



“Salud mental y climaterio: Estudios colombianos”



Asociación Colombiana
de Menopausia

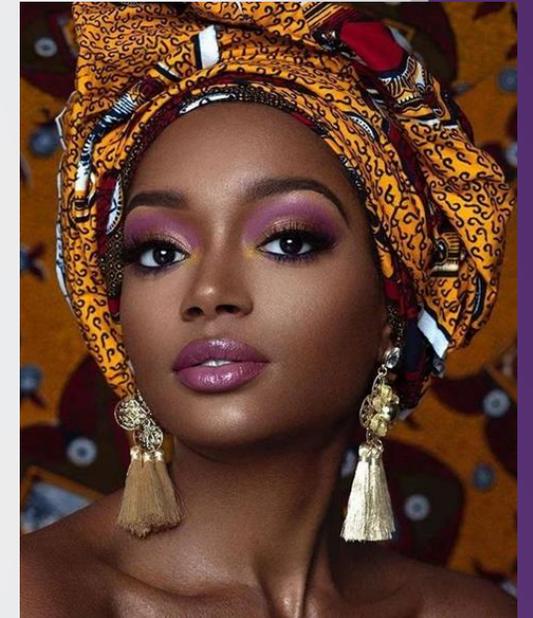
Álvaro Monterrosa Castro
Grupo de Investigación Salud de la Mujer
Universidad de Cartagena



- **Menopausia: Última Menstruación**
- **Tiempo de Cambios Físicos, Psicológicos, Sociales**

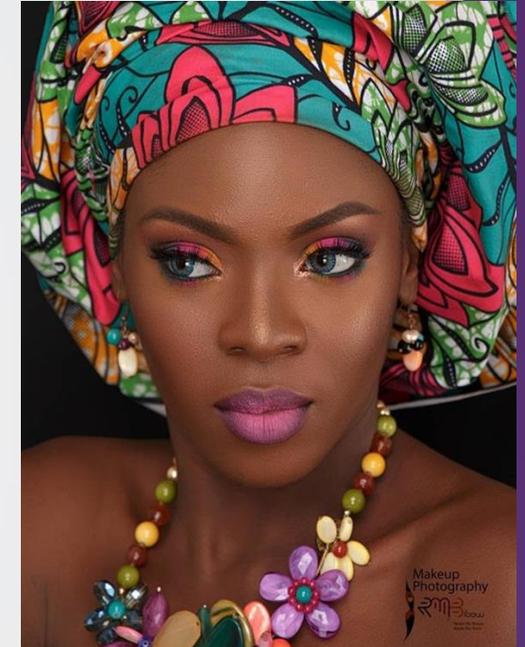
CAMBIOS PSICOSOCIALES ASOCIADOS CON LA MENOPAUSIA

- **Fin de la Vida Reproductiva**
- **Cambios Sexuales (Deseo y Actividad sexual)**
- **Autoestima y Sentimientos en los Propósitos de Vida**
- **Familiar: Niños Crecen, Salen de Casa, Traen Nuevos Problemas**
- **Económicos: Costos Financieros de Educación más Alta**
- **Presiones Laborales**
- **Inherentes a la Profesión: Éxito, Compromisos, Cumplimiento**
- **Actitudes de los Socios, Amistades, Entorno**
- **Padres Mayores: Enfermedades, Nuevas Dificultades**
- **Impacto del Envejecimiento en si Mismo o en la Salud Física**
- **Sensación de Mortalidad Inminente (Angustia, Pensamientos)**
- **Estar en la Segunda Mitad de la Vida**



