



LA RESILIENCIA DE LA MUJER EN LA ETAPA DEL CLIMATERIO

RESILENCE IN WOMEN IN THE CLIMATERIUM STAGE

Yoliary Teresa Mourlot Morales ⁽¹⁾

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9010-0184>

¹ Hospital Docente Ginecobstétrico de Guanabacoa.

Fecha de presentación: Enero, 2025

Fecha de aceptación: Marzo, 2025

Fecha de publicación: Junio, 2025

Rodolfo Valentín Martínez Camilo ⁽²⁾

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4371-4033>

² Hospital Docente Ginecobstétrico de Guanabacoa.

Laura Arletis Camacho Rodríguez ⁽³⁾

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-7141-6674>

³ Hospital Docente Ginecobstétrico de Guanabacoa.

Sucet Cabrera Alfonso ⁽⁴⁾

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-3255-3834>

⁴ Especialista de primer grado en Ginecología y Obstetricia. Especialista de primer grado en Médico General (MG). Profesora asistente.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Mourlot Morales, Y. et al. (2025). La resiliencia de la mujer en la etapa del climaterio. Revista Pensamiento Científico Latinoamericano, 4(7), 32-40.

RESUMEN

Introducción: El climaterio es un período fisiológico que caracteriza la transición de la vida reproductiva a la no reproductiva de la mujer, durante esta etapa pueden aparecer situaciones marcadamente traumáticas de privación extrema, de amenaza grave o de estrés importante, algunas mujeres logran resistir o recuperarse plenamente, a esta singular capacidad se ha denominado Resiliencia. **Objetivo:** Determinar el nivel de Resiliencia de las mujeres en la etapa del climaterio. **Método:** Se trata de los resultados de una investigación prospectiva, exploratoria de corte transversal en la consulta de climaterio y menopausia del Hospital Docente Ginecobstétrico de Guanabacoa durante el periodo de septiembre 2022 a septiembre del 2024. La muestra estuvo constituida por 72 mujeres que asistieron a la consulta a las que se les aplicó un cuestionario que contenía variables demográficas y la escala para evaluar en diez dimensiones la Resiliencia. Los datos fueron procesados y los resultados organizados en tablas de distribución de frecuencia para su análisis y discusión en la presentación. **Resultados:** La edad predominante fue entre 50 y 54 años, con nivel medio de escolaridad, la mayor parte casada y el nivel de resiliencia predominante fue medio.

Palabras clave: climaterio; resiliencia.



SUMMARY

Introduction: Climacteric is a physiological period that characterizes the transition of the reproductive life to her not reproductive they can of the woman, during this stage markedly traumatic situations of extreme privation, of grave threat or of important stress, some women appear they manage to resist or to recover completely, to this singular capability has named him Resilience. **Objectives:** Determining Resilience level of the women in the stage of climacteric. **Method:** The sign has to do with transverse court's prospective, exploratory investigation in consultation of climacteric and Guanabacoa Hospital Docent Ginecobstétrico menopause during the period of September 2022 to September of the 2024, it was constituted for 72 women that attended the consultation that they devoted themselves to him a questionnaire that was containing demographic variables and the scale to evaluate in ten dimensions the Resilience to 40 and height, where less than 25 it is a low level, intermediate of 25 over 40, the data they stood trial and the proven to be presenters in tie of frequency distribution for his analysis and discussion. **Resulted:** The age the fact that I predominate went from 50/54 with 30.5 %, the marital status but significant you were the one with being married with a 48.6 %, the school caught up with level was secondary with 44.4 %, Resilience level of the women was the interval with a 62.5 % that I predominate, the dimension you were the one with being optimistic with 43 women that represents 59.7 % of cases.

Findings: The intermediate punctuation according to scale of Resilience was the most significant group, being the optimism the most outstanding dimension.

Keywords: climacteric; resilience.

INTRODUCCIÓN

La palabra Climaterio proviene del griego climater, que significa peldaños o escalones, lo que hace referencia a un periodo de transición desde la etapa reproductiva hasta la no reproductiva y se manifiesta un año antes aproximadamente de la no reproductiva, cuando inician cambios hormonales y síntomas, hasta un año más después de la menopausia. Es definido como síndrome climatérico al conjunto de signos y síntomas que aparecen en la perimenopausia, además, es el período fisiológico que caracteriza la transición de la vida reproductiva a la no reproductiva de la mujer, el cual comienza alrededor de los 40 años y finaliza a los 64 años.^{1,2}

El climaterio, entendido como un período transicional en la vida de la mujer, no puede quedarse en una forma simplista y biológica. Este período no solo enmarca un cambio hormonal, sino todas las repercusiones en la economía del organismo al lado de los síntomas clínicos y se deben tener en cuenta el patrón sociocultural, económico y psicoafectivo donde se desenvuelve la mujer, porque de estos factores se desprende la negación, exageración o aceptación de esta etapa de la vida femenina³.

