



## ARTÍCULO REVISIÓN

### Algunas consideraciones sobre la sexualidad de la mujer en el periodo perimenopausico

Some considerations on women's sexuality in the perimenopausal period

Ronelsys Martínez-Martínez<sup>1</sup>✉ , Iván Pimienta-Concepción<sup>1</sup> , Ariel Leonardo Alarcón-Vela<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Universidad Regional Autónoma de Los Andes. Ambato, Ecuador.

**Recibido:** 18 de julio de 2023

**Aceptado:** 05 de octubre de 2023

**Publicado:** 20 de diciembre de 2023

**Citar como:** Martínez-Martínez R, Pimienta-Concepción I, Alarcón-Vela A. Algunas consideraciones sobre la sexualidad de la mujer en el periodo perimenopausico. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2023 [citado: fecha de acceso]; 27(S2): e6290. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/6290>

#### RESUMEN

**Introducción:** la esfera sexual en el ser humano tiene una notable relevancia, pudiendo ser afectado por procesos fisiológicos como la aparición de la menopausia.

**Objetivo:** caracterizar la sexualidad de la mujer en etapa perimenopausica.

**Métodos:** se realizó una revisión de la literatura en las bases de datos Scopus, PubMed/MedLine y SciELO sobre la sexualidad durante el periodo de climaterio y menopausia. Para la búsqueda de información se empleó una fórmula de búsqueda mediante la combinación de términos.

**Resultados:** la fisiología de las hormonas femeninas se modifica al paso de los años, así como la repercusión de estos cambios hormonales y las manifestaciones clínicas tanto en el aparato reproductor femenino como a nivel sistémico. Es necesario hacer énfasis en los cambios de estilo de vida y en la individualización de las pacientes para iniciar un tratamiento hormonal teniendo en cuenta beneficios, riesgos y contraindicaciones de los tratamientos.

**Conclusiones:** la sexualidad es un proceso inherente a la vida, así como la menopausia, que es un proceso fisiológico que modifican el ciclo de repuesta sexual. La menopausia no marca necesariamente el cese de la vida sexual. Los hábitos de vida saludable y la protección contra las infecciones de transmisión sexual junto a una sólida orientación, son elementos imprescindibles para lograr una sexualidad sana durante la menopausia.

**Palabras clave:** Climatério; Menopausia; Sexualidad; Estilo de Vida.

## ABSTRACT

**Introduction:** the sexual sphere in the human being has a remarkable relevance, and can be affected by physiological processes such as the onset of menopause.

**Objective:** to characterize the sexuality of women in perimenopausal stage.

**Methods:** a review of the literature on sexuality during the climacteric and menopausal period was carried out in the Scopus, PubMed/MedLine and SciELO databases. A search formula using a combination of terms was used to search for information.

**Results:** the physiology of female hormones changes over the years, as well as the repercussion of these hormonal changes and the clinical manifestations both in the female reproductive system and at a systemic level. It is necessary to emphasize lifestyle changes and individualization of patients to initiate hormonal treatment, taking into account the benefits, risks and contraindications of the treatments.

**Conclusions:** sexuality is a process inherent to life, as well as menopause, which is a physiological process that modifies the sexual response cycle. Menopause does not necessarily mark the cessation of sexual life. Healthy lifestyle habits and protection against sexually transmitted infections, together with a solid orientation, are essential elements to achieve a healthy sexuality during menopause.

**Keywords:** Climacteric; Menopause; Sexuality; Life Style.

## INTRODUCCIÓN

En siglos pasados los profesionales de la salud no contaban con amplias experiencias en relación a los ciclos ováricos y el cese de la menstruación. A pesar de ser un evento natural, no deja de tener impacto para la mujer, y es acogida de diferentes formas según el caso. Con el aumento de la esperanza de vida en los últimos años y la inversión de la pirámide poblacional en el mundo, la atención a acontecimientos fisiológicos y naturales de la senectud crecen en frecuencia, con diversidad en sus manifestaciones, por lo que se debe tener muy bien definidos.<sup>(1)</sup>

