURGH Y PUNTACIÓN GLOBAL

COMPONENTE	Todas 413	Sin Pánico 358	Con Pánico 55	P
Calidad	0.9 ± 0.8	0.9 ± 0.8	1.3 ± 0.6	< 0.001
Latencia	0.9 ± 0.9	0.8 ± 0.9	0.8 ± 0.9	1.000
Duración	0.6 ± 0.6	0.5 ± 0.6	0.9 ± 0.6	< 0.001
Eficiencia	0.09 ± 0.4	0.08 ± 0.4	0.1 ± 0.5	< 0.001
Alteraciones	0.8 ± 0.6	0.8 ± 0.6	1.1 ± 0.4	< 0.001
Medicamento	0.4 ± 0.9	0.4 ± 0.9	0.7 ± 0.9	0.021
Disfunción Diurna	1.1 ± 1.3	0.8 ± 1.0	1.1 ± 0.9	0.036
Puntuación Global	4.7 ± 4.1	4.4 ± 4.1	6.9 ± 3.3	< 0.001

Calidad Del Sueño	Toda	Sin Pánico	Con Pánico	p
Buenos dormidores	52.3 [47.4-57.2]	61.5 [56.2-66.5]	25.5 [14.7-38.0]	<0.0001
Malos dormidores	47.7 [42.8-52.6]	38.5 [33.5-43.8]	74.5 [61.0-85.3]	<0.0001

FACTORES ASOCIADOS A MAL DORMIR

Consumo de Café	2.4 [IC95%:1.2-4.9]
Realizar Aeróbicos	0.3 [IC95%:0.1-0.8]
Desorden de Pánico	3.3 [IC95%:1.9-5.7]

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

984 mujeres Colombianas
Pandemia COVID-19
Confinamiento obligatorio
Cuarentena
Invitación Redes Sociales
Google Forms © - Virtual
40-59 años (Climaterio)
Junio: 1-5 del 2020
Evaluación mayo-2020
Posmenopausia 50%

Sleep problems and Perception of Loneliness in Colombian women in climacteric during the Covid-19 pandemic.

A. Monterrosa-Castro, A. Monterrosa-Blanco
(Inédito) |



Menopause Rating Scale. Distribution according to Loneliness Perception

	Emotional Loneliness			Social Loneliness			General Loneliness		
	Yes 443 (44.0%)	No 551 (56.0%)	p (*)	Yes 415 (42.1%)	No 569 (57.8%)	p (*)	Yes 438 (44.5%)	No 546 (55.4%)	p (*)
Hot flushes,	290 (66.9)	306(55.5)	<0.001	270 (65.0)	326 (57.2)	0.01	287 (65.5)	309 (56.5)	0.004
Heart discomfort	183 (42.2)	135 (24.5)]	<0.001	169 (40.7)	149 (26.1)	<0.001	175 (39.9)	143 (26.1)	<0.001
Sleep problems	327 (75.5)	310 (56.2)	<0.001	305 (73.4)	332 (58.3)	<0.001	318 (72.6)	319 (58.4)	<0.001
Depressive mood	348 (80.3)	299 (54.2)	<0.001	315 (75.9)	332 (58.3)	<0.001	349 (79.6)	298 (54.5)	<0.001
Irritability	321 (74.1)	279 (50.6)	<0.001	285 (68.6)	315 (55.3)	<0.001	320 (73.0)	280 (51.2)	<0.001
Anxiety	329 (75.9)	264 (47.9)	<0.001	297 (71.5)	296 (52.0)	<0.001	326 (74.4)	267 (48.9)	<0.001
Physical and mental exhaustion	311 (71.8)	261 (47.3)	<0.001	284 (68.4)	288 (50.6)	<0.001	309 (70.5)	263 (48.1)	<0.001
Sexual problems	239 (53.1)	186 (33.7)	<0.001	213 (51.3)	203 (35.6)	<0.001	235 (53.6)	181 (33.1)	<0.001
Bladder problems	144 (33.2)	119 (21.6)	<0.001	136 (32.7)	127 (22.3)	<0.001	147 (33.5)	116 (21.2)	<0.001
Dryness of vagina	162 (37.4)	163 (29.5)	0.009	150 (36.1)	175 (30.7)	0.07	159 (36.3)	166 (30.4)	0.050
Joint and muscular discomfort	281 (64.9)	287 (52.0)	<0.001	260 (62.6)	308 (54.1)	0.007	281 (64.1)	287 (52.5)	<0.001

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Apropiación social del conocimiento. Publicación No. 0007- 2020



GRUPO DE INVESTIGACIÓN
"SALUD DE LA MUJER"
— 20 Años —

La Somnolencia Diurna Excesiva es el aumento anormal en la probabilidad de quedarse dormido cuando el individuo debería estar despierto.

