

VI CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA CIUDAD DE GRANADA

"Impacto Positivo de la Seguridad del Paciente en la Atención Sanitaria al Ciudadano"

APLICACIÓN DE UN PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE EL CONOCIMIENTO DE LA SEXUALIDAD DURANTE LA MENOPAUSIA.

Autor principal JUANA MARÍA VÉLEZ BORRERO

CoAutor 1 CARMEN CASTRO GUERRERO

CoAutor 2

Área Temática La Seguridad del Paciente en el área de Enfermería Obstétrico-Ginecológica

Palabras clave sexualidad menopausia climaterio conocimientos

» **RESUMEN. Se recomienda utilizar estructura IMRAD (Introduction, Methods and Materials, Results, and Discussion — introducción, materiales y métodos, resultados y discusión)**

La menopausia, según la OMS, consiste en el cese permanente de la menstruación, por un periodo de doce meses de amenorreas, siendo un momento puntual del climaterio. Se producen además de los cambios físicos otros en el terreno psicológico y en el sexual. Debido al envejecimiento de la población y al aumento de la calidad de vida, la demanda de cuidados en este área es una realidad y la sexualidad es un tema al que no se le debe restar importancia con el paso de los años.

La sexualidad puede verse deteriorada significativamente en las mujeres durante este periodo, debido a la falta de adaptación positiva a los cambios que acontecen las alteraciones más frecuentes son la disminución del deseo sexual, trastorno en la excitación, dispareunia y capacidad para alcanzar el orgasmo.

Proponemos una intervención educativa cuyo tema principal es el climaterio y como afecta a la sexualidad en mujeres menopausia ya que la falta de adaptación a estos cambios hacen que tomemos decisiones erróneas, tengamos falsos conceptos sobre nosotros mismos y de nuestra sexualidad así como la creación de falsos mitos.

Conclusiones: se pone de manifiesto un aumento en la seguridad de las mujeres a la hora de afrontar la etapa de menopausia ya que adquieren conocimientos y estrategias para poder solucionar problemas y afrontar dificultades en esta etapa.

» **ANTECEDENTES / OBJETIVOS. Se identifica los antecedentes del tema, relevancia del mismo, referencias actualizadas, experiencias válidas fundamentadas, que centre el trabajo, justifique su interés, enuncie las hipótesis y/o los objetivos del trabajo.**

El climaterio es el periodo de tiempo en el que una mujer pasa del estado reproductivo al no reproductivo como consecuencia del cese de la función ovárica. Comprende un periodo de edad desde los 40 años hasta los 59 años aproximadamente y está dividido en tres etapas: pre menopausia, menopausia y postmenopausia.

La menopausia, según la OMS, consiste en la retirada permanente de la menstruación, por un periodo de doce meses de amenorreas, como resultado de la pérdida de la función folicular de los ovarios, constituyendo la menopausia un momento puntual del climaterio.

En el siglo XVI, la edad media de la menopausia era de 44 años y la esperanza de vida de 48 años, de modo no existe la necesidad de buscar ningún tipo de tratamiento en mujeres en esta etapa.

En la actualidad en países desarrollados, donde la menopausia tiene lugar alrededor de los 51 años y la esperanza de vida ronda los 80 años, cada vez mayor número de mujeres viven 1/3 de sus vidas después en esta etapa.

El enfoque más clínico del problema aparece en los siglos XVIII y XIX en el mundo occidental, Gardanne en 1816 (Francia) introdujo el término menopausia para referirse al cese de la menstruación. Pero fue en 1857, en que Edward Tilt, pública en Inglaterra uno de los primeros trabajos con cierta metodología con respecto al climaterio.

Helen Kaplan, considera la respuesta sexual trifásica .Su clasificación muy utilizada en la clínica que nos ayudará a comprender los cambios en la sexualidad de la mujer en la etapa menopausica.Kaplan contempla tres fases dentro de su modelo:

1. Fase de deseo (cerebral).
2. Fase de excitación (vascular).
3. Fase orgásmica (muscular).

Durante el climaterio se producen cambios en todas estas fases:

1. Fase de excitación: Disminuye la vasodilatación de las mamas, menos intensidad en el rubor sexual, disminución de la elevación del tono muscular, así como disminución de secreción de la glándula bartolina.
2. Fase de meseta: No hay cambios en el clítoris, la vagina pierde elasticidad, disminuye la formación de la plataforma Orgásmica, disminución de la elevación del útero dentro de la pelvis .
3. Fase orgásmica: Decrecimiento de la tensión muscular, y menos intensidad del orgasmo.

