



Menopausia y desafíos para la salud pública

Miércoles 3 de Mayo de 2023.

Senado de la República.

Dra. Aremis Villalobos

Directora de Salud Reproductiva, CISP, INSP



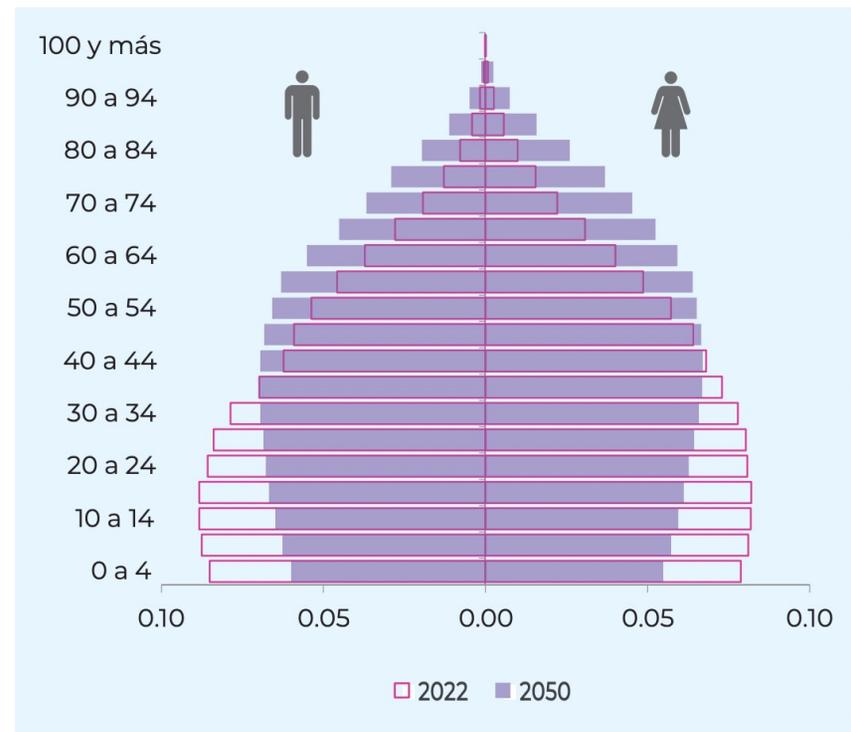
SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



Instituto Nacional
de Salud Pública

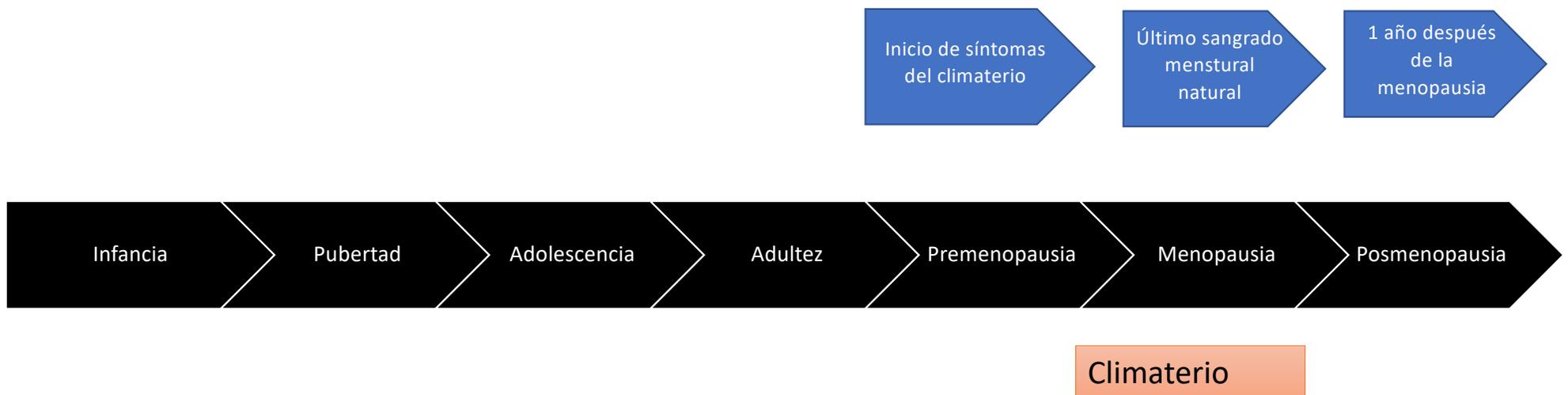
Envejecimiento poblacional: Mujeres posmenopausicas va en aumento

