

ARTICULO ORIGINAL

EDAD DE APARICIÓN DE LA MENARCA EN LAS CUIDADES DE LA PAZ Y EL ALTO

Univ. Miriam V. Valencia Molina **, Univ. Mariana Valle Orozco*,
Univ. Elsa Vallejo Concha*, Univ. Mariel C. Vargas Chamba*

*Estudiantes de 5º Año de la Carrera de Medicina

**Miembro Titular SCEM - UMSA, Directora Comité
de Relaciones Internacionales 2007 SCEM - UMSA

Asesor: Dr. Raúl Alcázar
Docente de la Cátedra de Ginecología
de la Facultad de Medicina UMSA

RESUMEN

Objetivos: Conocer la edad de aparición de la menarca en las ciudades de La Paz y El Alto. Identificar los síntomas premenstruales y menstruales más frecuentes en las jóvenes de las ciudades de La Paz y El Alto.

Hipótesis: Existe variación en la edad promedio de la menarca en relación con la procedencia y la residencia en las ciudades de La Paz y El Alto.

Tipo de Estudio: Retrospectivo de corte transversal.

Resultados: La muestra es de 300 personas: 100 en la ciudad de El Alto, 100 en la zona central de la ciudad de La Paz y 100 en la zona sur de la ciudad de La Paz. La edad de aparición de la menarca más frecuente en la ciudad de El Alto es a los 14 años, en la zona sur a los 11 años y en la zona central es a los 13 años.

Conclusiones: Respecto a los síntomas premenstruales podemos decir que existe una diferencia de presentación según la zona de estudio, en la ciudad de El Alto y en la Zona Central de la Ciudad de La Paz existe mayor incidencia de irritabilidad, y en la Zona Sur de la ciudad de La Paz se observó que existe mayor incidencia de cefalea y acné. Se pudo observar también que la mayoría de las personas estudiadas no presenta síntomas premenstruales. Los síntomas menstruales más frecuentes que hemos registrado en la Ciudad de El Alto son los dolores abdominales y el malestar general, en la Zona Sur el dolor abdominal y la cefalea. No existiendo gran diferencia en las tres zonas.

Palabras Clave: menstruación, menarca, edad

ABSTRACT

Objectives: To know the age of appearance of the menarca in the cities of La Paz and El Alto. To identify the most frequent premenstrual and menstrual symptoms in the youths of the cities of La Paz and El Alto.

Hypothesis: Variation exists in the age average of the menarca in connection with the origin and the residence in the cities of La Paz and El Alto.

Type of study: Retrospective cross sectional study.

Results: The sample belongs to 300 people: 100 in the city of El Alto, 100 in the central area of the city of La Paz and 100 in the south area of the city of La Paz. The age of appearance of the most frequent menarca in the city of El Alto is to the 14 years, in the south area to the 11 years and in the central area it is to the 13 years. The ages average of appearance of the menarca are: in the city of El Alto it is de13,61 years, in the central area it is de12,89 years and in the south area it is of 12,99 years.

Conclusions: Regarding the premenstrual symptoms can say that a presentation difference exists according to the study area, in the city of El Alto and in the central area of the city of La Paz bigger incidence of irritability exists, and in the south area of the city of La Paz it was observed that it exists bigger migraine incidence and acne. One could also observe that most of studied people don't present premenstrual symptoms. The most frequent menstrual symptoms that we have registered in the city of El Alto are the abdominal pains and the general uneasiness, in the south area the abdominal pain and the migraine. Not existing great difference in the three areas.

Key words: menstruation, menarc, age

INTRODUCCIÓN

La señal de que los órganos sexuales femeninos han alcanzado su madurez, es la aparición de la menarca, lo que significa la primera menstruación¹⁻², que consiste en la eliminación mensual de sangre de un endometrio secretor a través de la vagina, indicando así que no se ha producido la fecundación³⁻⁴. Es importante realizar un estudio de la edad de aparición de la menarca en las ciudades de La Paz y El Alto, en relación a sus diferentes zonas y registrar los datos estadísticos para posteriores estudios comparativos; es también importante, identificar los síntomas premenstruales, menstruales más frecuentes en las jóvenes de las ciudades de La Paz y El Alto.

MATERIAL Y MÉTODOS

Es un estudio retrospectivo de corte transversal, para el cual se utilizaron encuestas dirigidas a la población femenina de las ciudades de La Paz y El Alto, para la recolección de los datos. La muestra es de 300 personas: 100 en la ciudad de El Alto, 100 en la zona central de la ciudad de La Paz y 100 en la zona sur de la ciudad de La Paz, de forma aleatorizada. Los criterios de inclusión, fueron: mujeres, entre 15 a 25 años de edad, que residieran en las diferentes zonas; los de exclusión que fueran varones. Los resultados se analizaron en los programas SPSS y EXCEL.

