

**Los síntomas psicológicos severos de la menopausia están probablemente vinculados con la somnolencia diurna excesiva cuando se identifica con la escala de Epworth**

**Álvaro Monterrosa-Castro, Angélica Monterrosa-Blanco,  
Raíza Díaz-Cortes.**

**Grupo de Investigación Salud de la Mujer  
Facultad de Medicina - Universidad de Cartagena  
Colombia**



**Somnolencia diurna excesiva [SDE] es la dificultad que experimenta una persona para mantenerse alerta y despierta durante el día. Usualmente el cuadro persiste por semanas y afecta al 20% de la población general.**

**La apnea obstructiva del sueño, el consumo de alcohol o algunos medicamentos y diversas manifestaciones, son factores relacionados.**

**Son escasos los estudios sobre SDE en la menopausia y al parecer no se han realizado en mujeres colombianas en esa etapa vital.**



## **Objetivo:**

**Evaluar la asociación entre síntomas psicológicos de la menopausia con SDE en mujeres afrodescendientes residentes en el Caribe colombiano.**

## **Estudio transversal – CAVIMEC - MORFEM**

- **Aprobado por el comité de ética de la Universidad de Cartagena - Colombia**
- **Encuestadoras en visita puerta a puerta**
- **Voluntaria, anónimas y con consentimiento informado**
- **Mujeres afrodescendientes. Edad 40-59 años**
- **Se excluyeron: limitaciones de lectoescritura, embarazadas o con hijos < 5 años**
- **Menopause Rating Scale**  
**Síntomas psicológicos severos de la Menopausia:**  
**[Ansiedad, Estado de ánimo depresivo, Irritabilidad, Cansancio físico mental y Deterioro Psicológico]**
- **Escala de Epwort: SDE y SDE patológica [SDEP]**  
**Ambas escalas están validadas**
- **Tamaño de muestra según el censo poblacional**
- **Regresión logística: SDE y SDEP (variable resultado)**
- **Los síntomas psicológicos (variables independiente)**



## 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 severo | moderado | severo | Muy severo |
|--------------|---------|-------------|----------|--------|------------|
| Puntuación = | 0       | 1           | 2        | 3      | 4          |

- |  |                          |                          |                          |                          |                          |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Sofocos, sudoración, bochornos.....   | <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"/> |
| 3. Problemas de sueño (dificultad en conciliar el sueño en dormir toda la noche y despertarse temprano).....                               | <input type="checkbox"/> |
| 4. Estado de animo depresivo (sentirse decaída, triste, a punto de las lágrimas falta de ganas, cambios de humor).....                     | <input type="checkbox"/> |
| 5. Irritabilidad (sentirse nerviosa, tensa agresiva) .....   | <input type="checkbox"/> |
| 6. Ansiedad (impaciencia, pánico).....   | <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"/> |
| 8. Problemas sexuales (cambios en el deseo sexual en la actividad y satisfacción) .....  | <input type="checkbox"/> |
| 9. Problemas de vejiga (dificultad a orinar, incontinencia, deseo excesivo de orinar).....   | <input type="checkbox"/> |
| 10. Resequedad vaginal (sensación de resequedad, ardor y problemas durante la relación sexual).....  | <input type="checkbox"/> |
| 11. Problemas musculares y en las articulaciones, (dolores reumatoides y en las articulaciones).....                                       | <input type="checkbox"/> |

**Deterioro Severo Psicológico: > 6 puntos**

**SDE:  $\geq 8$  puntos**  
**SDEP:  $\geq 10$  puntos**

| Somnolencia Diurna Excesiva.<br>Escala de somnolencia diurna de Epworth<br>(n = 420) | Nunca tengo sueño | Ligera probabilidad de tener sueño | Moderada probabilidad de tener sueño | Alta probabilidad de tener sueño |
|--|-------------------|------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|
| Se queda dormida sentada y leyendo   | 0                 | 1                                  | 2                                    | 3                                |
| Se queda dormida viendo la TV  |                   |                                    |                                      |                                  |
| Se queda dormida sentada e inactiva en lugar público (teatro, conferencia)           |                   |                                    |                                      |                                  |
| Se queda dormida como pasajera de carro  |                   |                                    |                                      |                                  |
| Se queda dormida estirada para descansar al mediodía                                 |                   |                                    |                                      |                                  |
| Se queda dormida sentada y hablando con otra persona                                 |                   |                                    |                                      |                                  |
| Se queda dormida sentada tranquilamente después de cenar                             |                   |                                    |                                      |                                  |
| Se queda dormida en un carro Detenido (ejemplo semáforo)                             |                   |                                    |                                      |                                  |