Históricamente, este período ha estado unido a criterios que subvalorar, minimizan y hasta desprecian a la mujer que arriba a esta situación. Estas concepciones han variado global, regional y específicamente en la nación cubana que tiene entre sus prioridades la igualdad entre los sexos y el empoderamiento de la mujer.



Si se considera que, como ha sido señalado en Cuba, se espera que en los próximos años cerca de 4 millones de mujeres alcancen la edad de la menopausia, es comprensible la importancia que tiene el estudio de estas mujeres, así como también el estado de salud, la calidad de vida, en general, su bienestar psicológico y de los factores de riesgo que puedan influir en ellas.⁴

Se puede andar por la vida más liviano sabiendo que existe la posibilidad de superar, incluso, hasta el evento más doloroso. Más allá de las circunstancias traumáticas a las que podemos llegar a estar expuestos por el solo hecho de ser mortales, cada día el mundo nos expone sin red a situaciones poco deseables. Pero, en unas y otras, hombres y mujeres, en la medida de sus deseos y posibilidades, tienen la oportunidad de mezclar y dar de nuevo. Aunque no somos aún del todo conscientes, todo indica que se nace resiliente, se aprende y también se enseña a cultivar una, si no la más preciada, de las fortalezas personales.^{5,6}

En la sintomatología de la mujer, en la etapa del climaterio, se han implicado tres tipos de factores: el déficit y desequilibrio hormonal ovárico, los factores socioculturales --cómo vive la mujer esta sintomatología y los factores psicológicos --cómo la mujer contempla y acepta este periodo de transición, siendo la resiliencia la fortaleza que tiene la mujer para enfrentar las adversidades (biológicas, familiares, sociales e históricas) de esta etapa de la vida.

El término resiliencia se introdujo oportunamente al idioma inglés y, en el ámbito de la física, alude a la capacidad que tienen algunos metales de recuperar su estructura, luego de una deformación. Las ciencias sociales han sido las pioneras en su inclusión, como variable en variadas investigaciones.

Así como los metales más rígidos, el hombre tiene la posibilidad de recuperar su estado, aunque, claro está, algo habrá cambiado. Pocos podrán volver a la versión original. Nuestra vida suele ser una sucesión de adaptaciones, producto de cada experiencia. Una situación traumática modifica la vida de una persona, pero, con el mayor de los respetos que merece cada dolor, es importante que podamos destacar esta idea de que siempre hay tiempo para reconstruir y salir fortalecido.^{7,8}

La resiliencia es la capacidad de tener éxito de modo aceptable para la sociedad, a pesar de un estrés o una adversidad que implica un grave riesgo de resultados negativos; es la capacidad de un sujeto para superar circunstancias de especial dificultad, gracias a sus cualidades mentales, de conducta y adaptabilidad.^{9, 10,11}

El objetivo del trabajo es identificar el nivel de resiliencia que tiene la mujer climática, atendida en consulta del Hospital Gineco obstétrico de Guanabacoa. Resulta novedoso el hecho de realizar esta identificación de un aspecto totalmente subjetivo, en una consulta que atiende signos y síntomas predominantemente objetivos. La determinación de la resiliencia es pertinente por cuanto favorece el conocimiento del estado de bienestar que experimenta la mujer en esta etapa, que acude a consulta y apoya el mejoramiento de la relación médico-paciente.

Métodos: Se trata de una investigación prospectiva, exploratoria y de corte transversal, con un modelo cuantitativo y cualitativo y, en su ejecución, se emplearán métodos teóricos, empíricos y



estadísticos, con la correspondiente triangulación metodológica de la información obtenida por diferentes fuentes para el análisis y el arribo a las conclusiones correspondientes.

Los **métodos teóricos** se aplicaron para la revisión bibliográfica, la cual fue analizada y sintetizada para su sistematización y posterior inclusión en el informe.

Los **métodos empíricos** empleados fueron la entrevista para el completamiento de la historia clínica, un cuestionario que contenía variables demográficas y la propia escala para evaluar la resiliencia en diez dimensiones.

