

# Vivencia, percepción e impacto de la menopausia en la sociedad mexicana

Primer estudio sobre este concepto

**sin  
reglas**

**id<sub>o</sub>nta**

# Objetivos del estudio

- 1 Entender el nivel de información y visibilidad de la menopausia en la sociedad en su conjunto.
- 2 Identificar la vivencia de la menopausia entre las mujeres mexicanas y su impacto en los distintos ámbitos de su vida.

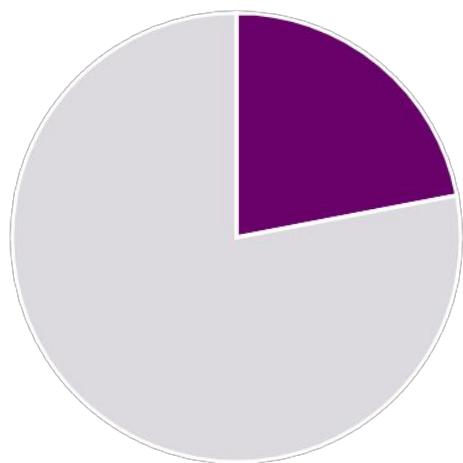
*Encuesta online con 2,755 casos representativos de la población internauta mexicana por género, zona y edad, con sobremuestra de mujeres 40+ para un total de 1,261 casos en este grupo poblacional.*

# Como sociedad, sabemos muy poco

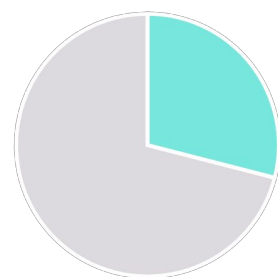
Apenas

# 22%

de la población general  
considera saber mucho/bastante  
sobre la menopausia

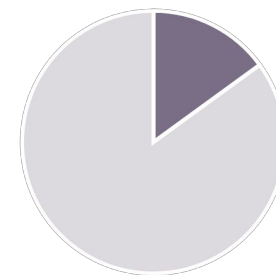


% que considera saber mucho/bastante sobre la menopausia entre...