## Resultados. Se estudiaron 420 mujeres. 277 (65,9%) con SDE y 200 (47,6%) SDEP

| Somnolencia Diurna Excesiva.<br>Escala de somnolencia diurna de<br>Epwort<br>(n = 420) | Nunca<br>tengo<br>sueño | Ligera<br>probabilidad<br>de<br>tener sueño | Moderada<br>probabilidad<br>de<br>tener sueño | Alta<br>probabilidad<br>de<br>tener sueño |
|--|-------------------------|---|---|---|
| Se queda dormida<br>sentada y leyendo  | 190 (45,2)              | 102 (24,2)                                  | 16 (3,8)                                      | 112 (26,6)                                |
| Se queda dormida<br>viendo la TV   | 94 (22,3)               | 198 (47,1)                                  | 56 (13,3)                                     | 72 (17,1)                                 |
| Se queda dormida sentada e inactiva<br>en lugar público (teatro, conferencia)          | 36 (8,5)                | 136 (32,3)                                  | 80 (19,0)                                     | 168 (40,0)                                |
| Se queda dormida como<br>pasajera de carro   | 29 (6,9)                | 197 (46,9)                                  | 91 (21,6)                                     | 103 (24,5)                                |
| Se queda dormida estirada para<br>descansar al mediodía                                | 45 (10,7)               | 172 (40,9)                                  | 123 (29,2)                                    | 80 (19,0)                                 |
| Se queda dormida<br>sentada y hablando con otra persona                                | 74 (17,6)               | 232 (55,2)                                  | 85 (20,2)                                     | 29 (6,9)                                  |
| Se queda dormida sentada<br>tranquilamente después de cenar                            | 58 (13,8)               | 118 (28,1)                                  | 160 (38,1)                                    | 84 (20,0)                                 |
| Se queda dormida en un carro<br>Detenido (ejemplo semáforo)                            | 49 (11,6)               | 96 (22,8)                                   | 109 (25,9)                                    | 166 (39,5)                                |

Los datos son presentados en números absolutos, (%)

## Compromiso severo psicológico

Estado de ánimo:

51 (12,1%)

Irritabilidad:

38 (9,0%)

Ansiedad:

75 (17,8%)

Cansancio físico  
mental:

67 (15,9%)

Deterioro  
psicológico:

64 (15,2%)

**Asociación entre síntomas severos psicológicos de la menopausia  
y somnolencia diurna excesiva  
Regresión logística bivariada**

|   | Somnolencia diurna<br>excesiva*     | Somnolencia diurna<br>excesiva patológica** |
|---|-------------------------------------|---|
| <b>Ansiedad***</b>                      | <b>3,60 [1,83-7,08]<sup>a</sup></b> | <b>3,50 [2,02-6,05]<sup>a</sup></b>         |
| <b>Irritabilidad***</b>                 | <b>2,98 [1,21-7,31]<sup>b</sup></b> | <b>2,58 [1,26-5,28]<sup>b</sup></b>         |
| <b>Cansancio físico/mental***</b>       | <b>1,97 [1,06-3,63]<sup>b</sup></b> | <b>2,07 [1,21-3,54]<sup>b</sup></b>         |
| <b>Deterioro severo psicológico****</b> | <b>1,07 [1,00-1,14]<sup>c</sup></b> | <b>1,09 [1,02-1,16]<sup>b</sup></b>         |
| <b>Estado de ánimo depresivo***</b>     | <b>1,78 [0,90-3,53]<sup>d</sup></b> | <b>1,67 [0,97-3,02]<sup>e</sup></b>         |

*Datos se presentan en OR [IC95%]. \*Puntuación  $\geq 8$  en la Escala de Epwort.*

*\*\*Puntuación  $\geq 10$  en la Escala de Epwort.*

*\*\*\*Síntoma severo (puntuación  $\geq 3$  en el ítem respectivo de la Menopause Rating Scale.*

*\*\*\*\*Puntuación  $> 6$  en el dominio psicológico de la Menopause Rating Scale.*

*<sup>a</sup>  $p < 0,001$ . <sup>b</sup>  $p < 0,01$ . <sup>c</sup>  $p < 0,05$ . <sup>d</sup>  $p = 0,09$ . <sup>e</sup>  $p = 0,08$ .*

| Regresión<br>Logística Ajustada              | SDE                       | SDEP                      |
|--|---------------------------|---------------------------|
| Ansiedad<br>severa <sup>1</sup>              | 2,83<br>[IC95%:1,36-5,85] | 2,83<br>[IC95%:1.54-5.18] |
| Deterioro severo<br>psicológico <sup>2</sup> | 1.07<br>[IC95%:1.00-1.14] | 1.09<br>[IC95%:1.02-1.16] |

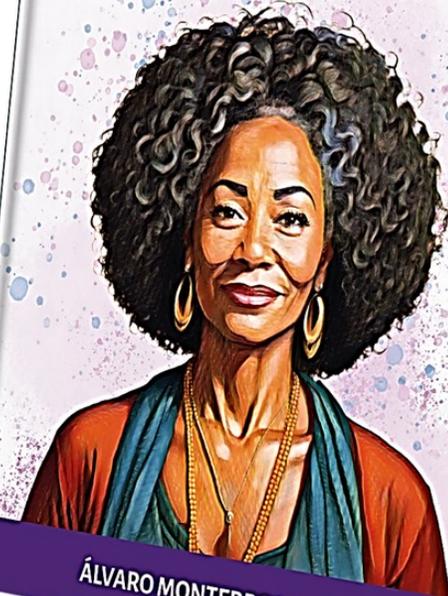
1. *En el modelo se incluyeron los cuatro síntomas menopaúsicos y la edad.*
2. *Bivariado. No incluida en el modelo para evitar colinealidad.*

- Ansiedad severa se asoció con 2-3 veces mayor posibilidad de SDE y SDEP
- Deterioro severo psicológico con 7%-9% mayor posibilidad de SDE y SDEP

**En conclusión**  
En un grupo de mujeres colombianas afrodescendientes se encontró:



**Afectación de la salud mental en afrodescendientes climatéricas del Caribe colombiano**



**ÁLVARO MONTERROSA CASTRO**



 GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
"SALUD DE LA MUJER"

 **XI** CONGRESO  
LATINOAMERICANO  
DE MENOPAUSIA  
**XVI** CONGRESO  
COLOMBIANO  
DE MENOPAUSIA  
*Madurez y longevidad saludables*



 GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
"SALUD DE LA MUJER"

[www.grupodeinvestigacionsaluddelamujer.com](http://www.grupodeinvestigacionsaluddelamujer.com)