

SEXUALIDAD Y MENOPAUSIA EN MUJERES MAYORES DE 39 AÑOS

Carla Castañeda, J. Castillo, F. Lazo, R. Gutiérrez, M. Medina, M. Casas

RESUMEN

OBJETIVO: Determinar las características de la sexualidad en mujeres mayores de 39 años en una región de la selva peruana. **MATERIAL Y MÉTODOS:** Encuesta de 25 preguntas sobre sexualidad, con alternativas puntuales múltiples, anónima y voluntaria, a 145 mujeres > 40 años. **RESULTADOS:** Ciento veinte mujeres resolvieron adecuadamente la encuesta. El 78,3% era menopáusica; 45,8% hace dos años que no disfrutaba el sexo con su pareja, lo que se correlacionó con la edad > 60. Quienes todavía gustaban del sexo eran casadas o convivientes y generalmente < 50 años. Los factores asociados a no disfrutar del sexo, fueron falta de deseo y dispareunia. El 38,3% deseaba que su vida sexual fuera como antes. Hubo una estrecha relación entre la falta de deseo y la respuesta negativa a esta pregunta ($p < 0,001$). **CONCLUSIONES.** Las mujeres de Lamas dejaron de encontrar placer sexual entre los 50 y 60 años. Para la vida sexual, el hecho de menstruar no se asoció con el placer sexual. Quienes tuvieron una vida sexual adecuada, deseaban seguir teniendo una buena sexualidad, factor incluso más importante que la edad.

Palabras clave: Sexualidad, menopausia.

Ginecol Obstet (Perú) 2000; 46 (3): 1

SUMMARY

OBJECTIVE: To determine sexuality characteristics in Peruvian jungle women older than 39 year-old. **MATERIAL AND METHODS:** 25-question survey on sexuality, with punctual alternatives, anonymous and voluntary, to 145 women over 40 year-old. **RESULTS:** 120 women responded adequately; 78,3% was menopausal; 45,8% did not have sex with his couple for two years, fact correlated with age > 60. Those who still enjoyed sex were

married or lived together and were usually < 50 year-old. Factors associated to not enjoying sex were lack of desire and dyspareunia; 38,3% wished sexual life would be as before. Lack of libido was related to a negative answer to this question ($p < 0,001$). **CONCLUSIONS:** Lamas women stopped enjoying sexual pleasure at age 50 to 60. For sexual life, the fact of menstruating was not associated to sexual pleasure. Those who had adequate sexual life wished to continue enjoying good sexuality, factor that was even more important than age.

Key words: Sexuality, menopause.

Ginecol Obstet (Perú) 2000; 46 (3): 1

INTRODUCCIÓN

La menopausia constituye una etapa de la vida que trae una serie de cambios, no solamente desde el punto de vista orgánico, sino también en las esferas psicológica e intelectual. Además, muchos de los fenómenos orgánicos se traducen en condiciones del estado de ánimo y de diversa índole, que pueden pasar a formar un círculo vicioso del que resulta difícil salir a muchas mujeres.

Los fenómenos relacionados a la esfera reproductiva son, de lejos, el punto álgido para la mayoría de las mujeres que entran en la menopausia, génesis de los trastornos emocionales del problema subconsciente que significa para ellas la pérdida de la capacidad reproductiva que fue lo que durante casi toda su vida las identificó como mujeres. Pero esta misma alteración en la capacidad reproductiva puede muchas veces generar otro tipo de afecciones de naturaleza psicossomática



que se traduce en problemas con su vida sexual. Si a esto le agregamos que habrá fenómenos endocrinológicos asociados también a la alteración de sus niveles hormonales, como por ejemplo la sequedad que empieza a experimentar el epitelio de la mucosa vaginal y, además, la posibilidad que su pareja sexual esté también atravesando por una etapa de disfunción de la capacidad sexual, veremos que son muchos los problemas que pueden padecer las mujeres de este grupo de edad (a partir de los 40 años) en la órbita de su vida sexual.

Este estudio tuvo como objetivo determinar las características de la sexualidad en un grupo de mujeres en edad peri- o posmenopáusica, a fin de conocer cuáles eran sus principales problemas en lo referente a la vida sexual, cómo había sido su vida sexual en los últimos años, a qué atribuye la disminución en la intensidad de su vida sexual y cuáles son sus expectativas en esta área para el futuro inmediato y mediano.

