

GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
**“SALUD DE LA MUJER”**

Pereira | 21 al 23  
2019 | marzo  
Hotel Movich de Pereira

Conflicto de interés: ninguno que declarar



ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25 años

# CARACTERÍSTICAS DEL SUEÑO EN MUJERES CLIMATÉRICAS CON OLEADAS DE CALOR RESIDENTES EN EL URABÁ ANTIOQUEÑO



**Parra-Almeida Sally, Monterrosa-Castro  
Álvaro, Monterrosa-Blanco Angélica (\*)  
Grupo de Investigación Salud de la Mujer  
Facultad de Medicina  
Universidad de Cartagena  
Colombia**

**Pereira | 21 al 23**  
**2019 | marzo**  
*Hotel Movich de Pereira*

**(\*) Internado. Universidad de la Sabana. Chía. Cundinamarca**



ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25  
años



ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25 años

"De las hormonas a la integración  
general de la salud femenina"



## INTRODUCCIÓN



**OBJETIVO: Evaluar las Características del Sueño en Mujeres Climatéricas del Urabá Antioqueño Según la Presencia de Oleadas de Calor.**



ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25 años

*"De las hormonas a la integración  
general de la salud femenina"*



## METODOLOGÍA

**Estudio Transversal**  
**Aprobación Comité**  
**Ética**

**Mujeres**  
**Afrodescendientes**  
**40-59 años**

**Residentes**  
**Urabá**  
**Antioqueño**

**Participación**  
**Voluntaria**  
**Consentimiento**  
**Informado**

**Análisis**  
**Epi-Info 7**

**Tamaño Muestra 380**  
**Heterogeneidad 50%**  
**Margen Error 5%**  
**IC95%**

- **Características Sociodemográficas**
  - **Menopause Rating Scale (MRS)**
    - **Escala de Atenas**
  - **Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh (ICSP)**



## MENOPAUSE RATING SCALE (MRS)

Sofocos, Sudoración

Molestias Cardiacas

Trastornos del Sueño

Molestias  
Musculares/Articulares

Estados de Ánimo Depresivo

Irritabilidad

Ansiedad

Cansancio Físico y Mental

Problemas Sexuales

Problemas de Vejiga  
(incontinencia)

Sequedad Vaginal

*"De las hormonas a la integración  
general de la salud femenina"*



## ESCALA DE ATENAS

Inducción del Dormir

Despertares en la  
Noche

Despertar más  
Temprano

Duración Total

Calidad

Bienestar en el Día

Funcionamiento Diurno

Somnolencia Diurna

**>5/21: Insomnio**

## ÍNDICE DE PITTSBURGH

Calidad

Latencia

Duración

Eficiencia

Perturbaciones

Uso Medicación  
Para Dormir

Disfunción diurna

**≥5/24: Mal dormir**



*"De las hormonas a la integración general de la salud femenina"*

Característica Sociodemográficas	Población Total N = 461	Sin Oleadas de Calor N =93 (20.2%)	Con Oleadas de Calor N =368 (79.8%)	P
Edad	50.0± 9	47.1±5.3	51.0±5.1	<0.01
IMC	27.7 ± 4.5	27.4±4.5	27.7±4.5	0.58
Estudios	8.3 ± 4.2	10.4±4.4	7.8±4.0	<0.01
Tazas de Café	2.8 ± 1.2	1.5±1.7	1.8±1.6	0.05
Pareja Sexual	369 (76.04) [76,04 -86.54]	81(87.10) [78.55-93.15]	288(78.26) [73.77-82.17]	0.05
Fumar Actualmente	77 (16.70) [13.48-20.50]	10(10.75) [5.28-18.89]	67 (18.21) [14.60-22.47]	<0.01
Terapia Hormonal	54 (11.71) [ 8.99-15.09]	4 (4.30) [1.18-10.65]	50(13.59) [10.46-17.47]	0.01
Hipertensión Arterial	188(40.78) [36.28-45.43]	15 (16.13) [9.32-25.20]	173(47.01) [41.97-52.11]	<0.01
Diabetes Mellitus	109 (23.64) [19.89 -27.84]	7 (7.53) [3.08-14.90]	102(27.72) [23.39-32.50]	<0.01