La palabra climaterio proviene del griego *climater*, que significa peldaños o escalones, lo que hace referencia a un periodo de transición desde la etapa reproductiva hasta la no reproductiva. Se manifiesta un año antes del inicio de los cambios hormonales y síntomas, hasta uno más después de la menopausia. También se puede definir como síndrome climatérico al conjunto de signos y síntomas que aparecen en la perimenopausia.<sup>(1,2)</sup>

La menopausia es el cese de los periodos menstruales de una mujer, diagnosticada en retrospectiva, una vez que han transcurrido 12 meses consecutivos de amenorrea. Esta amenorrea es resultante de la atresia de los folículos ováricos y su capacidad de producir estrógenos ante el estímulo de las hormonas foliculoestimulante y luteinizante.<sup>(1,3)</sup>

A mayor edad mayor ocurre una mayor reducción de FSH. Al principio se produce una disminución de los niveles de inhibina, hormona que en su regulación causa la disminución de FSH y estradiol normal o levemente bajo. Debido a estos cambios hormonales la fase folicular sufre una reducción siendo esta dependiente de estrógenos y como resultado ciclos menstruales de menor duración.<sup>(4)</sup>

Un evento muy importante es la atresia de folículos ovarios lo cual produce un aumento de FSH y con ello un descenso de producción de estrógenos. Se produce la pérdida de retroalimentación negativa ya que en condiciones normales cuando se encuentra disminuida la FSH en sangre hace que el hipotálamo libere más GnRh estimulando a la adenohipófisis la liberación de FSH, pero el problema es debido a que no existe folículos suficientes para la producción.<sup>(4)</sup>

La menopausia como el puerperio, es un suceso que marca una etapa en el ciclo vital femenino ocasionado por la pérdida en la actividad folicular ovárica.<sup>(5)</sup> Este escenario fisiológico se comprende en la disminución de los niveles de estrógenos y progesterona circulantes, además se ve un aumento de FSH y LH. En esta serie de cambios, ocasionan sintomatología vasomotora, vaginal y otros que afectan el sueño o estado de ánimo.<sup>(6,7,8,9)</sup>

La esfera sexual en el ser humano tiene una notable relevancia, por ser un mundo de sentimientos y sentidos dentro del universo humano, que genera armonía, bienestar, autoestima, ternura, complicidad, y protección, tan beneficiosos para cualquiera. Aunque en la aparición de la menopausia hay un elemento fundamentalmente biológico que es el cese de la función ovárica, los aspectos sociales y culturales tienen gran importancia. Es una realidad que la menopausia ha liberado a las mujeres de las tensiones y riesgos del embarazo, lo que representa en sí una ventaja para muchas. Sin embargo, en las culturas donde hay preferencia por la juventud y la belleza femeninas, esta etapa se considera por muchas como un período de decadencia. Aunque no lo manifiesten, lo llevan por dentro, sin mirar las innumerables posibilidades que se les ofrece por delante, aún, cuando en muchas mujeres esto no haya sido motivo de problemas en su vida familiar y conyugal.<sup>(10)</sup>

## DESARROLLO

La menopausia es un evento inevitable en la vida de cada mujer que alcance su pronóstico de vida, que supera la edad media, pero es una realidad que a pesar de no estar considerada como enfermedad si es un proceso resultante de transformaciones fisiológicas, con significativa baja estrogénica, que en su mayoría conllevan a un declinar manifiesto de su salud integral, demandando valoración y atención multidisciplinaria tanto por un Equipo Básico de Salud en la Atención Primaria, que protagonice una gama de estrategias sanitarias encaminadas a la educación sexual de la mujer, junto su pareja y la totalidad de sus familia, para que su sexualidad puede resultar placentera.

