

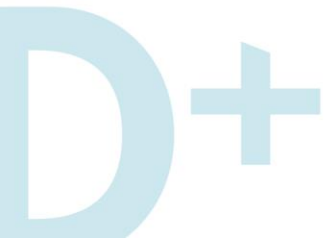
RESULTADOS DEL ESTUDIO



IMPACTO DE LA
MENOPAUSIA EN EL
CONTROL DE PESO Y
LA LIBIDO: EVALUACIÓN
DE TRATAMIENTOS Y
SINTOMATOLOGÍA
PROYECTO MENOVITAL

Índice

- + **Introducción** al estudio
- + Perfil del facultativo **participante**
- + **Información personal** de la mujer y **experiencia** con la **menopausia**
- + **Menopausia** y control de **peso**
- + **Menopausia** y **libido**
- + Aspectos relacionados con el **tratamiento recomendado**
- + **Conclusiones**

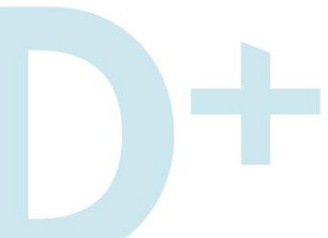


Introducción al estudio

En este estudio participaron **171 médicos** evaluando un total de **1.666 pacientes**. La amplitud de la muestra permite obtener una representación sólida sobre el perfil y las necesidades de las pacientes en el contexto de la investigación.

El estudio se dividió en cuatro bloques de preguntas para cada paciente:

- 1. Información personal de la mujer y experiencia con la menopausia**
- 2. Menopausia y control de peso**
- 3. Menopausia y libido**
- 4. Aspectos relacionados con el tratamiento recomendado**



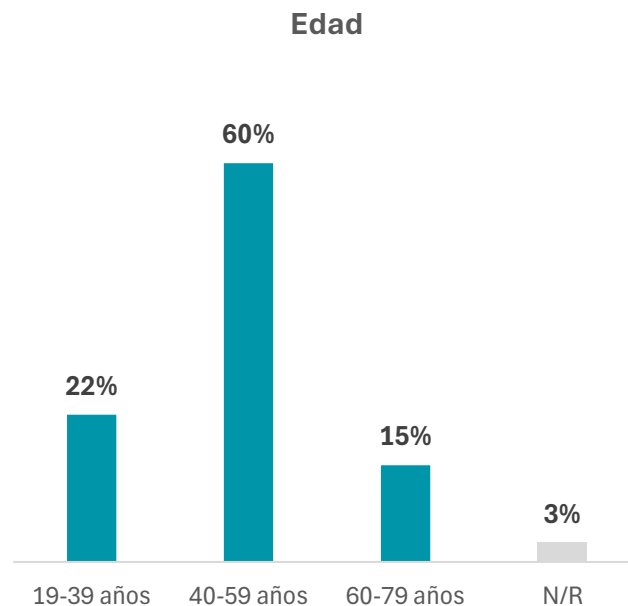
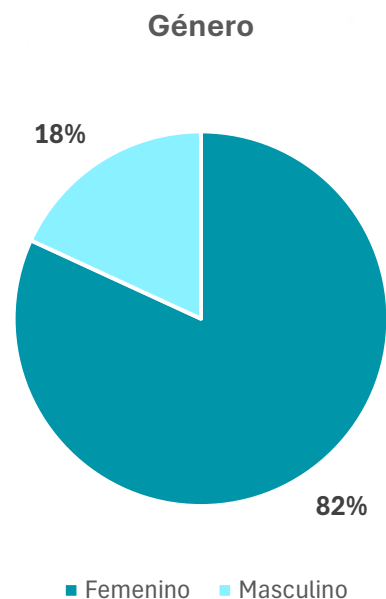
PERFIL DEL FACULTATIVO PARTICIPANTE



Perfil del facultativo participante

Género, nacionalidad y edad

Los facultativos participantes en el estudio son mayoritariamente mujeres (82%), la media de edad es de 48 años y el 95% son de nacionalidad española.



Género

	Participantes	%
Femenino	140	82%
Masculino	31	18%
TOTAL	171	100%

Nacionalidad

	Participantes	%
Española	163	95%
Otros países de la UE	3	2%
Europea no perteneciente a la UE	0	0%
Latinoamericana	2	1%
Otra	0	0%
N/R	3	2%
TOTAL	171	100%

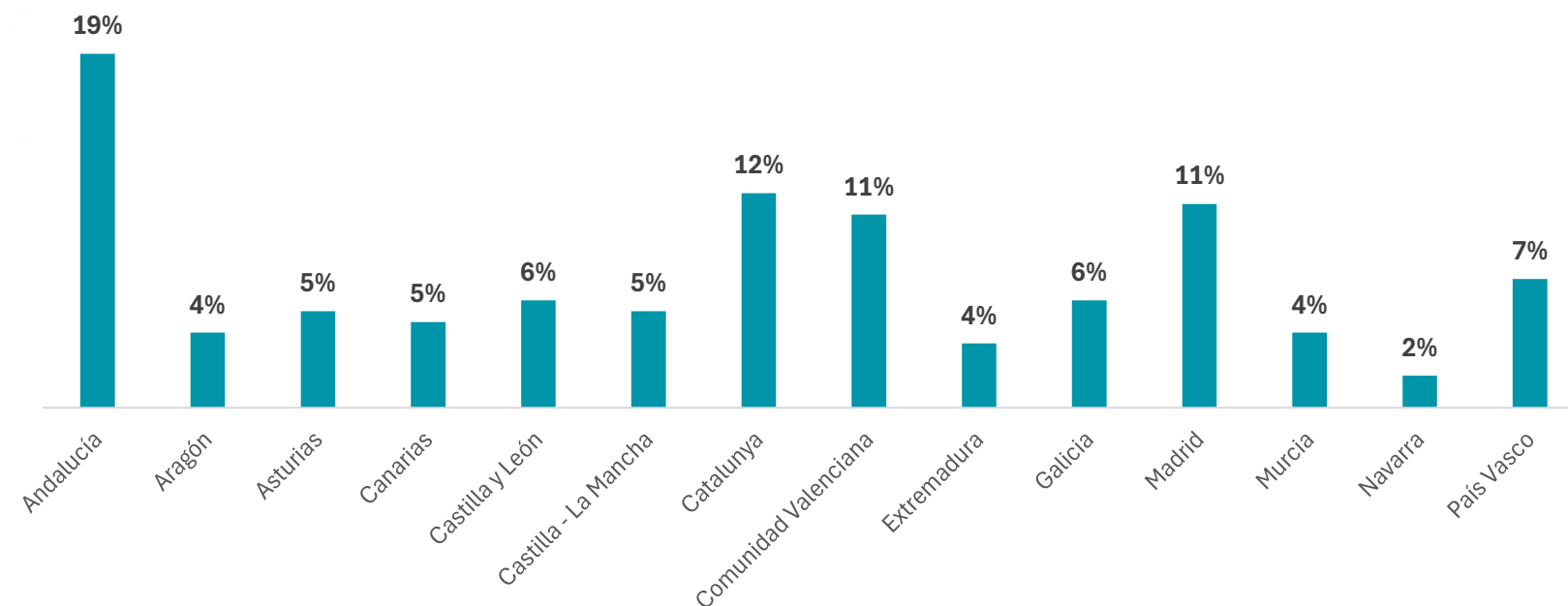
Edad

	Participantes	%
19-39 años	38	22%
40-59 años	103	60%
60-79 años	25	15%
N/R	5	3%
TOTAL	171	100%

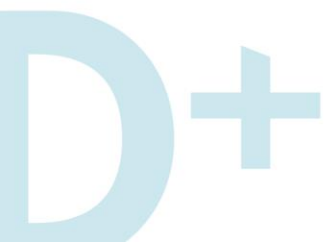
Perfil del facultativo participante

Comunidad autónoma

Los participantes mayoritariamente residen en Andalucía (19%), Catalunya (12%), Comunidad Valenciana (11%) y Madrid (11%).



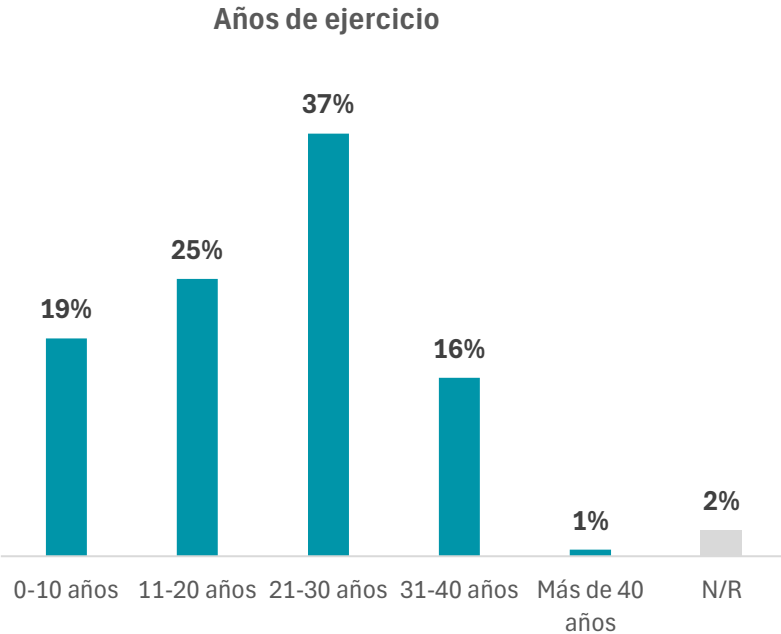
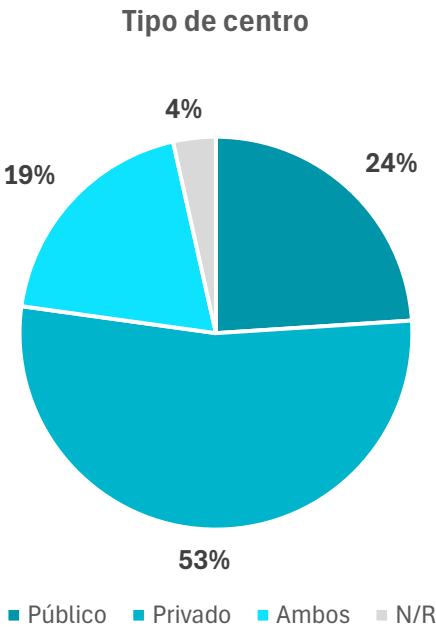
	Participantes	%
Andalucía	33	19%
Aragón	7	4%
Asturias	9	5%
Canarias	8	5%
Castilla y León	10	6%
Castilla - La Mancha	9	5%
Catalunya	20	12%
Comunidad Valenciana	18	11%
Extremadura	6	4%
Galicia	10	6%
Madrid	19	11%
Murcia	7	4%
Navarra	3	2%
País Vasco	12	7%
TOTAL	171	100%



Perfil del facultativo participante

Tipo de centro, especialidad y años de ejercicio

El 53% de los participantes trabaja en centros privados, y un 24% en centros públicos. El 90% de los profesionales son ginecólogos, mayoritariamente tienen entre 21 y 30 años de experiencia profesional (37%).



Tipo de centro

	Participantes	%
Público	41	24%
Privado	91	53%
Ambos	33	19%
N/R	6	4%
TOTAL	171	100%

Ámbito de la especialidad

	Participantes	%
Ginecología	158	90%
Otros*	12	7%
N/R	5	3%
TOTAL	175	100%

* Matrona, Obstetricia, Reproducción asistida, Patología mamaria y Medicina familiar

Años de ejercicio

	Participantes	%
0-10 años	33	19%
11-20 años	42	25%
21-30 años	64	37%
31-40 años	27	16%
Más de 40 años	1	1%
N/R	4	2%
TOTAL	171	100%



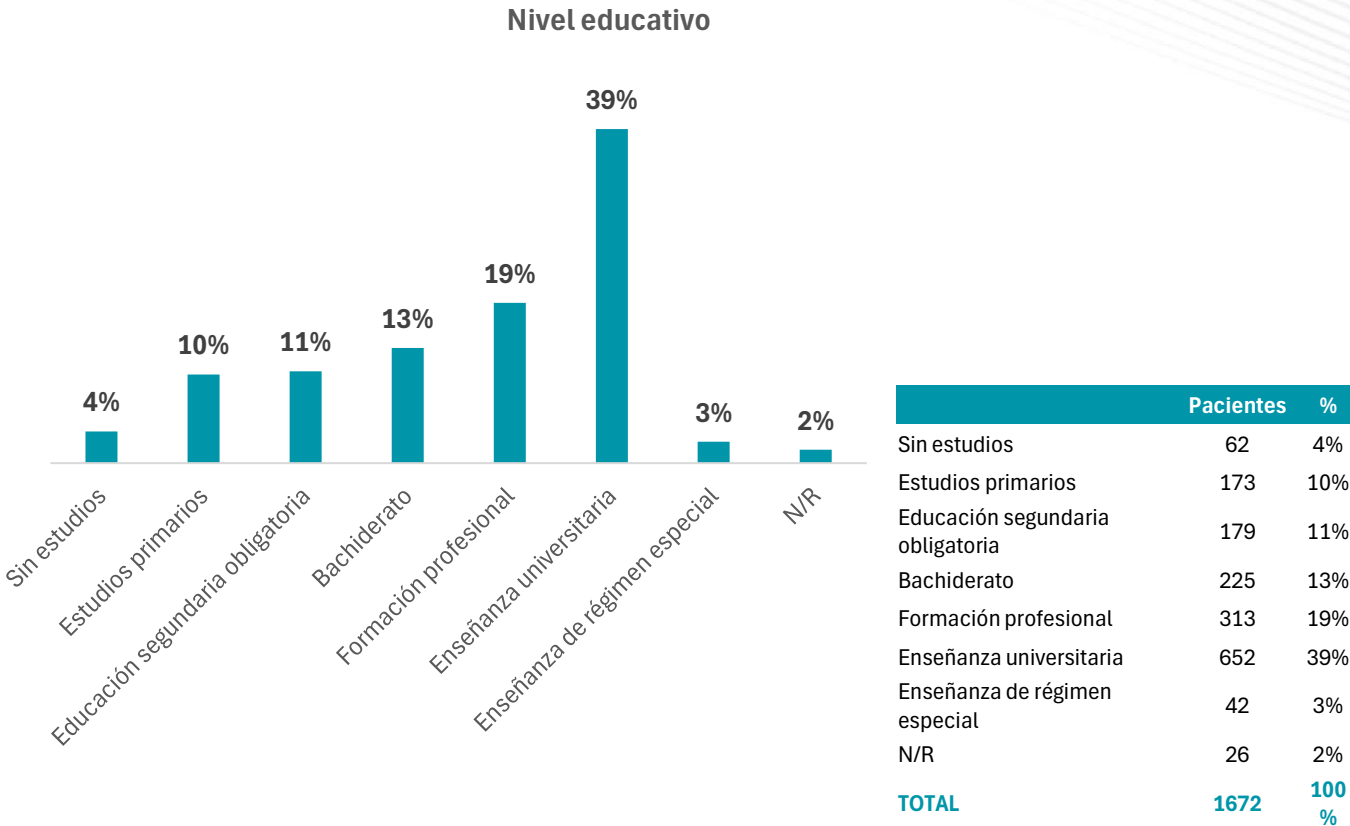
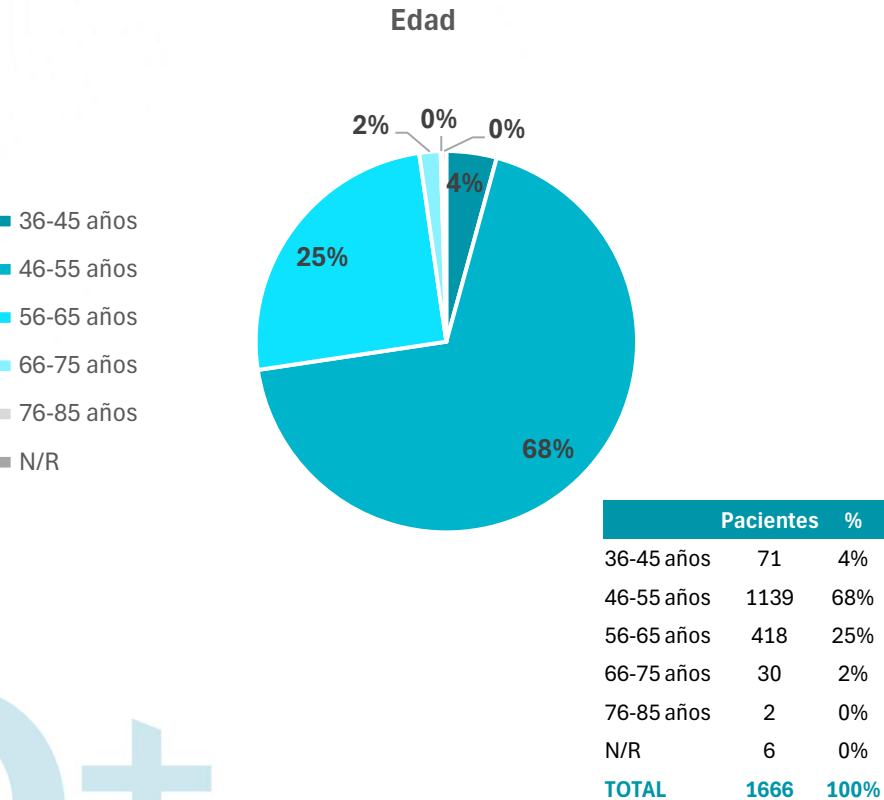
INFORMACIÓN PERSONAL DE LA MUJER Y EXPERIENCIA CON LA MENOPAUSIA



