

Enfermería en la Salud de la Mujer

Tema 1.1. Pubertad y menopausia



Organización Mundial de la Salud (OMS)

La OMS define como adolescente al *«período de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad reproductiva, transita los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida la independencia socio económica»*.



Fisiología de la pubertad

- **Son una serie de cambios biológicos complejos con o sin impacto psicosocial.**
- **Estos cambios son:**
 - Físicos:
 - Maduración física y sexual.
 - Psicológicos:
 - Maduración emocional y psicosocial.
 - Sociales:
 - Emancipación familiar.
 - Establecimiento de lazos más estrechos con el grupo de compañeros.

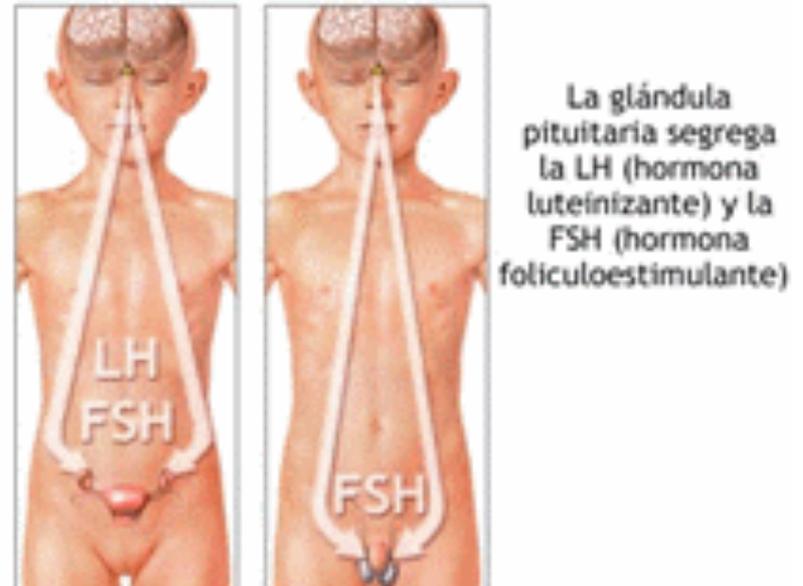
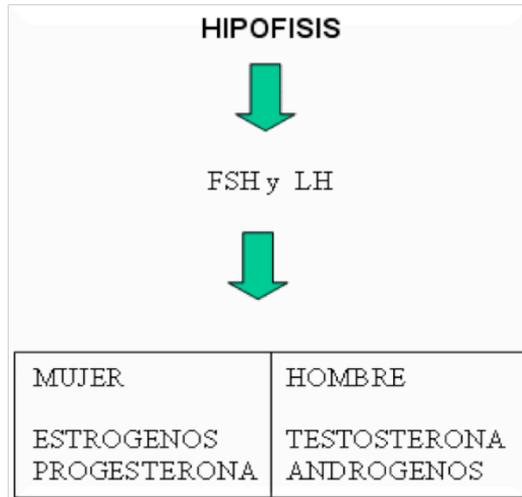
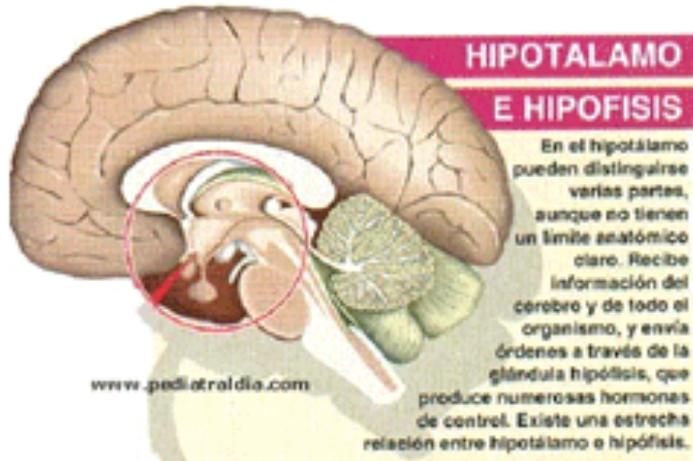
Adolescencia y pubertad

- El inicio coincide con aparición de los caracteres sexuales secundarios.
- El final es difícil de establecer no hay criterios biológicos, psicológicos o sociales objetivos para definir madurez.

