

ALTERACIONES SEXUALES EN LA MENOPAUSIA.

XV Congreso Internacional de Enfermería y Fisioterapia.

Pérez Muñoz, Laura
Hidalgo Latorre, M^a del Carmen
Bonilla Navarro, Lorena

1

INTRODUCCIÓN

La menopausia es un proceso fisiológico en el cual se produce el fin de la vida reproductiva de la mujer, por un agotamiento folicular.

La edad media de la menopausia es de 50 años, pero, dentro de la misma, se diferencian la menopausia precoz (mujeres menores de 40 años) y menopausia tardía (mujeres mayores de 55 años).

Una de las principales alteraciones de la vida sexual durante esta etapa es el síndrome genitourinario.

2

OBJETIVO

Describir las diferentes alteraciones sexuales en la menopausia y cómo afectan a la mujer que las padece.

3

METODOLOGÍA

Este trabajo de fin de grado se basa en una revisión bibliográfica. Para su realización, la información se ha obtenido indagando en diferentes bases de datos, como lo son PubMed y Scielo, usando a su vez la ayuda de diferentes criterios de inclusión y exclusión y otras herramientas como el operador booleano "AND".

La selección final fue de 30 artículos científicos.

4

RESULTADOS

Se han seleccionado un total de 17 artículos:

- 6 artículos para conocer la prevalencia de mujeres que padecen Síndrome Genitourinario. La mayoría de autores manifiestan que la prevalencia es de más de un 60% de mujeres con menopausia, y que aumenta a los 5 años de la misma. Además incluyen que este síndrome disminuye en las mujeres el deseo sexual, la sensación de excitación y la lubricación.
- 5 artículos para conocer el papel de enfermería dedicado a proporcionar educación sanitaria a mujeres menopáusicas con alteraciones sexuales. Estos autores concuerdan en que alrededor del 90% de las mujeres en esta situación, desconocen estos programas de ayuda para fomentar una sexualidad saludable, y que varios meses después de realizarlos, aumenta el número de relaciones sexuales satisfactorias.
- 6 para conocer la relación que hay entre la realización de ejercicios de Kegel y la mejora de las alteraciones sexuales en mujeres menopáusicas. Se demuestra que al realizar este tipo de ejercicios y con el fortalecimiento del suelo pélvico las relaciones sexuales son más satisfactorias, disminuyendo a su vez cualquier síntoma que pudiese padecer una mujer en esta situación.

5

CONCLUSIÓN

Las alteraciones sexuales en mujeres con menopausia son muy comunes y poco diagnosticadas, por desconocimiento de la población. Dentro de ellas la más común es el síndrome genitourinario.

- Martínez-Garrulo, M. D., Olivos-Rubio, M., Gómez-Torres, D., & Cruz-Bello, P. (2016). Intervención educativa de enfermería para fomentar el autocuidado de la mujer durante el climaterio. *Enfermería universitaria*, 13(3), 142-150. <https://revista-enfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/77>
- Moral, E., Delgado, J. L., Carmona, F., Caballero, B., Guillán, C., González, P. M., Suárez-Almaraz, J., Velasco-Ortega, S., Nieto, C., & as the writing group of the GENISSE study. (2018). Genitourinary syndrome of menopause. Prevalence and quality of life in Spanish postmenopausal women. The GENISSE study. *Climacteric: The Journal of the International Menopause Society*, 21(2), 167-173. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29411644/>