Perfil de paciente

Información demográfica

El 68% de las pacientes participantes en el estudio tienen entre los 46 y 55 años. El 39% posee estudios universitarios, y un 19% tiene estudios de formación profesional.

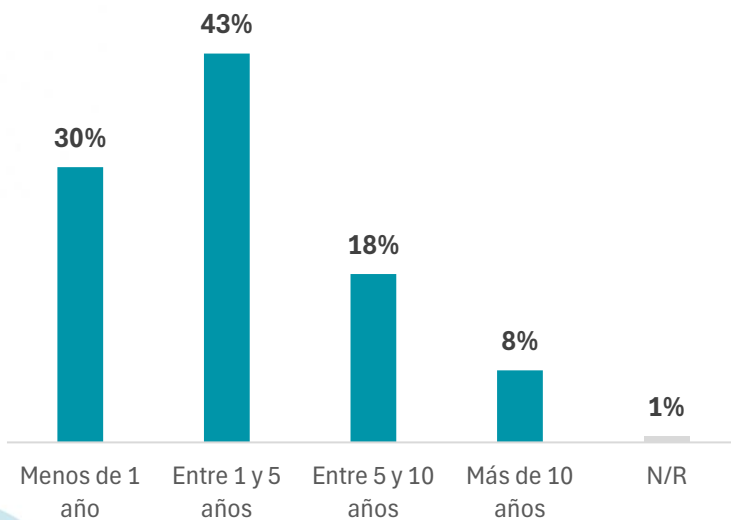


Perfil de paciente

Datos relacionados con la menopausia

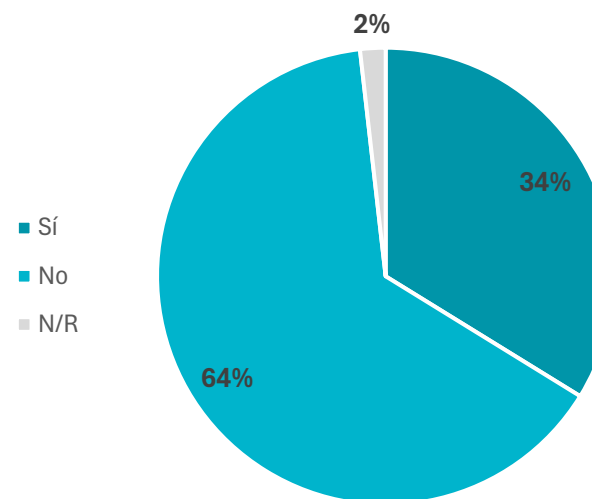
El 43% de las pacientes lleva entre 1 y 5 años en la menopausia, el 30% menos de un año y el 26% más de 5 años. De estas, indica que el 64% no tienen antecedentes familiares con problemas de la menopausia, frente al 34% que sí los tienen.

¿Cuánto tiempo ha pasado desde que entró en la menopausia?



	Pacientes	%
Menos de 1 año	503	30%
Entre 1 y 5 años	711	43%
Entre 5 y 10 años	308	18%
Más de 10 años	132	8%
N/R	12	1%
TOTAL	1666	100%

¿Tiene la paciente antecedentes familiares de problemas de menopausia?



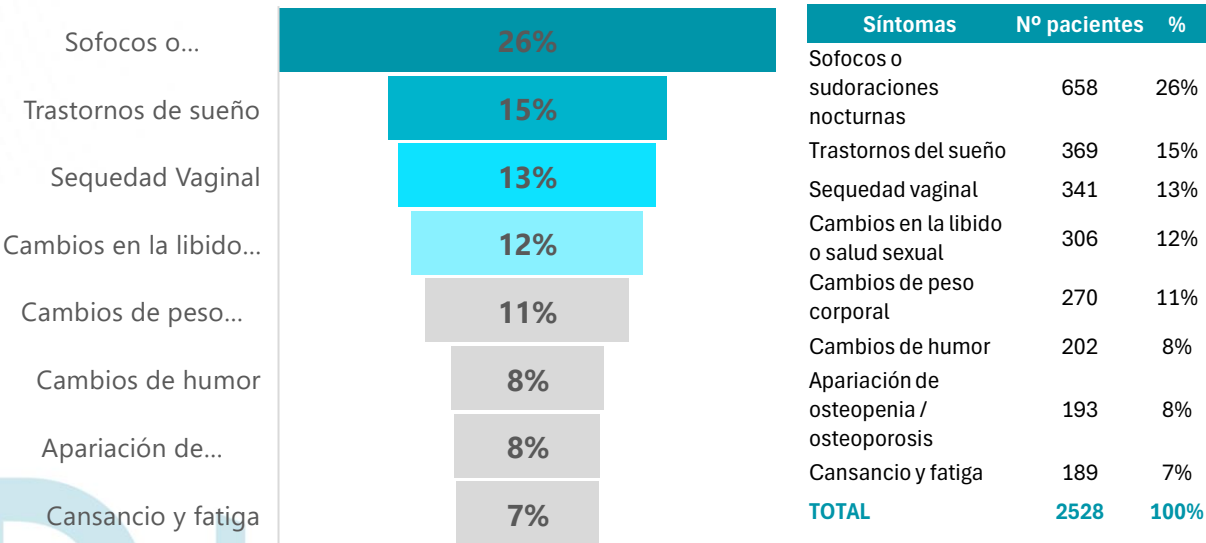
	Pacientes	%
Sí	563	34%
No	1073	64%
N/R	30	2%
TOTAL	1666	100%

Perfil del paciente

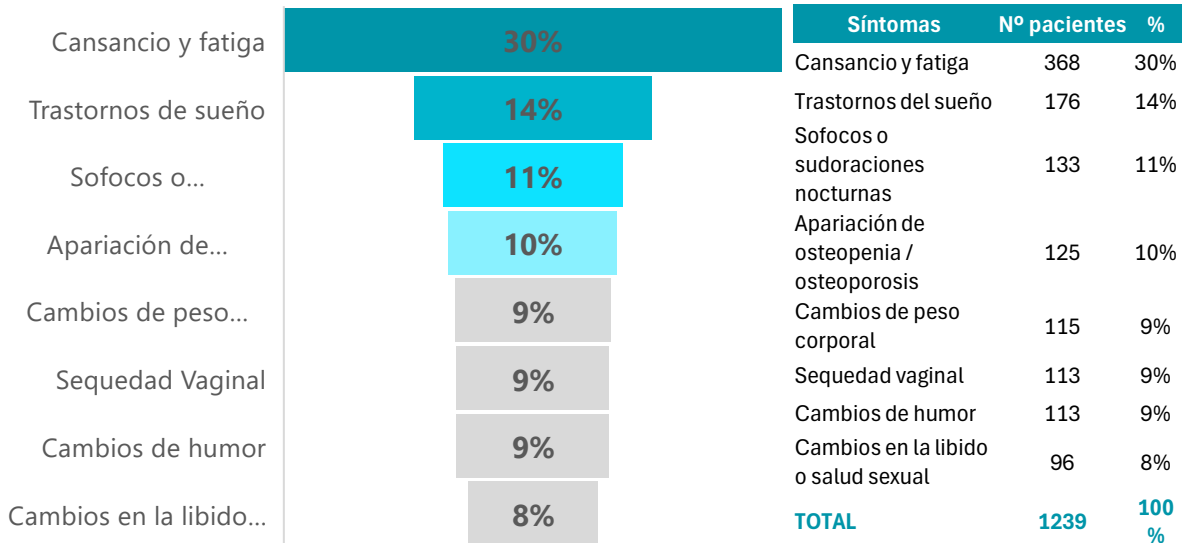
Síntomas de la menopausia

Los sofocos o sudoraciones nocturnas destacan como el síntoma más frecuente, afectando al 26% de las pacientes, seguidos de trastornos del sueño (15%), la sequedad vaginal (13%) y los cambios en la libido (12%). Los síntomas menos frecuentes incluyen cansancio y fatiga (10%), así como la aparición de osteopenia/osteoporosis, reportada en menor medida (8%).

Síntomas más frecuentes



Síntomas menos frecuentes



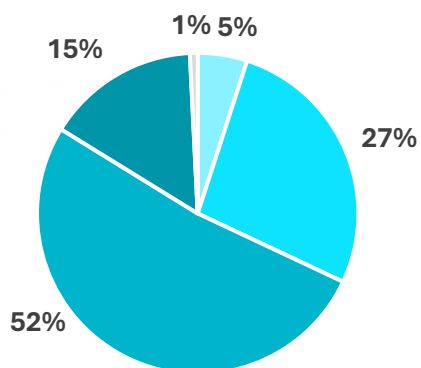
Perfil del paciente

Impacto en la calidad de vida

Según los clínicos, las pacientes que han experimentado síntomas relacionados con la menopausia, éstos les han afectado de forma moderada o severa en su calidad de vida (67%). Con el resto de los valores estudiados, observamos que a un 56% les afectó en su bienestar emocional seguidos por las relaciones personales (42%) y la autoestima que les ha afectado a un 40% de las pacientes con síntomas de la menopausia de forma moderada o severa.

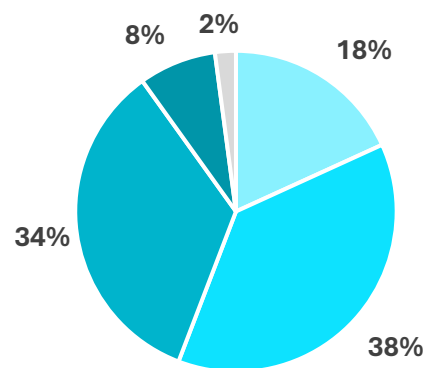


Calidad de vida



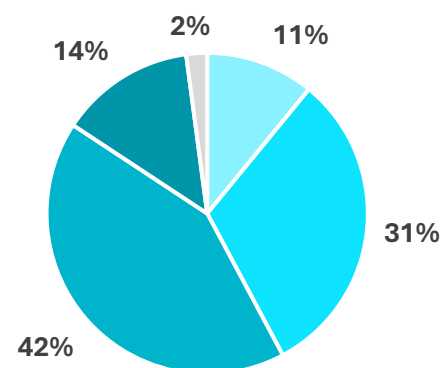
	Nº pacientes	%
No afecta	83	5%
Afecta levemente	450	27%
Afecta moderadamente	863	52%
Afecta severamente	257	15%
N/C	13	1%
TOTAL	1666	100%

Relaciones personales



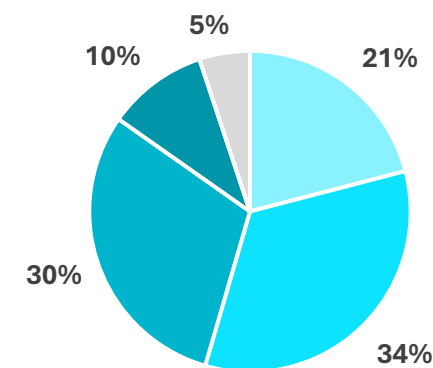
	Nº pacientes	%
No afecta	303	18%
Afecta levemente	627	38%
Afecta moderadamente	571	34%
Afecta severamente	130	8%
N/C	35	2%
TOTAL	1666	100%

Bienestar emocional



	Nº pacientes	%
No afecta	182	11%
Afecta levemente	521	31%
Afecta moderadamente	701	42%
Afecta severamente	227	14%
N/C	35	2%
TOTAL	1666	100%

Autoestima



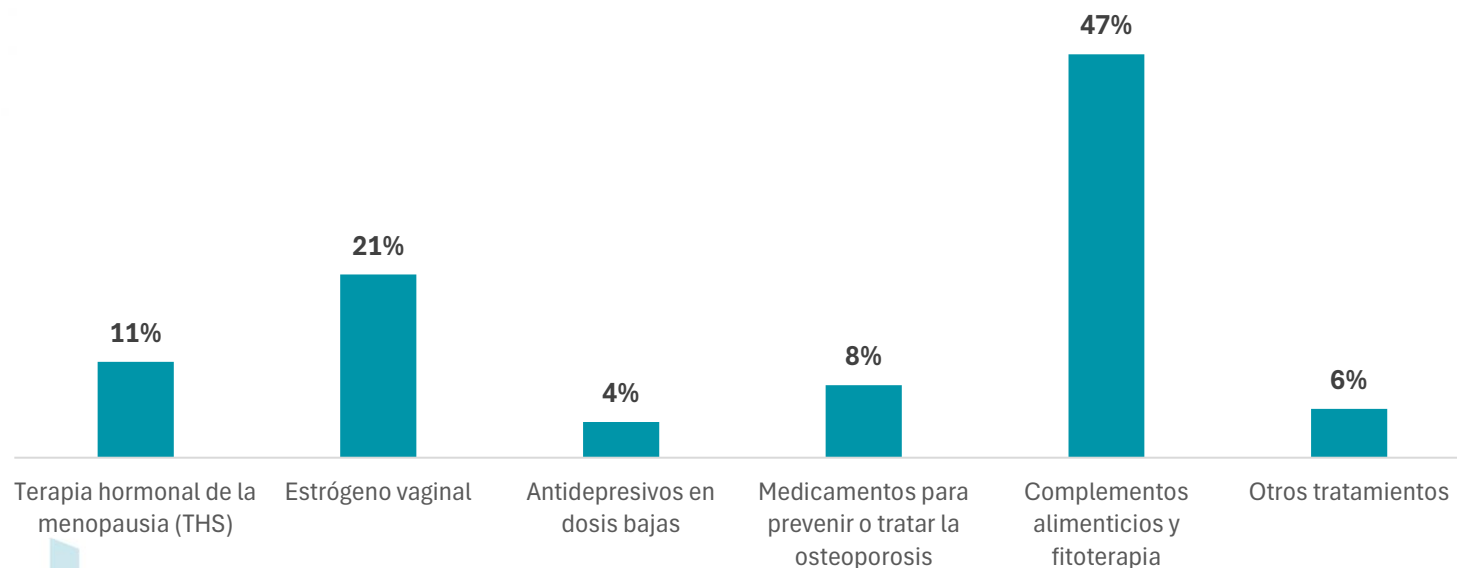
	Nº pacientes	%
No afecta	349	21%
Afecta levemente	559	34%
Afecta moderadamente	504	30%
Afecta severamente	169	10%
N/C	85	5%
TOTAL	1666	100%

Perfil del paciente

Tratamientos recibidos

Para aliviar los síntomas de la menopausia, el 47% de los profesionales participantes recomienda el uso de complementos alimenticios y fitoterapia, seguido del uso de estrógenos vaginales (21%) y terapia hormonal sustitutiva (11%).

