

Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Facultad de Ciencias Médicas «Dr. Enrique Cabrera»  
Policlínico Universitario «Federico Capdevila» Municipio Boyeros. Ciudad de La Habana

## Mujer posmenopáusica. ¿Fin de la vida sexual?

### Post menopausal woman. End of sexual life?

María del Carmen Valdés Vázquez<sup>I</sup>, Yudit Hernández Esterlin<sup>II</sup>, María Mercedes Galvañy Peguero<sup>III</sup>, Yisell María Rodríguez Prieto<sup>IV</sup>

<sup>I</sup>Especialista Primer Grado en Medicina General Integral. Profesor Asistente. Master en Longevidad Satisfactoria. [mcvaldes@infomed.sld.cu](mailto:mcvaldes@infomed.sld.cu)

<sup>II</sup>Licenciada en Enfermería. Profesor Asistente. Master en Longevidad Satisfactoria. [yudithdez@infomed.sld.cu](mailto:yudithdez@infomed.sld.cu)

<sup>III</sup>Licenciada en Inglés. Profesor Asistente. Master en Pedagogía Profesional. [mariamercy@infomed.sld.cu](mailto:mariamercy@infomed.sld.cu)

<sup>IV</sup>Especialista Primer grado en Medicina General Integral. Profesor Instructora. Master en Atención Integral de la Mujer. [yrguez@infomed.sld.cu](mailto:yrguez@infomed.sld.cu)

---

## RESUMEN

**Introducción:** la etapa del climaterio y la menopausia ha sido motivo de menciones históricas, literarias y culturales, a pesar de que en muchas ocasiones es ignorada y hasta subestimada por las mujeres y por muchos profesionales.

**Objetivos:** identificar los cambios en la respuesta sexual después de la menopausia.

**Material y Métodos:** se realizó un estudio descriptivo de corte transversal a 223 mujeres posmenopáusicas, en el consultorio No. 6 del Policlínico «Federico Capdevila». En el período comprendido entre septiembre del 2008 y febrero del 2009 fueron seleccionadas las pacientes mediante la revisión de fichas familiares. Se escogieron como criterios de inclusión el consentimiento informado, ser residente del área, no tener trastornos cognitivos ni depresivos. Se aplicó una encuesta, la muestra estuvo constituida por 223 mujeres, de un universo de 263.

**Resultados:** prevalecieron las mujeres posmenopáusicas con prácticas sexuales, en el subgrupo de 65 a 69 años, la edad promedio de la menopausia quedó entre los 50 y 54 años, y lo que más se modificó de la respuesta sexual fue la fase del deseo, siendo esta la principal causa de prácticas sexuales no satisfactorias.

**Conclusiones:** se demuestra que en esta etapa de la vida, la mujer sigue teniendo deseos y relaciones sexuales satisfactorias, y que la solidez y la comunicación con su pareja son vitales para una relación feliz en este período final de la vida.

**Palabras clave:** posmenopausia, vida sexual, respuesta sexual.

---

## ABSTRACT

**Introduction:** climacteric and menopausal period has been historically, literally and culturally mentioned, and in other cases ignored and even underestimated by women and professionals.

**Objective** identifying changes in sexual response after menopause.

**Material and methods:** a descriptive transversal cut study was performed on 223 postmenopausal women from Doctor's office 6 belonging to Federico Capdevila Polyclinic. Women were selected after revising their medical records in a period between September 2008 and February 2009. Inclusion criteria comprised informed consent, to live in the health area, and not to have cognitive or depressive disorders. A survey was done to a universe of 263 and only 223 constituted the sample.

**Results:** postmenopausal women having sexual relations prevailed in the 65 to 69 year-old group; average age for menopause period was determined to be between 50 and 54 years old, and what changed the most in the sexual response was the desire phase, which is the main cause of the non satisfactory sexual practices.

**Conclusions:** the results revealed that at this point women still want and have satisfactory sexual relations in which the communication with their partners and firmness of the relationship are vital to have a happy kinship in this final stage of life.