*"De las hormonas a la integración general de la salud femenina"*



Característica Sociodemográficas	Población Total N = 461	Sin Oleadas de Calor N =93 (20.2 %)	Con Oleadas de Calor N =368 ( 79.8%)	P
Premenopausia	164 (35.57) [31.24-40.16]	62(66.67) [56.13-76.11]	102(27.72) [23.39-32.50]	<b>&lt;0.01</b>
Perimenopausia	70(15.10) [12.30-19.10]	9(9.68) [4.52-17.58]	61(16.58) [13.13-20.72]	
Postmenopausia	227(49.33) [44.38-53.68]	22(23.66) [15.46-33.60]	205(55.71) [50.60-60.70]	
Obesidad	340 (73.8) [69.4-77.6]	68 (73.1) [62.9-81.7]	272 (73.9) [69.2-78.1]	<b>0.87</b>





ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25 años

*"De las hormonas a la integración  
general de la salud femenina"*



<b>ESCALA DE ATENAS (Mayor Puntuación Peor)</b>	<b>Sin Oleadas de Calor n=93 (20.2%)</b>	<b>Con Oleadas de Calor n=368 (79.8%)</b>	<b>p</b>
<b>Inducción</b>	<b>0.44±0.6</b>	<b>0.67±0.6</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Despertares Durante la Noche</b>	<b>0.47±0.6</b>	<b>0.89±0.6</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Despertar Más Temprano</b>	<b>0.30±0.4</b>	<b>0.66±0.5</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Duración Total</b>	<b>0.38±0.5</b>	<b>0.47±0.6</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Calidad General del Dormir</b>	<b>0.39±0.6</b>	<b>0.54±0.5</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Sensación de Bienestar en el Día</b>	<b>0.32±0.5</b>	<b>0.51±0.5</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Funcionamiento Físico/Mental Día</b>	<b>0.25±0.4</b>	<b>0.47±0.5</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Somnolencia</b>	<b>0.47±0.6</b>	<b>0.85±0.5</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Puntuación Total</b>	<b>3.02±6.6</b>	<b>5.06±3.4</b>	<b>&lt;0.01</b>





ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25  
años

“De las hormonas a la integración  
general de la salud femenina”