¿Qué tratamiento médico ha recomendado a la paciente para aliviar o manejar los síntomas de la menopausia?



Tratamientos	Nº recomendaciones	%
Terapia hormonal de la menopausia (THS)	283	11%
Estrógeno vaginal	540	21%
Antidepresivos en dosis bajas	105	4%
Medicamentos para prevenir o tratar la osteoporosis	214	8%
Complementos alimenticios y fitoterapia	1190	47%
Otros tratamientos	144	6%
N/C	54	2%
TOTAL	2530	100%

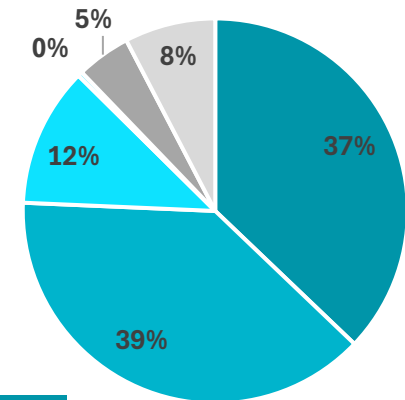
Perfil del paciente

Estilo de vida y hábitos

El 76% de las pacientes ha realizado cambios en su estilo de vida debido a la menopausia, principalmente en la actividad física y la dieta. Al preguntar por la salud y bienestar general de las pacientes con menopausia, un 63% de los facultativos creen que sus pacientes gozan de una buena salud situándolas entre el 6 y 8 en una escala del 1 al 10.

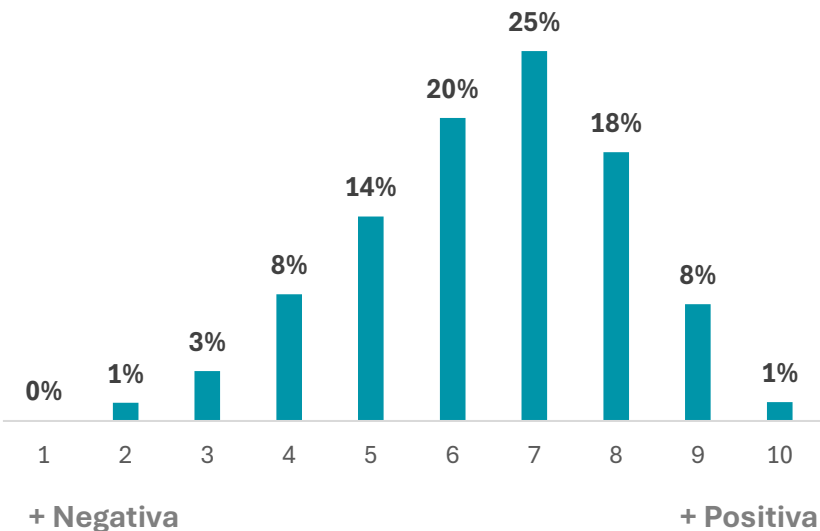
¿Ha realizado la paciente cambios en su estilo de vida o hábitos?

- Cambios en la dieta
- Cambios en la actividad física
- Meditación y mindfulness
- Otros*
- No ha realizado cambios
- N/C



* Analgésicos, antidepresivos, rehabilitación, psicoterapia, tabaco, hidratación, ingesta de calcio, colágeno, melatonina, ozempic y vitamina D

Califique la salud general y bienestar de la paciente en una escala del 1 al 10



	Nº pacientes	%
1	1	0%
2	20	1%
3	55	3%
4	140	8%
5	226	14%
6	335	20%
7	409	25%
8	297	18%
9	129	8%
10	21	1%
N/C	33	2%
TOTAL	1666	100%

MENOPAUSIA Y CONTROL DE PESO

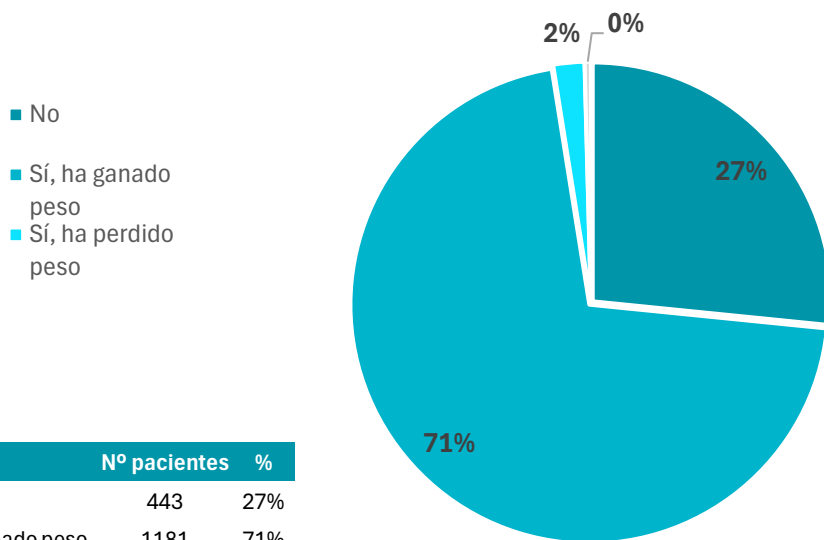


Menopausia y control de peso

Cambios en el peso corporal

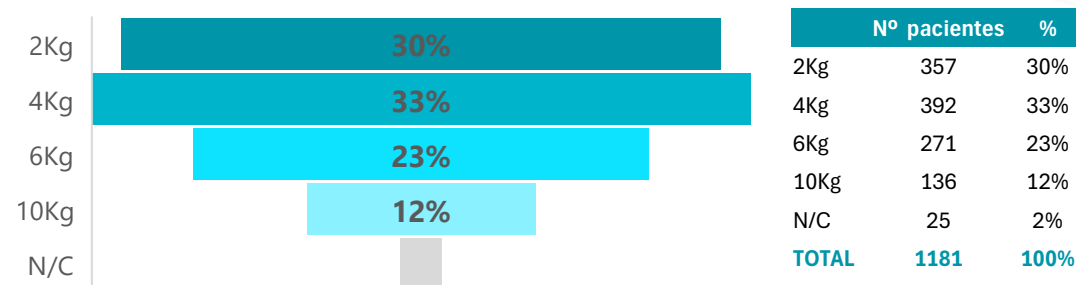
Los médicos indicaron que el 71% de sus pacientes habían experimentado un aumento de peso durante la menopausia, la mayoría de las pacientes se situaba en un aumento de peso de entre 2 y 4 Kg (63%).

¿Ha experimentado la paciente un cambio de peso durante la menopausia en el último año?



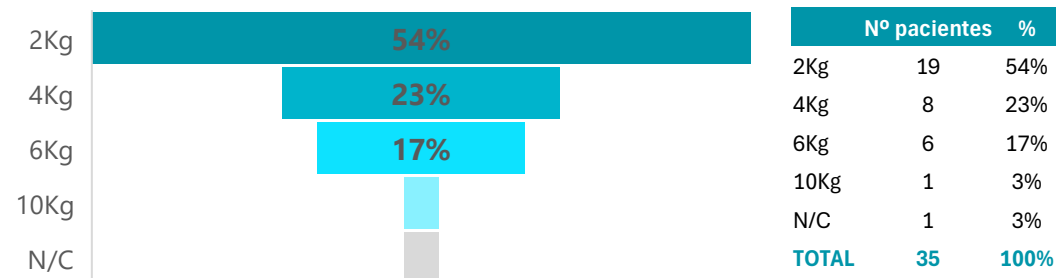
	Nº pacientes	%
No	443	27%
Sí, ha ganado peso	1181	71%
Sí, ha perdido peso	35	2%
N/C	7	0%
TOTAL	1666	100%

Sí, ha ganado peso



	Nº pacientes	%
2Kg	357	30%
4Kg	392	33%
6Kg	271	23%
10Kg	136	12%
N/C	25	2%
TOTAL	1181	100%

Sí, ha perdido peso



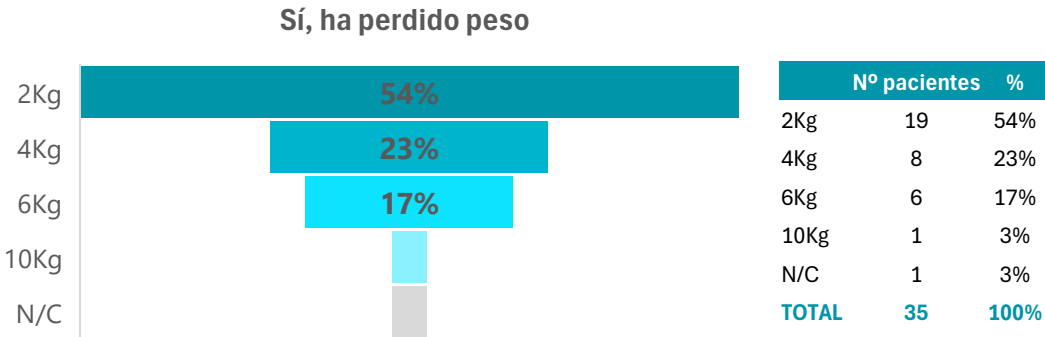
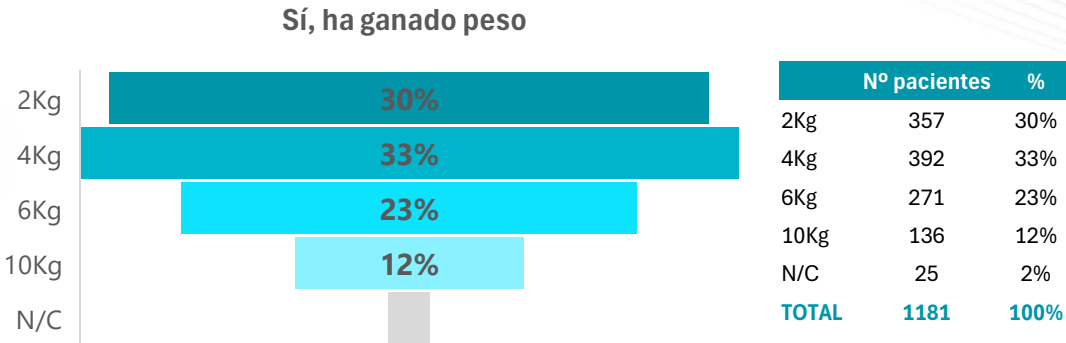
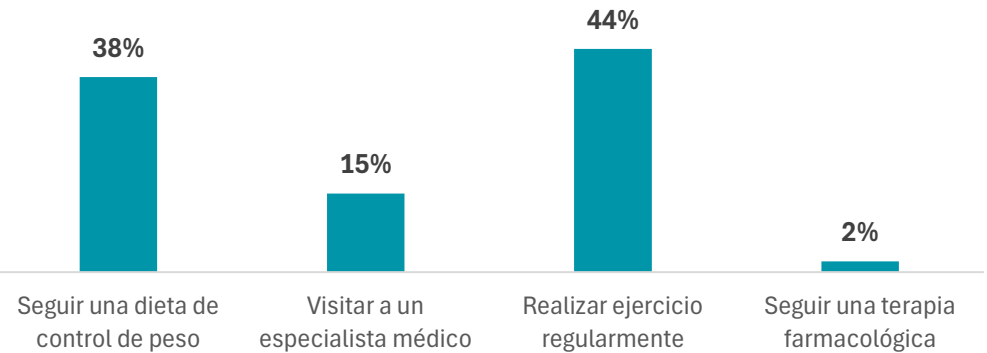
	Nº pacientes	%
2Kg	19	54%
4Kg	8	23%
6Kg	6	17%
10Kg	1	3%
N/C	1	3%
TOTAL	35	100%

Menopausia y control de peso

Cambios en el peso corporal

El 73% de las pacientes reportaron haber experimentado cambios de peso durante la menopausia, de las cuales el 63% indicó un aumento de entre 2 y 4 kg.

Frente a esta situación, los médicos recomendaron como principales estrategias de control el **ejercicio regular** y el **seguimiento de una dieta adecuada** para el manejo del peso.

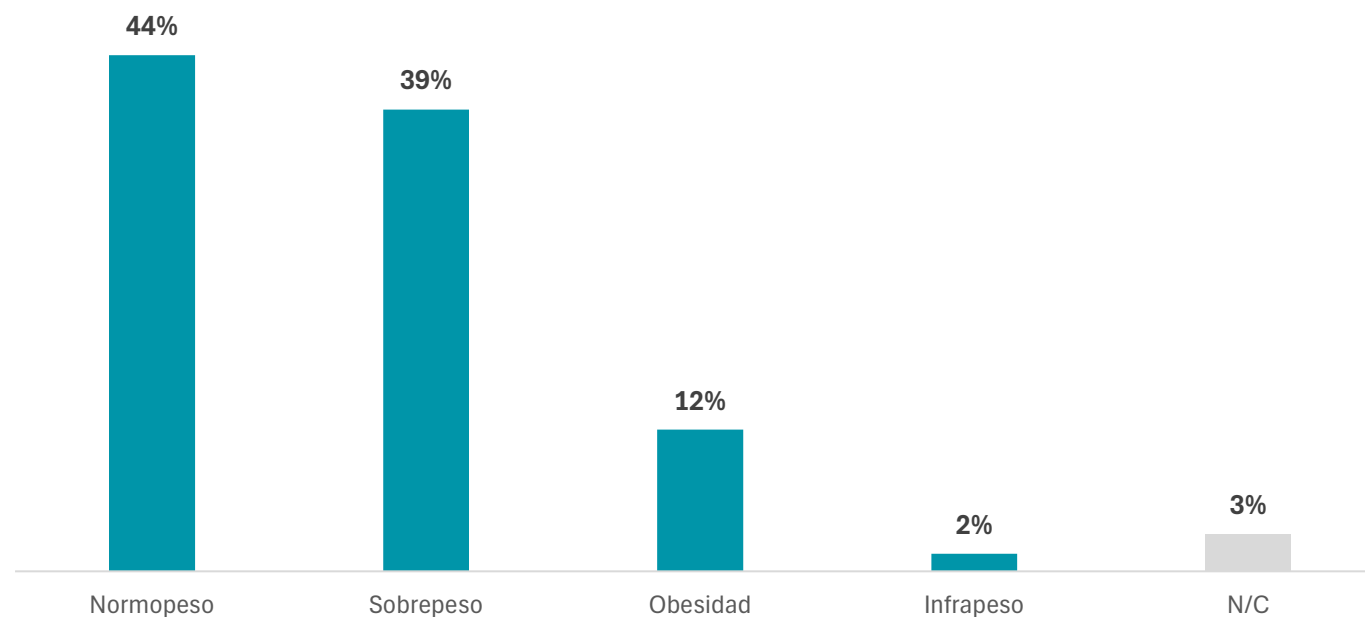


Menopausia y control de peso

Cambios en el peso corporal

Según los profesionales participantes, el 44% de las pacientes presenta normopeso, el 39% sobrepeso, el 12% obesidad y el 2% infrapeso.