RESULTADOS

Edad de aparición de la menarca en las ciudades de La Paz y El Alto (Cuadro N° 1): En cuanto a las medidas de tendencia central de las tres zonas en estudio, fueron: la media de 12,83; la moda de 12,66; la mediana de 13 años. En la ciudad de La

Paz en la zona sur se observó que la edad de aparición de la menarca muestra mayor incidencia a la edad de 11 años, siendo que en la zona central la edad de aparición de la menarca muestra una incidencia mayor a la edad de 13 años, y en la ciudad de El Alto la mayor incidencia en edad de aparición de la menarca es a los 14 años.

CUADRO N° 1:
EDAD DE APARICIÓN DE LA MENARCA EN LAS CIUDADES DE LA PAZ Y EL ALTO

	ZONA CENTRAL	EL ALTO	ZONA SUR
MEDIA	12,87	11,99	13,61
MEDIANA	13,00	12,00	14,00
MODA	13	11	14
MÍNIMO	10	9	10
MÁXIMO	18	15	16

Síntomas Premenstruales más Frecuentes en las Ciudades de La Paz y El Alto (Cuadro N° 2): En la ciudad de El Alto se observó que la mayor parte de la población estudiada no presenta ningún síntoma premenstrual, en la ciudad de La Paz, en la zona central se observó que el síntoma premenstrual más frecuente es la irritabilidad, en cambio en la zona sur se observó que los síntomas premenstruales más frecuentes son la cefalea y el acné. De toda la muestra se observó que la mayoría no presenta síntomas premenstruales, y el orden de presentación de los síntomas en orden decreciente son: irritabilidad, cefalea, acné, otros (flujos).

CUADRO N° 2
SÍNTOMAS PREMENSTRUALES MÁS
FRECUENTES EN LAS CIUDADES DE LA PAZ
Y EL ALTO

	NINGUNO	CEFALEA	ACNÉ	FLUJOS	IRRITABILIDAD	OTROS
EL ALTO	43	16	17	9	20	21
ZONA CENTRAL	26	23	21	9	41	31
ZONA SUR	29	40	40	6	30	5
TOTAL	198	79	78	24	91	57

Síntomas Menstruales más Frecuentes en las Ciudades de La Paz y El Alto (Cuadro N° 3): En la ciudad de El Alto y en la ciudad de La Paz, tanto en la zona central como en la zona sur el síntoma menstrual más frecuente es el dolor abdominal. (Gráfico N° 3)

CUADRO N° 3
SÍNTOMAS MENSTRUALES MÁS FRECUENTES
EN LAS CIUDADES DE LA PAZ Y EL ALTO

	NINGUNO	CEFALEA	DOLOR ABDOMINAL	MALESTAR GENERAL	NAUSEAS	VÓMITOS	OTROS
EL ALTO	31	10	50	38	11	9	12
ZONA CENTRAL	21	17	63	37	24	9	17
ZONA SUR	13	41	51	29	16	8	22
TOTAL	65	68	194	104	51	26	51

DISCUSIÓN

Analizando la edad de aparición de la primera menstruación tenemos que en la zona Sur se presenta con mayor frecuencia a los 11 años, en la Zona central a los 13 y en El Alto a los 14 años, siendo las edades mínimas de 9 años y la máxima de 18 años con cantidades poco significativas, la diferencia de edad de inicio de la menstruación podría deberse a factores culturales y socioeconómicos, ya que estaría retardada la menarca en las mujeres que habitan en la ciudad de El Alto.

En nuestro medio no existen estudios o datos estadísticos en relación a la edad

de aparición de la menarca motivo por el cual los resultados obtenidos en el presente trabajo no pueden ser comparados con trabajos similares así que la discusión estará basada en la información recolectada durante la revisión bibliográfica del tema en cuestión⁵. La edad de aparición de la menarca está influida por diversos factores, entre ellos: el clima y la altura sobre el nivel del mar a la que se han establecido la distinta poblaciones es decir que mientras más frígido es el clima⁶⁻⁷, o mayor es la altura a la que se encuentran las adolescentes, más tarde será la edad de aparición de su primera menstruación. Recordemos que la ciudad de El Alto se encuentra a 4.100 metros sobre el nivel del mar y tiene un clima usualmente frígido, por su parte la zona central de la ciudad de La Paz esta situada a 3.640 metros sobre el nivel del mar y la zona sur (Calacoto o la Florida) a 3.300 metros sobre el nivel mar ambos ofrecen un clima frío e incluso cálido dependiendo de la estación del año, con un temperatura desde - 5 a 18 °C como promedio. Como se puede advertir existen ciertas diferencias geográficas entre ambas ciudades motivo por el cual el promedio de edad de aparición de la menarca es diferente en las tres zonas de estudio. Por lo tanto la diferencia entre clima y altura sobre el nivel del mar son factores que si influyen en la aparición de la menarca.