Las respuestas ofrecidas por la población aquí estudiada nos ayudarán a comprender más esta esfera de la vida que muchas veces es dejada de lado en la mayoría de estudios de personas de dicha edad.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó una encuesta de 25 preguntas, con alternativas puntuales múltiples, de carácter anónimo y voluntario a un grupo de 145 mujeres de edades a partir de los 40 años. Las preguntas abarcaban, además de los datos de filiación, los temas de estado actual y características de su menstruación, inicio de relaciones sexuales, obtención de placer sexual, opinión acerca de la menstruación, cambios de conducta sexual, expectativas acerca de su sexualidad para el futuro y otros aspectos menores.

Del total de 145 encuestas realizadas, se descartó 25 por encontrar que habían sido llenadas erróneamente, viciadas o con muchas respuestas incompletas o incongruentes.

Se comparó los aspectos fundamentales en lo referente a vida sexual, edad y expectativas para su vida sexual en el futuro.

Para el análisis, los datos fueron tabulados utilizando el software Microsoft Excel v. 97 y Microsoft Word para la redacción del informe final.

RESULTADOS

Del total de 120 mujeres que resolvieron adecuadamente la encuesta entregada, 28 (23,3%) tenían entre 40 y 49 años, 47 (39,2%) entre 50 y 59 años, 41 (34,2%) entre 60 y 69 años, tres (2,5%) entre 70 y 79 años y uno (0,8%) tenía 83 años.

En lo referente al grado de instrucción, 69 (57,5%) tenían primaria completa, 19 (15,8%) secundaria completa, 26 (21,7%) educación superior y 6 (5%) no tenían estudios. El mayor número se trataba de mujeres casadas, 64 (53,3%), seguido de 29 solteras (24,2%), 12 viudas (10,0%); 10 divorciadas (8,3%) y cinco convivientes (4,2%). Del total, 93 (77,5%) referían ser amas de casa y las 27 restantes (22,5%) trabajaban de modo independiente o para alguna empresa.

El 78,3% (94 mujeres) ya había entrado a la menopausia y el restante 21,7% (26 mujeres) refería aun menstruar. De las 26 mujeres que aún menstruaban, 19 mencionaron que ya presentaban irregularidades en su ciclo menstrual y las siete restantes comunicaron ciclos regulares. Entre quienes respondieron la pregunta de edad de inicio de las relaciones sexuales, la edad promedio fue $21,7 \pm 2,2$ años, y entre quienes contestaron a la pregunta de número de compañeros sexuales a lo largo de toda su vida, 90% mencionó que había sido uno o dos.

Con relación a su vida sexual, 45,8% ($n=55$) indicó que hace dos años ya no disfrutaba de las relaciones con su pareja y el 54,2% ($n=65$) restante aún las disfrutaba. Al correlacionar estas respuestas con la edad, encontramos que de las 75 mujeres con menos de 60 años, 52 disfrutaban el sexo con su pareja hace un año y de las 45 mayores de 60 años, sólo 13 todavía lo disfrutaron hace dos años; las 32 restantes ya no lo disfrutaban ($p=0,000167$, corrección de Yates: 0,0000386). El grado de instrucción, el estado civil y la ocupación no se correlacionaron con el hecho de haber disfrutado o no de sus relaciones sexuales dos años antes de la encuesta.

Ante la pregunta de si actualmente disfruta de sus relaciones sexuales, encontramos que 71 mujeres comunicaron que ya no gustaban de sus relaciones sexuales y a 49 todavía les resultaban placenteras. El hecho de disfrutar en la actualidad



de sus relaciones sexuales se correlacionó de modo estrecho con el estado civil: las 49 mujeres que actualmente disfrutaban del sexo eran todas casadas o convivientes, mientras que de las 71 mujeres que referían ya no disfrutar de sus relaciones sexuales, 51 eran solteras, divorciadas o viudas y las 20 restantes casadas ($p < 0,00001$, altamente significativo). El hecho de disfrutar de sus relaciones sexuales no se correlacionó con la edad si se tomaba como punto de corte los 60 años, pero al considerar como valor crítico de edad los 50 años, sí hubo significación estadística: de las 28 mujeres menores de 50 años, 19 disfrutaban y nueve no disfrutaban del sexo, mientras que de las 92 mujeres de 50 años o más, 30 no disfrutaban y 62 sí ($p = 0,00089$, corrección de Yates: 0,00191). El grado de instrucción y la ocupación tampoco tuvieron influencia sobre esta respuesta.