Según el profesional, la paciente se encuentra en:

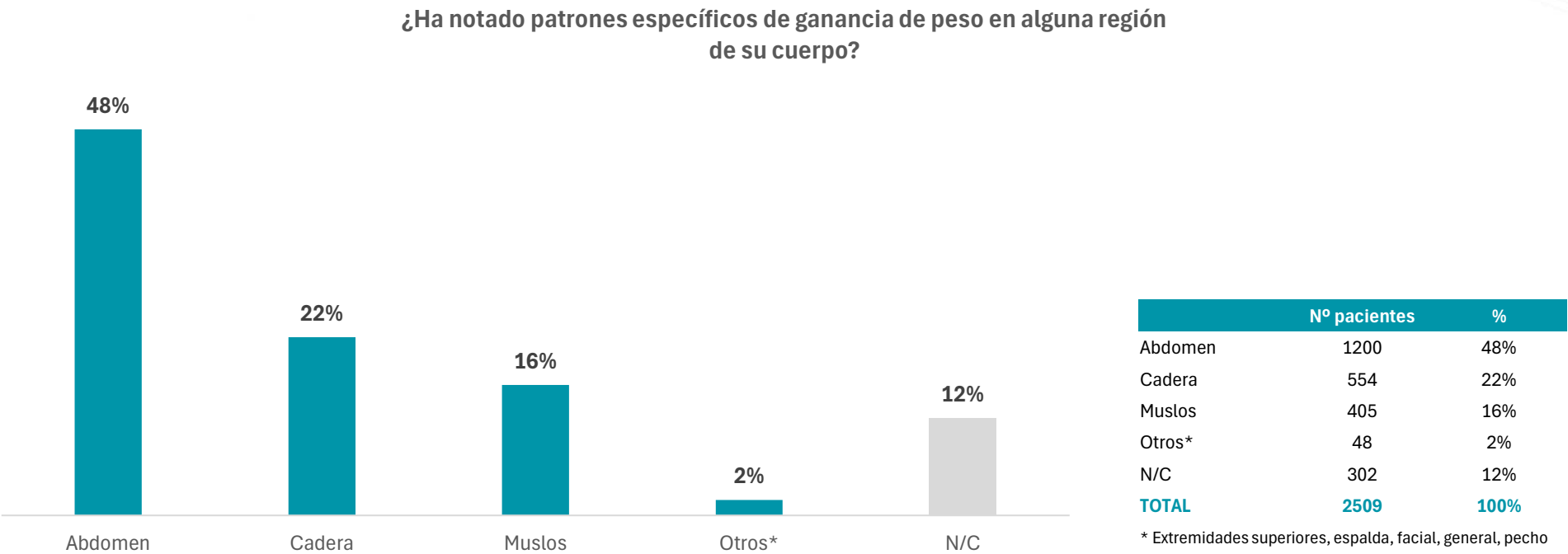


	Nº pacientes	%
Normopeso	732	44%
Sobrepeso	655	39%
Obesidad	201	12%
Infrapeso	25	2%
N/C	53	3%
TOTAL	1666	100%

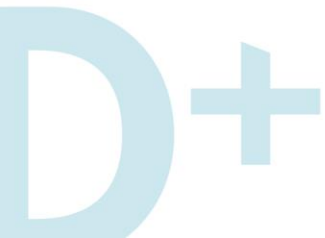
Menopausia y control de peso

Patrones de ganancia de peso

A la pregunta sobre patrones específicos de ganancia de peso, según región del cuerpo, los facultativos indicaron 48% el abdomen, un 22% la cadera y con un 16% los muslos.



* Extremidades superiores, espalda, facial, general, pecho

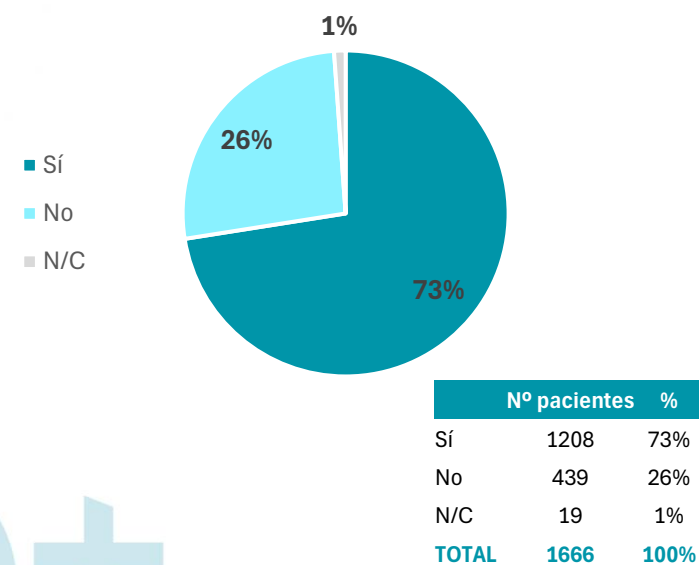


Menopausia y control de peso

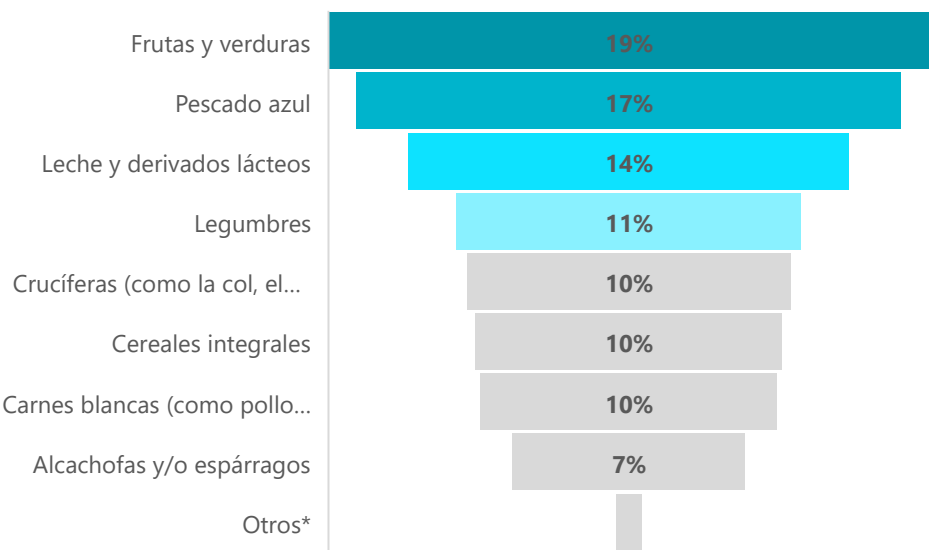
Cambios en la dieta durante la menopausia

El 73% de los médicos participantes recomendaron a sus pacientes incorporar o aumentar el consumo de ciertos alimentos beneficiosos para aliviar los síntomas de la menopausia. Entre los alimentos más sugeridos destacan las frutas y verduras, el pescado azul y los lácteos.

¿Ha recomendado a su paciente la incorporación o el incremento de consumo de alguno de los alimentos específicos que se consideran beneficiosos para aliviar los síntomas de la menopausia?



En caso afirmativo, indicar cuál:



	Nº pacientes	%
Frutas y verduras	919	19%
Pescado azul	834	17%
Leche y derivados lácteos	675	14%
Legumbres	528	11%
Crucíferas (como la col, el brócoli, la coliflor, la col lombarda o las coles de Bruselas)	495	10%
Cereales integrales	469	10%
Carnes blancas (como pollo, el pavo o el conejo)	455	10%
Alcachofas y/o espárragos	356	7%
Otros*	40	1%
TOTAL	4771	100%

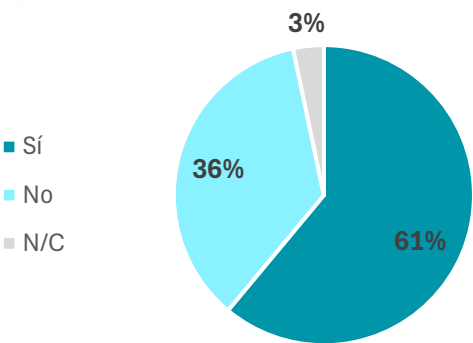
* Frutos secos, frutos secos y semillas, dieta antiinflamatoria, evitar procesados, evitar ultraprocesados, evitar fritos, dieta baja en hidratos de carbono, disminución de hidratos de carbono, dieta mediterránea, control por especialista en nutrición, evitar embutidos, no consumir alcohol, vegetales de hoja, aguacate, tomate, avena, leche vegetal, huevos, serotoninérgicos, recomendaciones dirigidas por endocrino, dieta variada.

Menopausia y control de peso

Cambios en la dieta durante la menopausia

El 61% de los participantes recomendó a sus pacientes el uso de suplementos para el control de peso o mejoras nutricionales en la perimenopausia. Entre ellos, el 41% sugirió calcio y vitamina D, seguido de Omega-3 y multivitamínicos.

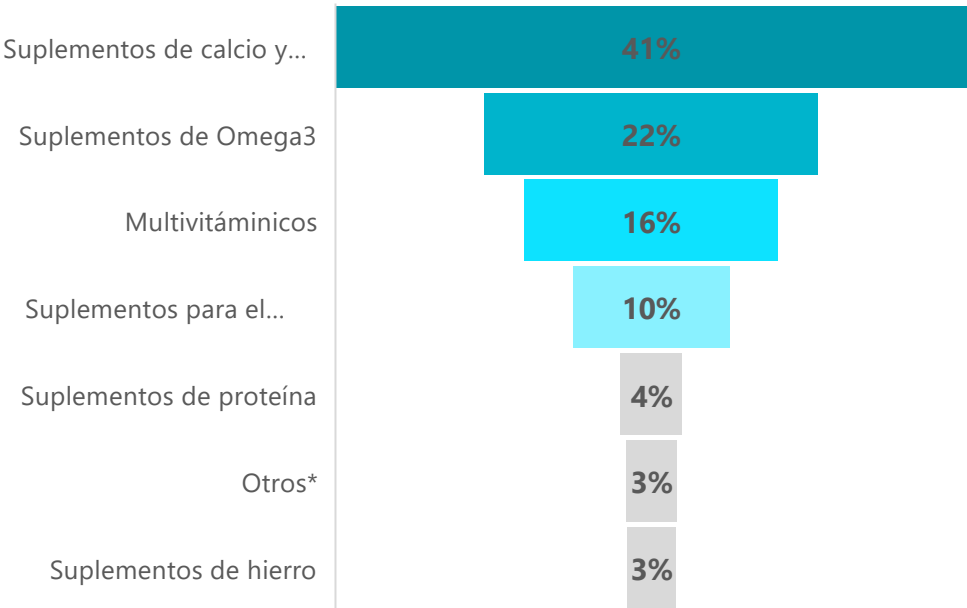
¿Le ha recomendado a la paciente el uso de suplementos o complementos alimenticios específicos para manejar el control de peso o mejoras nutricionales en la perimenopausia?



■ Sí
■ No
■ N/C

	Nº pacientes	%
Sí	1017	61%
No	594	36%
N/C	55	3%
TOTAL	1666	100%

En caso afirmativo, ¿cuál de las siguientes categorías de suplementos?



	Nº pacientes	%
Suplementos de proteína	68	4%
Suplementos de calcio y vitamina D	692	41%
Multivitamínicos	278	16%
Suplementos de hierro	54	3%
Suplementos de Omega3	366	22%
Suplementos para el control de peso	172	10%
Otros*	56	3%
N/C	12	1%
TOTAL	1698	100%

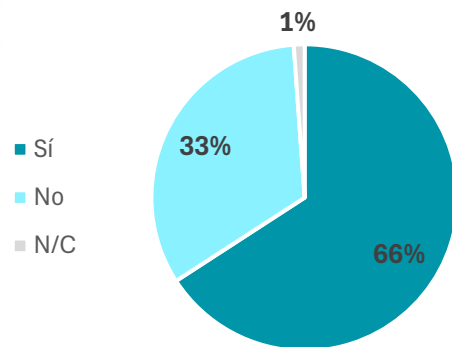
* Donna Plus Menocifuga Vital, magnesio, melatonina, drenantes, detox hepático, vitamina D, estrogénos vaginales

Menopausia y control de peso

Hábitos alimentarios y estilo de vida

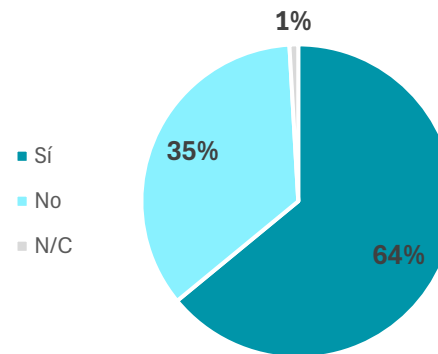
El 66% de los participantes considera que sus pacientes mantienen hábitos alimentarios saludables y una dieta equilibrada. Asimismo, el 64% opina que sus pacientes realizan alguna actividad física, mayoritariamente entre 2-3 veces por semana (39%).

¿Considera que los hábitos alimentarios de la paciente son saludables y sigue una dieta equilibrada?



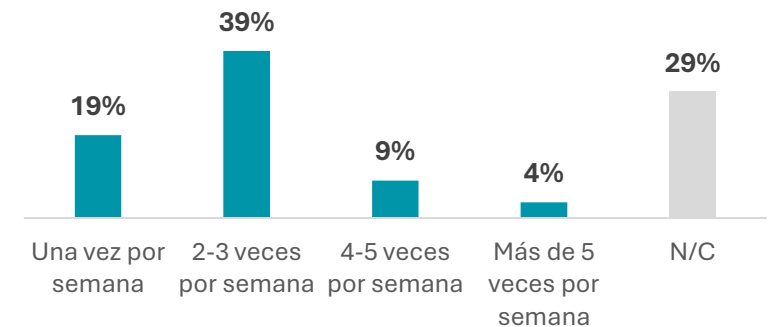
	Nº pacientes	%
Sí	1097	66%
No	550	33%
N/C	19	1%
TOTAL	1666	100%

¿Realiza ella algún ejercicio físico?