**Key words:** postmenopausal women, sexual life, sexual answer.

---

## INTRODUCCIÓN

El período de la menopausia es un reto al que se ve enfrentada la mujer y demanda una reorganización y reorientación de su vida, a veces de un modo radical, exigiendo el cambio de su identidad personal y su imagen social.<sup>1</sup>

Es un período en la vida de la mujer que entraña un desafío, un desequilibrio y un reajuste que abarca la esfera de las relaciones sexuales, y el desenlace puede conducir a la apertura del destino personal que suponga enriquecimiento y crecimiento emocional o por el contrario puede llevar a un cierre negativo que traiga consigo diferentes trastornos.<sup>2</sup>

---

La expectativa de vida de la mujer ha aumentado y hoy la mujer cubana sobrepasa la expectativa de más de 75 años. Esto exige un esfuerzo para la población médica que atiende adultos mayores y una preparación mayor para poder dar solvencia a la problemática del envejecimiento, lo cual es de suponer que los problemas sexuales no escapan a dicho proceso, teniendo influencia no solo en la mujer sino también en su pareja, por lo que el manejo de las alteraciones sexuales que acompañan a la posmenopausia se tornan muy complejas pudiendo alterarse cualquier etapa de la respuesta sexual, que no es más que la expresión del envejecimiento en la esfera sexual.<sup>3</sup>

El ovario presenta un tiempo de vida limitada por el agotamiento del número de folículos o por no responder estos a los estímulos neuro-hipofisarios habituales. La desaparición de los folículos ováricos que responde a la gonadotropina provoca la caída de la secreción de estrógenos por el ovario, y el estroma ovárico aumentado es el que mantiene cierta secreción de testosterona y androsterona. El déficit estrogénico origina los síntomas y signos conocidos como Síndrome climatérico, del cual no escapa ninguna mujer por formar parte fisiológica en su vida.<sup>4,5,6</sup>

Debe estar preparada para todos estos cambios; la repercusión del envejecimiento en la respuesta sexual femenina constituye un deber y un reto para nuestros médicos que en su campo de acción queda incluido el adulto mayor.<sup>7</sup>

La actividad sexual depende de los andrógenos y estos apenas se modifican durante la etapa climatérica, factores no menos importantes son el conocimiento que tenga la mujer de su cuerpo, sus sensaciones y una adecuada comunicación de parejas, lo que contribuye a viabilizar y hacer placentera la relación sexual con la consiguiente calidad de vida.<sup>8</sup>

Muchos autores refieren que no hay límite de tiempo para la capacidad sexual de la mujer, aún y cuando las respuestas se hagan más lentas se puede continuar disfrutando del sexo y tener orgasmos durante toda la vida. La disminución de los estrógenos produce cambios en la respuesta sexual que en ocasiones son interpretados como disfunciones y no son más que el desconocimiento del envejecimiento en esta esfera.<sup>9,10</sup>

La menopausia es una fase de transición en la vida de la mujer que ocurre alrededor de los 12 meses después de la última menstruación; no es una enfermedad, ellas continúan teniendo deseos y disfrutando del sexo, no tengamos dudas, la menopausia no es el fin de la vida sexual.

## **OBJETIVOS**

### **General**

Explorar algunos aspectos de la sexualidad en un grupo de mujeres posmenopáusicas.

### **Específicos**

Caracterizar a la población de mujeres posmenopáusicas según variables sociodemográficas.

Identificar en las pacientes en estudio cambios en la respuesta sexual después de la menopausia.

## MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal en un grupo de mujeres posmenopáusicas en edades comprendidas entre 55 y 75 años, pertenecientes al consultorio No. 6 del Policlínico Universitario «Federico Capdevila», en el período comprendido entre septiembre del 2008 y febrero del 2009. Fueron seleccionadas mediante la revisión de fichas familiares. Se adoptaron como criterios de inclusión:

- Consentimiento informado.
- Ser residente del área.
- No tener trastornos cognitivos.
- No tener trastornos depresivos.