Estudio transversal en 683 gestantes que acudieron a control prenatal a la Clínica Santa Cruz de Bocagrande, en Cartagena, Colombia. Edad: $28,3 \pm 6,3$; edad gestacional: $31,5 \pm 6,9$. Hábito de bebidas gaseosas: 49,3%; energizantes: 2,4%; licor-cerveza: 3,3%. Uso de medicamentos para dormir: 0,4%; infusiones para dormir 4,3%
IMC antes del embarazo $25 \pm 5,0$

FRECUENCIA DE SOMNOLENCIA DIURNA EXCESIVA EN GESTANTES AMBULATORIAS

Romero-Martínez Shairine, Monterrosa-Castro Álvaro
Universidad de Cartagena, Colombia (inédito)

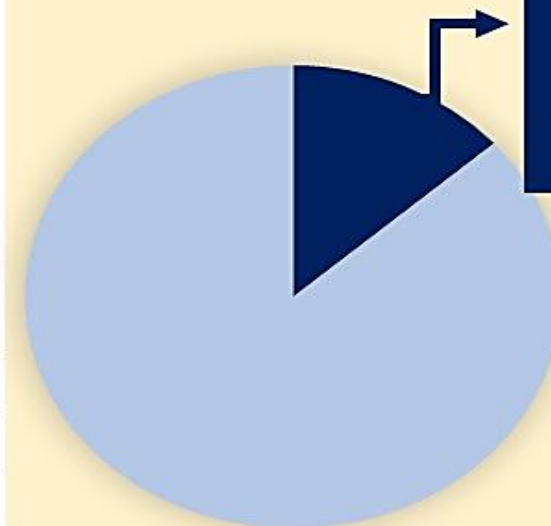


Distribución de la población por trimestre de gestación. n (%) [IC95%]

Primero	15 (2,2) [1,3-3,5]
Segundo	157 (22,9) [19,9-26,2]
Tercero	511 (74,8) [71,4-77,9]

Identificación con la Escala de Somnolencia de Epworth

Somnolencia Diurna Excesiva
92 (13,4%)



Línea de investigación: "Gestación". Proyecto: "Embarazadas Ambulatorias de Bajo Riesgo"

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Apropiación social del conocimiento. Publicación No. 0009- 2020

FACTORES ASOCIADOS A SOMNOLENCIA DIURNA EXCESIVA EN GESTANTES DE BAJO RIESGO



Estudio realizado en 683 gestantes saludables que acudieron a evaluación prenatal en la clínica Santa Cruz de Bocagrande, Cartagena, Colombia. Edad: $28,3 \pm 6,3$; edad gestacional: $31,5 \pm 6,9$. Se utilizaron: [A] Escala de Somnolencia de Epworth [somnolencia diurna excesiva], [B] Center for Epidemiological Studies–depression–10 (CES-D-10) que evalúa depresión, [C] Perceived Stress Scale (PSS) la cual evalúa estrés percibido. Informaron presentar ansiedad en embarazo 20,7%; fatiga en embarazo 65,3% y estrés en embarazo 33,2%.

Romero-Martínez Shairine, Monterrosa-Castro Álvaro.
Universidad de Cartagena, Colombia (inédito)

SOMNOLENCIA DIURNA EXCESIVA

Regresión logística univariada

Variable	OR [IC95%]	P
Ansiedad en el embarazo	2,69 [1,27-3,35]	0,003
Fatiga en el embarazo	2,08 [1,23-3,52]	0,005
Estrés en el embarazo	1,57 [1,00-2,47]	0,046

SOMNOLENCIA DIURNA EXCESIVA

Coefficiente de Correlación

Variable	rho	[IC 95%]	P
Depresión*	0,147	0,073 to 0,220	0,0001
Estrés percibido**	0,116	0,041 to 0,189	0,0024

*Evaluado con la escala CES-D-10;

**Evaluado con la escala PSS

Línea de investigación: "Gestación".
Proyecto: "Embarazadas Ambulatorias de Bajo Riesgo"



GRUPO DE INVESTIGACIÓN
"SALUD DE LA MUJER"
— 20 Años —

Conclusión: Ansiedad, fatiga, estrés y depresión en el embarazo, se asociaron significativamente con Somnolencia Diurna Excesiva



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Apropiación Social del Conocimiento. Publicación No. 33- 2020