	Nº pacientes	%
Sí	1067	64%
No	584	35%
N/C	15	1%
TOTAL	1666	100%

En el caso afirmativo, especifique la frecuencia



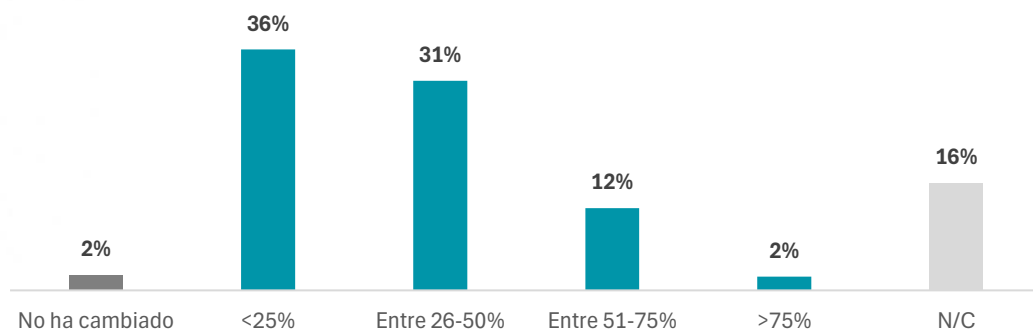
	Nº pacientes	%
Una vez por semana	206	19%
2-3 veces por semana	415	39%
4-5 veces por semana	93	9%
+5 veces por semana	39	4%
N/C	314	29%
TOTAL	1067	100%

Menopausia y control de peso

Hábitos alimentarios y estilo de vida

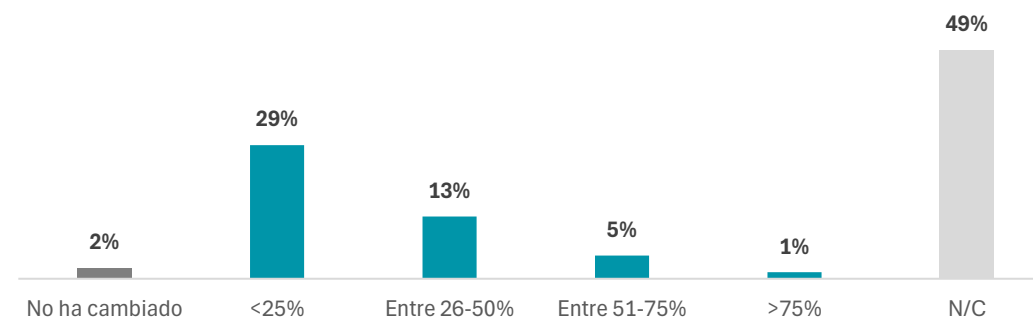
El 36% de las pacientes aumentó su actividad física en menos del 25%, mientras que el 29% la redujo en el mismo porcentaje. Destaca que el 49% no indica si ha habido disminución, lo que sugiere que la mayoría tiende a incrementar su actividad física durante la menopausia.

Aumento de la actividad física



	Nº pacientes	%
No ha cambiado	38	2%
<25%	600	36%
Entre 26-50%	522	31%
Entre 51-75%	205	12%
>75%	34	2%
N/C	267	16%
TOTAL	1666	100%

Disminución de la actividad física



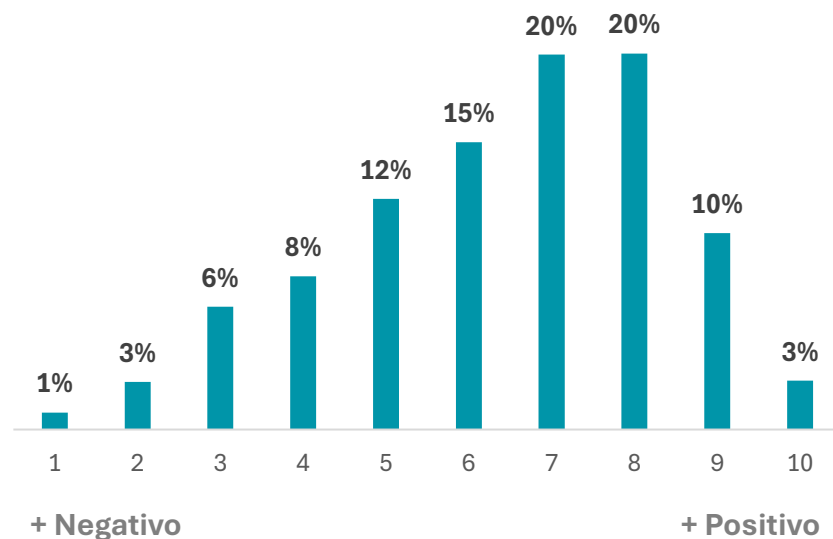
	Nº pacientes	%
No ha cambiado	38	2%
<25%	479	29%
Entre 26-50%	223	13%
Entre 51-75%	83	5%
>75%	23	1%
N/C	820	49%
TOTAL	1666	100%

Menopausia y control de peso

Hábitos alimentarios y estilo de vida

El 53% de encuestados opina que sus pacientes perciben su dieta como saludable (puntuaciones de 7 a 10), mientras que el 45% le asigna una valoración media o baja (1 a 6).

¿Considera la paciente que sus hábitos alimentarios son saludables y sigue una dieta equilibrada?



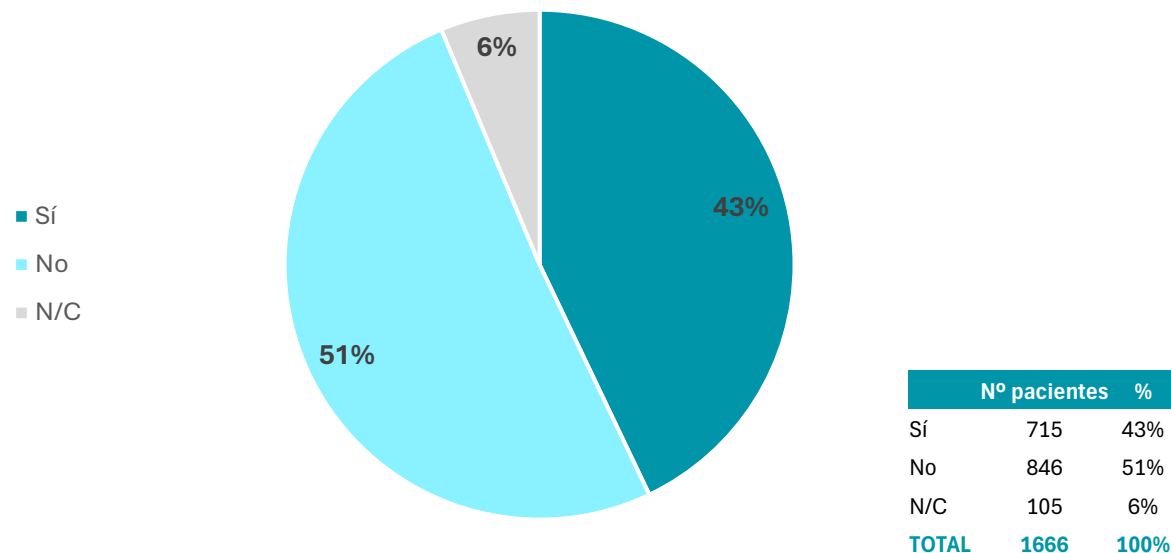
	Nº pacientes	%
1	15	1%
2	42	3%
3	108	6%
4	135	8%
5	203	12%
6	253	15%
7	330	20%
8	331	20%
9	173	10%
10	43	3%
N/C	33	2%
TOTAL	1666	100%

Menopausia y control de peso

Hábitos alimentarios y estilo de vida

En cuanto a la autoestima asociada a la ganancia de peso, un 43% de los profesionales opinan que es algo que afecta negativamente a sus pacientes, mientras que el 51% cree que sus pacientes no han experimentado cambios en su autoestima debido al aumento de peso.

¿Ha experimentado ella cambios en su autoestima debido a la ganancia de peso?



MENOPAUSIA Y LIBIDO

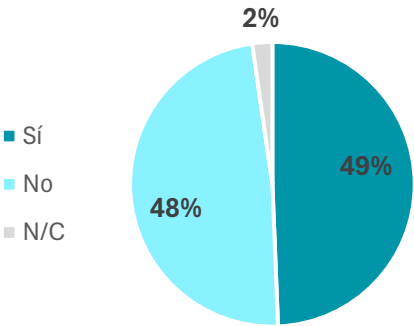


Menopausia y libido

Comunicación de pareja

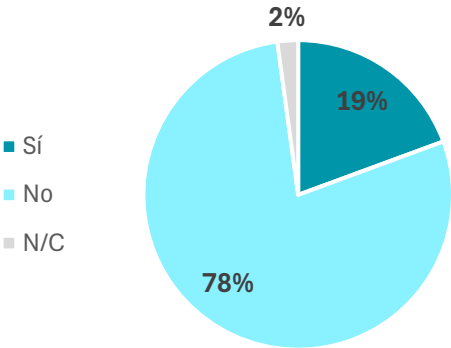
La comunicación sobre los cambios en la libido esta muy equilibrada: el 49% de las pacientes lo ha hablado con su pareja, frente al 48% que no lo ha hecho. A destacar que el 78% de las pacientes acuden solas a consulta. Casi la mitad (48%) de las pacientes tiene una relación de pareja de más de 15 años.

¿Su paciente ha hablado de los cambios en su libido con su pareja?



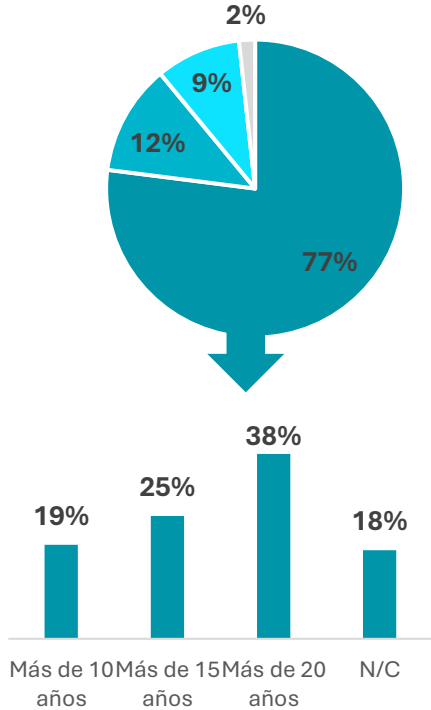
	Nº pacientes	%
Sí	823	49%
No	806	48%
N/C	38	2%
TOTAL	1667	100%

¿Ha acudido a la consulta con su pareja?



	Nº pacientes	%
Sí	323	19%
No	1307	78%
N/C	36	2%
TOTAL	1666	100%

Tipo de pareja actual



- Pareja estable
- Pareja ocasional
- Sin pareja
- N/C

	Nº pacientes	%
Pareja estable	1283	77%
Pareja ocasional	200	12%
Sin pareja	154	9%
N/C	29	2%
TOTAL	1666	100%

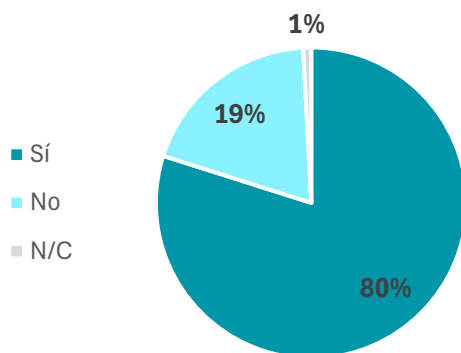
	Nº pacientes	%
Más de 10 años	246	19%
Más de 15 años	321	25%
Más de 20 años	484	38%
N/C	232	18%
TOTAL	1283	100%

Menopausia y libido

Cambios en la libido

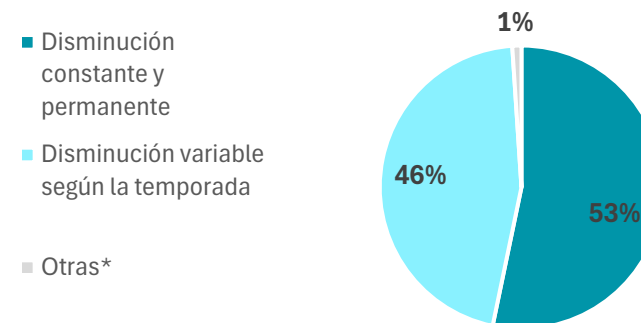
Según el 80% de los médicos encuestados, sus pacientes han experimentado una disminución en su deseo sexual desde el inicio de la menopausia. De estas, según su opinión, el 53% experimenta una reducción constante, mientras que el 46% indica una disminución variable según la temporada.

¿Ha experimentado ella una disminución en su deseo sexual desde que comenzó la menopausia?



	Nº pacientes	%
Sí	1331	80%
No	321	19%
N/C	14	1%
TOTAL	1666	100%

En el caso afirmativo, indique:



	Nº pacientes	%
Disminución constante y permanente	717	53%
Disminución variable según la temporada	615	46%
Otras*	14	1%
TOTAL	1346	100%

* Dispareunia, disminución progresiva, disminución ocasional e inapetencia total

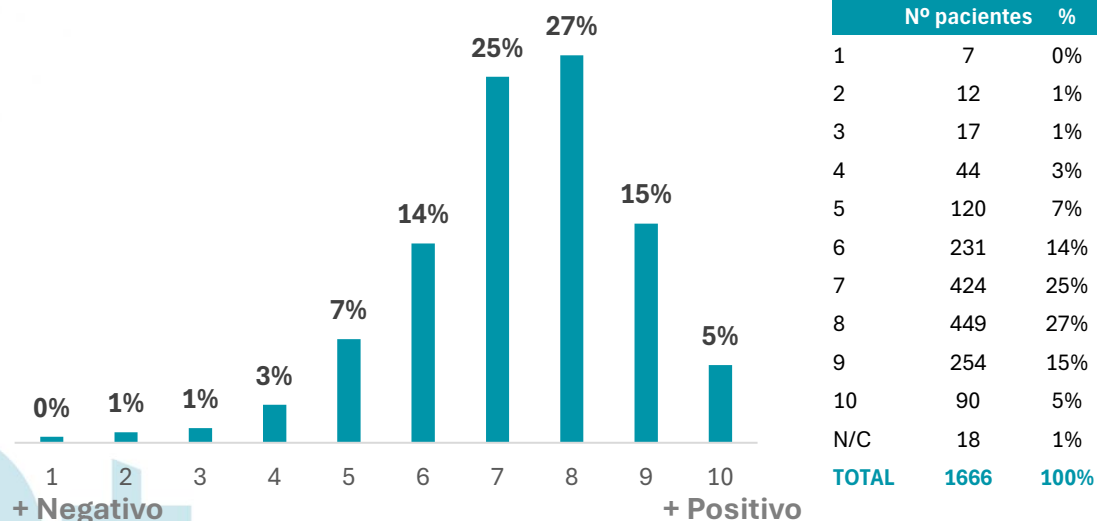
Menopausia y libido

Cambios en la libido

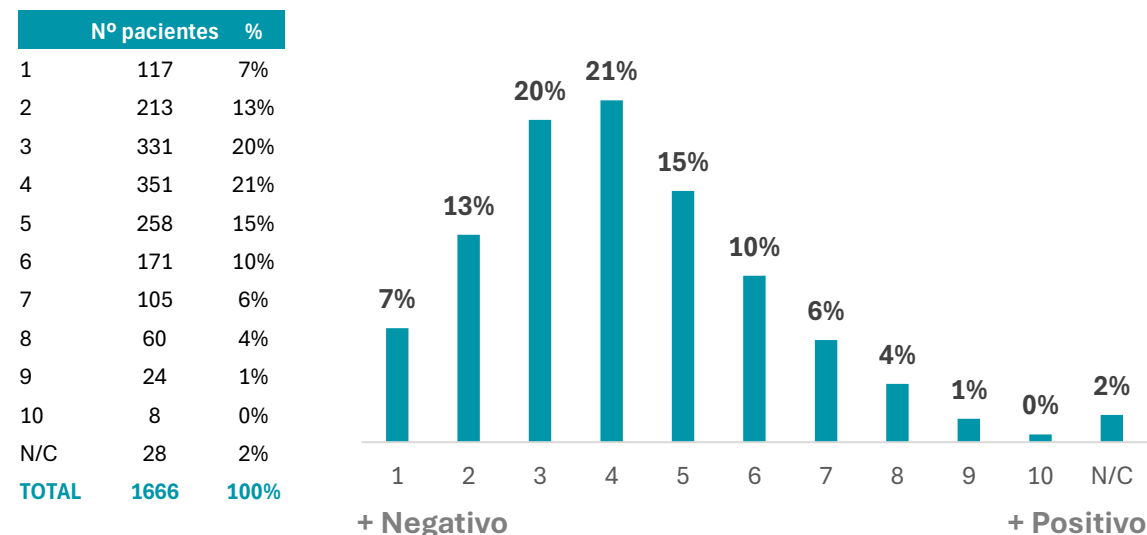
Según los médicos encuestados, antes de la menopausia, el 67% de sus pacientes evaluaban su libido con una puntuación de 7 o más, indicando una percepción elevada de deseo sexual. Durante la menopausia, el nivel de libido se ha reducido drásticamente, con solo el 11% de las pacientes puntuando 7 o más, mientras que el 61% reporta un nivel de libido de 4 o menos.