El concepto sexualidad engloba las características biológicas, psicológicas y socioculturales que nos permiten comprender el mundo y vivirlo a través de nuestro ser como hombres y mujeres .La sexualidad es una amplia dimensión de la personalidad, que va mucho más allá de las relaciones sexuales y que puede afectar a la vida familiar, laboral, social y que puede verse afectada por la edad, las circunstancias personales, el medio en el que vive, así como los mitos que se crean en torno a ella.

La sexualidad puede deteriorarse significativamente en las mujeres durante este periodo, debido a una falta de adaptación a los cambios que se producen. Entre las alteraciones más frecuentes están la disminución del deseo sexual, trastorno en la excitación, dispareunia y capacidad para alcanzar el orgasmo.

Todos estos cambios pueden traer como consecuencia modificaciones en la respuesta sexual caracterizada por la disminución del deseo sexual, dolor durante el coito, evitación de las relaciones sexuales y disminución de estas. El desconocimiento de estos cambios, y el miedo que estos generan hacen que los humanos tomemos decisiones erróneas, tengamos falsos conceptos sobre nosotros mismos y de nuestra sexualidad así como la creación de falsos mitos.

Debemos decir que el climaterio y menopausia no son una etapa negativa, debe reconocerse como un periodo de transición que representa una oportunidad para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades aspectos centrales del cuidado de enfermería.

La propuesta educativa como intervención es un elemento clave cuya finalidad es apoyar a la mujer en el proceso de toma de

decisiones. Por un lado demandan información, apoyo, consejo y somos los profesionales de la salud quienes debemos responder a ella y por otro lado, nosotros como profesionales necesitamos conocer de qué forma este proceso afecta a la calidad de vida de las mujeres. Las mujeres son las principales usuarias de los servicios de salud, y están cada vez mejor preparadas, tienen mejores posiciones personales, profesionales, familiares y sociales, por lo que es lógico que deseen participar en sus decisiones relacionadas con su salud y su sexualidad; por ello buscan profesionales que atiendan y estén preparados para satisfacer sus demandas. La finalidad de nuestra investigación es formar e informar a la población sobre cambios físicos y psicológicos de la sexualidad durante a menopausia y proporcionar estrategias que las ayuden a superar la dificultades que aparezcan en dicha etapa. El equipo de salud debe desarrollar estrategias educativas oportunas para las mujeres en este periodo, para transmitirles actitudes positivas sobre esta etapa de transición y principalmente sobre el envejecimiento saludable.

Objetivo general:
Valorar la efectividad de un programa educativo sobre sexualidad en mujeres en periodo menopáusico

Objetivos específicos:
Informar sobre cambios propios de la menopausia y más específicamente sobre los que afectan al terreno sexual.
Proporcionar estrategias para la solución de problemas en este ámbito

» DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA- MATERIAL Y MÉTODO. Debe estar claro y conciso. Definición necesidades o problemas. Población identificada. Contexto de recogida información. Método de selección. Definición tipo de estudio. Detalle del análisis.

Material y método:

Se ha realizado un estudio cuasi experimental Pre test- pos test, en muestra seleccionada según criterios de inclusión exclusión. Los datos son recogidos antes de la intervención educativa, y tras la misma mediante un cuestionario pilotado.

MÉTODO

Diseño: Estudio cuasi experimental Pretest-Posttest, de único grupo. Se llevó cabo mediante el siguiente plan de trabajo:

1º Aplicación del pre test.

2º Realización del programa educacional.

3º Aplicación del post test.

Muestra:

La muestra se obtuvo mediante muestreo no probabilístico por accesibilidad. Se siguieron los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión:

Los destinatarios principales serán las mujeres con menopausia que necesiten información del tema a tratar dentro de asociaciones de ama de casa, de vecinos, y como de destinatarios secundario, mujeres de cualquier edad interesadas en el tema y las parejas de todas ellas que estén interesados/as en afrontar esta etapa conjuntamente, de la provincia de Huelva.