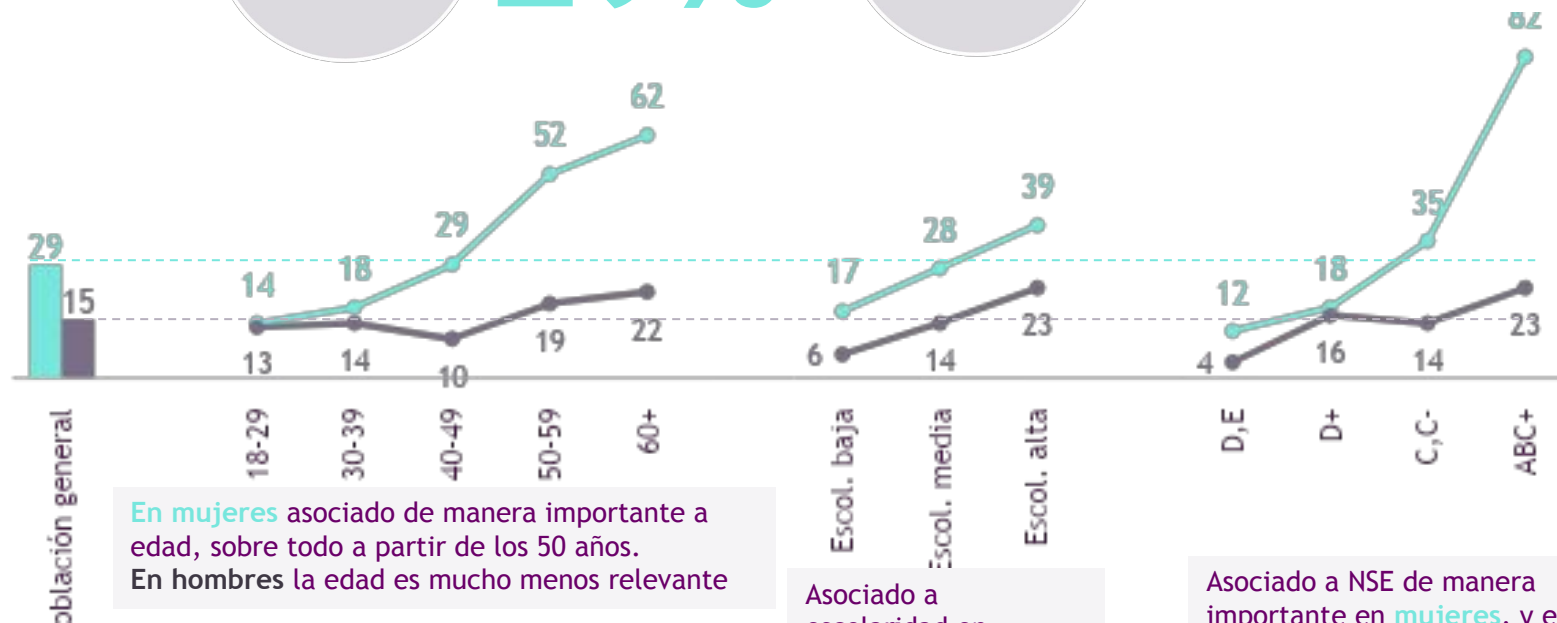
Mujeres en general

# 29%



Hombres en general

# 15%



En mujeres asociado de manera importante a edad, sobre todo a partir de los 50 años.  
En hombres la edad es mucho menos relevante

Asociado a escolaridad en proporciones similares entre mujeres y hombres

Asociado a NSE de manera importante en mujeres, y en menor grado en hombres



# La vivencia de la menopausia entre mujeres 40+

**sin  
reglas**

id<sup>o</sup>nta

# 66%

de las mujeres mayores de 40 años  
tienen vivencia de las etapas de la menopausia

(perimenopausia o posmenopausia)