La sintomatología del síndrome climatérico es la expresión de las alteraciones neuroendocrinos (hipoestrogenismo y aumento de las gonadotropinas) secundarios al cese de la función ovárica. Los trastornos menstruales del climaterio son originados por la producción alterada de progesterona resultado de una fase lútea inadecuada ocasionando crecimiento y alteraciones en el endometrio con descamación anormal. Al acentuarse la insuficiencia ovárica e iniciarse la anovulación se produce una fase de estrogenismo persistente con efectos en el endometrio. El cambio del equilibrio hormonal entre estrógenos y progestágenos apareciendo clínicamente con mastalgia, retención hídrica, cefaleas y cambios en el humor. Con el devenir del déficit hormonal aparecen las afecciones de la esfera sexual siendo las más molestas la sequedad vaginal, vaginitis, atrofia genital, dispareunia, y disminución del líbido.<sup>(9)</sup>

En esta etapa pueden estar afectadas las distintas esferas de la vida cotidiana incluyendo las relaciones interpersonales, específicamente las de pareja, cuando comienza a disminuir la producción de estrógenos y con ello la libido, lo cual no es una limitante del disfrute de la sexualidad satisfactoriamente.<sup>(11)</sup>

En muchas ocasiones no existe correspondencia entre los motivos por los que acuden a consulta estas mujeres y los problemas relacionados con la sexualidad, es por ello necesario que el médico de la atención primaria pueda brindar una asesoría y orientación adecuadas a cada mujer que acuda a la consulta, independientemente del motivo por el cual lo haga.<sup>(10)</sup>

En contexto, el sistema *The stages of reproductive Aging Workshop* (STRAW+10) es una manera clínica y objetiva de estadificar a las pacientes en transición a la menopausia, considerando la periodicidad de ciclos ováricos y niveles de hormona foliculoestimulante (FSH). Es de gran utilidad determinar los cambios clínicos, endócrinos dentro de la cual se contempla ciclos menstruales, síntomas, mediciones de FSH, LH, inhibina B, Hormona antimulleriana, y cuenta folicular, lo cual varía en virtud de la etapa en la que se encuentre: Reproductiva, transición a la menopausia y postmenopausia, esta clasificación es eficaz para detectar el diagnóstico de estas etapas.<sup>(1)</sup>

### Exámenes de laboratorio

Para dar un adecuado seguimiento a la fémina en etapa perimenopáusica se deben solicitar estudios de laboratorio y de gabinete, con la finalidad de identificar factores de riesgo para enfermedades que se sobre expresan en esta etapa por la disminución de la influencia hormonal de estrógenos. Aunque los problemas tiroideos son más frecuentes en la mujer, especialmente en el climaterio, estará indicado practicar un perfil tiroideo completo solamente si se sospecha clínicamente algún problema de esta índole. Según la *American Thyroid Association* (ATA) será suficiente con determinación sérica de TSH en mujeres mayores de 35 años y posteriormente cada cinco años (tabla 1).<sup>(1)</sup>

**Tabla 1.** Estudios de laboratorio y de gabinete de la Perimenopausia

Estudio	Justificación
Citología cervical	Para la detección oportuna de cáncer cervicouterino
Perfil de lípidos	Para la detección oportuna de riesgo elevado de enfermedad cardiovascular, además de poder evaluar la presencia de síndrome metabólico
Glucosa sérica	Por el aumento de la resistencia a la insulina, además de evaluar la presencia de síndrome metabólico
Mastografía basal	En caso de iniciar terapia hormonal aumenta el riesgo de cáncer de mama, por lo que en caso de ser necesario se usará de forma comparativa
Ultrasonido pélvico	Patología uterina, ovárica y endometrial, miomatosis uterina, cáncer de ovario, cáncer de endometrio. El inicio de la terapia hormonal con estrógenos aumenta la probabilidad de hiperplasia endometrial
Examen general de orina (EGO)	Infección de vías urinarias
TSH sérica	Ante la presencia de amenorrea secundaria, siempre se deberá descartar hipotiroidismo
Densitometría ósea	Aumenta el riesgo de presentar osteoporosis en mayores de 60 años

**Fuente:** Torres Jimenez et al.<sup>(1)</sup>

### Tratamiento

El tratamiento Farmacológico Hormonal como no Hormonal esta solamente indicado para mujeres sintomáticas. En la actualidad no está indicada la THS para evitar enfermedades crónicas como enfermedad cardiovascular, osteoporosis y demencia.<sup>(1,12)</sup>