Comparar la Ingesta de Bebidas Alcohólicas durante el embarazo,
según la presencia de Somnolencia Diurna Excesiva (SDE)
o Estrés Psicológico Percibido (EPP)



GRUPO DE INVESTIGACIÓN
"SALUD DE LA MUJER"

Shairine Romero-Martínez, Andrea González-Sequeda, Álvaro Monterrosa-Castro. Universidad de Cartagena, Colombia

Ingesta de Bebidas Alcohólicas durante el Embarazo en Gestantes Saludables que Acuden a Control Prenatal

Edad (X±SD): 28,3±6,3 Clínica Santa Cruz de Bocagrande Cartagena - Colombia	Todas 683	Con SDE 92 (13,5%)	Sin SDE 591 (86,5%)	Con EPP 350 (51,2%)	Sin EPP 333 (48,8%)
Ingesta de Bebidas Alcohólicas (Cerveza-Vino-Ron-Etc.)	24 (3,5%)	6 (6,5%)	18 (3,0%)	15 (4,2%)	9 (2,7%)
		OR: 2,2[IC95%: 0.8-5,7], p=0,09		OR: 1,6[IC95%: 0,6-3,7], p=0,26	



Mayor porcentaje de Gestantes con Somnolencia Diurna Excesiva o Estrés Psicológico Percibido, Informaron Ingerir Bebidas Alcohólicas.
Las diferencias no alcanzaron significancia estadística



La Abstinencia de Ingesta de Alcohol es Necesaria Durante la Gestación



Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Síndrome de Apnea Hipopnea Obstructiva del Sueño en gestantes de control prenatal
Monterrosa-Castro A, Romero-Martínez S.
(Inédito)

Gestantes Cartageneras de Bajo Riesgo Obstétrico.
Clínica Santa Cruz de Bocagrande.
683 gestantes, edad materna $28,3 \pm 6,3$ años
Edad gestacional $31,5 \pm 6,9$ semanas



Determinación del Síndrome de Apnea Hipopnea Obstructiva del Sueño (SAHOS) - Valoración con la escala STOP-Bang

¿Ronca fuerte, que se escucha a través de puertas cerradas o su pareja lo codea por roncar de noche?	44 (6,4) [4,8-8,5]
¿Se siente con frecuencia cansado, fatigado o somnoliento durante el día	446 (65,3) [61,6-68,7]
¿Alguien lo observó dejar de respirar o ahogarse/quedarse sin aliento mientras dormía?	49 (7,1) [5,4-9,3]
¿Tiene o está recibiendo tratamiento para la presión arterial alta?	31 (4,5) [3,2-6,3]
¿Presenta un Índice de masa corporal de más de 35 kg/m ² ?	55 (8,0) [6,2-10,3]
¿Tiene más de 50 años?	0
¿El perímetro del cuello de camisa mide 41 cm o más?	27 (3,9) [2,7-5,6]
¿Su sexo es masculino?	0

Con SAHOS	32 (4,6%) [IC95%:3,34-6,54]
Sin SAHOS	651 (95,4%) [IC95%:93,46-96,66]

Principales Resultados del Proyecto MORFEN en el Embarazo y en el Climaterio



Fundamentos básicos en
Polisomnografía

Síndrome de Apnea Hipopnea Obstructiva del Sueño en gestantes de control prenatal
Monterrosa-Castro A, Romero-Martínez S.
(Inédito)

Gestantes Cartageneras de Bajo Riesgo Obstétrico.
Clínica Santa Cruz de Bocagrande.
683 gestantes, edad materna 28,3±6,3 años
Edad gestacional 31,5±6,9 semanas



Con SAHOS	32 (4,6%) [IC95%:3,34-6,54]
Sin SAHOS	651 (95,4%) [IC95%:93,46-96,66]

	OR	IC95%	p
Practicante de religión	0,83	0,41-1,71	0,63
Antecedente de aborto	1,38	0,92-2,08	0,11
Anemia gestacional	0,85	0,32-2,26	0,75
Diabetes gestacional	3,18	1,24-8,14	<0,05
Diabetes mellitus	2,65	0,58-12,04	0,20
Hipertensión arterial	16,52	7,03-38,84	<0,0001
Sentirse fatigada	8,46	2,01-35,73	<0,001
Sentirse preocupada	2,40	1,15-5,04	<0,05
Síntomas depresivos	1,78	0,82-3,86	0,14
Estrés (CESD-10)	1,41	0,68-2,90	0,34
Ingesta de cerveza	1,01	0,13-7,83	0,98
Bebidas energizantes	4,71	1,28 -17,31	<0,05



www.grupodeinvestigacionsaluddelamujer.com.co