- Población: 130.1 millones en 2022 y pasará a 148.2 en 2050
- En 2022 estructura joven (<35 años), en 2050 la población con 40 años o más será la mayoría
- Esperanza de vida
 - 2022: 72.6 y 78.3 años (hombres y mujeres respectivamente)
 - 2050: 76.67 y 82.57 años (hombres y mujeres respectivamente)



Fuente: CONAPO, Infografía: Panorama Demográfico de México, 2022 en la Situación Demográfica de México 2022. Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/796630/SDM_Parte1_2022.pdf

Menopausia: como un continuo de las etapas vitales



- En la mayoría de la población ocurre entre los 45 y 55 años de manera natural
- Periodo esencial debido a que conlleva cambios a nivel metabólico y hormonal que pueden originar signos y síntomas que pueden afectar la salud emocional y física
- Los síntomas perimenopausicos y posmenopausicos pueden perturbar la vida personal y profesional por varios años (6-8 años)

Sintomas

Periodos irregulares	Pérdida de memoria	Dolor de articulaciones	Cambio en el deseo sexual	Sequedad vaginal
Alteraciones en el ciclo menstrual	Cambios en la textura de la piel	Sofocamientos	Fatiga	Incontinencia urinaria
	Cambios de humor	Sudores nocturnos	Dificultades al dormir/insomnio	

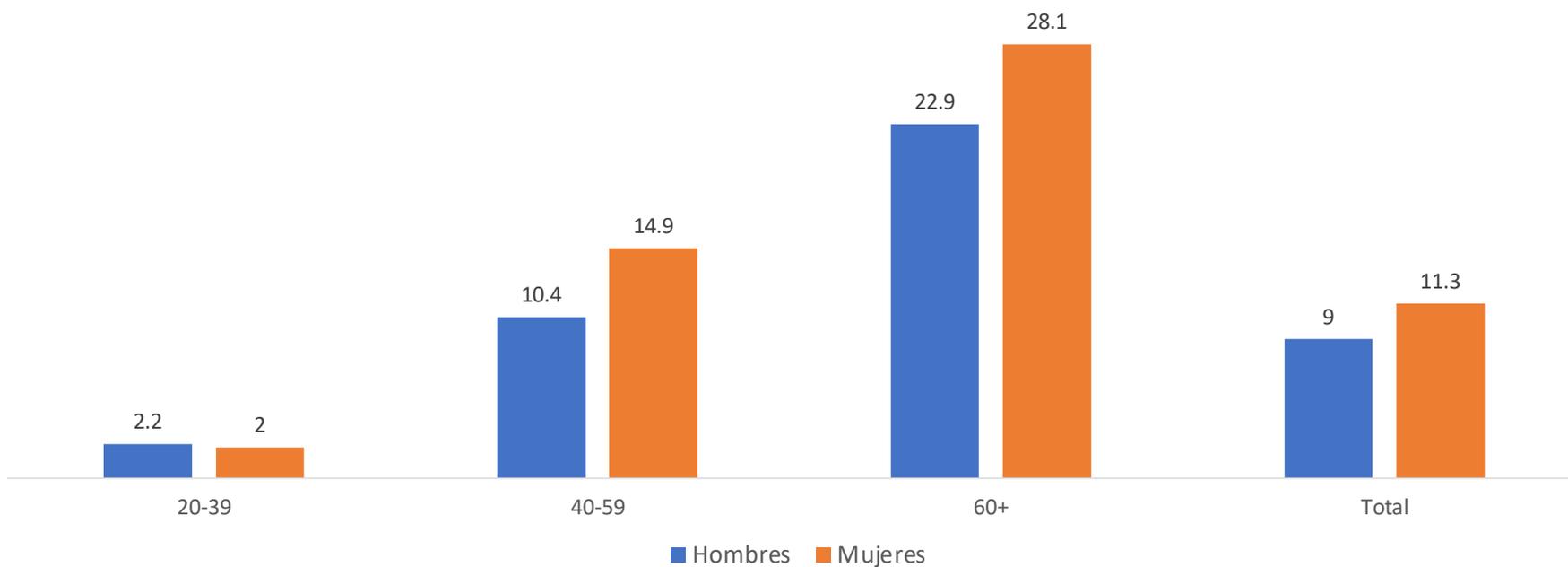
Modificaciones en el estilo de vida, ayudan con los síntomas

