

LA CARGA ASOCIADA A LOS SVM DE LA MENOPAUSIA ES CONSIDERABLE

Gracias por completar el test.

A continuación encontrará un resumen con información importante:



¿Cómo se clasifica la gravedad de los SVM si la mujer se levanta en mitad de la noche por SVM, sintiendo calor y con la almohada mojada?

Grave. Un episodio de SVM grave se define como la sensación de calor con sudoración que provoca el abandono de la actividad (como dormir). Por su parte, un episodio de SVM moderado se define como la sensación de calor con sudoración mientras se mantiene la capacidad de continuar con la actividad. Por último, un episodio de SVM leve se define como la sensación de calor sin sudoración.¹

Aproximadamente, ¿cuál es el porcentaje de mujeres que experimentan SVM, también conocidos como sofocos y sudores nocturnos, durante la transición a la menopausia?

Hasta el 80 % de las mujeres tiene SVM durante la transición a la menopausia.¹

¿Los trastornos del sueño debido a los SVM son uno de los aspectos más molestos de la transición a la menopausia?

Sí. Entre el 40 % y el 60 % de las mujeres reportan trastornos del sueño durante la transición a la menopausia, incluyendo despertarse por la noche.²

De media, ¿cuántas veces por semana tienen SVM las mujeres españolas?

>30. En un estudio europeo, las mujeres postmenopáusicas españolas con SVM presentaron una media de 4,6 episodios de sofocos y/o sudores nocturnos al día, lo que equivale a 32 episodios por semana.³

El impacto de los SVM.

Todas las respuestas correctas. Las mujeres con SVM presentan un impacto negativo sobre el sueño (82 %), humor (69 %), concentración (69 %), nivel de energía (63 %), actividad sexual (41 %), a nivel laboral (46 %), actividades sociales (44 %) y de ocio (48 %).⁴

¿Cómo de probable es que los SVM graves causen un impacto negativo sobre la calidad de vida global en comparación con los síntomas leves o moderados?

3,6 veces. Las mujeres con SVM graves tienen 3,58 veces más probabilidades de tener un impacto negativo sobre la calidad de vida que aquellas con síntomas moderados o leves.⁴

¿Los SVM pueden ser indicadores de futuros problemas de salud?

Sí. Los estudios muestran que la frecuencia y gravedad de los SVM pueden ser predictoras de enfermedades crónicas en el futuro, como deterioro cognitivo, enfermedad cardiovascular y osteoporosis.⁵

En general, los sofocos disminuyen con la edad.

Verdadero. En un estudio en mujeres postmenopáusicas de 5 países europeos (Francia, Alemania, Italia, España y Reino Unido) estratificadas homogéneamente en 3 grupos de edad: 45 a 54, 55 a 64 y ≥65 años, entre las mujeres con síntomas de menopausia, la incidencia de sofocos generalmente disminuyó con la edad. Sin embargo, en Francia, el grupo de 55 a 64 años presentó una mayor prevalencia de sofocos que el grupo de edad más joven (45 a 54 años). En todos los países la prevalencia de sofocos se mantiene después de los 64 años, especialmente en Alemania (54 %) y Francia (57 %).⁶

SVM: síntomas vasomotores.

Referencias: **1.** Thurston RC. Vasomotor symptoms. En: Crandall CJ, Bachman GA, Faubion SS, *et al.*, eds. Menopause Practice: A Clinician's Guide. 6th ed. Pepper Pike, OH: The North American Menopause Society, 2019:43-55. **2.** Baker FC, Lampio L, Saarensanta T, *et al.* Sleep and sleep disorders in the menopausal transition. *Sleep Med Clin.* 2018;13(3):443-456. **3.** Nappi RE, Siddiqui E, Todorova L, *et al.* Prevalence and quality-of-life burden of vasomotor symptoms associated with menopause: A European cross-sectional survey. *Maturitas.* 2023;167:66-74. **4.** Williams RE, Levine KB, Kalilani L, Lewis J, *et al.* Menopause-specific questionnaire assessment in US population-based study shows negative impact on health-related quality of life. *Maturitas.* 2009;62(2):153-159. **5.** Biglia N, Cagnacci A, Gambacciani M, *et al.* Vasomotor symptoms in menopause: a biomarker of cardiovascular disease risk and other chronic diseases? *Climacteric.* 2017;20(4):306-312. **6.** Constantine GD, Graham S, Clerinx C, *et al.* Behaviours and attitudes influencing treatment decisions for menopausal symptoms in five European countries. *Post Reprod Health.* 2016;22(3):112-122.