

Intervención de la obstetra en la atención integral de la mujer durante la menopausia

The Obstetrician's Role in the Comprehensive Care of Women During Menopause

ESTIMADO EDITOR:

La menopausia constituye una etapa fisiológica del ciclo vital femenino caracterizada por el cese permanente de la menstruación debido a la pérdida de la actividad folicular ovárica. Se considera establecida tras doce meses consecutivos de amenorrea sin causa patológica aparente y generalmente ocurre entre los 45 y 55 años de edad. Actualmente, representa un importante desafío para los sistemas de salud debido al incremento de la esperanza de vida y al crecimiento de la población femenina que transita por esta etapa (1–2).

Si bien es cierto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce que la menopausia debe ser entendida como parte del continuo de las etapas de vida de la mujer y no únicamente como un evento biológico aislado, los cambios hormonales asociados a la disminución de los niveles de estrógenos pueden afectar el bienestar físico, emocional, mental y social, repercutiendo significativamente en su calidad de vida. Entre las manifestaciones más frecuentes destacan los sofocos, sudoraciones nocturnas, alteraciones del sueño, cambios del estado de ánimo, ansiedad, depresión, disminución de la libido, sequedad vaginal, dispareunia e incontinencia urinaria. Asimismo, la deficiencia estrogénica se relaciona con un incremento del riesgo de osteoporosis, enfermedad cardiovascular y alteraciones metabólicas, condiciones que constituyen importantes causas de morbilidad en las mujeres adultas mayores.

Se estima que la población mundial de mujeres posmenopáusicas continuará aumentando durante las próximas décadas como consecuencia del envejecimiento demográfico. Desde esta perspectiva, la atención de la menopausia ha dejado de girar únicamente en controlar la sintomatología para orientarla a la promoción del envejecimiento activo y saludable y el fortalecimiento de la calidad de vida. La OMS enfatiza que la atención durante la perimenopausia supone una posibilidad para reevaluar el estado de salud de la mujer, fomentar conductas saludables y prevenir complicaciones a futuro. Sin embargo, permanecen importantes desfases en la oportunidad de obtener información y servicios vinculados con la menopausia, especialmente en países con economías emergentes o en vías de desarrollo, donde este tema continúa recibiendo una atención limitada dentro de las políticas públicas de salud (1,5).

Se sabe también que los síntomas asociados a la menopausia y su consecuencia en la calidad de vida, no pueden explicarse solo por los cambios del sistema hormonal, sino también por diferentes elementos que conviven con ello, como lo emocional, el historial previo de salud, el trabajo, las relaciones familiares y demás circunstancias socioculturales. Esta visión integral nos lleva a entender la vasta gama de experiencias que sostienen las mujeres mientras atraviesan por esta etapa tan importante y nos hace ver la exigencia de trabajar con un enfoque personalizado y centrado en la mujer. Junto a ello, se ha evidenciado a través de diferentes investigaciones, que muchas mujeres enfrentan contratiempos para acceder a información confiable, lo que conlleva a la permanencia de mitos, estigmas y barreras socioculturales lo que conlleva a que muchas mujeres vean como normal muchos síntomas que afectan su vida y obviamente retrasen la búsqueda de atención profesional. Además, se ha reportado que una proporción importante de personal de salud no recibe formación suficiente sobre menopausia durante su educación universitaria, situación que limita la capacidad de respuesta de los servicios de salud y evidencia la necesidad de

Benilde Alcira Vega Acosta (1a)
orcid.org/0000-0002-3118-6608

C.S. Ciudad Nueva – Tacna
a. Licenciada en Obstetricia

Fecha de envío: 01 de mayo de 2026
Fecha de aceptación: 30 de mayo de 2026
Fecha de publicación: 31 de julio de 2026



Esta obra tiene una licencia de Creative Commons Atribución 4.0 Internacional

fortalecer las competencias de los equipos multidisciplinarios encargados de la atención de esta población (5,1).

En este contexto, el Obstetra, como profesional especializado en salud sexual y reproductiva, puede desempeñar un papel fundamental en la provisión de información basada en evidencia, el acompañamiento durante la transición menopáusica y la promoción de estrategias orientadas al envejecimiento saludable.

Tradicionalmente asociada a la salud sexual y reproductiva, el obstetra acompaña a la mujer durante las diferentes etapas de su ciclo vital, lo que le confiere una posición privilegiada para intervenir también durante el climaterio y la menopausia. Sus capacidades incluyen la promoción de la salud, la consejería, la prevención de enfermedades, la detección precoz de factores de riesgo y la coordinación dentro de equipos multidisciplinarios. Estas funciones adquieren excepcional interés en el primer nivel de atención, donde la obstetra puede aportar considerablemente al fortalecimiento del autocuidado y a la mejora de la calidad de vida de las mujeres en esta etapa de la vida.

Las acciones dirigidas por obstetras pueden centrarse en diferentes tópicos como son: educación sobre los cambios fisiológicos, estilos de vida saludables, la prevención de enfermedades, la atención de la salud sexual y la referencia oportuna a servicios especializados cuando la situación lo amerite. Además, la consejería ya sea en forma individual y/o grupal permite fortalecer a las mujeres para hacer frente esta etapa con mejores armas, la del conocimiento, la autonomía y la capacidad de autocuidado. Desde esta mirada, la obstetra se convierte en un agente primordial para promover una atención centrada en las necesidades de las mujeres.

Por lo tanto, el fortalecimiento de las competencias profesionales de los profesionales obstetras y la incorporación de servicios específicos de atención al climaterio y menopausia dentro de los programas de salud sexual y reproductiva podrían contribuir significativamente al bienestar y calidad de vida de las mujeres en esta etapa tan importante de su vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. World Health Organization. Menopause. Geneva: WHO; 2024.
2. Santoro N, Roeca C, Peters BA, Neal-Perry G. J Clin Endocrinol Metab. 2021;106(1):1-15. doi:10.1210/clinem/dgaa764.
3. Beck V, Brewis A, Davies AF, et al. Menopause and healthy ageing: a global perspective. Lancet Healthy Longev. 2023;4(9):e640-e649.
4. Evans S, Van Niekerk L, Orellana L, et al. The need for biopsychosocial menopause care: a narrative review. Menopause. 2024;31(12):1090-1096.
5. Aninye IO, Laitner MH, Chinnappan S. Menopause preparedness: perspectives for patient, provider, and policymaker consideration. Menopause. 2021;28(10):1186-1191. doi:10.1097/GME.0000000000001819.