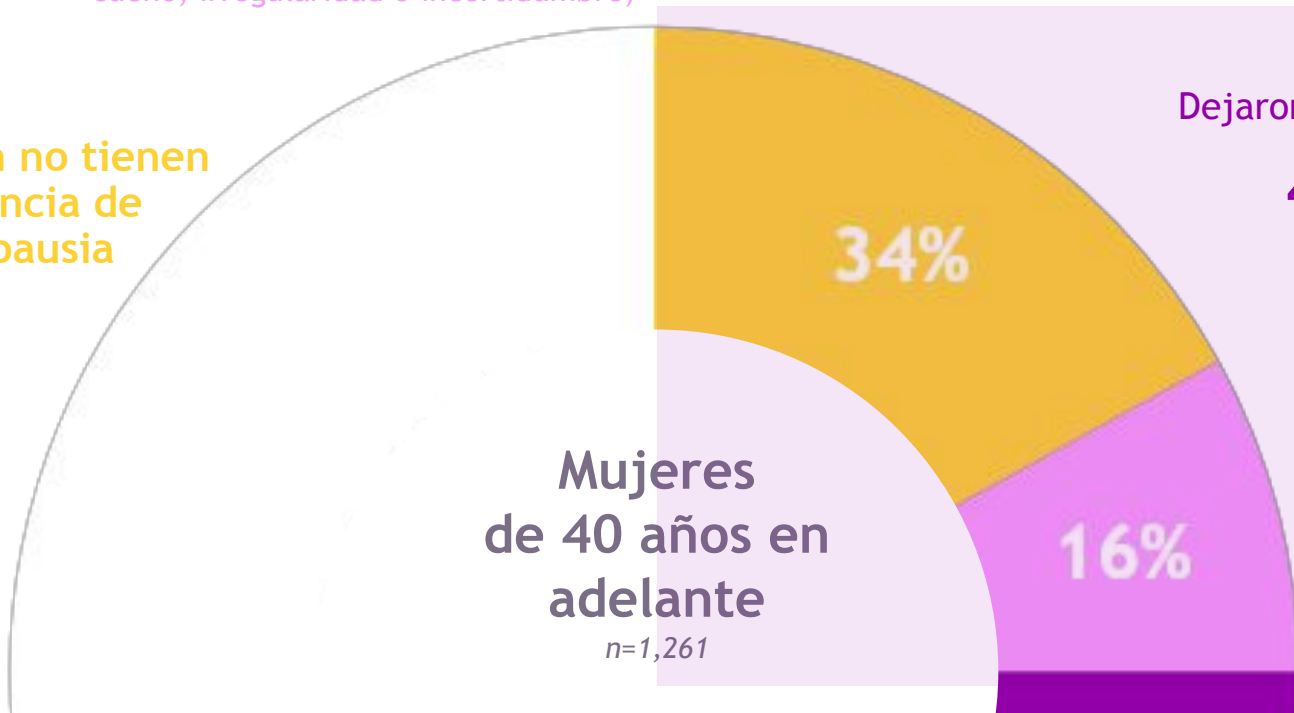
Posiblemente viven  
la perimenopausia

(refieren bochornos, dificultad para conciliar el sueño, irregularidad o incertidumbre)

Viven la  
posmenopausia

(dejaron de reglar hace 12 meses o más)

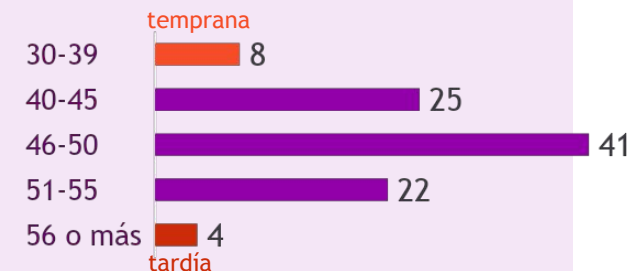
Aún no tienen  
vivencia de  
menopausia



