

**L**a salud de la mujer durante el climaterio es motivo de preocupación actual por parte del colectivo sanitario. En las consultas de Atención Primaria llama la atención el que una gran proporción de los individuos que solicitan consulta son del sexo femenino. Y más aún, un gran número se encuentran entre 45 y 65 años, intervalo de edad a la que de un modo arbitrario se ha denominado climaterio. Muchas de estas mujeres refieren una sensación vaga de malestar que manifiestan como una queja inespecífica, sin concretar, demandando directa o indirectamente que les realicemos pruebas, que les hagamos caso. ¿Qué está sucediendo?

Hasta hace unos años las mujeres veían la menopausia como un fenómeno natural y biológico, que reconocían y manejaban gracias a un sistema de autocuidados construido culturalmente, y que significaba para muchas "el principio del fin". Aún hoy día existen médicos que alegan "si nuestras abuelas vivieron la menopausia sin tanta historia. ¿Para que dar tantas vueltas al asunto?". Afortunadamente, los profesionales de la salud, los medios de comunicación y hasta la industria farmacéutica, se han dado cuenta de que los cambios acaecidos en este período pueden suponer un menoscabo de la salud de la mujer y, en ocasiones una merma en su calidad de vida. Existen también estudios que demuestran que para la mujer la menopausia es una etapa más en la vida y no una enfermedad.

En esta etapa de la vida la mujer esta expuesta a una serie de cambios que van a afectarles de un modo más o menos inmediato; ante ellos la mujer actual busca consejo médico acerca de problemas como la osteoporosis, los cambios que ocurren en su cuerpo, la sintomatología "climaterica...". En este momento el conjunto de actividades de Atención Primaria debe incluir las de prevención de enfermedades y promoción de hábitos saludables, utilizando para ello la Educación para la Salud.

Es importante que el médico sea capaz de conseguir que la mujer le comunique sus dudas y opiniones respecto a este período, que le indique cuáles son sus actitudes y perspectivas. Sólo así podrá dar una serie de pautas y consejos que permitan abordar el climaterio de la mejor forma posible. No se trata de medicar sistemáticamente, ni tampoco de restar importancia al tema, sino de dar a cada mujer lo que de mutuo acuerdo se considere más conveniente para ella.

Ha llegado el momento en que el médico de familia se implique en el manejo de la mujer climaterica y no delegue en las matronas o enfermeras. No se trata de "quitar" la mujer a estos colectivos, sino de colaborar juntos para conseguir un objetivo común. La mujer no es un pastel que se reparte sino que debe ser tratada de una forma integral y coordinada por todos los profesionales que la atienden: el ginecólogo, el médico de familia, la matrona, la enfermera, la trabajadora social...

Es destacable el papel que en nuestra Comunidad ha jugado la Conselleria de Sanitat, a través de la Dirección General de Salud Pública, mediante la elaboración y posterior implantación del Programa de Atención Integral a la Mujer Climatérica (PAIMC).

Desde estas páginas el grupo de Atención a la Mujer de la Sociedad Valenciana de Medicina Familiar y Comunitaria pretende ofrecer una guía práctica que permita a todo sanitario tener los instrumentos y la destreza suficientes para ser capaz de adecuarse a la demanda, cada vez mayor, que realizan las mujeres climatéricas. Destacamos el papel primordial de la promoción de salud a través de unos hábitos saludables y una correcta alimentación, el manejo de la mujer con osteoporosis, problema cada vez más frecuente en nuestras consultas, el verdadero papel que tiene la menopausia en el riesgo cardiovascular... También está previsto el abordar un tema de actualidad como es la Calidad de Vida en la mujer climatérica.

Y sobre todo, recordaros siempre que la protagonista de esta historia es LA MUJER.

**Rosa González Candelas**

---

*Coordinadora del Grupo de Atención a la Mujer SVMFiC*