Criterios de exclusión:

Mujeres que no estén en periodo de menopausia.

Procedimiento

Recogida de datos: La recogida de datos se realizó mediante la cumplimentación de un cuestionario antes y después de la intervención educativa.

Variabes e instrumentos:

El cuestionario se realizará de forma individual y por escrito, constará de 20 ítem divididos por dimensiones, las cuales serán:

1. Dimensión socio cultural

2. Dimensión de conocimientos. (A su vez se divide en varias dimensiones: dimensión biológica, dimensión psicológica y dimensión sexualidad.).

Constará de 15 preguntas.

3. Dimensión afrontamientos. Constará de dos preguntas.

El cuestionario se pilotó mediante la realización del mismo por 10 sujetos que cumplan los criterios de inclusión de la muestra seleccionada y que no fueron incluidos en nuestra muestra.

Implementación del programa:

La intervención educativa se llevó a cabo en dos sesiones de 5 horas cada una en horario de tarde y se realizó en los salones de la asociación habilitados para ello.

Consideraciones éticas:

Se garantiza la confidencialidad de los datos y el anonimato de los participantes según se recoge en la declaración de Helsinki y el código Núremberg. Se proporcionó consentimiento informado a todas las participantes y se les informó de la voluntariedad en su participación.

ANÁLISIS DE LOS DATOS.

El análisis de los datos se llevó a cabo mediante frecuencias absolutas y números de casos según número de aciertos obtenidos en el test antes y después de la intervención educativa utilizando para ello una representación mediante tablas 2x2.

Los resultados obtenidos van a ser expresados por dimensiones

» RESULTADOS Y DISCUSIÓN. Descripción resultados en función objetivos. Análisis coherente. Debe contrastar los objetivos iniciales del estudio con los datos obtenidos, establece las limitaciones, las conclusiones emergen de la discusión y dan respuesta a los objetivos del estudio.

Una vez obtenidos los datos, se analizaron, llegando a la conclusión de que la información y formación de las mujeres menopáusicas en el ámbito sexual es primordial.

Podemos afirmar que las mujeres en edad de menopausia necesitan más información sobre esta etapa y los cambios que se producen en ella sobre todo lo relacionado a las etapas del climaterio, los aspectos psicológicos que influyen en ella y los cambios que se producen en la sexualidad como consecuencia del cambio hormonal. Así lo demuestra nuestro estudio ya que son las dimensiones donde aparece menos coincidencia entre los cuestionarios antes y después de la intervención educativa.

» APORTACIÓN DEL TRABAJO A LA SEGURIDAD DEL PACIENTE.

Tras nuestra intervención se ponemos de manifiesto un aumento de la seguridad de las mujeres a la hora de afrontar la etapa de menopausia ya que adquieren conocimientos y estrategias para poder afrontar dificultades, también se ve reflejada la demanda de este servicio, cada vez más reciente y que las mujeres reclaman a las instituciones sanitarias.

» PROPUESTAS DE LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN.

Proponemos futuras investigaciones encaminadas en averiguar cuales son los problemas que se plantean en las mujeres en esa etapa de sus vidas, así como proporcionar estrategias para poder afrontarlos, sobre todo en el ámbito psicológico y de la

sexualidad, ya que según nuestro estudioes dónde más dudas se les plantean a las mujeres con edad de menopausia.

» **BIBLIOGRAFÍA.**

- 1.Aragón Alejandra. Climaterio y posmenopausia: Aspectos educativos a considerar según la etapa del periodo. Ciencia y enfermería. 2006; 1: 19-27.
- 2.Claudia Gómez M^a. Conocimiento que tienen sobre el climaterio mujeres entre 40 y 64 años usuarias de atención primaria. Revista chilena obstetricia y ginecología. 2007; 72(5) : 321-328.
- 3.Lugenes Botell,M. Caracterización de mujer en etapa de climaterio I. Revista cubana de obstetricia y ginecología. 2001; 27(1). 16-21.
4. Lugenes Botell, M. Caracterización de la mujer en etapa de climaterio II. Revista cubana de obstetricia y ginecología. 2001; 27(1). 22-27.
- 5.Yanes Calderón, M. Climaterio y sexualidad: Su repercusión en la calidad de vida de la mujer de edad mediana. Revista cubana de medicina general integral.2008; (40).