La premenopausia puede ofrecer una buena oportunidad de replantear la salud y el estilo de vida

- La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) permite estimar prevalencias de enfermedades crónico-degenerativas en población adulta (20 años y más)
- Información de menopausia para grupos específicos

Diabetes

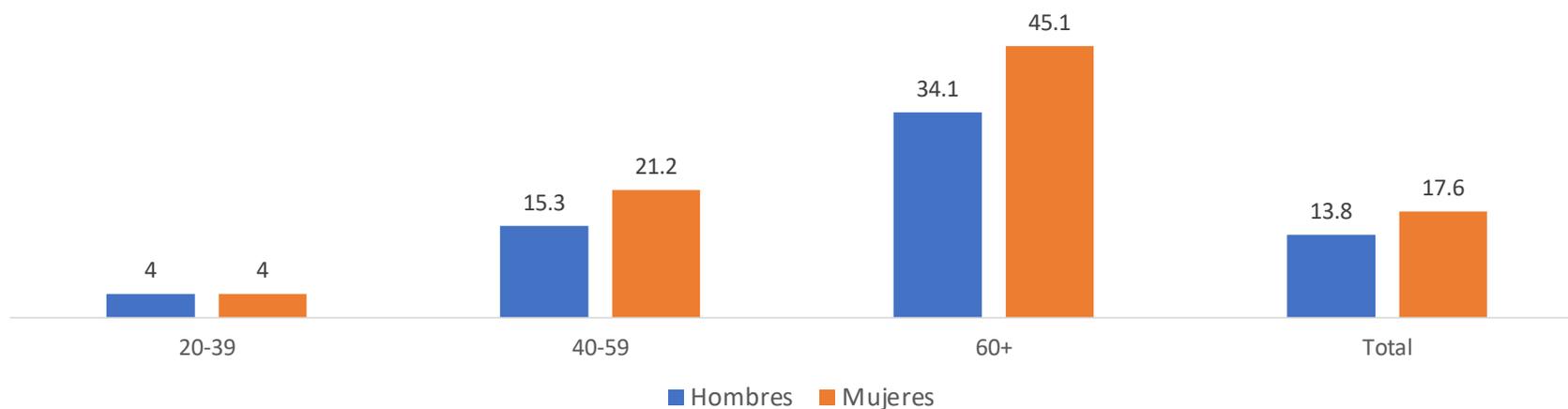
Porcentaje de adultos que reportan haber recibido un diagnóstico médico previo de diabetes. ENSANUT 2021



Fuente: Shamah-Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: INSP. https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf

Hipertensión

Porcentaje de adultos que reportan haber recibido un diagnóstico médico previo de hipertensión. ENSANUT 2021