Para el logro del objetivo, se utilizó el cuestionario mencionado, que incluyó la Escala de Resiliencia, desarrollada por el servicio de Neuropsiquiatría del Instituto Español de Resiliencia. Esta escala evalúa, en 10 dimensiones, el nivel de Resiliencia. Consta de 50 preguntas, con opciones de respuesta verdadero (V) y falso (F). Las preguntas 1, 9, 24, 26 y 32 evalúan la dimensión 1 (autoconocimiento y recursos internos); las preguntas 8, 19, 35, 42 y 48 evalúan la dimensión 2 (autorregulación); las preguntas 2, 6, 10, 15, y 21 evalúan la dimensión consciente (Gestión de Estrés); las preguntas 4, 7, 13, 49, y 50 evalúan la dimensión 4 (Responsabilidad), las preguntas 11, 20, 27, 40 y 41 evalúan la dimensión educación (Identidad y Autoestima); las preguntas 5, 18, 28, 38, y 39 evalúan la dimensión 6 (Recursos Externos); las preguntas 12, 16, 25, 31 y 36 evalúan la dimensión 7 (Equilibrio Vital); las preguntas 22, 23, 30, 33 y 45 evalúan la dimensión 8 (generatividad); las preguntas 3, 17, 29, 34 y 43 evalúan la dimensión 9 (Red Familiar y Social); las preguntas 4, 37, 44, 46 y 47 evalúan la dimensión 10 (Coherencia y motivación Trascendente). Antes de ser aplicada, se realizó un pilotaje con 7 mujeres para adecuar las preguntas a los requerimientos de la muestra a estudiar, en un intento de validación de criterio. Antes de aplicar la escala de Resiliencia, se entrenó a dos personas calificadas, quienes, en un local aledaño a la consulta de climaterio, aplicaron el cuestionario. El tiempo promedio que demoraron las mujeres en responder la escala fue de alrededor de 10 minutos.

Los resultados de cada método de este nivel fueron sometidos a la necesaria triangulación.

Procedimientos estadísticos: Los datos fueron procesados de forma manual con calculadora: se emplearon números enteros y porcentajes, llevados a una tabla o base de datos general montada en Excel en ambiente Windows, a partir de la cual pudieron presentarse los datos en tablas.

El **universo de estudio** estuvo constituido por las mujeres climatéricas que asistieron a la consulta respectiva de la institución. La muestra quedó establecida por las que asistieron a la consulta durante el periodo comprendido septiembre del 2022 a septiembre del 2024, por razones prácticas se selecciona intencionalmente una de cada tres mujeres para facilitar la aplicación del instrumento de Resiliencia de datos hasta completar 72 mujeres que corresponde aproximadamente al 33,3% de las que asistieron, en los dos últimos años. Se trata por tanto de una muestra dirigida no probabilística.

Los **métodos empíricos** referidos fueron aplicados a las mujeres que asistieron a la consulta y tenían criterios de inclusión.



Los autores estuvieron atentos al cumplimiento de los acuerdos de la convención de Helsinki, manifestándose en el respeto al anonimato de las pacientes. El estudio fue realizado luego del conocimiento y aplicación del consejo científico y del comité de ética del referido centro hospitalario.

Resultados

El grupo de edades de más significación de la investigación, observado en la tabla 1, fue el de las mujeres comprendidas entre 50-54 años, que representa el 30,5% del estudio.

De acuerdo con el estado civil, recogidos en la tabla 2, fue ser casada el estado civil predominante, lo que representó el 48,6 %, con 35 casos analizados.

Según el grado escolar vencido (tabla 3), fue el nivel secundario, con 32 pacientes, quien ocupó el mayor por ciento (44,4%).

En la tabla 4, es presentado el resultado de los niveles, según escala de resiliencia que permitió establecer el valor promedio de todos los casos, que fue el intermedio, con 45 casos para un 62,5 % de las pacientes estudiadas.

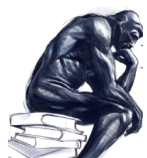
De las dimensiones de la escala aplicada (tabla 5), fue el optimismo con 43 mujeres el resultado más significativo, con el 59,7% de los casos estudiados.

Discusión

Dentro de la mujer climatérica, el grupo de edades que más situación de Resiliencia presentó fue el comprendido entre 50 y 54 años, período normal para la menopausia y etapa en que los síntomas neurovegetativos y psicológicos predominan^{12, 13} afectan a la mujer en su desempeño cotidiano y la necesidad de una mayor capacidad de adaptación a esta etapa.

