

---

---

## PÁGINA CULTURAL

---

---

### ***EL CLIMATERIO Y EL SÍNDROME DEL NIDO VACÍO EN EL CONTEXTO SOCIOCULTURAL***

***Miguel Lugones Botell<sup>1</sup>***

El hecho de que la mujer pierde su menstruación en un momento determinado de la vida es algo perfectamente conocido desde la más remota antigüedad. Ya en el Génesis se menciona la pérdida de la *impureza mensual* y en los papiros egipcios se señala a las mujeres menopáusicas como mujeres *blancas*, en contraposición a las *rojas* que eran las que menstruaban. También *Abraham*, en el Génesis, conocía el fallo de la reproducción cuando consideraba las pocas posibilidades de descendencia en las parejas que tenían mucha edad.

*Hipócrates* también menciona en sus escritos el cese de las menstruaciones y *Aristóteles* en el año 322 a.n.e. describió en su *Historia Animalium* que la menstruación cesa alrededor de los 50 años. También en el siglo VI a.n.e. *Aecio de Amida* describe que la menstruación cesa en la mujer en un período nunca anterior a los 35 años y por lo común hacia los 50. Otros escritos coinciden con esa etapa, como por ejemplo *John Freind* que en 1729 describió que el cese de la menstruación se llevaba a cabo alrededor de los 49 años.<sup>1</sup> Esto, ya de por sí señala que la fecha de la menopausia que muchos autores modernos han creído que se iba haciendo más tardía, resulta que no, y que es constante desde tiempos remotos. Así, la historia natural de la menopausia sería extrañamente constante.

Lo señalado anteriormente es para destacar que el llamado *Empty nest syndrome* de los norteamericanos o *Síndrome del nido vacío*, aunque se conoce hace pocos años, existe desde siempre y es tan antiguo como el mundo. De por sí, la comparación encierra una gran belleza poética, con una gran dosis de verdad y de nostalgia, la que se produce como decía *Dante*, en *el medio del camino de la vida*. *Colombat de L'Isere*, en el siglo XIX, al referirse a la mujer menopáusica decía: "Se parece a una reina destronada o más bien a una diosa cuyos adoradores ya no frecuentan su templo, sólo puede atraerlos por la gracia de su ingenio y la fuerza de su talento".<sup>3</sup> Porque si bien es cierto que como ya hemos señalado, la edad de la menopausia ha variado muy poco, no debemos olvidar que la vida media antiguamente y hasta casi el presente siglo, era mucho más corta, por lo que muchas mujeres morían antes del climaterio, y las que sobrevivían a la menopausia lo hacían como ancianas. Hoy todo ha cambiado, pues la expectativa de vida promedio en muchos países, incluido el

---

<sup>1</sup> Especialista de II Grado en Ginecología y Obstetricia. Miembro de la Sección de Climaterio y Menopausia de la Sociedad Cubana de Ginecología y Obstetricia. Policlínico Docente "26 de Julio", Playa.

nuestro, sobrepasa los 70 años, lo que hace que la mujer tenga que jugar un rol social por un tiempo mayor.

Si bien la menopausia representa el cese de la menstruación y el final de la vida reproductiva de la mujer, desde un punto de vista más integral involucra toda una serie de procesos fisiológicos, endocrinos, anatómicos, psicosociales, sexuales y biológicos que deben verse con un criterio holístico para poderlos comprender en toda su magnitud.

El síndrome climatérico es muy frecuente y ocurre en 2 de cada 3 mujeres presentándose alteraciones psicológicas como irritabilidad, depresión, ansiedad, nerviosismo, disminución de la libido; alteraciones genitourinarias como sequedad vaginal, prurito, disuria, incontinencia urinaria y prolapsos; y síntomas neurovegetativos como sofocación, sudaciones, cefalea, parestesias, insomnios, etcétera.

Además, en esta etapa suelen aparecer algunas enfermedades crónicas como diabetes mellitus, hipertensión arterial; el cáncer ginecológico es más frecuente, fundamentalmente el de endometrio y mama, y el comportamiento sexual aunque no debe modificarse, sufre algunos cambios ocasionados por la presencia de sequedad vaginal, la presencia de prolapsos, la aparición de las enfermedades crónicas a las que hacíamos referencia, así como disfunciones en la relación de pareja<sup>4</sup>, y el desconocimiento que tienen las mujeres acerca de estos cambios las lleva, entre otras cosas, a la disminución de la libido, la dispareunia, la anorgasmia.