El mecanismo de acción de estos esteroides tanto de los estrógenos y progestágenos es la unión a receptores intracelulares, con efecto en la transcripción o represión génica. Los efectos farmacológicos de los estrógenos se sujetan a la madurez sexual de la paciente. En el caso de la menopausia disminuyen los síntomas menopáusicos como bochornos y resequedad vaginal.<sup>(1,13)</sup>

El THS se deberá iniciar cuando se considere la mejor opción terapéutica para los síntomas dentro de los primeros 10 años de la menopausia o mujeres menores de 60 años que no tengan contraindicaciones. No es recomendable utilizarlo por un periodo prolongado, habiendo un mayor riesgo de usar THS en mayores de 60 años, aunque la mayoría de las mujeres que reportan una mayor sintomatología tienen en promedio 40 a 50 años (tabla 2).<sup>(1,14)</sup>

**Tabla 2.** Tratamiento Farmacológico.

Hormonal	No hormonal
Estrógenos Progestágenos Estrógenos + progestágenos	Inhibidores de la recaptura de serotonina
Tratamiento Hormonal Sustitutivo	
Estrógenos	Progestágenos
<i>Naturales</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>Estradiol y Estriol</li> </ul> <i>Sintéticos</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>Etinilestradiol</li> <li>Dietilestilbestrol Mestranol</li> </ul> <i>Estrógenos conjugados</i>	<i>Natural</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>Progesterona</li> </ul> <i>Sintético</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>Relacionados con la progesterona (Hidroxiprogesterona, Medroxiprogesterona Ciproterona)</li> <li>Relacionados con la testosterona (Norentindrona Levonogestrel y derivados)</li> </ul>

**Fuente:** Torres Jimenez et al.<sup>(1)</sup>

Cabe destacar que, además de la real y molesta sintomatología, la mujer busca "justificaciones" para evitar las relaciones sexuales, dado fundamentalmente al desconocimiento que tiene acerca de la sexualidad en esta etapa de la vida. Esto, unido a la sintomatología psíquica y a su nivel socio-cultural, conllevan a un deterioro de su autoestima, lo cual limita para superar sus transformaciones fisiológicas.<sup>(15,16,17)</sup>

## CONCLUSIONES

La sexualidad es un proceso inherente a la vida, así como la menopausia, que es un proceso fisiológico que modifican el ciclo de repuesta sexual. La menopausia no marca necesariamente el cese de la vida sexual. Los hábitos de vida saludable y la protección contra las infecciones de transmisión sexual junto a una sólida orientación, son elementos imprescindibles para lograr una sexualidad sana durante la menopausia.

## Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

### Contribución de los autores

Todos los autores participaron en la conceptualización, análisis formal, administración del proyecto, redacción - borrador original, redacción - revisión, edición y aprobación del manuscrito final.

### Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Torres Jiménez AP, Torres Rincón JM. Climaterio y menopausia. Rev. Fac. Med. (Méx.) [Internet]. 2018 [citado 06/07/2023]; 61(2):51-58. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0026-17422018000200051&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422018000200051&lng=es).
- 2.. Henrique Morgado S. Climate action in Greece, Latest state of play. European Parliamentary Research Service [Internet]; 2021 [citado 06/07/2023]. [aprox 6pp]. Disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/690685/EPRS\\_BRI\(2021\)690685\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/690685/EPRS_BRI(2021)690685_EN.pdf)
3. Ambikairajah A, Walsh E, Cherbuin N. A review of menopause nomenclature. Reprod Health [Internet] 2022 [citado 06/07/2023]; 19:29. Disponible en: <https://reproductive-health-journal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12978-022-01336-7>
4. O'Neill S, Eden J. The pathophysiology and therapy of menopausal symptoms. Obstet Gynaecol Reprod Med [Internet]. 2020 [citado 06/07/2023]; 30(6):175-83. Disponible en: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1751721420300579>
5. Jaramillo AC, Campuzano MG, Balthazar GV. Dynamic testing in endocrinology: Precocious puberty. Medicina & Laboratorio [Internet]. 2009 [citado 06/07/2023]; 15(07-08): 311-327. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=27792>
6. Estepa Galindo E, Prado Martínez C, Carmenate Moreno M, Acevedo Cantero P, García García C de J, Marrodán Serrano MD. Edad de menopausia, condición nutricional y componentes del síndrome metabólico en mujeres españolas. Nutr Clín Diet Hosp [Internet]. 2020 [citado 06/07/2023]; 40(4): 79. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/79>
7. Fernández Barriga H Ángela, Hernández Quimbiulco CI, Pacheco Romero KE, Quisilema Ron VA. Síndromes metabólicos en la menopausia. RECIAMUC [Internet]. 2020 [citado 06/07/2023]; 4(2): 46-7. Disponible en: <https://www.reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/478>
8. Li Y, Zhao D, Wang M, Sun J yi, Liu J, Qi Y, et al. Combined effect of menopause and cardiovascular risk factors on death and cardiovascular disease: a cohort study. BMC Cardiovasc Disord [Internet]. 2021 [citado 06/07/2023]; 21(1): 109. Disponible en: <https://bmccardiovascdisord.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12872-021-01919-5>