SINTOMAS PSICOLOGICOS ASOCIADOS CON LA MENOPAUSIA

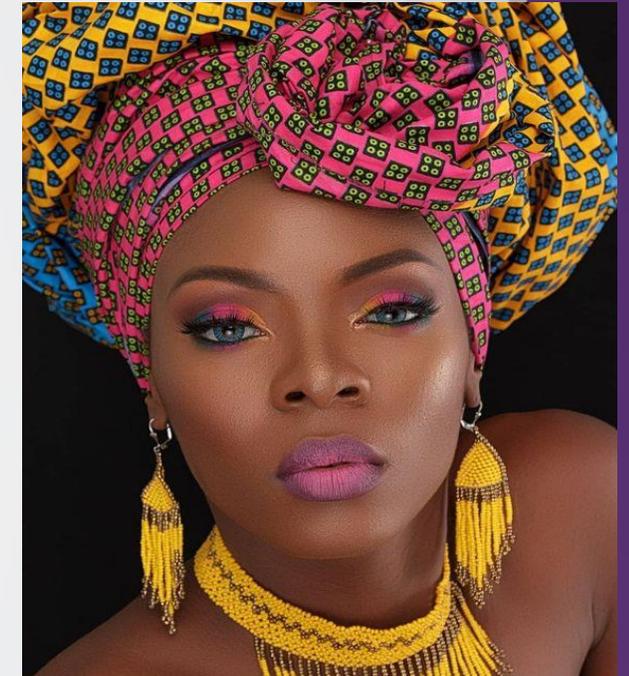
- Son Síntomas de la Menopausia
- Son Usualmente Poco Identificados como Síntomas
- No son Enfermedad - Son Eventos Sintomáticos – Manifestaciones
- Son Señalados como “Quejas” (Pero no Subvalorar)
- La Mayoría de las Mujeres No los Presentan Severamente
- Otras Mujeres si los Experimentan (Leves hasta Muy Severos)
- ¿Cuál es la Magnitud de su Presencia en mi Comunidad?
- Tienen Frecuencias Diferentes Según Etnias, Culturas y Hábitos
- Antecedentes de Alteraciones en la Salud Mental
- Si no los Interrogamos, Pasarán desapercibidos
- Alteran Negativamente la Calidad de Vida



FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS SINTOMAS PSICOLOGICOS DE LA MENOPAUSIA

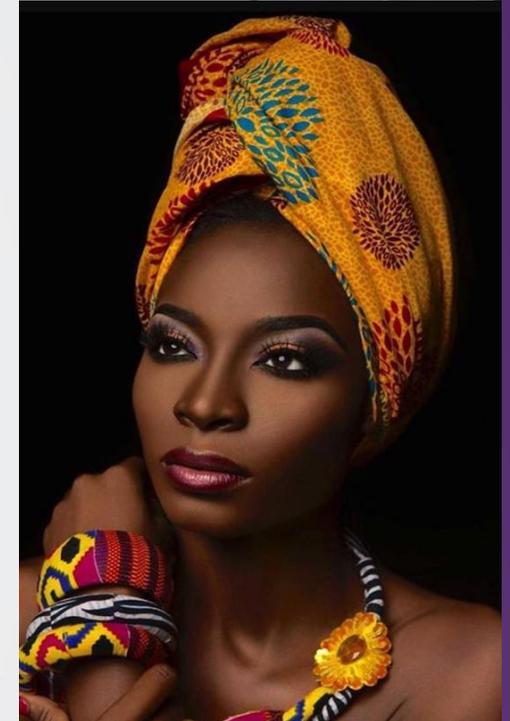
- Edad
- Problemas Emergentes de la Salud
- Circunstancias Sociales: Trabajo y Condiciones de Trabajo
- Familia y su Composición - Roles de Familia
- Perdidas Interpersonales – Sensación de Envejecimiento
- Cambios Psicosociales Traumáticos
- Influencias Medio Ambientales (Pandemia)
- Cambios Biológicos Secundarios a la Caída Estrogénica
(Natural o Súbita)

Estrógenos – Neurotransmisores
Citoquinas – Endorfinas



RELACION ENTRE LOS ESTROGENOS Y LOS CAMBIOS PSICOLOGICOS

- Receptores de Estrógeno están Presentes en el Cerebro
- Estrógeno Modula la Renovación de Neurotransmisores
- En Modelos Animales: Disminuciones Repentinas del Estrógeno Interrumpen la Señalización de los Neuroesteroides: Angustia
- El Estrógeno Parece ser Neuroprotector
- Las Vías Neuroendocrinas para las Gonadotropinas y Cortisol Están Vinculadas
- Disfunción de las Monoaminas, Serotonina y Noradrenalina: están Implicadas en la Depresión



The Study of Women's Health across the
Nation [SWAN] - The Women's
International Study of Health and
Sexuality [WISHeS]
The Melbourne Women's Mid-Life Health
Project



CLIMATERIO :

- Es una Etapa de Vida Diferente
- Nuevos Afanes
- Nuevas Necesidades
- Permanencia en la Vida Activa

