



## LOS DOLORES MUSCULARES Y ARTICULARES, UN SÍNTOMA MENOPÁUSICO POCO IDENTIFICADO

### Por Álvaro Monterrosa-Castro

Profesor de la Facultad de Medicina. Universidad de Cartagena.  
Director Grupo de Investigación Salud de la Mujer  
[alvaromonterrosa@gmail.com](mailto:alvaromonterrosa@gmail.com)



GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
“SALUD DE LA MUJER”

El climaterio es una de las etapas vitales de la mujer que se caracteriza por irregularidad en la liberación de las hormonas ováricas y la presentación de síntomas diversos que deterioran la calidad de vida. Incluye el final de las menstruaciones, o sea la menopausia.

Aunque los síntomas menopaúsicos más ampliamente evaluados son las oleadas de calor y el síndrome genitourinario de la menopausia, estos no son los únicos. Los dolores musculares y articulares, que incluyen las artralgias, artritis y en general los dolores musculoesqueléticos, son más comunes en las mujeres, su frecuencia aumenta con la edad y al parecer están asociados o guardan relación con la menopausia.

En el Grupo de Investigación Salud de la Mujer hemos realizado un estudio de investigación, en el

**“La investigación sobre dolores musculares y articulares en afrodescendientes, fue publicada este mes por la revista científica “Obstetricia y Ginecología de Venezuela”, importante publicación latinoamericana, homologada por el Ministerio de Ciencias de Colombia.”**

cual participaron 420 mujeres afrodescendientes, con edad entre 40 y 59 años, rasgos fenotípicos y color de piel negra, hijas de padre y madre de dicha raza, nacidas y residentes en áreas urbanas y rurales de la región caribe colombiana, reconocidos como asentamiento de comunidades con ancestros africanos traídos como esclavos en la época de la colonia. Son escasos los datos en comunidades afrodescendientes que tienen influencias culturales y percepciones psicosociales que les son propias. La inclusión social de las afrodescendientes incluye el derecho a que sean estudiadas científicamente, a que se identifiquen los síntomas que más les aquejan y a recibir recomendaciones que contribuyan con la sostenibilidad de su bienestar.

A través de este estudio, encontramos que los dolores musculares y articulares fueron uno de los síntomas menopaúsicos más frecuentes (58%), solo precedido de las oleadas de calor (60%). Los menos frecuentes fueron los síntomas de sequedad vaginal y los problemas sexuales.

Al comparar síntomas menopaúsicos con otros estudios entre etnias afrodescendientes, mestizas e indígenas colombianas, hemos señalado, entre otros hallazgos, que las afrodescendientes tienen más frecuentemente dolores musculares y articulares, así como menos síntomas urogenitales, que las mestizas e indígenas.

La investigación sobre dolores musculares y articulares en afrodescendientes, fue publicada este mes por la revista científica “Obstetricia y Ginecología de Venezuela”, importante publicación latinoamericana, homologada por el Ministerio de Ciencias de Colombia. El estudio fue realizado por los doctores Álvaro Monterrosa-Castro, Geraldine Romero-Martínez y Angélica Monterrosa-Blanco, y hace parte del proyecto de investigación CAVIMEC (Calidad de vida en la menopausia y Etnias Colombianas).

Entre las mujeres estudiadas: el 82,8 % tenían obesidad abdominal, el 65,7 % padecían riesgo metabólico muy aumentado, el 20,0 % eran fumadoras y 30,7 % tenían hipertensión arterial crónica. Estas cifras ejemplifican la elevada frecuencia de dichas comorbilidades en este grupo poblacional de mujeres que se autoconsideraban como saludables y realizaban las labores cotidianas fuesen laborales o domésticas. Fueron encuestadas puerta a puerta luego de visita realizada a sus propias residencias. No se incluyeron en el estudio, las embarazadas, las que tenían discapacidad psíquica o de lectoescritura, limitaciones para la deambulación, diagnóstico de enfermedades reumatólogicas, y aquellas que tenían antecedentes de cirugía en las extremidades inferiores por lesiones congénitas o adquiridas.

Se encontró que las mujeres que informaron presentar dolores musculo articulares, tuvieron mayor circunferencia abdominal, más peso corporal, sobrepeso, riesgo metabólico muy aumentado, diabetes e hipertensión arterial, que las mujeres sin dolores musculo articulares. Además, todos los otros síntomas menopáusicos fueron más frecuentes entre las mujeres que informaron tener dolores musculares y articulares.