¿Cómo describiría la paciente su nivel de libido antes y después de la menopausia?

Antes de la menopausia



Actualmente (en la menopausia)

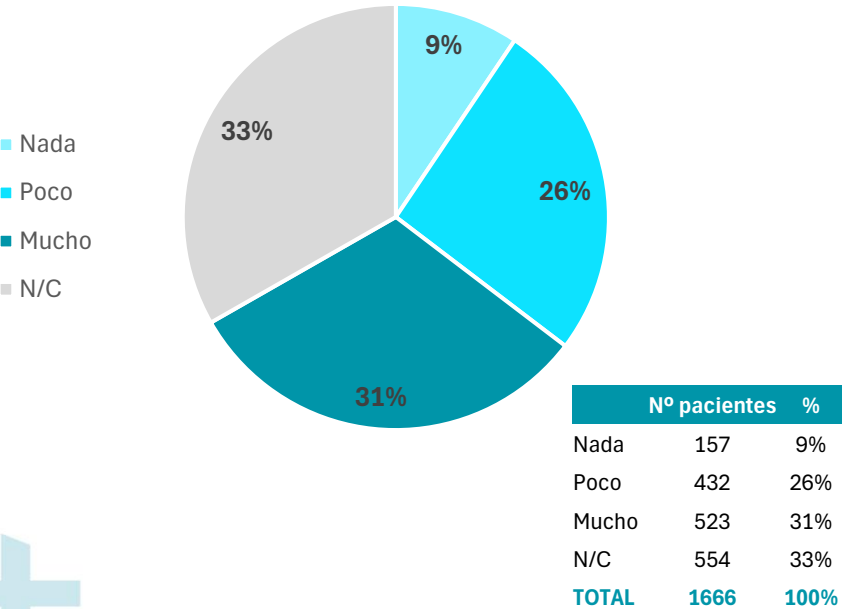


Menopausia y libido

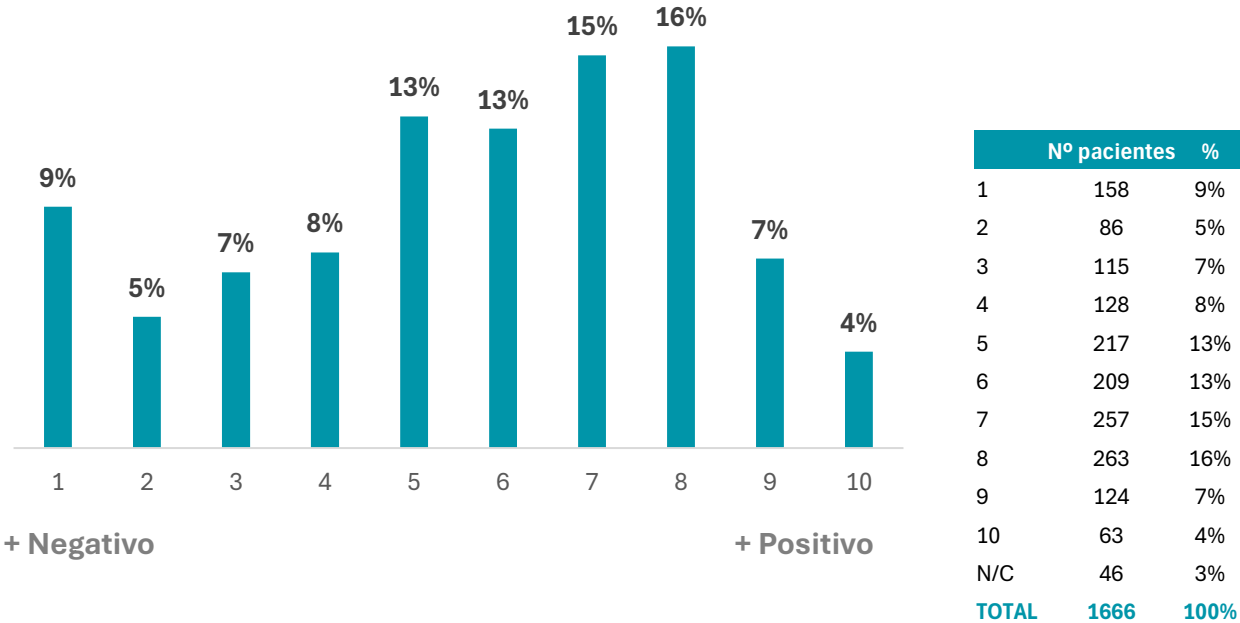
Calidad de la vida sexual

Los cambios en la libido han afectado sustancialmente a la vida sexual y la relación de pareja de las pacientes en el 31% de los casos, y poco en el 26%. En cuanto al impacto en la satisfacción sexual, el 56% de las pacientes lo califica con una puntuación de 7 o más, indicando un efecto notable en su bienestar sexual.

¿Cómo han afectado los cambios en la libido a la vida sexual de su paciente y a su relación de pareja?



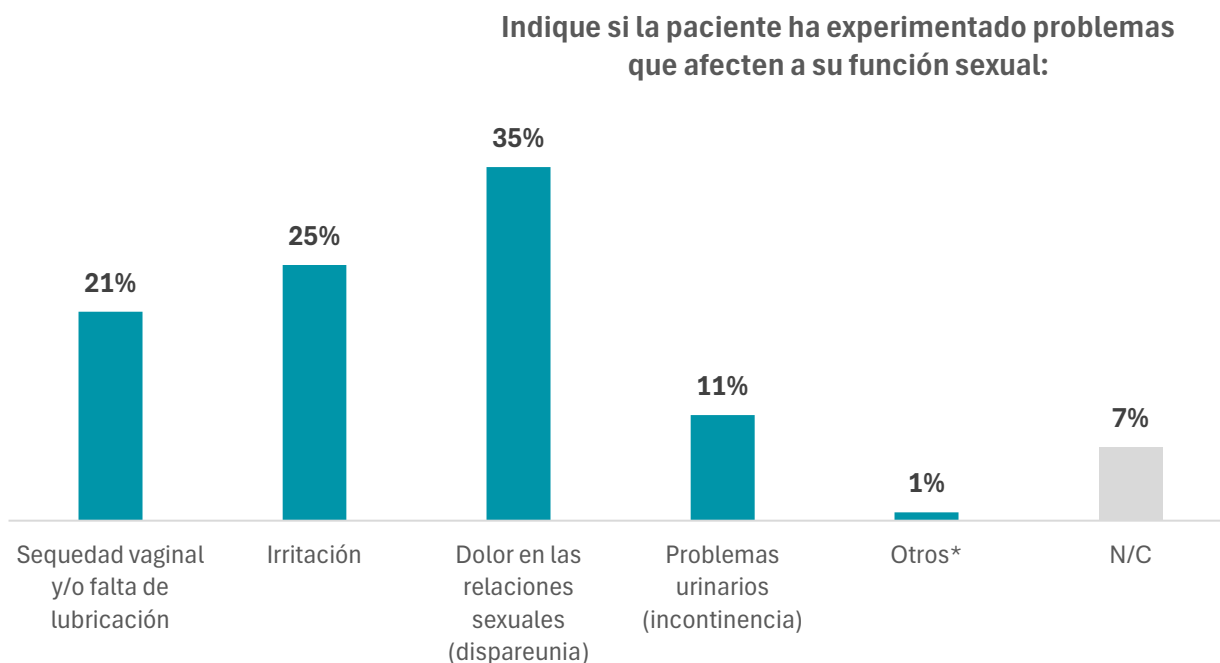
¿Ha habido un impacto en la satisfacción sexual?



Menopausia y libido

Síntomas relacionados con la libido

Solo el 3% de las pacientes afirman NO haber experimentado problemas en su función sexual durante la menopausia. Entre los síntomas más frecuentes destacan el dolor en las relaciones (35%), la irritación (25%) y la sequedad vaginal o falta de lubricación (21%).



	Nº pacientes	%
Sequedad vaginal y/o falta de lubricación	431	21%
Irritación	528	25%
Dolor en las relaciones sexuales (dispareunia)	730	35%
Problemas urinarios (incontinencia)	218	11%
Otros*	17	1%
N/C	152	7%
TOTAL	2076	100%

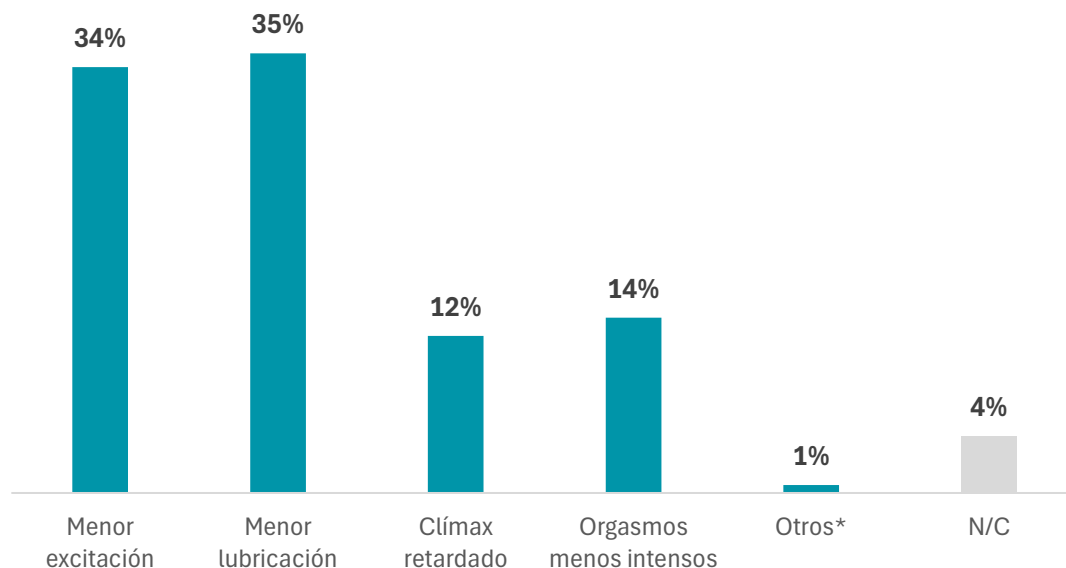
* Ausencia o disminución de libido, deseo sexual hipoactivo, inseguridades, picor vaginal, no tiene relaciones

Menopausia y libido

Cambios en la respuesta sexual

Más del 90% de las pacientes experimentan algún cambio en su respuesta sexual durante la menopausia. Los problemas más comunes incluyen menor lubricación (35%), menor excitación (34%), orgasmos menos intensos (14%) y un clímax retardado (12%).

Indique si la paciente ha experimentado problemas que afecten a su función sexual:



	Nº pacientes	%
Menor excitación	1069	34%
Menor lubricación	1103	35%
Clímax retardado	394	12%
Orgasmos menos intensos	440	14%
Otros*	20	1%
N/C	142	4%
TOTAL	3168	100%

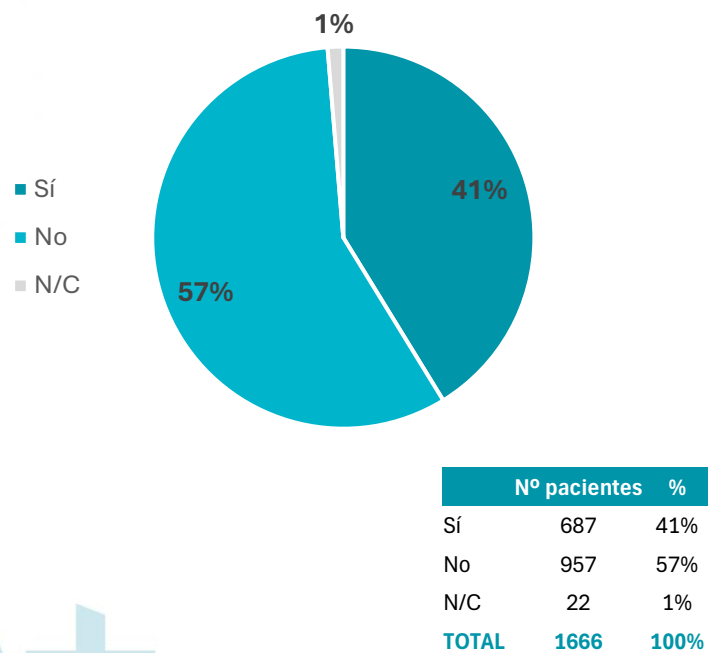
* Anorgasmia, masturbación, deseo sexual hipoactivo, dispareunia y escapes de orina

Menopausia y libido

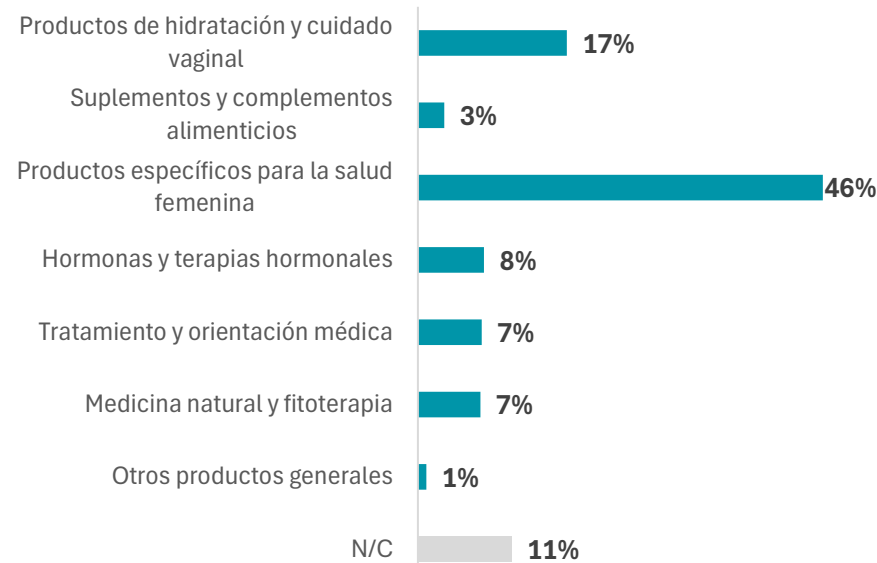
Conversación con profesional sanitario

El 58% de los profesionales participantes no ha prescrito tratamientos o recomendaciones específicas para la libido, frente al 41% que sí lo ha hecho, destacando la recomendación de productos específicos para la salud femenina (46%).