Pubertad

- **Inicio:**
 - Normal 8-13 años en la mujer 9-14 años en los hombres.
- **Cambio según características:**
 - Étnicas.
 - Nutricionales.
 - Climáticas.
- **Duración promedio en ambos sexos:**
 - Entre los 4-5 años.
- **Durante la pubertad se produce:**
 - Aparición de caracteres sexuales secundarios.
 - Crecimiento rápido puberal.
 - La capacidad de procreación.
 - Cambios en la composición corporal y sistemas.

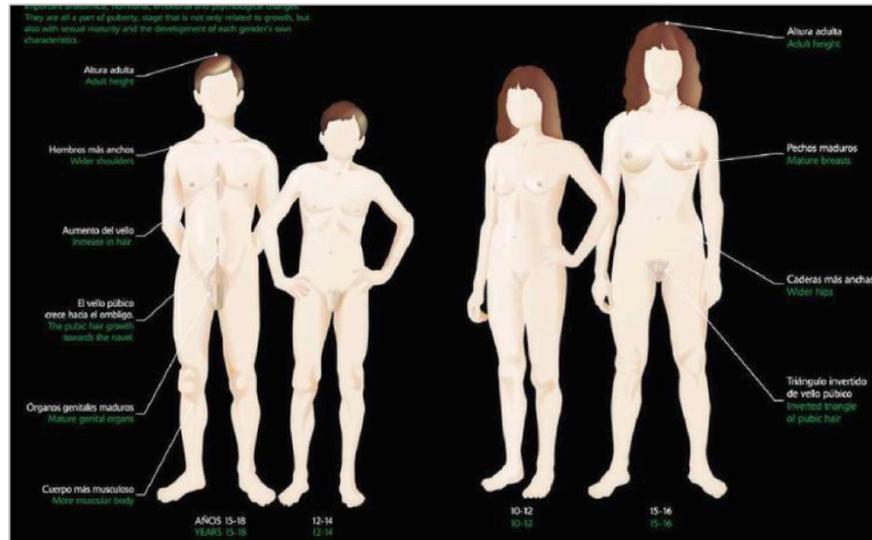
Cambios hormonales



Cambios sexuales que presenta el adolescente

Físicos

- Aparición y crecimiento de los caracteres sexuales primarios y secundarios que preparan al individuo para las relaciones sexuales coitales.
- En las mujeres el signo de madurez sexual es la menarquia y en los hombres es la presencia de semen en la orina.



Cambios sexuales que presenta el adolescente

Psicológicos

- Uno de los principales cambios que se produce tiene relación con la capacidad de aceptar y adaptarse al nuevo cuerpo.
- El adolescente se empieza a ver como ser sexuado y comienzan a interesarle las relaciones sexuales y elaborar planes aunque la mayoría de las veces no se materializan.
- Se dan muchos antagonismos que se expresan con brusquedad y radicalidad, formando parte del proceso de afirmación de la personalidad del adolescente.
- Aprende de sus emociones y límites.
- Busca su identidad. Se separa e independiza de la figura paterna.



Cambios sexuales que presenta el adolescente

Sociales

- El joven se identifica con su propio sexo (sexo identificado). Este sexo identificado necesita ser reconfirmado por los otros (por ejemplo, relaciones con pares de su mismo sexo, relaciones eróticas con el otro sexo, etc.).