Climaterio: Transición Saludable

XIV
Congreso
Colombiano de
Menopausia

Riesgo de Cánceres * Enfermedades Coronarias
*** Trastornos visuales * Caídas ***
Enfermedades crónicas *
Enfermedades Degenerativas * Divorcio *
Salida de los hijos * No salida de los hijos *
Enfermedades de los padres *
Estados Emocionales*
Presiones y Situaciones Psicológicas *



Asociación Colombiana
de Menopausia



Med UNAB

Artículo Original

Frecuencia y Severidad de Síntomas Menopáusicos En una Población de Mujeres Afrodescendientes Colombianas

Álvaro Monterrosa Castro, Juan Blumel, Peter Chedraui

MedUnab. 2008;11(2):113-119



Tabla 3. Presencia y puntuación de cada ítem del MRS

Ítem Síntoma	Presencia (%)	Puntuación
1 Sofocos, sudoración, oleadas de calor	53.2	1.2 ± 1.2
2 Molestias cardíacas	38.8	0.7 ± 1.0
3 Trastornos del sueño	54.7	1.1 ± 1.2
4 Estados de ánimo depresivo	66.2	1.2 ± 1.0
5 Irritabilidad	63.7	1.2 ± 1.0
6 Ansiedad	64.2	1.1 ± 1.0
7 Cansancio físico y mental	64.7	1.3 ± 1.0
8 Problemas sexuales	15.9	0.2 ± 0.6
9 Problemas de vejiga	14.9	0.3 ± 0.7
10 Sequedad vaginal	18.4	0.3 ± 0.7
11 Molestias musculares o articulares	77.1	1.9 ± 1.2



**Frecuencia y Severidad de Síntomas Menopáusicos
En una Población de Mujeres Afrodescendientes Colombianas**

Álvaro Monterrosa Castro, Juan Blumel, Peter Chedraui
MedUnab. 2008;11(2):113-119

SUB ESCALA Y SINTOMAS	No-Afro-Colombiana n=377	Afro-Colombiana n=201	<i>p</i> value ^b
PSICOLOGICOS	2.8 ± 2.0	4.8 ± 3.3	0.0001
4. ESTADO DE ANIMO DEPRESIVO (%)	51.2 1 ± 1.1	66.2 1.2 ± 1	0.0005 0.008
5. IRRITABILIDAD (%)	29.2 0.5 ± 0.9	63.7 1.2 ± 1.0	0.0001 0.0001
6. ANSIEDAD (%)	25.2 0.4 ± 0.8	64.2 1.1 ± 1.0	0.0001 0.0001 ^c
7. CANSANCIO PSICOLOGICO Y MENTAL (%)	47.2 0.9 ± 1.1	64.7 1.3 ± 1.1	0.0001 0.0001



**Frecuencia y Severidad de Síntomas Menopáusicos
En una Población de Mujeres Afrodescendientes Colombianas**

Álvaro Monterrosa Castro, Juan Blumel, Peter Chedraui
MedUnab. 2008;11(2):113-119

SUB ESCALA Y SINTOMAS	Mestizas N = 153	Afro Colombianas N = 131	Indígenas N= 295	TODAS N= 579
SOMATICOS	4.6	6.5	5.3	5.4
PSICOLOGICOS	2.7	5.9	3.1	3.6
UROGENITALES	1.1	1.3	6.2	3.7
PUNTUACION TOTAL	8.6	13.7	14.7	12.8

Las Indígenas Zenúes Colombianas en Postmenopausia Tienen Mayor Severidad de Síntomas Urogenitales que Mujeres de otras Etnias del Caribe



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

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

Apropiación social del conocimiento, Publicación No. 0006 - 2020

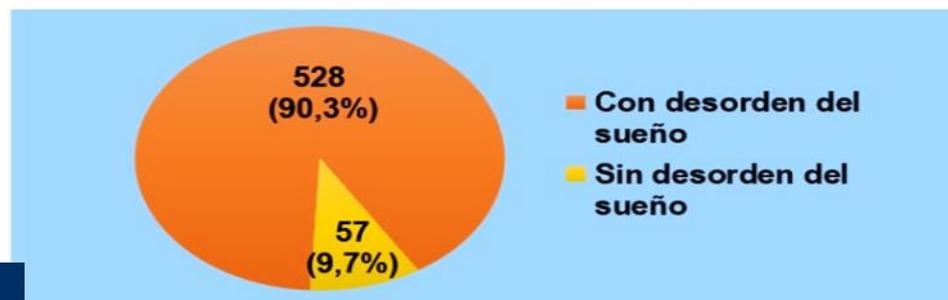


GRUPO DE INVESTIGACIÓN "SALUD DE LA MUJER"