De las 94 mujeres que referían ya no menstruar, a 37 no les gustaría menstruar nuevamente, a 34 sí les gustaría menstruar nuevamente y a las 23 restantes les resultaba indiferente. Esta respuesta no se correlacionó con la edad, el grado de instrucción, estado civil, ocupación ni con el hecho de si disfrutaban o no de sus relaciones sexuales. Al preguntar a las mujeres que ya no menstrúan si disfrutaban actualmente de las relaciones sexuales con su pareja, las que seguían disfrutando de su vida sexual tenían más probabilidades de ser más jóvenes (edades entre 40 y 49), mientras que aquellas que ya no disfrutaban del sexo estaban más en el grupo de 60 a 69 años ($p < 0,05$).

Los principales factores asociados al hecho de no disfrutar de las relaciones sexuales con su pareja como antes, fueron la falta de deseo sexual y el dolor al realizar el acto sexual. Aquí no hubo correlación estadísticamente significativa con ninguno de los factores anteriormente evaluados, aunque el dolor al realizar el acto sexual se observó con una ligera diferencia más frecuentemente entre aquellas mujeres de mayor edad en comparación con el promedio de edad de las que ya no tenían el mismo apetito sexual.

Al preguntar a qué atribuyen el cambio de conducta sexual con su pareja, solamente ocho mujeres respondieron que lo atribuían a cambios hormonales. De ellas, la mayoría tenía un nivel educativo primario y sólo dos eran profesionales. Treinticuatro

respondieron que se trataba de cambios psicológicos; este grupo correspondió casi exactamente a las mujeres que hace dos años disfrutaban de su vida sexual y actualmente ya no, indistintamente del grado de instrucción o estado civil. De las 23 mujeres que atribuyeron el cambio de conducta sexual con la edad, la mayoría pertenecían a grupos de edad más avanzada (60 a 69 años). Entre quienes consideraron que el problema era una enfermedad (17 mujeres), las opiniones fueron diversas; incontinencia urinaria, histerectomía previa, infecciones vaginales o la creencia que la misma menopausia constituye una enfermedad. Aquí sí hubo correlación con el grado de instrucción: cinco de las siete mujeres que consideraban a la menopausia como enfermedad, tenían sólo educación primaria o ningún nivel educativo.

De las 120 encuestadas, 46 (38,33%) desearían que su vida sexual fuera como antes, 52 (43,33%) no lo desearían y a 22 (18,33%) les resulta indiferente. Hubo una estrecha relación entre la falta de deseo sexual y la respuesta negativa a esta pregunta ($p < 0,001$). No hubo relación entre el querer volver a tener vida sexual activa y el estado pre o posmenopáusico, grado de instrucción y edad. Acerca de la predisposición a recibir ayuda para que su vida sexual mejore, la gran mayoría de quienes contestaron que sí les gustaría recibir ayuda para mejorar su vida sexual eran quienes ante la pregunta anterior respondieron que les gustaría que su vida sexual fuese como antes.

En lo referente a las características físicas externas, 53 (44,2%) refirieron mantener su mismo peso, 42 (35,0%) refirieron haber aumentado de peso y 25 (20,8%) habían perdido peso. El aumento de peso se correlacionó con el cese de la menstruación ($p = 0,0023$), mas no así con el hecho de ya no disfrutar de las relaciones sexuales, grado de instrucción ni estado civil. La mayoría (70%, $n = 84$) refiere que su arreglo personal se mantiene igual, 28 (23,33%) que ha mejorado y ocho (6,67%) que ha empeorado; no se encontró relación entre el mantener o mejorar el arreglo personal con ninguna de las otras variables. Entre quienes refirieron un empeoramiento de su arreglo personal, se encontraban en su mayoría personas de edad avanzada, diferencia estadísticamente no significativa por el reducido número de personas.



Ante la pregunta de quiénes tienen derecho a la satisfacción sexual con su pareja, la mayoría (75,8%, n= 91) contestaron que era un derecho de toda mujer, independientemente de la menstruación. Hubo 17 que contestaron que era derecho de las mujeres que aún menstruaban; de ellas, la mayoría (14) era mujeres que ya no menstruaban y que manifestaban no desear que su vida sexual vuelva a ser como antes.

Con respecto de las relaciones extramatrimoniales, sólo nueve mujeres consideraron que su vida sexual sería más satisfactoria si tuviesen una relación extramatrimonial. Se trataba de mujeres solteras en su mayoría (6), dos divorciadas y una viuda, sin tendencia hacia determinado grado de instrucción o edad. Por otro lado, 13 mujeres aceptarían que su esposo tenga una relación extramatrimonial debido a que ellas ya no resultaban atractivas para sus esposos; aunque siete de ellas eran solteras y ocho ya no deseaban que su vida sexual fuese como antes; esta respuesta tampoco se correlacionó con ninguno de los otros indicadores.