De un universo de 263 mujeres, la muestra quedó constituida por 223; 40 quedaron excluidas de la siguiente forma: 26, expresaron no deseo de participación; 8, tuvieron un test de Minimental alterado y 6, tuvieron un Yesavage positivo.

Los resultados obtenidos se reflejaron en frecuencias absolutas y porcentajes. Se presentaron en tablas y gráficos.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la Tabla 1, el grupo de edad que prevaleció en la muestra fue de 65 a 69 años, con 88 pacientes para 39.5%.

Tabla 1. Distribución de las mujeres por grupos de edades

Grupos de Edades	No.	%
55 - 59	41	18.4
60 - 64	51	22.9
65 - 69	88	39.5
70 - 74	43	19.2
Total	223	100

En cuanto a la edad del cese de la menstruación, analizada en la Tabla 2, ocurrió con más frecuencia en el subgrupo de 50 a 54 años, con 112 pacientes, esto representa 50.2%. Algunos autores como Master y Jonson encontraron en sus estudios similares resultados <sup>1,2</sup> pues plantean que el mayor número de mujeres deja de menstruar entre los 45 y los 49 años.

Tabla 2. Distribución de las mujeres según edad de la aparición de la menopausia

Grupo de edades	No.	%
35 - 39	5	2.2
40 - 44	7	3.2
45 - 49	94	42.2
50 - 54	112	50.2
55 - 59	5	2.2
Total	223	100

En la Tabla 3, se encuentra un porcentaje elevado de mujeres con pareja y este acápite es importante, pues tanto el divorcio, como la viudez pueden influir negativamente en el plano de las relaciones sexuales debido a la falta de pareja, lo que imposibilita tener prácticas sexuales a pesar de que exista el deseo, lo que pudiera traer consigo un desequilibrio en la unidad biopsicosocial.

Tabla 3. Distribución de las mujeres según estado conyugal

Estado conyugal	No.	%
Con pareja	164	73.5
Sin pareja	59	26.5
Total	223	100

En cuanto a la Tabla 4, 67 mujeres no tuvieron prácticas sexuales para 30%, las principales causas fueron: falta de pareja, falta de deseo sexual de uno o de ambos miembros de la pareja y enfermedades crónicas no transmisibles, como las más importantes. Consideramos que el mantenimiento de la actividad sexual durante la etapa posmenopáusica no debe modificarse por causas inherentes a este proceso, más que los cambios fisiológicos que provocan el envejecimiento, están los patrones, normas y hábitos que nos impone la sociedad y todas las costumbres socioculturales negativas que heredamos en cuanto a la sexualidad de la mujer. La actividad sexual no tiene por qué disminuir en esta etapa a no ser que existan otros factores externos relacionados con el proceso.

En la Tabla 5, se observa que de 156 mujeres que tienen práctica sexual, 83 tienen práctica sexual satisfactoria, lo que coincide con Regueira <sup>3</sup> el cual obtiene resultados similares. La no satisfacción puede estar dada entre otros factores no solo debido a los cambios que se pueden esperar en esta etapa sino a otros, entre ellos: la comunicación de la pareja, pues no siempre se habla del tema con la suficiente franqueza y profundidad por temor a herir o a perder a la pareja.

Tabla 4. Práctica de relaciones sexuales acorde a grupos de edad

Grupo de edades	Si		No		No.
	No.	%	No.	%	
55 - 59	36	87.8	5	12.2	41
60 - 64	39	76.5	12	23.5	51
65 - 69	66	75	22	25	88
70 - 74	15	34.9	28	65.1	43
Total	156	70	67	30	223

Tabla 5. Distribución de mujeres según disfrute del acto sexual

Disfrute del acto sexual	No.	%
Si	83	53.2
No	73	46.8
Total	156	100

Fuente: Encuesta.