¿Le ha prescrito recomendaciones o tratamientos relacionados con la libido?



En el caso afirmativo, especifique:



	Nº pacientes	%
Productos de hidratación y cuidado vaginal	124	17%
Suplementos y complementos alimenticios	22	3%
Productos específicos para la salud femenina*	337	46%
Hormonas y terapias hormonales	55	8%
Tratamiento y orientación médica	53	7%
Medicina natural y fitoterapia	52	7%
Otros productos generales	7	1%
N/C	78	11%
TOTAL	728	100%

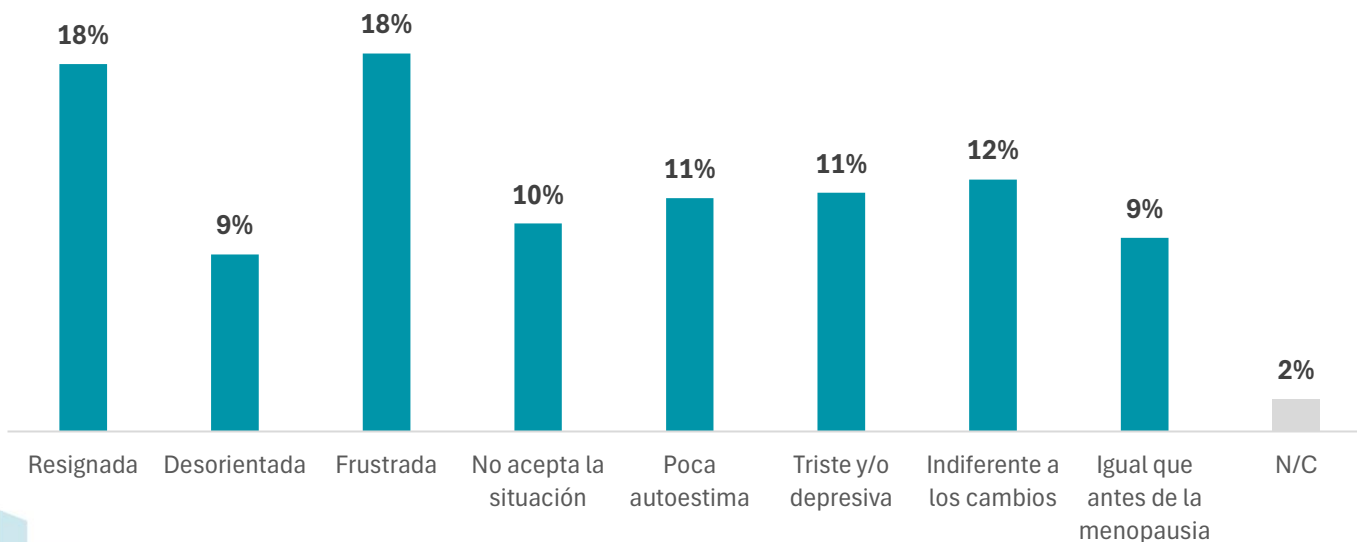
*El 72% de las recomendaciones son productos de la gama Donna Plus Menocífuga.

Menopausia y libido

Conversación con profesional sanitario

Más del 95% de las pacientes se sienten identificadas con una o más reacciones emocionales ante los cambios en la libido. Las emociones más indicadas incluyen frustración (18%), resignación (18%) y tristeza o depresión (11%), seguidas de baja autoestima (11%) e indiferencia (12%).

¿Cómo se siente su paciente emocionalmente con respecto a los cambios en su libido?

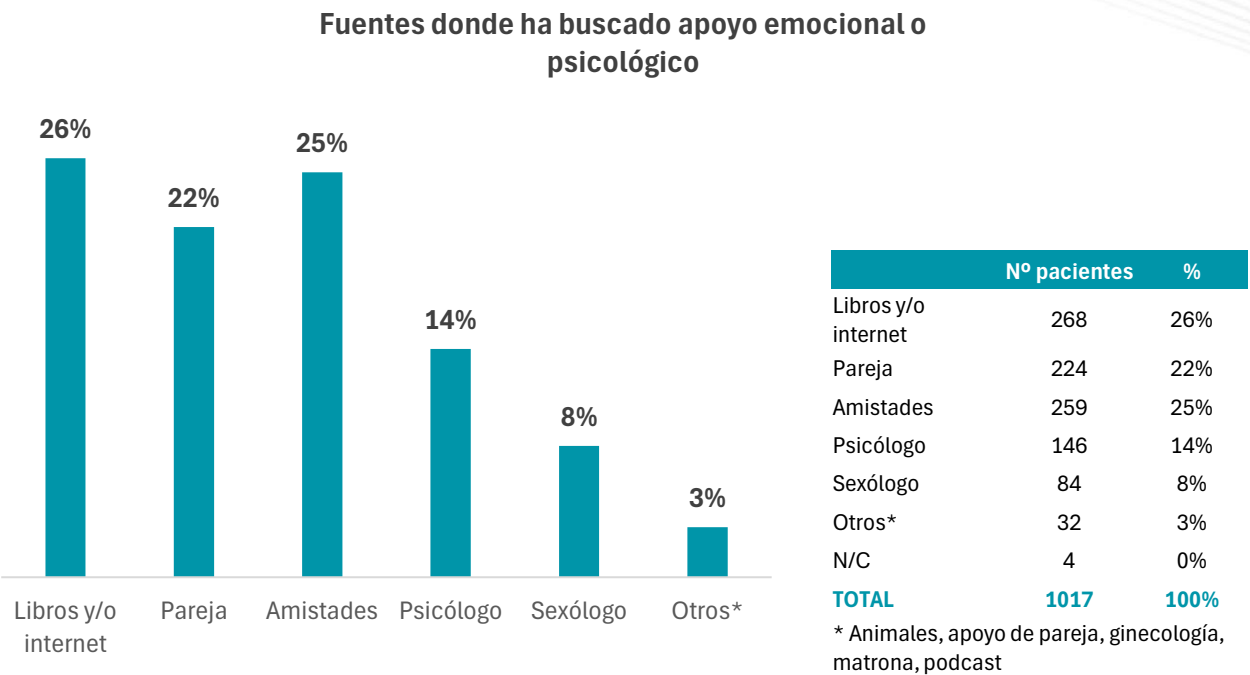
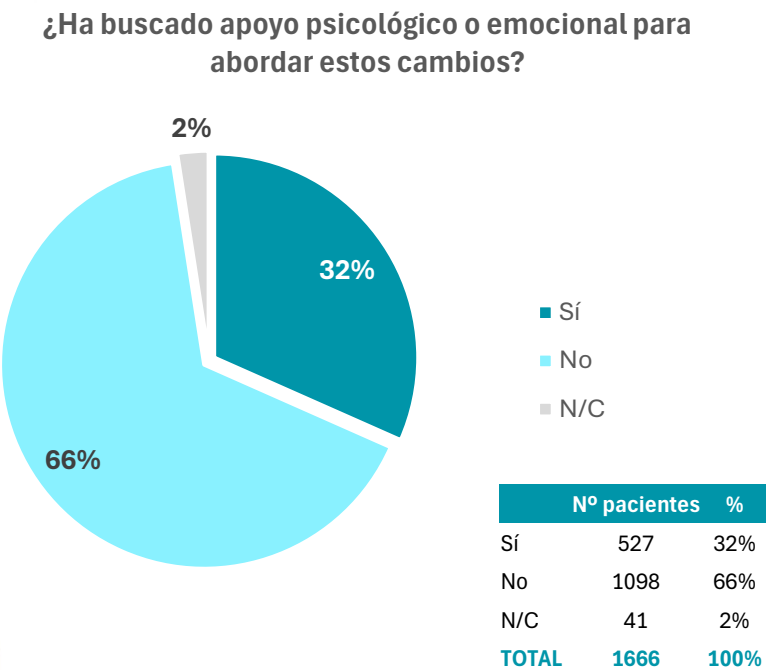


	Nº pacientes	%
Resignada	417	18%
Desorientada	201	9%
Frustrada	429	18%
No acepta la situación	236	10%
Poca autoestima	265	11%
Triste y/o depresiva	271	11%
Indiferente a los cambios	286	12%
Igual que antes de la menopausia	220	9%
N/C	37	2%
TOTAL	2362	100%

Menopausia y libido

Conversación con profesional sanitario

El 66% de las pacientes NO ha buscado apoyo psicológico o emocional para manejar los cambios en su libido, aunque el 32% que sí lo ha hecho reporta distintos enfoques para mejorar su bienestar. Entre las que sí lo han hecho, destaca que un 73% lo han hecho a través de libros, amistades o pareja y solo un 20% han buscado ayuda profesional con psicólogos o sexólogos.



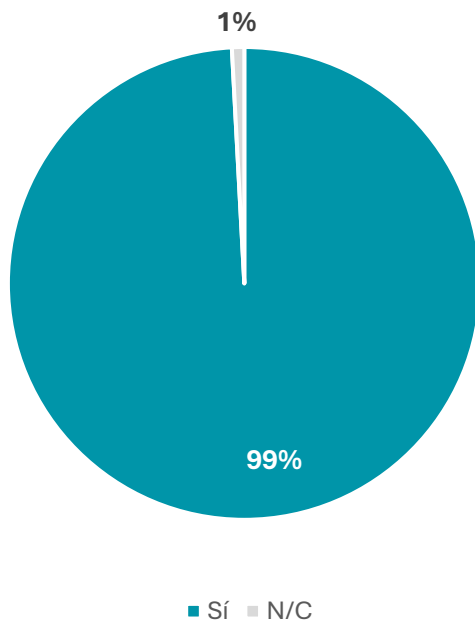
ASPECTOS RELACIONADOS CON EL TRATAMIENTO RECOMENDADO



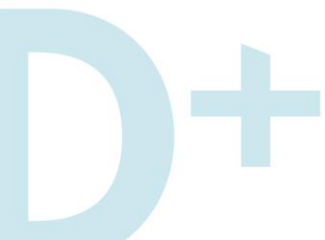
Aspectos del tratamiento

Producto recomendado

Al 99% de las pacientes se les recomendó el tratamiento Donna Menocífuga Vital.



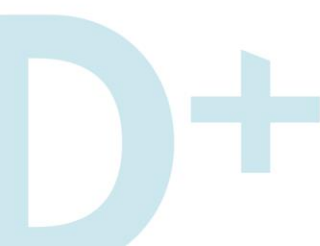
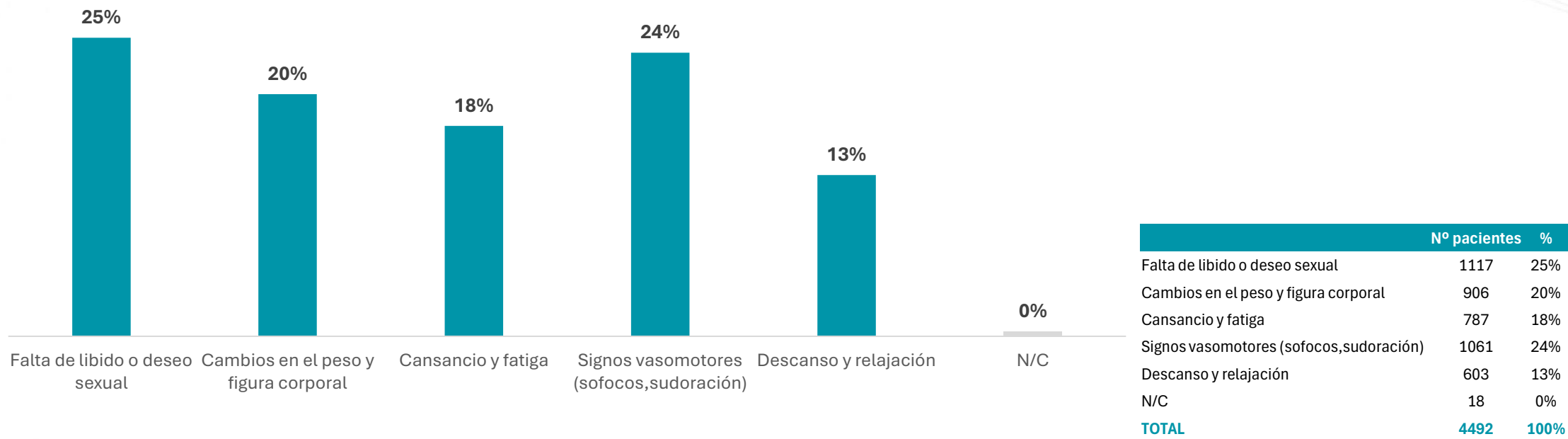
	Nº pacientes	%
Donna Menocífuga Vital	1652	99%
N/C	14	1%
TOTAL	1666	100%



Aspectos del tratamiento

Motivo de la recomendación

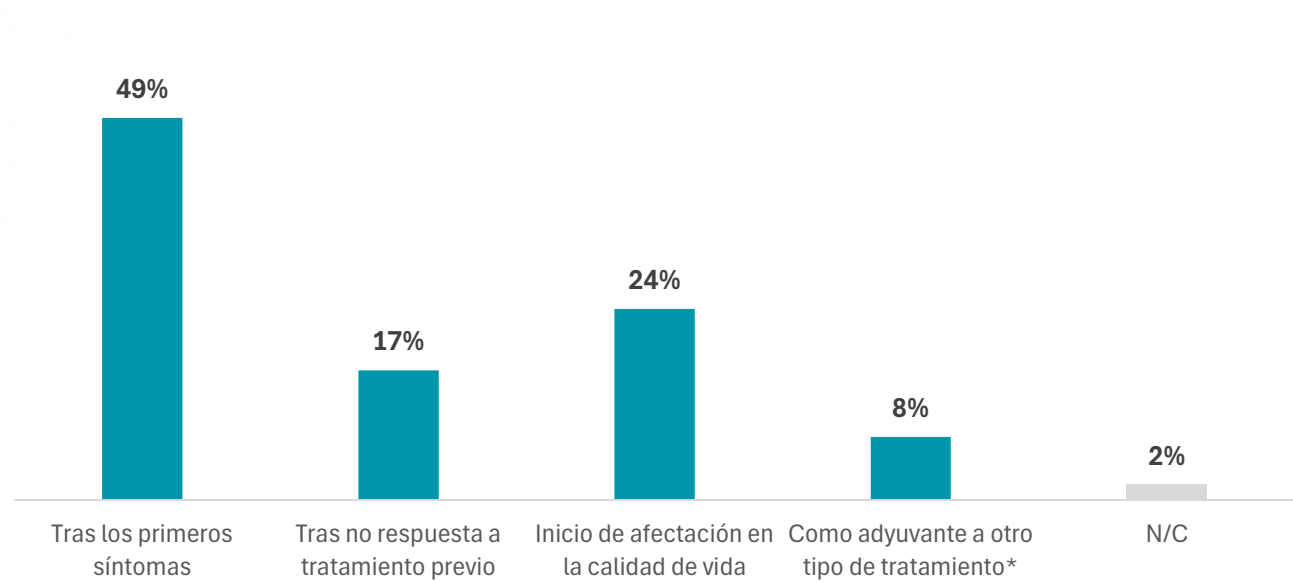
Las principales razones para recomendar el tratamiento fueron la falta de libido (25%) y los signos vasomotores como sofocos y sudoración (24%), seguidos de cambios en el peso corporal (20%) y cansancio (18%).