9. Sourouni M, Zangger M, Honermann L, Foth D, Stute P. Assessment of the climacteric syndrome: a narrative review. Arch Gynecol Obstet [Internet]. 2021 [citado 06/07/2023]; 304: 855-62. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s00404-021-06139-y>
10. Lugones Botell M. Aspectos éticos y sociales de la sexualidad de la mujer en el climaterio y la posmenopausia. Rev Cubana Obstet Ginecol [Internet]. 2019 [citado 06/07/2023]; 45(3):e476. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-600X2019000300002&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2019000300002&lng=es)
11. Socarrás-León M, Hernández-Cruz B, Oro-Fonseca Y. Sexualidad en la mujer menopáusica: una reflexión desde la Atención Primaria de Salud. Rev. cuba. obstet. ginecol [Internet]. 2020 [citado 06/07/2023]; 46(1): e706. Disponible en: <https://revginecobstetricia.sld.cu/index.php/gin/article/view/706>
12. Pop AL, Nasui BA, Bors RG, Penes ON, Prada AG, Clotea E, et al. The Current Strategy in Hormonal and Non-Hormonal Therapies in Menopause—A Comprehensive Review. Life [Internet]. 2023 [citado 06/07/2023]; 13(3): 649. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2075-1729/13/3/649>
13. Del Río JP, Alliende MI, Molina N, Serrano FG, Molina S, Vigil P. Steroid Hormones and Their Action in Women's Brains: The Importance of Hormonal Balance. Front Public Health [Internet]. 2018 [citado 06/07/2023]; 6: 00141. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00141>
14. Gaba F, Goyal S, Marks D, Chandrasekaran D, Evans O, Robbani S, et al. Surgical decision making in premenopausal BRCA carriers considering risk-reducing early salpingectomy or salpingo-oophorectomy: a qualitative study. J Med Genet [Internet]. 2022 [citado 06/07/2023]; 59(2): 122–132. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33568437/>
15. Alva Real MG. Representación simbólica de la menopausia, subjetividad y sexualidad. Cuicuilco. Rev cienc antropol [Internet]. 2019 [citado 06/07/2023]; 26(76): 85-105. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-84882019000300085&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-84882019000300085&lng=es&tlng=es).
16. Durairaj A, Venkateshvaran S. Determinants of Menopausal Symptoms and Attitude Towards Menopause Among Midlife Women: A Cross-Sectional Study in South India. Cureus [Internet]. 2022 [citado 06/07/2023]; 14(9): e28. Disponible en: <https://doi.org/10.7759/cureus.28718>
17. Shamsalizadeh N, Rouhana N, Pierce CS, Swain MA. Formation of Diverse Meanings of Menopause: An Integrative Literature Review. Int J Women's Heal Reprod Sci [Internet]. 2023 [citado 06/07/2023]; 11(2): 45-57. Disponible en: [https://www.ijwhr.net/pdf/pdf\\_IJWHR\\_676.pdf](https://www.ijwhr.net/pdf/pdf_IJWHR_676.pdf)