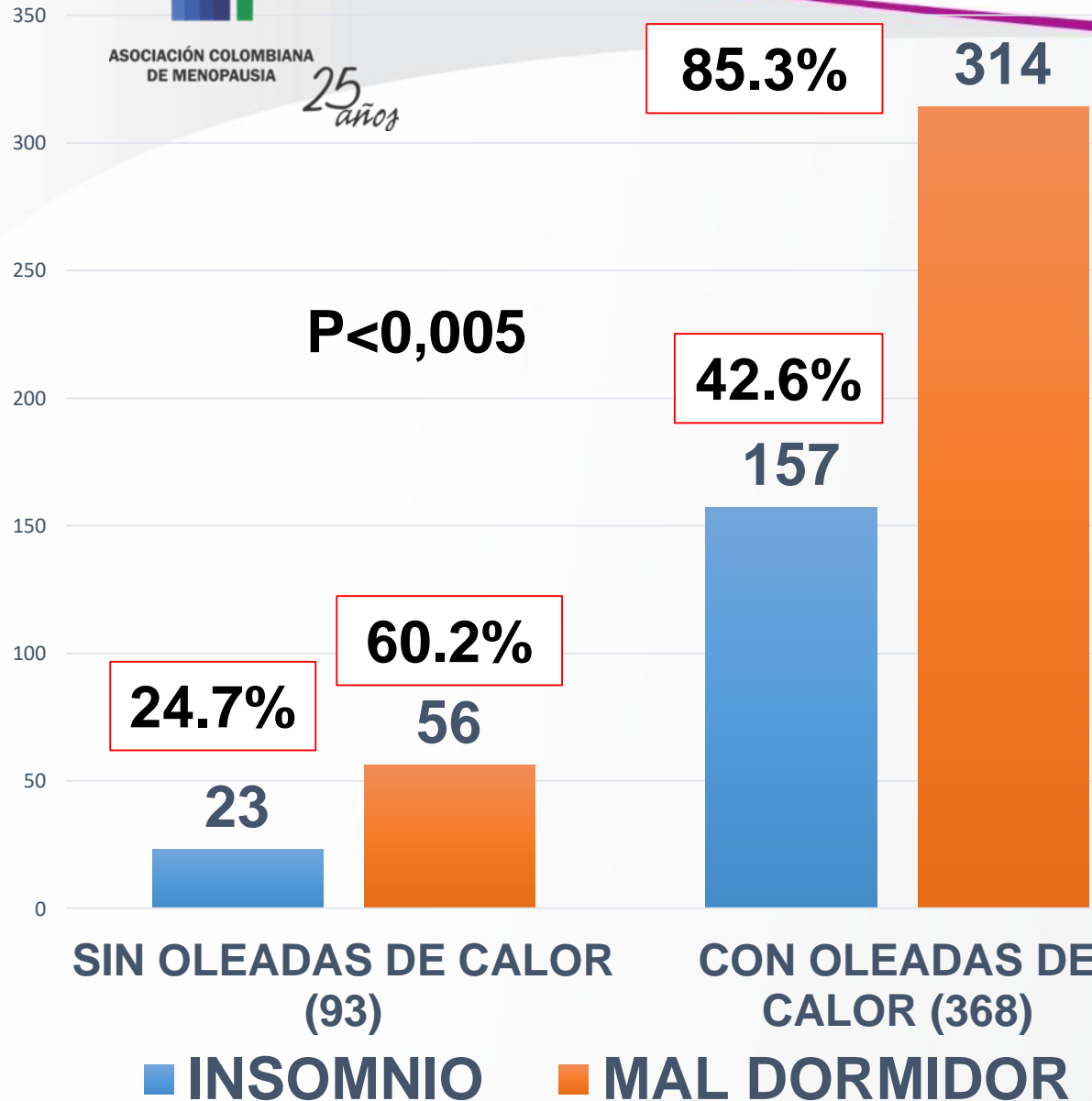
ESCALA DE PISTBURGH (Mayor Puntuación Peor)	Sin Oleadas de Calor n=93 (20.2%)	Con Oleadas de Calor n=368 (79.8%)	p
<b>Calidad</b>	<b>0.38±0.60</b>	<b>0.50±0.33</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Latencia</b>	<b>1.07±0.78</b>	<b>1.29±0.60</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Duración</b>	<b>1.03±0.78</b>	<b>1.11±0.83</b>	<b><u>0.36</u></b>
<b>Eficiencia</b>	<b>0.63±0.89</b>	<b>0.74±0.96</b>	<b><u>0.32</u></b>
<b>Perturbación</b>	<b>0.79±0.56</b>	<b>1.37±0.59</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Medicación Dormir</b>	<b>0.23±0.55</b>	<b>0.53±0.74</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Disfunción Diurna</b>	<b>0.80±0.72</b>	<b>1.10±0.64</b>	<b>&lt;0.01</b>
<b>Puntuación Total</b>	<b>5.46±2.68</b>	<b>7.14±6.93</b>	<b>&lt;0.01</b>



ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE MENOPAUSIA

25 años

"De las hormonas a la integración general de la salud femenina"



Factor Asociado al Dormir	INSOMNIO	MAL DORMIR
	OR [IC95%]	
Oleadas de calor	2.20 [1.35-3.78]	3.48 [2.31-6.37]



ASOCIACIÓN COLOMBIANA  
DE MENOPAUSIA

25 años

"De las hormonas a la integración  
general de la salud femenina"



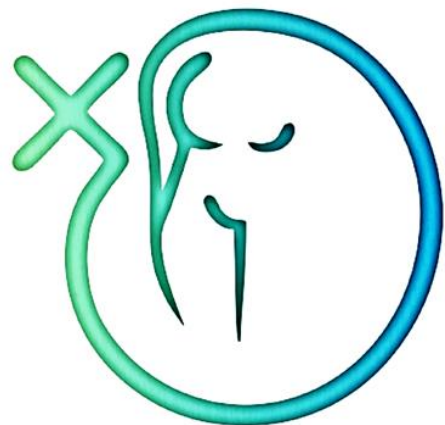
## CONCLUSION

**Un Grupo de Mujeres Afrodescendientes del Urabá Antioqueño Colombiano con Oleadas de Calor tuvieron Peores Características del Dormir (Insomnio y Mal Dormir) que Otras Libres de Oleadas de Calor**





[www.grupodeinvestigacionsaluddelamujer.com.co](http://www.grupodeinvestigacionsaluddelamujer.com.co)



GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
“SALUD DE LA MUJER”