En el grupo de mujeres estudiadas, se encontró que las casadas representaron el mayor por ciento, lo cual es coherente con las relaciones que deben predominar en esta etapa aunque los autores reconocen que existe un alto índice de divorcio debido en parte a la pérdida de valores en la relación de pareja, así como el romper la relación por la poca intensidad o frecuencia en las relaciones sexuales después de años y la búsqueda del hombre de relaciones en otras mujeres como respuesta a la crisis de esta edad^{14,15,16} aspecto que puede influir en situaciones difíciles para la mujer y la necesidad de adaptabilidad. Debe plasmarse aquí que algunas pacientes también fueron valientes con romper ellas mismas las relaciones de años al asumir otra actitud ante este período de la vida.

Como se puede apreciar, el nivel escolar que predominó fue el secundario, lo cual habla de que el nivel escolar puede influir en el manejo de cómo enfrentar la adversidad por las féminas, aunque muchas de estas mujeres en este momento del desarrollo social en pleno siglo XXI y tal vez no aprovecharon las facilidades que los cambios sociales provocan en función de su superación, que fomenta variaciones en la posición ante la vida y el afrontamiento a eventos cotidianos de otra forma. Un gran por ciento mujeres cubanas son profesionales o con nivel medio gracias a la independencia social, las diversas tareas que asumen y a los beneficios alcanzados por el proyecto social cubano. Las mujeres de nivel inferior en ocasiones no encuentran respuestas de sus alteraciones esto en gran medida está dado por sus condiciones socio económicas^{17, 18, 19,20}.



En relación con el nivel de resiliencia y a la dimensión que predominó, según escala¹⁷, fue el nivel intermedio y el optimismo, respectivamente, por lo que es posible afirmar que el enfoque positivo de competencia y conducta adaptativa al fenómeno por el que los individuos muestreados alcanzan relativamente buenos resultados a pesar de estar expuestos a experiencias adversas hace referencia a la posibilidad de crecer o desarrollarse en los contextos difíciles de variables del sujeto y del contexto que potencian la necesidad de resistir a los conflictos y de manejar el estrés en el ámbito social. La resiliencia no solo hace referencia al perfil de las personas afectadas por situaciones adversas, sino a las estrategias sociopolíticas de potenciación de la resiliencia y al grado de resiliencia de la comunidad, como grupo social, en relación con su carácter protector o potenciador de la adversidad y a los recursos personológicos que dispone para su manejo.^{21,22,23,24}

CONCLUSIÓN

La puntuación intermedia, según escala de Resiliencia, fue el grupo más significativo, donde el optimismo se consideró la dimensión más destacada. El nivel general de resiliencia identificado es intermedio, lo que coincide con otros estudios de otras nacionalidades.

Este resultado se manifiesta de la actitud positiva ante la vida y la proyección hacia el futuro, de la misma manera.

La valoración del nivel de resiliencia debe ser incluido en la atención a la mujer menopáusica con lo que permite elevar la calidad de la atención a estas personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- Colectivo de autores. II Consenso Cubano sobre Climaterio y Menopausia. La Habana: Editorial CIMEQ; 2007.p.9-63.
- 2- AP Torres Jiménez, Climaterio y Menopausia. Scielo México.2018; <http://www.scielo-org.mx>
- 3- Barrera Sotolongo, J. Hipertensión arterial en mujeres climatéricas. Rev Cubana Invest Bioméd v.25 n.4 Ciudad de la Habana sep.-dic. 2006.
- 4- Lugones Botell M. Síndrome climatérico relacionado con la hipertensión arterial y otros factores en la mujer climatérica y menopáusica. Rev Cubana Obstet Ginecol 2007; 33(1).
- 5- Costa de Robert, S. Estrés psicosocial y baja resiliencia, un factor de riesgo de hipertensión arterial, Rev. Argent. Cardiol. vol.78 no.5 Ciudad Autónoma de Buenos Aires set./oct. 2010
- 6- Mastrogiulio, E. El poder de la resiliencia, 06 MAR 11, <file:///D:/Resiliencia%20y%20menopausia/Resiliencia1.asp.htm>
- 7- Valoración de calidad de vida y Resiliencia en la menopausia, 17 may 2020, Maturitas, <http://www.maturitas.org>
- 8- Yelin, C.A. Resiliencia en el Consultorio28 NOV 11, <file:///C:/Documents%20and%20Settings/IBM/Escritorio/Resiliencia/contenido2.asp.htm> (2022)