También hay disminución de la satisfacción personal con sentimientos de minusvalía y devaluación en el contexto familiar y hasta laboral, al acercarse la edad de la jubilación. Entre las expresiones psicoconductuales ocurre el tema que nos ocupa, o sea, el *nido vacío* que es uno de los eventos vitales de esta etapa. Esto ocurre cuando la mujer siente que el hogar está solo, que sus hijos crecieron e hicieron vida independiente y ella siente que ha perdido su papel protagónico socialmente; es decir, que hay pérdidas. Muchas veces se sienten solas, y están preocupadas por su futuro y el de la familia y muestran desinterés por el porvenir.

Por otra parte, el hombre, con frecuencia, se aparta y se aleja de ella, porque ante un sexo decadente necesita excitarse con la juventud de una nueva pareja y con el encanto de lo desconocido e inaccesible. En este sentido y en contraposición con lo señalado anteriormente, *Marañón* dijo hace muchos años que "el varón más diferenciado y más eficaz era el fiel a su pareja, el monógamo por excelencia".

Algunos autores señalan que este síndrome se ve con más frecuencia e intensidad en mujeres con hijos que en las que no los tienen; y aún en aquellas, las que tienen un trabajo fuera del hogar, lo perciben en menor escala. El hecho de que este síndrome esté presente también en mujeres sin hijos es para algunos difícil de comprender, y ha hecho dudar a algunos de la existencia real de este cuadro;<sup>5</sup> pero no hay que olvidar todos los aspectos que hemos señalado y que acompañan y están todos presentes en mayor o menor medida en estas pacientes. También existe en las viudas; algunos autores refieren que en menor grado, pues estas toman las riendas del hogar, y hasta consiguen lo que el marido no había logrado: restaurar una familia y enderezar unos hijos mal encaminados. En ello ve *Marañón* un rasgo masculinoide de la climatérica, cuando en realidad es una forma de reaccionar positivamente ante la pérdida de la pareja.

Es importante destacar que hay una gran diferencia en la percepción de este fenómeno entre las sociedades occidentales y otras sociedades. Los hábitos, las costumbres, la educación, el trabajo, la religión, los mitos y hasta el clima influyen en las manifestaciones que pueden presentarse y que hemos descrito. Históricamente, el papel que haya desempeñado

en la sociedad, su papel en el desarrollo de diversas culturas y el *status* familiar son aspectos de gran interés. Es un gran aspecto a considerar que el papel social de la mujer no termina con el climaterio, sino que puede aumentar su influencia según el trabajo que realiza; no obstante, es bueno no olvidar que los trastornos que se presentan en esta etapa de la vida, pueden repercutir, desfavorablemente, tanto física, como emocional y socialmente. Como detalle curioso señalaremos que en japonés no existe la palabra para designar los sofocos, y la mujer islámica espera y recibe con bienestar la menopausia; puede opinar, sentarse a conversar, etcétera.

Muchas otras variables deben considerarse al evaluar esta etapa de la vida y su manera de enfrentarla, como son el nivel socioeconómico, las mediciones de expectativas, los estereotipos creados por la sociedad, etcétera.

Hemos tratado de esbozar brevemente los principales aspectos de índole sociocultural que deben considerarse en la mujer climatérica. Observarlos, descubrirlos en sus diferentes matices, es como tratar de descubrir todo lo que hay detrás de sus hilos de plata, que muchas se apuran en ocultar y disimular, para no ser como decía *Colombat de L'Isere*, una *reina destronada* y convertirse en una amalgama perfecta de experiencia y juventud, para "manejar con más talento el arte de amar" y así demostrar, como decía *Shakespeare* que "la edad no puede marchitarlas, ni sus costumbres ya anticuadas, la hagan que pierdan su infinita versatilidad".

### **Referencias bibliográficas**

1. Rekers H. Mastering the menopause. En: Burger H, Boulet M, eds. A portrait of the menopause. Camforth: The Parthenon. 1991; 73.
2. Botella Llusíá J. Endocrinología de la mujer. 6a. ed. Barcelona Editorial Científico-Médica, 1982; 341.
3. Ausin J. Definición y epidemiología de la menopausia. En: Palacios S. Climaterio y menopausia. Madrid: Mirpal, 1993; 43.
4. Navarro Despaigne D, Artiles Visbal L. La menopausia no es el fin de la vida. *Rev Sexol Soc* 1996;2(5):38.
5. Krystal S, Chiriboga DA. The empty nest process in midlife men and women. *Maturitas* 1979;1:215-22.

Recibido: 2 de Febrero del 2000. Aprobado: 2 de Junio del 2000.

*Dr. Miguel Lugones Botell*. Policlínico Docente "26 de Julio", municipio Playa, Ciudad de La Habana, Cuba.