En la Tabla 6, vemos que de la respuesta sexual, la etapa del deseo fue la que más cambio sufrió, pues 68 mujeres refirieron tener disminución del deseo sexual para 43.6%. Nuestro estudio coincide con González Labrador,<sup>4</sup> quien expresa que la disminución del deseo sexual es un síntoma común en la mujer posmenopáusica. Lerer<sup>8</sup> plantea que el deseo sexual de la mujer posmenopáusica no debe modificarse por factores propios de dicha etapa, lo que sucede en muchas ocasiones es que en esta etapa de la vida hay un cambio de funciones desde el punto de vista social con una sobrecarga de trabajo, influyendo estas condiciones más que las propias modificaciones en sí.

Tabla 6. Distribución de las mujeres según cambios en la respuesta sexual

Fases de la respuesta sexual	Sin cambios		Disminución		Total	
	No.	%	No.	%	No.	%
Deseo sexual	88	56.4	68	43.6	156	100
Excitación	106	67.9	50	32.1	156	100
Orgasmo	113	72.4	43	27.6	156	100

En la Tabla 7, vemos que 60 mujeres para 38.5% manifestaron disminución del deseo sexual de su pareja. Estudios de Regueira Naranjo<sup>3</sup> coinciden con estos resultados. Este autor lo atribuye al desconocimiento de los cambios fisiológicos que ocurren en la esfera de la sexualidad con el envejecimiento tanto en un sexo como en el otro; es por eso la importancia que cobra una oportuna orientación y

educación en esta etapa de la vida porque muchas veces en su mayoría son problemas que pueden erradicarse.

Tabla 7. Distribución de las mujeres según disminución del deseo sexual de la pareja

Disminución del deseo sexual	No.	%
Sí	60	38.5
No	96	61.5
Total	156	100

Fuente: Encuesta.

## CONCLUSIONES

1. En el grupo de estudio fue más frecuente el intervalo de edades de 65 a 69 años.
2. Con respecto a la edad de la menopausia el mayor porcentaje de casos fue encontrado entre 50 y 54 años.
3. Una proporción elevada de mujeres tiene pareja.
4. La mayoría mantiene prácticas sexuales y de ellas en el mayor porcentaje son satisfactorias.
5. El cambio de la respuesta sexual que más se vio afectado después de la menopausia fue el del deseo sexual.
6. El mayor porcentaje de las que no tienen práctica sexual satisfactoria fueron las que notaron cambios en el deseo sexual de su pareja y cambios en el disfrute del acto sexual.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Master W, Jonson V. Respuesta sexual humana. 2 ed. La Habana: Editorial Científico-Técnica; 1989, p. 201-32.
2. Master W, Jonson V, Kolodny R. La sexualidad humana. La Habana: Editorial Científico-Técnica; 1988, p. 419-44.
3. Regueira Naranjo JL, Servera Estrada L, Pérez Riverón JL, del Toro Fernández J. Sexualidad en la tercera edad. Revista cubana de MGI. 2002; (5):3.
4. González Labrador I. Sexualidad en la tercera edad. Revista cubana de MGI. 2002.
5. González Domínguez RA, Núñez Rodríguez LN, Hernández Pupo O. Sexualidad en el adulto mayor. Mitos y realidades. Archivo médico de Camagüey. 2005; 9(4): ISSN 1025-1255.

6. Oriuela de la Cal J, Gómez Vital M. Sexualidad en el anciano: elemento importante. Calidad de vida. Revista cubana de MGI. 2001; 17(6):545.
7. Sarduy Sánchez C. La sexualidad de la mujer en la edad mediana: realidades y reto. En: Climaterio y menopausia. La Habana: Editorial Científico Técnica; 2007, p.119.
8. Lerel ML. Sexualidad femenina. Mitos y realidad. Tercera edición. Buenos Aires, Argentina: Ed. Paidós; 1993.
9. Matamala MI. ¿Somos ciudadanos sexuales? Cuadernos Mujer y Salud. Santiago de Chile: Ed. Red de Salud de las mujeres latinoamericanas y el Caribe; 2000.
10. Lugones Botel M. Amor, sexo, cultura y sociedad. Rev cubana MGI. sept-oct 1997; 13 (5).

Recibido: 28 de enero de 2013.

Aprobado: 28 de marzo de 2013.