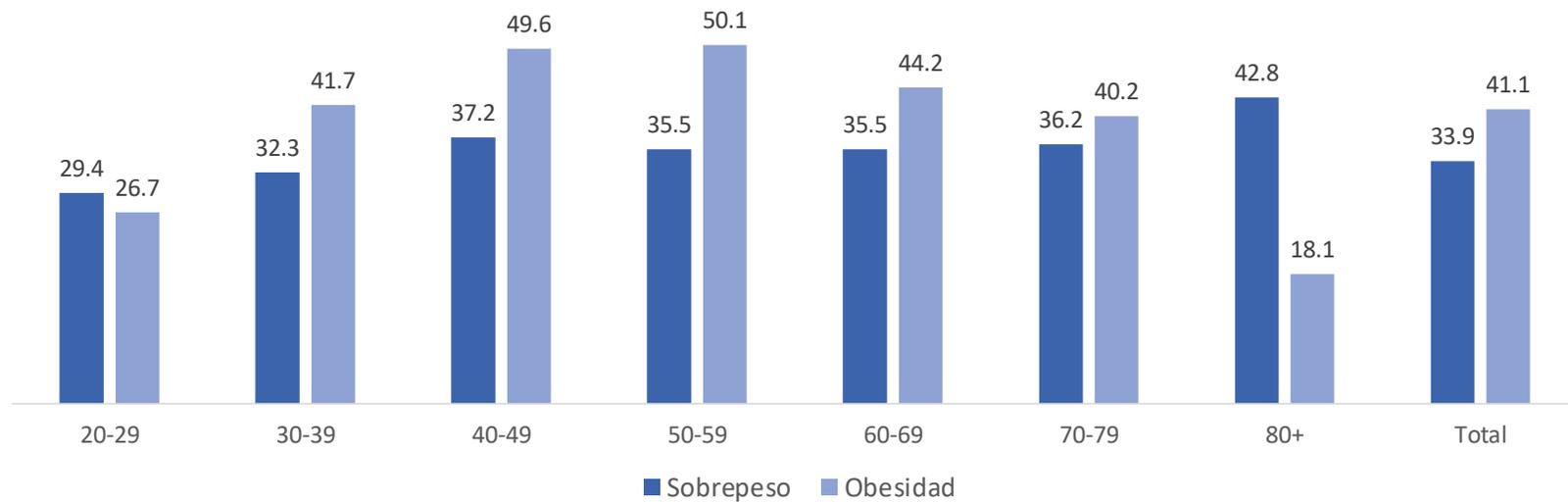


A pesar de la alta prevalencia de HTA, un alto porcentaje de la población desconoce que tiene hipertensión y su control es deficiente. La encuesta indentificó en mujeres 8.3% más por hallazgo de la encuesta.

Fuente: Shamah-Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: INSP. https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf

Sobrepeso y obesidad

Prevalencia de sobrepeso y obesidad en mujeres. ENSANUT 2021



Fuente: Shamah-Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: INSP. https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf

Otras condiciones

De las mujeres de 20 años o más:

- El 21.0% presentaron sintomatología depresiva
- 21.4% se realizó una prueba de Papanicolaou para la detección de cáncer cervicouterino durante el año previo al levantamiento de la Ensanut 2021
- 15.6% se realizó exploración clínica de senos

Fuente: Shamah-Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: INSP.

https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf

Algunos datos en poblaciones específicas

- Estudio ESMaestras: Cohorte prospectiva con la participación de más de 115 mil maestras
- Incontinencia urinaria en mujeres postmenopausicas (14%)
Mayores riesgos de incontinencia urinaria:
 - IMC >30
 - Fumadoras o exfumadoras, mayor circunferencia de cintura
 - Historia de asma, presión alta y diabetes.

Fuente: Townsend MK, Lajous M, Medina-Campos RH, Catzin-Kuhlmann A, López-Ridaura R, Rice MS. Risk factors for urinary incontinence among postmenopausal Mexican women. *Int Urogynecol J.* 2017;28(5):769-776. doi:10.1007/s00192-016-3196-0

Recomendaciones

- Fortalecer la educación en torno a la menopausia desde las primeras etapas de la vida, libre de estigma y como un continuo de la vida
- Es importante contar con información poblacional que permita realizar recomendaciones de política pública
- Identificar, evaluar y desarrollar recursos de resiliencia que permitan a las mujeres manejar mejor las etapas de la vida, tanto en la parte física como en la mental.