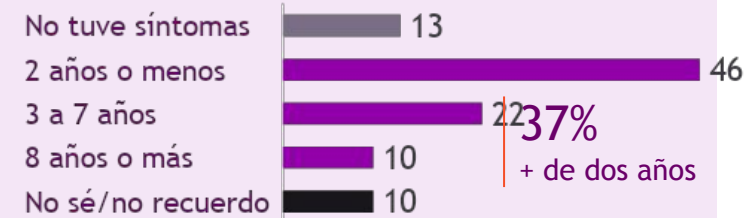
Dejaron de reglar a los

**47 años**

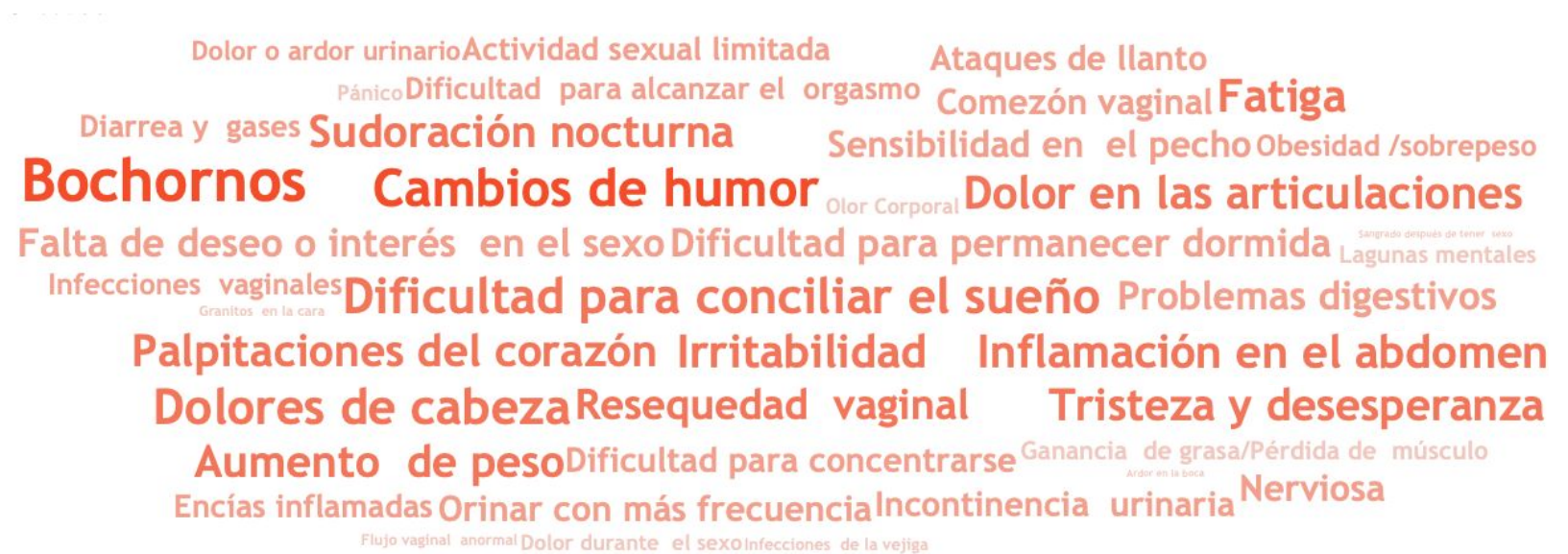
en promedio



Duración de los síntomas

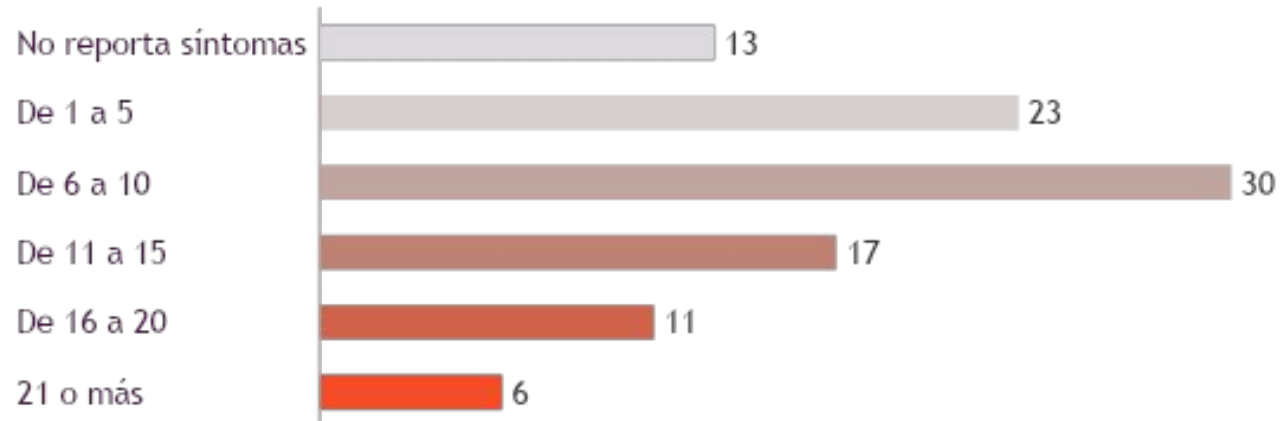


De la amplia gama de síntomas que potencialmente se viven, las mujeres reportan **10 en promedio**



¿Cuáles de estos síntomas has sufrido alguna vez o sufres actualmente?