- 9- Vanistendael, S. La résilience ou le réalisme de l'enfance: blessé mais pas vaincu, Ginebra, Bureau international catholique de l'espérance, 2da. Ed., 1996.
- 10- Kreisler, L. La résilience mise en spirale, 1(1996), págs. 162-165
- 11- Chedraui P. La elasticidad y los factores relatados durante la vida media ecuatoriana hembra, Instituto Para Salud de Mujer, Facultad De Ciencias Médicas, Universidad Católica El de Santiago De Guayaquil, 2012 junio; 72(2):152-6
- 12- Perimenopausia-sintomas y causas, <https://www.Mayoclinic.org>, 2-AGOSTO-2023.
- 13- Sarduy Turiño M I, Sintomas asociados al climaterio y la menopausia, <https://Scielo.cu>, 2019
- 14- Carrión R Estado de bienestar existencial en pacientes climatéricas y menopaúsicas. Sexología y Sociedad 2002; 8 (27): 22-7
- 15- Principales indicadores demográficos de Ciudad de la Habana. Comité Estatal de estadística Provincial. 2016.
- 16- Sánchez Izquierdo M. Climaterio y Sexualidad, <https://Scielo>, 2015
- 17- Bonilla-Marín, F.R. Revista Archivos de Medicina General de México, Año 1, Número I Enero/marzo 2012
- 18- Mallol s. La exclusión globalizada, vejez Divino Tesoro .acceso 9 de mayo 2008 disponible URL: [http:// WWW. Cubava. Htm](http://WWW.Cubava.Htm).
- 19- Botella Llusia J. L'activitat sexual de la dona .Climaterio. En tratado de ginecología .Madrid: Ediciones Díaz de Santos, 1993; 78-81.
- 20- Menopausia. ¿enfermedad o naturalidad?, Salud.msp.gob.cu. <https://salud.msp.cu>, 18 octubre 2019.
- 21- Santos, O. Escala de Resiliencia, docplayer.es, <http://docplayer.es36601731-Es...2015>
- 22- Artilles V.L, Navarro D, Manzano O B. climaterio y menopausia, ED: Ciencias Médicas 2007; pág. (95-96) disponible en URL: [http:// www.com. Nota desplegada. Php?id=55](http://www.com.Nota desplegada.Php?id=55).
- 23- Díaz Sánchez, M.E. y Carménate Moreno, M. Algunos factores sociales y del estilo de vida relacionados con la menopausia. Un enfoque desde lo social. Editorial Ciencia y técnica. 2007.
- 24- Truffino, J. C. Resiliencia: una aproximación al concepto Rev Psiquiatr Salud Ment (Barc.) 2010; 3(4):145–151.



ANEXOS

Tabla 1

“Grupo de Edades, Hospital docente Ginecobstétrico Guanabacoa, 2022-24”

Edad	Cantidad	%
40-44	12	16.66
45-49	19	26.38
50-54	22	30.55
55-59	11	15.27
60 y más	08	11.11
Total	72	100.00

Fuente: base de datos

Tabla 2

“Estado Civil”

<i>Estado Civil</i>	<i>cantidad</i>	<i>%</i>
Soltera	16	22.22
Casada	35	48.61
Divorciada	10	13.88
Viuda	11	15.27
Total	72	100.00

Fuente: base de datos

Tabla 3

“Escolaridad “

<i>Escolaridad</i>	<i>cantidad</i>	<i>%</i>
Primaria	16	22.22
Secundaria	32	44.44
Tec. Medio	10	13.88
Universidad	14	19.44
Total	72	100.00

Fuente: Base de datos.

Tabla 4

“Puntuaciones según escala de resiliencia”

<i>Puntuación</i>	<i>Nro.</i>	<i>%</i>
Baja - 25	19	26,38
Intermedia / 25-40	45	62,5



Elevada + 40	8	11,12
Total	72	100,00

Fuente: Base de datos

Tabla 5
“Dimensiones”

<i>Dimensiones</i>	<i>No.</i>	<i>%</i>
Optimista	43	59,72
Eficaz	23	31,94
Razonable	25	34,72
Esforzada	25	43,72
Creativa	21	29,16
Decidida	21	29,16
Fuerte	24	33,33
Escucha	24	33,33
Amigable	26	36,11
Procrastinación	28	38,88

Fuente: base de datos