

# Los síntomas vasomotores de la menopausia durarían más de lo esperado

## Menopause vasomotor symptoms would last more than expected

### Objetivos

Determinar la duración de los síntomas vasomotores (SVM) durante la transición menopáusica, cuantificar su persistencia luego de la última menstruación e identificar los factores de riesgo asociados a su persistencia.

### Diseño, lugar y población

Estudio observacional realizado a lo largo de 17 años (1996 a 2013) en distintas ciudades de Estados Unidos. Se incluyeron 1.449 mujeres con SVM frecuentes entre 42 y 52 años de diferentes etnias que cursaban la premenopausia, perimenopausia temprana, tardía y postmenopausia. Todas completaron una mediana de 13 visitas, donde se recolectaron datos sobre: 1) duración total de SVM frecuentes (entendiéndose por frecuentes los que se presentan en  $\geq 6$  días en las últimas dos semanas); 2) persistencia de SVM luego de la fecha de última menstruación (FUM); y 3) factores de riesgo para una mayor duración y persistencia de SVM. Se evaluaron variables relacionadas con el estilo de vida, variables psicosociales, antropométricas y socio-demográficas.

### Resultados

Se estimó una mediana de duración de los SVM de 7,4 años, siendo la mediana  $>11,8$  años en mujeres que iniciaron sus síntomas en la etapa premenopáusica o perimenopausia tem-

prana, mientras que aquellas que eran postmenopáusicas al inicio de la sintomatología presentaron la menor duración de SVM (mediana 3,4 años). La duración total de los SVM fue mayor en: mujeres afro-americanas (mediana 10,1 años), mujeres de menor edad al iniciar los síntomas, fumadoras, obesas, mujeres con altos niveles de ansiedad, estrés y depresión. Por el contrario, la duración fue menor en: mujeres japonesas y chinas (mediana de 4,8 y 5,4 años respectivamente), mujeres casadas o en pareja, aquellas de mayor nivel educacional y con mayor soporte social.

La mediana de persistencia de SVM posterior a la FUM en este estudio fue de 4,5 años, siendo los factores de riesgo para mayor duración de los síntomas la menor edad al comienzo de los síntomas, el nivel educacional bajo, una mayor percepción del estrés y sensibilidad a los síntomas, y un número mayor de síntomas depresivos y de ansiedad coexistentes a la aparición de los primeros SVM.

La mediana de persistencia de SVM posterior a la FUM en este estudio fue de 4,5 años, siendo los factores de riesgo para mayor duración de los síntomas la menor edad al comienzo de los síntomas, el nivel educacional bajo, una mayor percepción del estrés y sensibilidad a los síntomas, y un número mayor de síntomas depresivos y de ansiedad coexistentes a la aparición de los primeros SVM.

### Conclusiones

Los SVM frecuentes duraron más de siete años durante la transición de la menopausia en más de la mitad de las mujeres y persistieron por 4,5 años después de la FUM. Ciertas características individuales (como el inicio en la premenopausia y tener mayores factores afectivos negativos al momento de su aparición) se asociarían con una mayor duración de los SVM.

## Comentario

Hasta un 80% de las mujeres experimentan SVM durante la transición menopáusica, siendo este el síntoma más prevalente de la mujer durante su climaterio y en la mayoría de los casos de intensidad moderada a severa. En general, se subestima su importancia, sin tener en cuenta que en los casos severos y en un grupo de mujeres susceptibles constituyen un verdadero factor disruptor que impacta negativamente en la calidad de vida y el posible aumento de riesgo cardiovascular a largo plazo tal como lo refiere la bibliografía en los últimos años. Las antiguas GPC estimaban la duración de los SVM entre seis meses a dos años, pero estudios epidemiológicos afirman que la duración puede ser mayor. Otros estudios habían reportado diferentes resultados. El "Melbourne Women's Midlife Health Project" había estimado la duración de los SVM en 5,2 años, la muestra incluía principalmente mujeres de raza blanca y excluía las que presentaban SVM en la primera consulta. Por otro lado, el estudio "Penn Ovarian Aging Study" había reportado una duración promedio de los SVM de 8,8 a 10,2 años, pero incluía mujeres más jóvenes con SVM experimentados el año previo al inicio del mismo<sup>2</sup>. Se desprende de este trabajo que la duración de los SVM es

mayor a lo que se afirmaba hasta ahora. Este estudio tiene ciertas limitaciones ya que pudieron haberse subestimado la duración de los SVM dado que el seguimiento era anual y sólo se consideraban los experimentados las dos semanas previas a la visita; además en pacientes en quienes se determinó el cese de los SVM, estos podrían haber reaparecido luego. Su mayor fortaleza y diferencia con los estudios previamente mencionados es la calidad de la evidencia científica que aporta gracias al prolongado seguimiento de las pacientes, siendo el estudio longitudinal más grande e importante realizado hasta el momento. Sus resultados ponen en evidencia las limitaciones del tratamiento de reemplazo hormonal tal como se recomienda hoy en día y enfatizan la necesidad de buscar tratamientos seguros y a largo plazo para los SVM. Además podrían ayudar al médico a orientar a sus pacientes respecto a la posible duración de sus síntomas, y en base a esa información decidir la estrategia terapéutica más adecuada. Asimismo, la identificación de los factores de riesgo ayudaría a la consejería en el cuidado de la salud, y permitiría asesorar a las mujeres sobre la posibilidad de su persistencia.

**María Alejandra Belardo** [ Sección Endocrinología Ginecológica y Climaterio del Servicio de Ginecología del Hospital Italiano de Buenos Aires. alejandra.belardo@hiba.org.ar ]

Belardo MA. Los síntomas vasomotores de la menopausia durarían más de lo esperado. Evid Act Pract Ambul. 2016;19(2):48. Abr-Jun. **Comentado de: Avis NE, y col. Duration of menopausal vasomotor symptoms over the menopause transition.** JAMA Intern Med. 2015;175(4):531-9. PMID: 25686030.

### Referencias:

- Guthrie JR, y col. The menopausal transition: a 9-year prospective population-based study. The Melbourne Women's Midlife Health Project. Climacteric. 2004 Dec;7(4):375-89.
- Freeman EW, y col. Risk of long-term hot flashes after natural menopause: evidence from the Penn Ovarian Aging Study cohort. Menopause 2014 Sep;21(9):924-32.



Descriptivo