CONCLUSIONES

La población estudiada corresponde a un grupo de clase media o media-baja, que en poco más del 50% estudiaron sólo hasta el nivel primario. El estado civil de esta población también se corresponde aproximadamente con el de la población general a esa edad: algo más de la mitad casadas, la cuarta parte de solteras y el resto viudas, divorciadas y convivientes; la mayoría de ellas amas de casa; en más de las tres cuartas partes, menopáusicas, con un inicio de vida sexual alrededor de los 22 años y un 90% con sólo uno o dos compañeros sexuales a lo largo de toda su vida.

Con relación a su vida sexual, el punto de corte de edad a partir del cual las mujeres referían ya no disfrutar del sexo con su pareja hace dos años fue de 60 años y el punto crítico de edad a partir del cual referían todavía disfrutar del sexo con su pareja no fue de 60 sino de 50 años. Esto nos lleva a pensar que el momento en el que las mujeres dejan de encontrar placer en la vida sexual está entre los 50 y 60 años; por otro lado, eran las mujeres casadas o convivientes las que reporta-

ban seguir encontrando placer en el sexo, pero esta respuesta probablemente se vea sesgada por el hecho que las mujeres solteras o divorciadas no reconozcan la vida sexual que podrían potencialmente tener. Resulta interesante ver que el grado de instrucción y la ocupación tampoco tuvieron influencia sobre la respuesta a la pregunta referida al goce sexual actual.

Para la vida sexual, el hecho en sí de menstruar no se asoció con el placer sexual. La correlación encontrada entre el goce sexual en las posmenopáusicas es atribuible completamente a la edad, donde nuevamente observamos que son las más jóvenes las que tienen mejor vida sexual.

El no disfrutar de las relaciones sexuales con su pareja como antes, se relacionó estrechamente a la falta de deseo sexual y el dolor al realizar el coito; aunque se esperaba encontrar correlación entre la falta de apetito sexual y algún otro factor, sólo se observó una tendencia a mayor dispareunia entre las mujeres mayores, lo que muy probablemente se explique por la sequedad de la mucosa vaginal secundaria a las alteraciones hormonales.

Encontramos que en general, para el punto de vista de la mujer, los cambios en el apetito sexual no tienen un trasfondo endocrino (independientemente de su nivel cultural) sino que lo atribuyen a la esfera psicológica, y el hecho que quienes así lo consideraban eran las mujeres que hace dos años disfrutaban de su vida sexual y actualmente ya no, nos orienta a pensar a que se trata de mujeres que en realidad están atravesando por problemas emocionales de diversa índole, incluso probablemente problemas asociados a los trastornos mismos de la menopausia. Las mujeres de edad más avanzada (cerca de 70 años) ya atribuían el problema propiamente a la edad, es que en su caso lo más probable es que su esposo también haya pasado por el climaterio y muestren cierta resignación natural de renuncia a la sexualidad.

Definitivamente, quienes manifestaban falta de deseo sexual ya no mostraban intenciones de volver a disfrutar de su sexualidad y el hecho que esto haya sido independiente de la edad nos dice que aquellas mujeres que tuvieron una vida sexual adecuada, que les resultase agradable,



deseaban también seguir teniendo una buena sexualidad, factor que sería entonces incluso más importante que el grado de instrucción e incluso la edad para la predisposición de la mujer a continuar disfrutando del sexo. Cuando se les planteaba la posibilidad de ofrecerles ayuda para mejorar su sexualidad, se observó una buena disposición a recibir ayuda especializada entre quienes deseaban que su vida sexual fuese como antes, lo que es interesante porque los convierte en un grupo sobre el que potencialmente se podría intervenir para ofrecerles apoyo, intervención que según ellos sería bien acogida.

Entre quienes seguían disfrutando del sexo, no hubo efecto del aumento de peso referido por la mujer, comprensible tratándose de un grupo de

edad en el que el aspecto físico en realidad pasa a un plano secundario en lo referente al goce sexual; vemos así que el descuido personal tampoco se asoció con el mayor o menor porcentaje de personas que disfrutaban del sexo..

Fueron pocas las mujeres que reconocieron como posible el hecho de tener ellas una relación extramatrimonial para tornar más satisfactoria su vida sexual, pero como era de esperarse ninguna de ellas era casada. El trasfondo machista de nuestra sociedad se aprecia claramente en el grupo de mujeres que aceptarían una relación extramatrimonial de su esposo por considerar que ellas ya no les resultaban atractivas; tratándose generalmente de mujeres que ya no deseaban que su vida sexual fuese como antes.