**“Con esta publicación contribuimos a visibilizar en mejor forma la importancia de un síntoma menopáusico, poco identificado, como son los dolores musculares y articulares.”**

Lo anterior, demuestra la necesidad imperiosa de la consulta periódica sanitaria para identificar todas aquellas condiciones médicas que son factores que llevan a enfermedad y muerte en edades superiores. Solo con la oportuna atención en la menopausia podemos llegar a tener ancianas más saludables.

Con esta publicación que hace parte de la línea de investigación “Tiempo de Menopausia”, contribuimos a visibilizar en mejor forma la importancia de un síntoma menopáusico, poco identificado como son los dolores musculares y articulares. Al tiempo hacemos énfasis en cómo se interrelacionan con otros síntomas de la menopausia, con la edad y con otras comorbilidades.



Pretendemos con el estudio poner en perspectiva la necesidad de que los dolores musculares y articulares sean valorados en etapa de climaterio y menopausia. Además, buscamos generar conciencia entre las mujeres, para que tengan presente que este síntoma de la menopausia debe ser un motivo frecuente de consulta.

Bajo la orientación de los integrantes del Grupo de Investigación, estas mujeres en posmenopausia llenan una encuesta, se les miden las hormonas tiroideas, asisten a una conferencia sobre hipotiroidismo en la menopausia y reciben orientación de acuerdo con el resultado obtenido en las pruebas realizadas.

Cabe resaltar que, todos los síntomas de la menopausia pueden ser estudiados, médicamente analizados y pueden ser suficientemente tratados, para conservar la buena calidad de vida.

También se destaca que la información derivada del estudio, que circula entre profesionales de la salud, los estimula sin distinciones de especialidad, a identificar la presencia y severidad de los dolores musculares y articulares, a escudriñarlos como un síntoma de la menopausia, a establecer su relación con otras manifestaciones y otras condiciones de salud. A diario, muchos estudios de investigación están señalando los mecanismos por los cuales las enfermedades que causan dolores musculares y articulares, guardan relación con la menopausia y las hormonas femeninas.

Con el presente proyecto de investigación adelantado en mujeres menopáusicas afrodescendientes, quienes participaron anónima y voluntariamente, recibieron información sobre la investigación y firmaron consentimiento informado, incrementamos nuestros aportes y publicaciones en el marco del decenio de la afrodescendencia (2015-2024) que fue declarado por las Naciones Unidas para estimular el reconocimiento, justicia y desarrollo para una etnia que ancestralmente ha sido sometida y discriminada.

En la siguiente tabla entregamos las cifras porcentuales de los distintos síntomas menopáusicos en todas las mujeres estudiadas, así como la comparación de los síntomas menopáusicos de acuerdo con o sin la presencia de dolores musculares y articulares.

Síntomas Menopáusicos, datos porcentuales	Todas las mujeres estudiadas N= 42	Sin dolores musculares y articulares N=177 (42.1%)	Con dolores musculares y articulares N=243 (57.9%)
<b>Oleadas de calor</b>	<b>59,7</b>	<b>38,9</b>	<b>74,9</b>
<b>Palpitaciones cardiacas</b>	<b>35,2</b>	<b>12,4</b>	<b>51,8</b>
<b>Problemas para dormir</b>	<b>35,7</b>	<b>15,2</b>	<b>50,6</b>
<b>Estado de ánimo depresivo</b>	<b>26,6</b>	<b>3,9</b>	<b>43,2</b>
<b>Irritabilidad</b>	<b>20,9</b>	<b>4,5</b>	<b>32,9</b>
<b>Ansiedad</b>	<b>20,0</b>	<b>6,2</b>	<b>30,0</b>
<b>Agotamiento físico/mental</b>	<b>19,5</b>	<b>7,3</b>	<b>28,4</b>
<b>Problemas sexuales</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>10,7</b>
<b>Problemas urinarios</b>	<b>21,4</b>	<b>16,9</b>	<b>24,6</b>
<b>Sequedad vaginal</b>	<b>4,05</b>	<b>0,5</b>	<b>6,58</b>

El presente Blog hace parte del proceso de formación en escritura científica para los integrantes del Grupo de Investigación Salud de la Mujer.

Para más información:  
[saluddelamujer@unicartagena.edu.co](mailto:saluddelamujer@unicartagena.edu.co)  
 Síguenos en nuestras redes sociales:  
[@saluddelamujer](https://www.instagram.com/saluddelamujer)



**Universidad de Cartagena**  
 Fundada en 1827