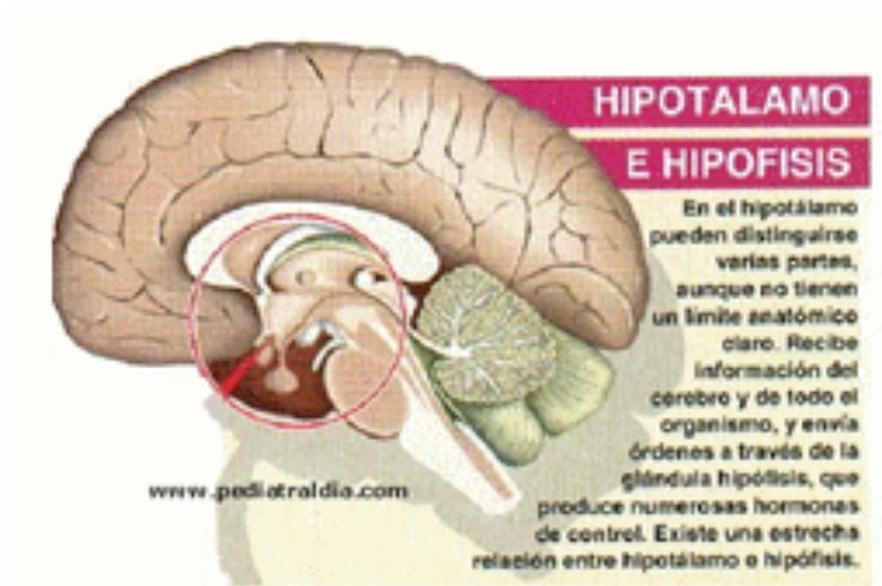
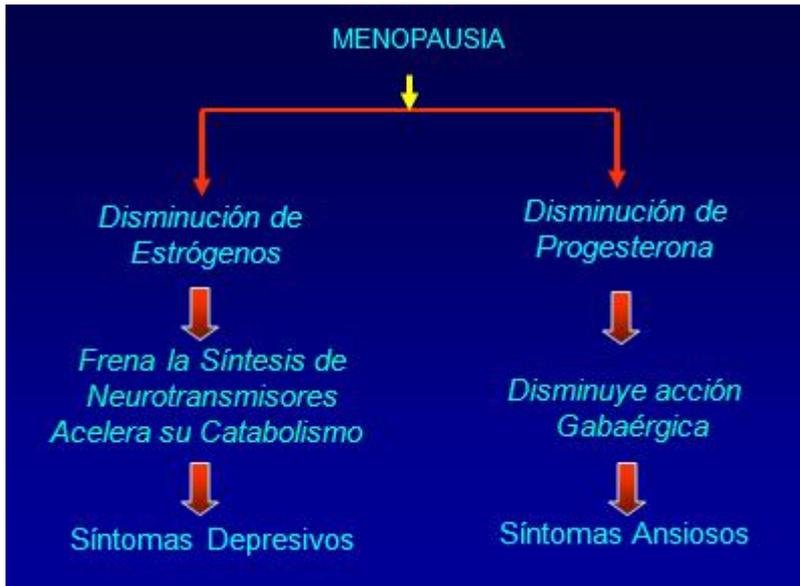


Menopausia

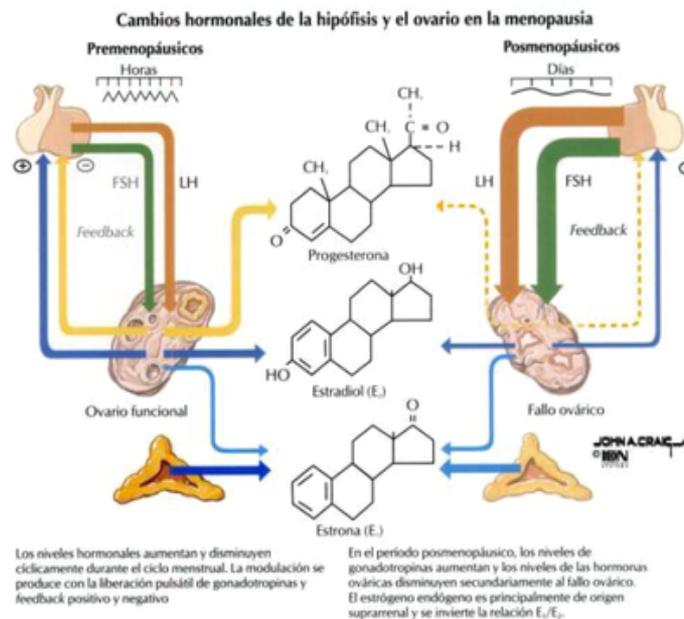
- **Inicio:**
 - Normalmente entre los 45 y 55 años de edad.
- **Cambio según características:**
 - Nutricionales.
 - Climáticas.
- **Durante la menopausia se produce:**
 - Cambios en los niveles de estrógeno y progesterona.
 - Cambios en la termorregulación.
 - Cambios en el patrón del sueño.
 - Cambios en la piel.