Con respecto a los síntomas premenstruales se pudo observar en los resultados de las encuestas que la mayor parte de la población estudiada no presenta síntomas, pero de las personas que si presentan sintomatología asociada al periodo premenstrual la irritabilidad es marcada en las ciudad de El Alto y la Zona Central, seguida en frecuencia por las cefaleas que se presentan más en la Zona Sur de la ciudad de La Paz, esto podría estar asociado a que estos son sectores de gran actividad comercial por lo que el ambiente resulta bastante estresante para las personas que allí habitan, además de la forma de alimentarse debido a los factores culturales y el factor socioeconómico, en la Zona Sur, como ya

mencionamos anteriormente las personas estudiadas presentan como síntomas premenstruales más frecuentes la cefalea y el acné, lo cual podría asociarse a que es una zona tranquila motivo por el cual la irritabilidad no es un problema frecuente, pero la forma de alimentación, la mayor disponibilidad de centros de expendio de comida "chatarra" pueden considerarse como factores predisponentes a que las mujeres presenten estos síntomas premenstruales. Los síntomas que con menos frecuencia hemos encontrado son los flujos, esto puede deberse a que la presencia de flujos esta más relacionada con patologías de tipo ITS, y no así con el flujo premenstrual, cuya característica es que no afecta a los órganos vecinos. Analizando los síntomas menstruales, el que se presenta con mayor frecuencia en la población de las tres zonas estudiadas es el dolor abdominal. En la zona sur del total de la muestra el 12% no tiene ninguna molestia durante la menstruación. El 88% presentaron síntomas que acompañaban su menstruación estos según la frecuencia son: dolor abdominal, cefalea, malestar general, otros (náuseas, vómitos). En la zona central del total de la muestra el 21% no tiene ninguna molestia durante la menstruación. El 79% presentaron síntomas que acompañaban a la menstruación estos según la frecuencia son: dolor abdominal, malestar general, náuseas, otros (cefalea, vómitos).

En la ciudad de El Alto del total de la muestra el 31% no tiene ninguna molestia durante la menstruación. El 69% presentaron síntomas que acompañaban a la menstruación estos según la frecuencia son: dolor abdominal, cefalea, malestar general, otros (náuseas, vómitos).

CONCLUSIONES

La edad de aparición de la menarca más frecuente en la ciudad de El Alto es a los 14 años, en la zona sur a los 11 años y en la zona central es a los 13 años. En conclusión respecto a los síntomas premenstruales podemos decir que existe una diferencia de presentación según la zona de estudio, en la ciudad de El Alto y en la Zona Central de la Ciudad de La Paz existe mayor incidencia de irritabilidad, y en la Zona Sur de la ciudad de La Paz se observó que existe mayor incidencia de cefalea y acné. Se pudo observar también que la mayoría de las personas estudiadas no presenta síntomas premenstruales⁸⁻⁹. Los síntomas menstruales más frecuentes que hemos registrado en la Ciudad de El Alto son los dolores abdominales y el malestar general, en la Zona Sur el dolor abdominal y la cefalea estos datos podrían deberse a que se llevan distintos regímenes de vida en las zonas estudiadas⁹⁻¹⁰.

Como se puede evidenciar no hay gran diferencia de los síntomas que acompañan a la menstruación en las tres zonas.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Valenzuela C.; Día de menarquia, expectativa de fiesta y sesgo de memoria. Rev Méd Chile 2004.132:299-306.
2. Vásquez V.; Menarquía y ciclo menstrual en estudiantes internas y externas de Ciudad de La Habana. Rev Cubana Salud Pública 2005.31(4)
3. Reddell, María Teresa La Pubertad (Tesis Doctoral) Universidad de Belgrano, Buenos Aires, Argentina.2000
4. Stassen B, Kathleen; El Desarrollo de la Persona. Editorial Médica Panamericana, Buenos Aires, Argentina.1997.
5. Balbi V, González V, Apezteguía M, Santucci M; Evaluación de la maduración ósea y el crecimiento en niñas con pubertad precoz central tratadas con análogos de la hormona liberadora de gonadotrofinas; Arch.argent.pediatr 2003.101(4): 250 - 5
6. Cruceiro M, Zimmer M, Valdiviezo M, Soruco A; Crecimiento de una cohorte de

- adolescentes del Instituto Secundario de la Universidad Nacional de Salta (UNSA), Provincia de Salta, República Argentina
7. Burt A, McGue M, DeMarte J, Krueger R, Iacono W; Tiempo de menarca y los orígenes del trastorno de conducta; Archives of General Psychiatry. Ago 2006. 63(8).
 8. La edad actual de la menarca en el reino unido; British Medical Journal May 2001.322:1095-6
 9. Mirotti Z, Sabina M; Lesa, Aida M. E; Barrón de Carbonetti.; Edad de menarca: caracteres sexuales secundarios; interrelación, tendencia secular / Age of menarche: secondary sex characteristic; interrelation, secular trend; Rev. Fac. Cienc. Méd.Córdoba1995.53:7-15.
 10. Los trastornos menstruales que aparecen poco tiempo después de la menarca no siempre; son benignos; 2006.8(5):311-8