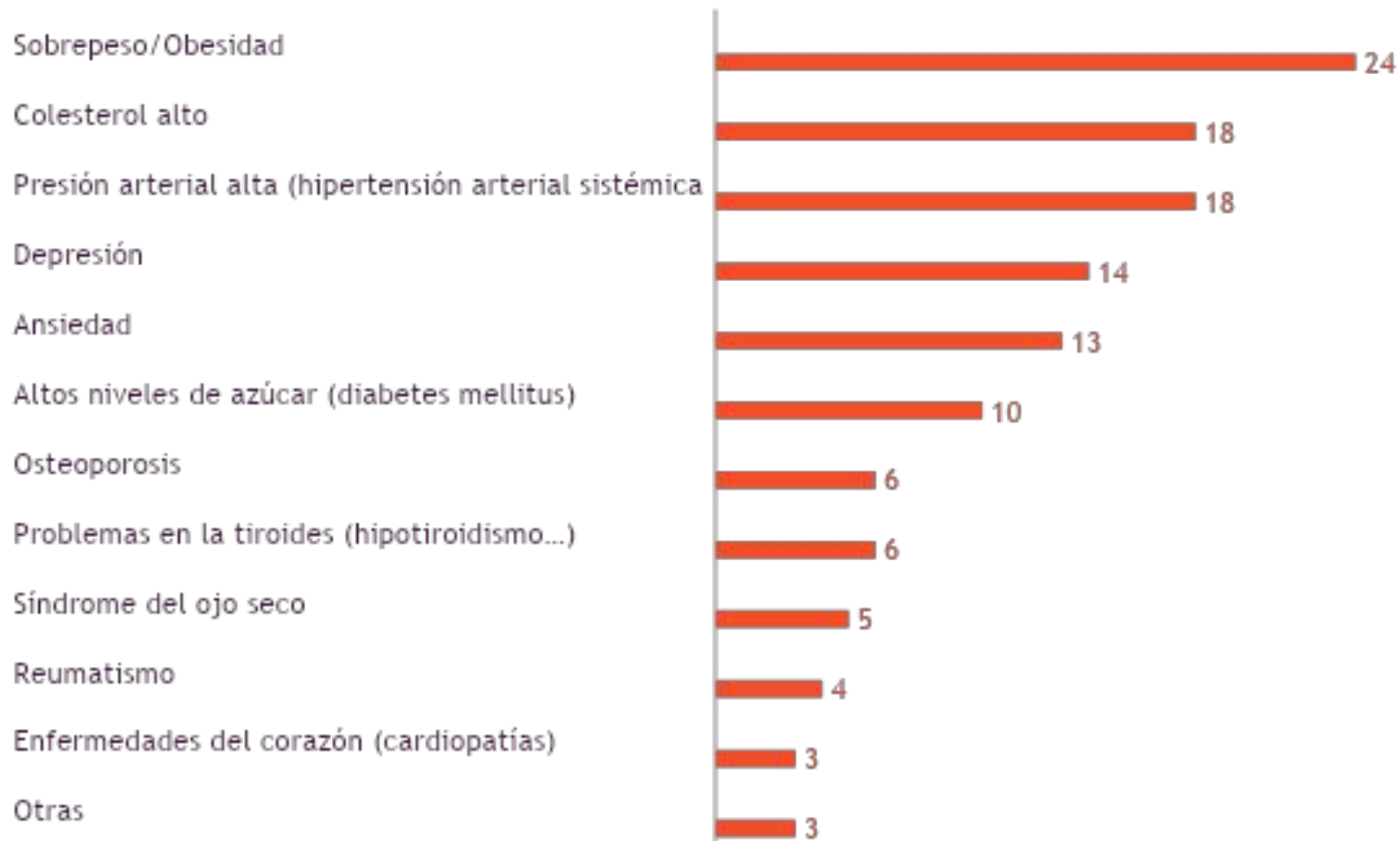
% de mujeres 40+, con vivencia de **perimenopausia** o **posmenopausia**, que refieren sufrir o haber sufrido (...) síntomas



**87%**

reporta sufrir o haber sufrido cuando menos un síntoma

# Se viven padecimientos y cuadros concurrentes



# 52%

de las mujeres 40+ con vivencia de perimenopausia o posmenopausia han sido diagnosticadas con al menos un padecimiento o cuadro durante esta fase

# La intervención del sistema de salud es insuficiente

Entre mujeres 40+ con vivencia de menopausia (perimenopausia + posmenopausia):

Solamente

**44%**

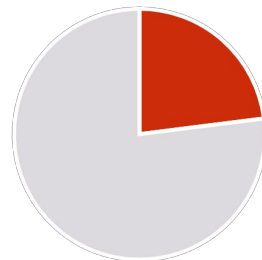


Ha tenido la conversación más básica sobre menopausia en un contexto médico:

Un médico/a le preguntó sobre las alteraciones menstruales que se presentan en la menopausia + Recibió información por parte de un médico/a sobre los cambios físicos, psicológicos y sexuales que ocurren en la perimenopausia y la postmenopausia

