

EL CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LAS MUJERES POSTMENOPÁUSICAS CON SÍNDROME METABÓLICO

*Wilson Cañón M.**
*Mary Sabel Domínguez U.***
*Tatiana Egea H.***

Introducción

El Síndrome Metabólico se define como una agrupación de factores de riesgo cardiovascular como obesidad abdominal central, dislipidemia, hiperinsulinemia e hipertensión arterial. El notable incremento ponderal de la población durante las últimas décadas y del sedentarismo y la nutrición inadecuada, ha llevado a un aumento de la prevalencia de obesidad en la población femenina y por lo tanto a un riesgo mayor a padecer del síndrome metabólico, agravándose esta situación con los cambios hormonales y los fenómenos de envejecimiento durante la transición de la menopausia al período postmenopáusico. La presencia de síndrome metabólico incrementa cinco veces el riesgo de desarrollar diabetes mellitus tipo 2 y duplica el riesgo cardiovascular.

Objetivo

Revisión de la literatura para determinar cómo cuidar y enseñar a cuidar a las mujeres postmenopáusicas con síndrome metabólico.

Metodología

Una búsqueda de la literatura de estudios publicados describe el efecto negativo que conlleva la obesidad en la mujer, la cual puede llevar a enfermedades cardiovasculares décadas antes que el hombre, por la disminución del estrógeno en la menopausia y postmenopausia, el cual, se dice, cumple una función protectora a nivel cardiovascular

* Enfermero Profesional, Magíster en Epidemiología (C). Profesor de planta, investigador, editor jefe revista CUIDARTE (Indizada en IMBIOMED), Grupo de Investigación de Enfermería-EVEREST (Categoría B Colciencias), Facultad de Enfermería, Universidad de Santander UDES, Bucaramanga, Colombia. Correo electrónico: wcanon@udes.educo

** Estudiantes X Semestre, Práctica Preprofesional en Investigación, Miembros Semillero de Investigación CUIDEN, Grupo de Investigación de Enfermería-EVEREST (Categoría B Colciencias), Facultad de Enfermería, Universidad de Santander UDES, Bucaramanga, Colombia. Correo electrónico: msdu8585@hotmail.com, tatiana-egaea@hotmail.com

Resultados

Varios estudios evidencian que el síndrome metabólico afecta en gran medida a la mujer durante los 6 años antes y seis años después del periodo postmenopáusico, resultado de la falta de hábitos saludables como el ejercicio y la alimentación adecuada, además de otros factores como la disminución del estrógeno, factores ambientales y genéticos; la terapia hormonal durante el periodo de la postmenopausia disminuye el riesgo de síndrome metabólico por el efecto de disminución de la masa grasa a nivel abdominal o central especialmente, los diferentes tipos de terapia hormonal son aceptables encontrándose más beneficios con la terapia hormonal transdérmica vs oral.

Conclusiones

El aumento de peso y la obesidad conducen a mayor prevalencia del síndrome metabólico en mujeres postmenopáusicas. Situación que se podría prevenir mediante la educación y el cuidado de enfermería a las mujeres en etapa de riesgo. Adicionalmente se podrían establecer programas de clínica de síndrome metabólico en donde el profesional de enfermería realice intervenciones encaminadas a mejorar la adherencia a un tratamiento hormonal para aumentar las probabilidades de éxito y disminuir el riesgo cardiovascular en este tipo de población.

Palabras clave: síndrome metabólico, menopausia, postmenopausia, terapia hormonal, riesgo cardiovascular.