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 (Inédito)

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)

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

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

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

Climaterio: Transición Saludable



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]
Animo 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]

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]

Climaterio: Transición Saludable



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



GREM

Gynecological
and Reproductive
Endocrinology
& Metabolism

SUPPLEMENT 1

Book of abstracts of
Gynecological Endocrinology
the 19th World Congress

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

Publicado en la revista iraní
Health Promotion Perspectives
11(2): 230 -239 de mayo del 2021
Revista Scopus 2
Editado por la Universidad de Tabriz Irán



Monterrosa-Blanco
doi: 10.34172/hpp.2021.28
https://hpp.tbzmed.ac.ir



Original Article

Online assessment of the perception of loneliness and associated factors in Colombian climacteric women during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study

Angélica Monterrosa-Blanco¹ ID, Álvaro Monterrosa-Castro² ID, Andrea González-Sequeda³ ID

¹Fundación Universitaria Ciencias de la Salud (FUCS), Grupo de investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Cartagena, Colombia

²Research Department, Grupo de investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Cartagena, Colombia

³Grupo de investigación Salud de la Mujer, Facultad de Medicina, Universidad de Cartagena, Cartagena, Colombia

ARTICLE INFO

Article History:

Abstract

Background: The coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic has generated changes due to confinement, this measure can increase the perception of loneliness. The objective was to

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%

Menopause Rating Scale. Distribution according to Loneliness Perception

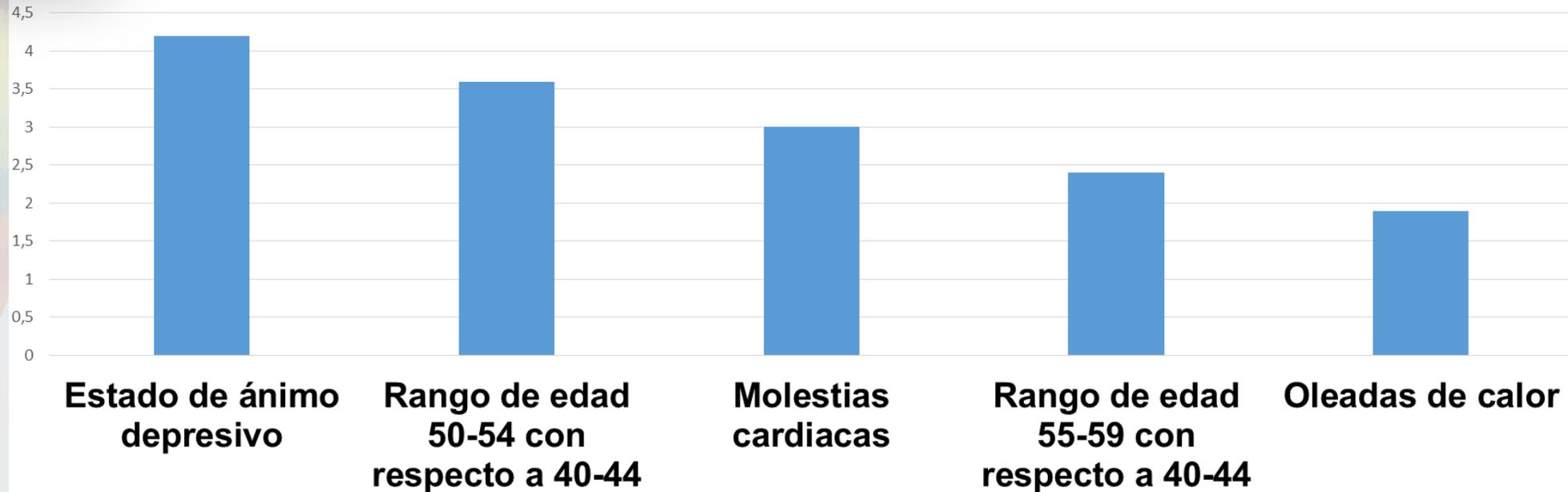
	Emotional Loneliness			Social Loneliness			General Loneliness		
	Yes 443 (44.0%)	No 551 (56.0%)	p (*)	Yes 415 (42.1%)	No 569 (57.8%)	p (*)	Yes 438 (44.5%)	No 546 (55.4%)	p (*)
Hot flushes,	290 (66.9)	306(55.5)	<0.001	270 (65.0)	326 (57.2)	0.01	287 (65.5)	309 (56.5)	0.004
Heart discomfort	183 (42.2)	135 (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