Apenas

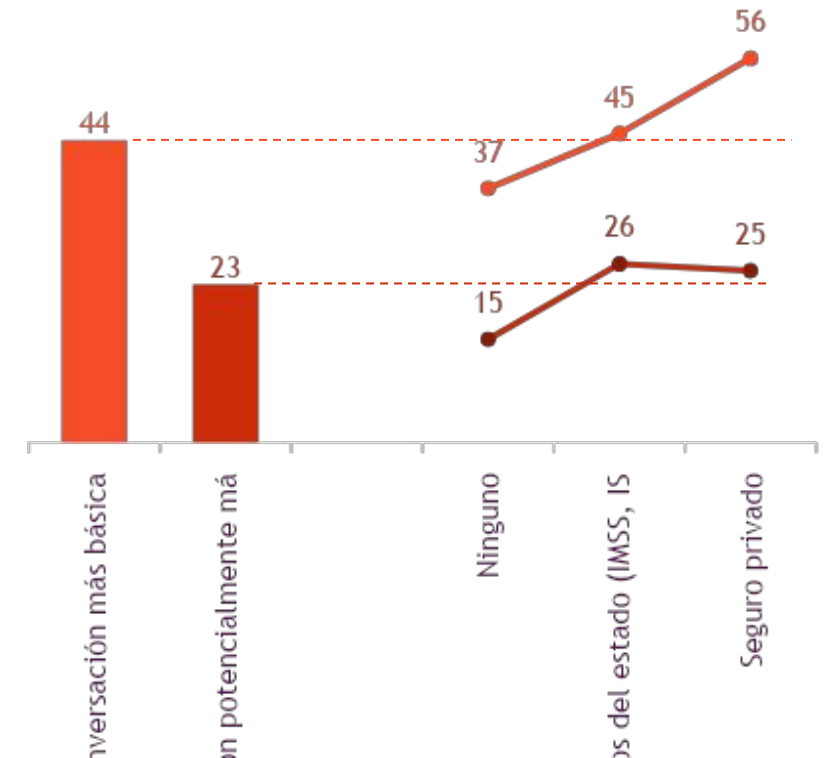
**23%**



Ha recibido atención potencialmente más integral en un contexto médico:

Preguntas sobre alteraciones menstruales + información general + historia clínica completa + orientación sobre: alimentación, estilo de vida, factores de riesgo y medidas preventivas + sugerencia de estudios + atención empática y confidencial.

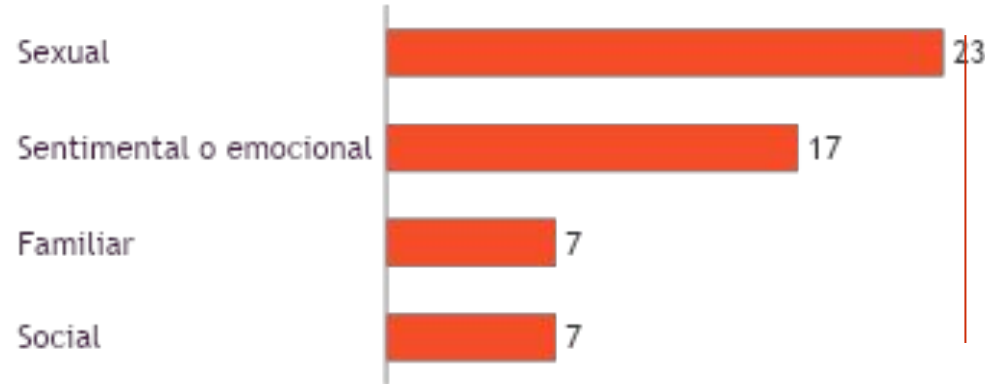
El acceso potencial a servicios de salud privados se relaciona con haber tenido la conversación más básica, pero no así con haber recibido atención potencialmente más integral.





# Hay afectación en la vida personal y laboral

Pensando en tu vida y tu día a día, ¿hasta qué punto crees que ha afectado negativamente la menopausia en tu vida (...)?  
Se grafica **Ha afectado mucho/bastante** entre mujeres 40+ con vivencia (peri+post)



**38%**

Refiere afectación en por lo menos un ámbito de su vida personal

## Entre mujeres con vivencia de perimenopausia o posmenopausia y actividad remunerada

¿De qué maneras ha influido la menopausia en tu trabajo?



**51%**

De quienes tienen actividad remunerada refiere cuando menos una afectación en su vida laboral

¿Hay alguna política o normativa en tu empresa relacionada con la etapa de la menopausia?





¿Y entonces?

**sin  
reglas**

id<sup>o</sup>nta

# Cerremos brechas

**De información**

**De atención  
del sistema de salud**

**De visibilización y atención  
en el ámbito laboral**

**De acercamiento de recursos  
creados por y para las mujeres  
que viven la menopausia**