Cambios hormonales

Aumento de la FSH y LH



Primera fase	Segunda fase	Menopausia establecida
Inhibina ↓ FSH ↑ Estradiol N o ↓	Estradiol ↓↓↓ FSH ↑↑	Estradiol ↓↓↓ FSH ↑↑↑ FSH/LH > 1 Estrona ↑
Ciclos cortos. Proiomenorrea.	Ciclos ovulatorios y anovulatorios. Hipermenorrea.	Amenorrea.

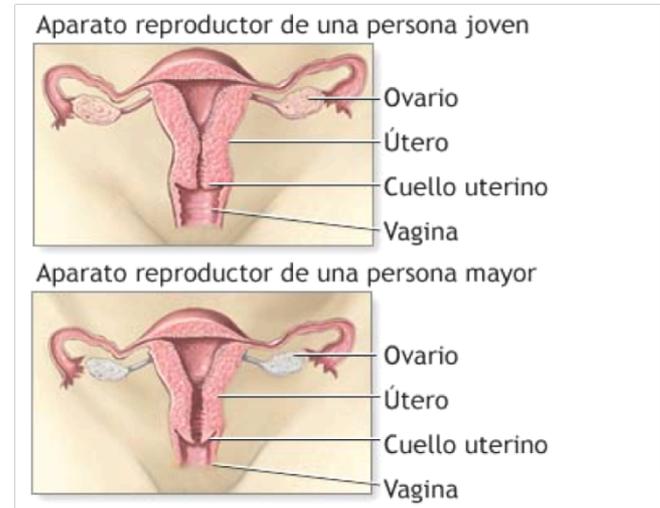


Cambios que presenta la mujer menopáusica

Físicos

• Genitales:

- En los genitales internos se produce una progresiva involución del volumen de los ovarios, las trompas de Falopio y el útero.
- Cese de la función ovárica.
- Cese de las menstruaciones.
- Disminución de la secreción de moco.
- Atrofia de la vulva y la vagina.
- Disminuyen el tejido y grasa subcutáneos, borrándose los labios mayores y menores.
- El vello púbico empieza a desaparecer.

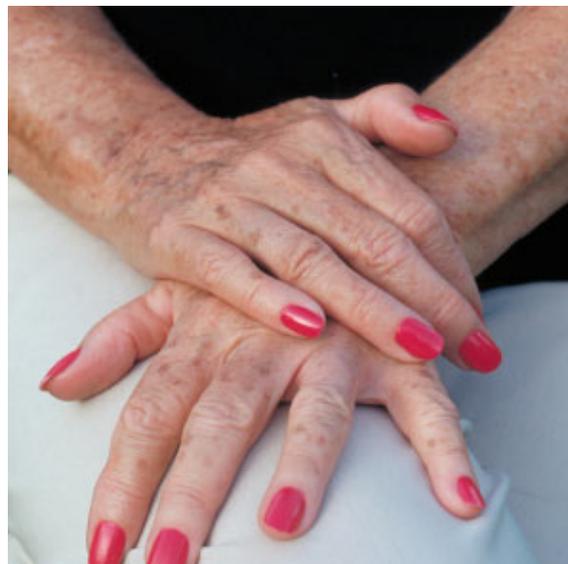


Cambios que presenta la mujer menopáusica

Físicos

• La piel y fanelas:

- La epidermis sufre una progresiva atrofia.
- En la dermis las fibras de colágeno aumentan y disminuyen las elásticas.
- Pueden aparecer manchas cutáneas, debido a una alteración en la función de los melanocitos.
- El pelo, se vuelve más fino y tiende a ralear, aparecen las canas.
- Se produce una pérdida de vello axilar y de la zona púbica y puede aumentar al vello en la cara.
- Las uñas crecen con más lentitud y se vuelven más quebradizas.



eureka.ya.com/masimong/esp/menop.html

Cambios que presenta la mujer menopáusica

Físicos

- **Cambios en el control de la temperatura y otros cambios cardiovasculares:**

- Los sofocos son el síntoma más común de la menopausia. Pueden comenzar 4 años antes de que finalice la menstruación y continuar generalmente un año o dos después de menopausia.
- Los calores son ondas repentinas de calor del cuerpo, generalmente en la cara o el pecho. Pueden ser acompañados de palpitaciones, transpiración, frialdades o sudoración nocturna. Los calores causan cambios en el control de la temperatura del cuerpo.

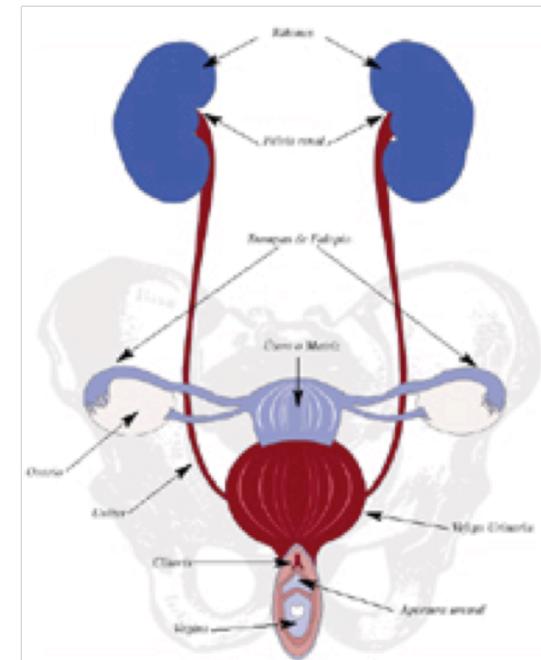


Cambios que presenta la mujer menopáusica

Físicos

• Aparato urinario:

- La vejiga sufre una atrofia.
- La musculatura pierde potencia.
- Debido a la relajación de los músculos y ligamentos pelvianos existe un mayor riesgo de cistocele.
- Mayor susceptibilidad a las infecciones (cistitis).
- En ocasiones aparecen episodios de incontinencia urinaria al hacer esfuerzos.



Cambios que presenta la mujer menopáusica

Físicos

- **Aparato locomotor:**

- Modificación en el metabolismo de los huesos debido a la bajada de los estrógenos conduciendo a la progresiva pérdida de la masa ósea. Se trata de la osteoporosis posmenopáusica.



Cambios que presenta la mujer menopáusica

Psicológicos

- Uno de los principales cambios que se produce tiene relación con la capacidad de aceptar y adaptarse al nuevo cuerpo.
- Trastornos emocionales: Drásticos e intempestivos cambios de ánimo, depresión, ansiedad y frustración.
- Dificultad de concentración y pérdida de memoria.
- Los estudios indican que muchos casos de la depresión relacionan más con las circunstancias que con la menopausia en sí misma.



Cambios que presenta la mujer menopáusica

Sociales

- Es una etapa en la que suele coincidir con que los hijos se independizan, el sentimiento de pérdida, si existe, dura muy poco tiempo y rápidamente se hacen visibles las compensaciones de una menor carga de trabajo y el disfrute de mayor tiempo para la realización de actividades postergadas. Actividades, cursos y talleres de todo tipo están llenos de mujeres de mediana edad.
- En otros sectores, la familia extensa, la vivienda compartida con los hijos y sus parejas, el hacerse cargo de la crianza de nietos, porque son las mujeres más jóvenes las que deben intentar encontrar trabajo, hacen que el sentimiento de pérdida ni aparezca. En realidad, lo que aparece más frecuentemente es la soledad como cabezas de familia para hacer frente a situaciones difíciles.