Monterrosa-Castro A, Romero-Martínez G, Monterrosa-Blanco A. (Inédito)

Factores Asociados a Molestias Musculo Articulares Regresión Logística Ajustada



Varias incluidas en el modelo: sequedad vaginal, problemas sexuales, irritabilidad, palpitaciones cardiacas, ansiedad, problemas de sueño, agotamiento físico/mental, oleadas de calor, rango etario 50-54 con respecto a 40-44, diabetes mellitus, posmenopausia vs premenopausia, estado de ánimo depresivo, rango etario 55-59 con respecto a 40-44, obesidad, transición a la menopausia vs premenopausia, hipertensión arterial, rango etario 45-49 con respecto a 40-44 y sobrepeso.

Los datos son presentados en OR [IC95%]. (*) $p < 0,001$. (**) $p = 0,001$. (***) $p < 0,05$.



TRASTORNO DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO SE ASOCIÓ CON ESTADO DE ÁNIMO DEPRESIVO EN MUJERES CLIMATÉRICAS AFRODESCENDIENTES DE LA REGIÓN CARIBE COLOMBIANA VALORACION ESCALA SCOFF

A. Monterrosa-Castro, C. Castro-Barraza, A. Rosales-Becerra (Inédito)

Sentirse enferma por estómago lleno	OR:4,71 [IC95%:2,98-7,46]
Pérdida del control sobre la comida	OR:3,07 [IC95%:1,91-4,93]
Sentir que la comida domina su vida	OR:2,96 [IC95%:1,80-4,88]
Sentirse "Gorda"	OR:2,68 [IC95%:1,56-4,60]
Perder más de 7 kg en tres meses:	OR:2,68 [IC95%:1,56-4,60]
Trastorno del Comportamiento Alimentario	OR: 3,16[IC95%:2,00-4,97]

Climaterio: Transición Saludable

**420 mujeres Colombianas:
Edad: 50,0±6,1
Posmenopausia: 27.6%**



METABOLIC AND NUTRITIONAL STATUS AS ASSOCIATED FACTORS WITH PHYSICAL/MENTAL TIREDNESS IN AFRO-DESCENDANT WOMEN IN THE CLIMACTERIC STAGE

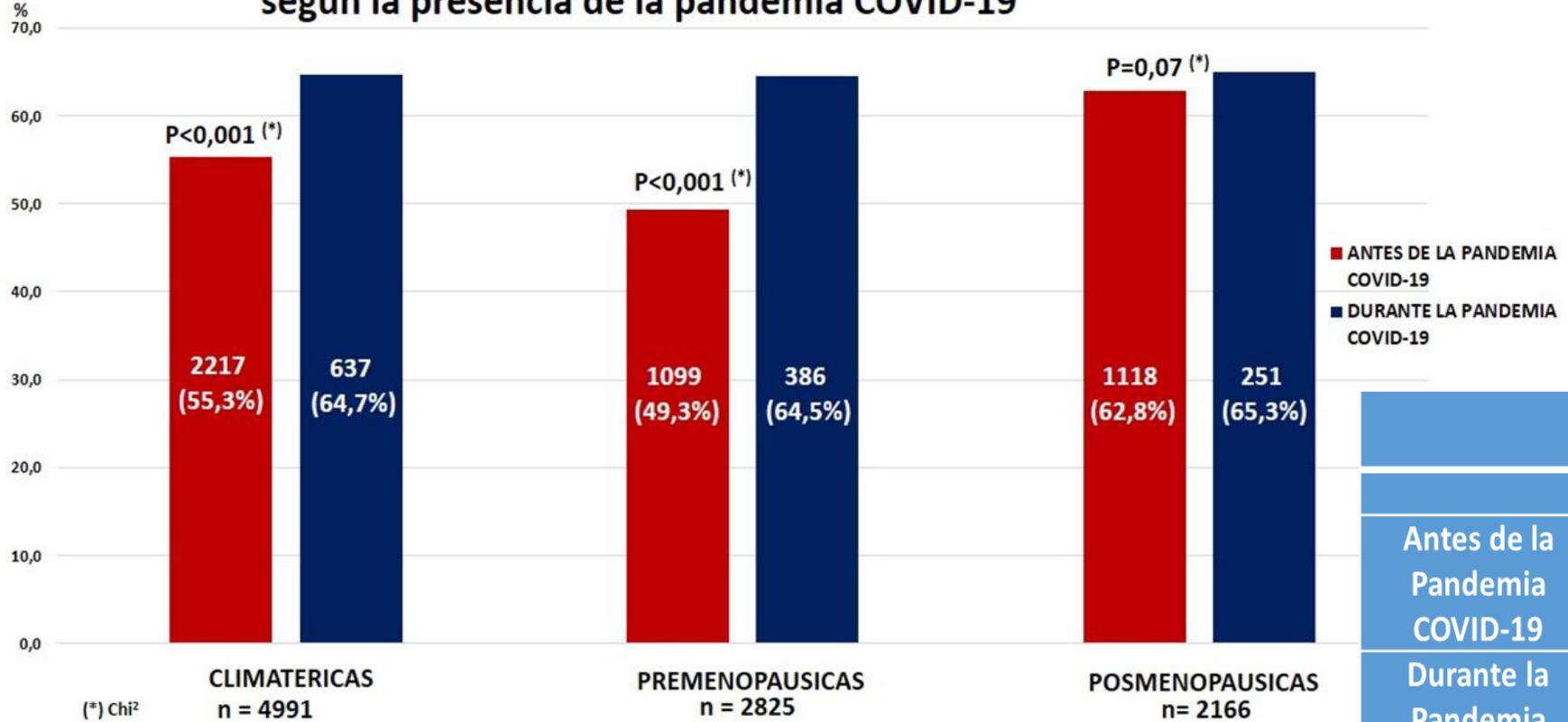
A. Monterrosa-Castro, V. Daza-Daza, G. Romero-Martínez (Inédito) Sometido a XXIII-FIGO-2021

Riesgo Metabólico Aumentado	OR: 4.37 [95%CI:1.69-11.29]
Obesidad Abdominal	OR:3.80 [95%CI:1.48-9.76]
Diabetes	OR:3.11 [95%CI:1.62-5.96]
Hipertensión Arterial	OR:3.02 [95%CI:1.84-4.97]
Sobrepeso	OR:1.31 [95%CI:0.76-2.26]
Circunferencia Abdominal	rho:0.230 [95%CI:0.137-0.318]
Circunferencia de Cadera	rho:0.217 [95%CI: 0.124-0.307]

Monterrosa-Castro Á, Monterrosa-Blanco A, Rosales-Becerra A (Inédito) Sometido a XXIII-FIGO-2021

Figura 1

Comparación de la frecuencia de problemas de sueño, según la presencia de la pandemia COVID-19



	Climaterio (*) n=4991		Premenopausia (+) n = 2825	
	OR [IC95%]	p	OR [IC95%]	p
Antes de la Pandemia COVID-19	1			
Durante la Pandemia COVID-19	1,56 [1,34-1,81]	<0,001	1,97 [1,63-2,38]	<0.001

(*) Chi²



ANOTACIONES FINALES

La Salud Mental en Mujeres Menopaúsicas un Factor Importante

La Salud Mental es un Problema de Salud Pública

Los Síntomas Psicológicos son Comunes (*Menopause Rating Scale*)

Los Trastornos Psicológicos Deben ser Diagnosticados

Se ameritan estudios comunitarios:

- **Epidemiología de los Síntomas - Enfermedades**
- **Discapacidad - Factores de riesgo**

Situaciones Cambiantes con el tiempo, los hábitos, las etnias y las culturas.

Sensibilizar a los Profesionales que atienden Mujeres Menopaúsicas:

Valorar Factores Psicosociales en la consulta de Climaterio.

Recomendar el Desarrollo de Políticas que articulen en mejor forma aspectos Bio-Psico-sociales en la consulta de Menopausia y Climaterio

La Menopausia y el Climaterio no son Solo

- Oleadas de calor
- Síndrome

Genitourinario de la Menopausia

Hay otros síntomas que se deben interrogar y tratar

- Los síntomas psicológicos son frecuentes



La Menopausia es un evento biopsicosocial...que debemos atender...!





Saluddelamujer 
Grupo de Investigación Salud de la Mujer  

www.grupodeinvestigacionsaluddelamujer.com.co