Aspectos del tratamiento

Momento de la recomendación

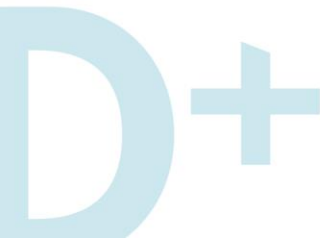
En cuanto al momento de recomendación, a casi la mitad de las pacientes (49%) se les indicó el tratamiento al aparecer los primeros síntomas, mientras que al 24% se les recomendó cuando estos síntomas empezaron a afectar su calidad de vida.



	Nº pacientes	%
Tras los primeros síntomas	884	49%
Tras no respuesta a tratamiento previo	300	17%
Inicio de afectación en la calidad de vida	442	24%
Como adyuvante a otro tipo de tratamiento*	146	8%
N/C	35	2%
TOTAL	1807	100%

*	Nº pacientes	%
Hormonas y terapias hormonales	43	29%
Productos de hidratación y cuidado vaginal	32	22%
Otros tratamientos	26	18%
N/C	45	31%
TOTAL	146	100%

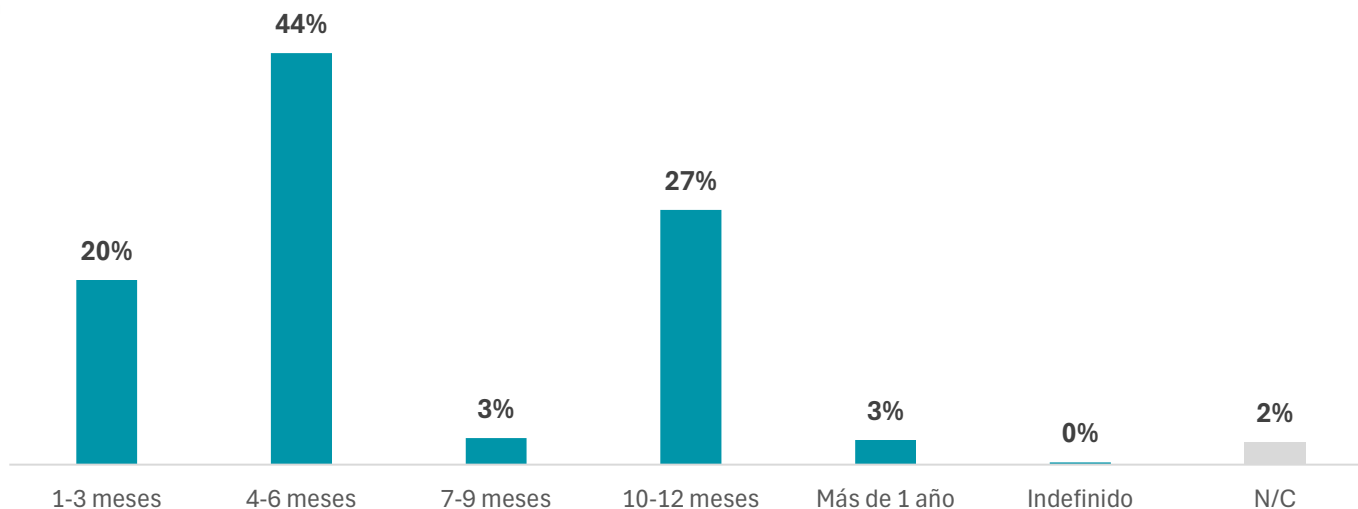
*Hormonas y terapias hormonales (THS; THM; testosterona; tibolona; activelle), Productos de hidratación y cuidado vaginal (hidratantes vaginales; estrógenos tópicos; Anillos vaginales; Blissel; Idracare; Libicare) y Otros tratamientos (tratamientos naturales, dieta y ejercicio, multivitamínicos)



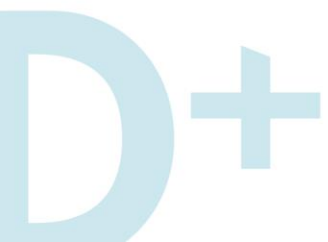
Aspectos del tratamiento

Duración del tratamiento

La duración del tratamiento más recomendada es de 4 a 6 meses (44%), seguido de un periodo de 10 a 12 meses en el 27% de los casos.



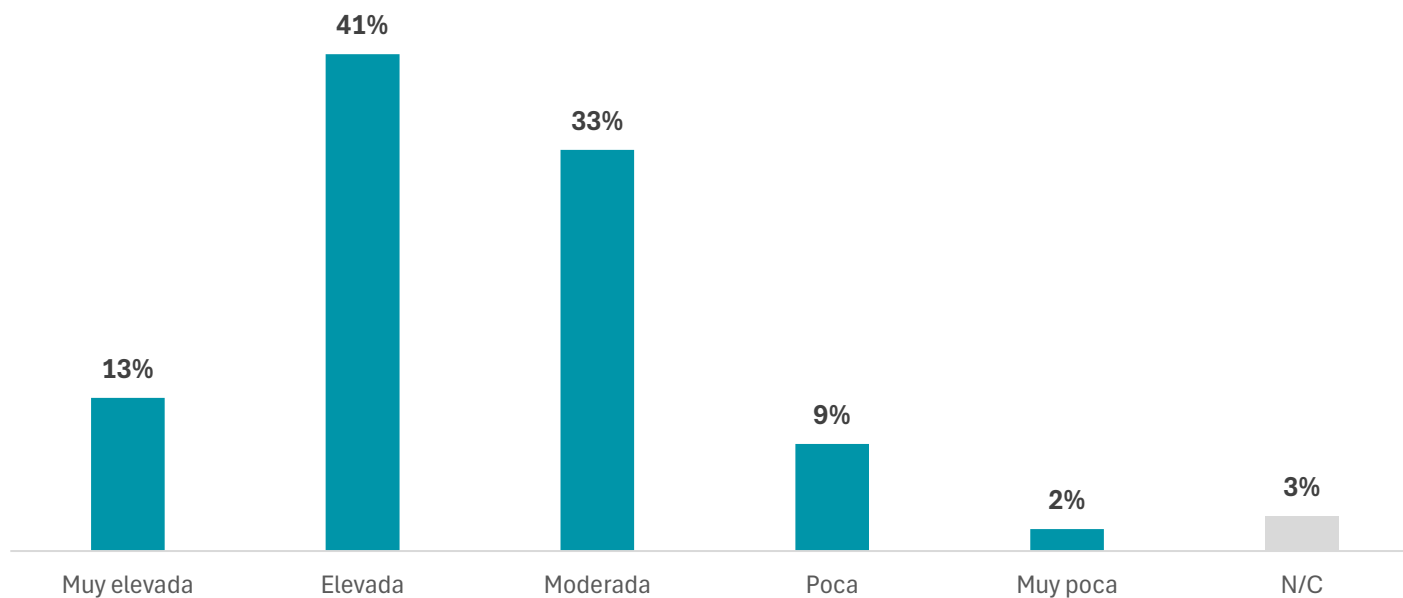
	Nº pacientes	%
1-3 meses	332	20%
4-6 meses	740	44%
7-9 meses	48	3%
10-12 meses	458	27%
Más de 1 año	44	3%
Indefinido	4	0%
N/C	40	2%
TOTAL	1666	100%



Aspectos del tratamiento

Eficacia del tratamiento

Respecto a la eficacia, el 54% de las pacientes consideró el tratamiento como "elevado" o "muy elevado" en referencia a su efectividad, y solo el 2% lo calificó como "muy poca" eficacia.

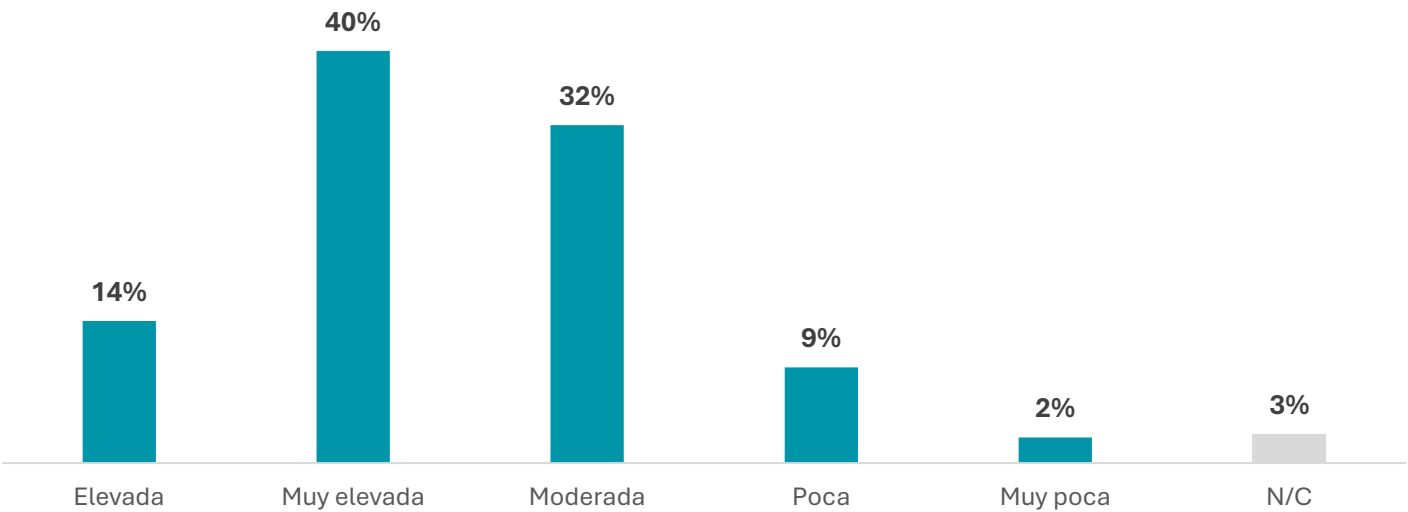


	Nº pacientes	%
Muy elevada	210	13%
Elevada	681	41%
Moderada	550	33%
Poca	147	9%
Muy poca	30	2%
N/C	48	3%
TOTAL	1666	100%

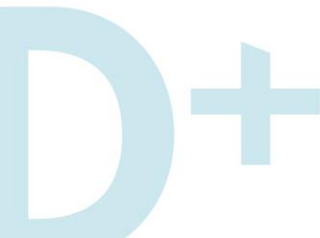
Aspectos del tratamiento

Satisfacción mostrada por la paciente con el tratamiento

En cuanto a la satisfacción, el 54% de las pacientes reportó una satisfacción “elevada” o “muy elevada”, mientras que el 32% la calificó como “moderada”.



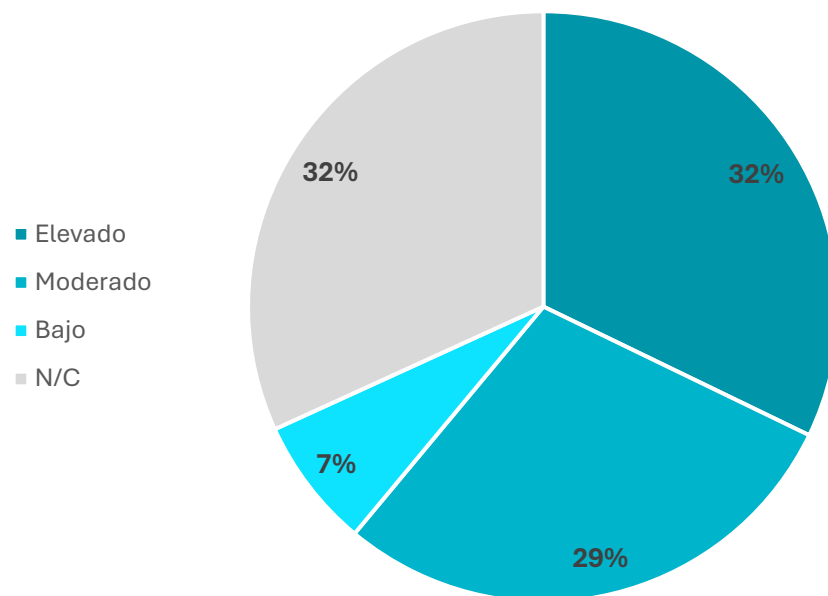
	Nº pacientes	%
Elevada	227	14%
Muy elevada	659	40%
Moderada	540	32%
Poca	153	9%
Muy poca	41	2%
N/C	46	3%
TOTAL	1666	100%



Aspectos del tratamiento

Adherencia al tratamiento

En términos de adherencia, el 32% de las pacientes mostró una adherencia “elevada” al tratamiento, sin embargo, el 32% de los facultativos participantes no respondió sobre este aspecto.



	Nº pacientes	%
Elevado	536	32%
Moderado	481	29%
Bajo	119	7%
N/C	530	32%
TOTAL	1666	100%

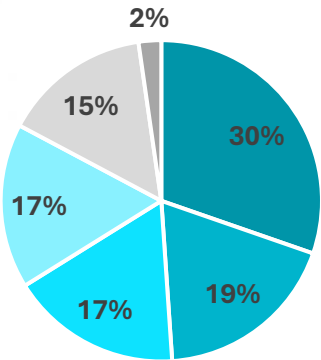
Aspectos del tratamiento

Muy bueno
Bueno
Normal
Malo
Muy malo
No contesta

Cumplimiento del tratamiento nutricional

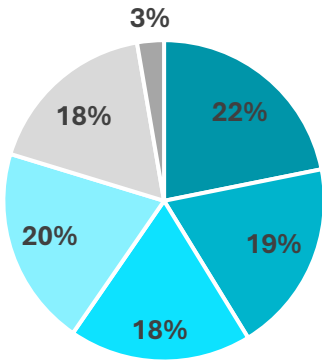
La tolerabilidad del tratamiento fue en su mayoría positiva, con un 30% de las pacientes calificándola como “muy buena”. Sabor y textura también fueron valorados de forma favorable por el 41% de las pacientes (“muy bueno” o “bueno”), mientras que el 53% valoró positivamente la posología y el 48% la duración del tratamiento.

Tolerabilidad



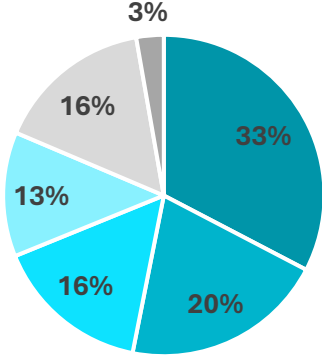
	Nº pacientes	%
Muy bueno	505	30%
Bueno	310	19%
Normal	287	17%
Malo	277	17%
Muy malo	249	15%
N/C	38	2%
TOTAL	1666	100%

Sabor y textura



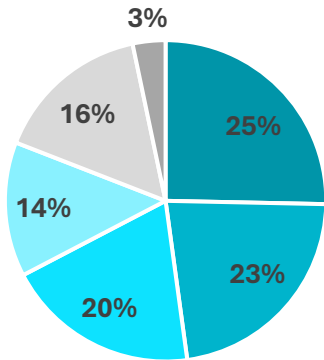
	Nº pacientes	%
Muy bueno	364	22%
Bueno	323	19%
Normal	306	18%
Malo	335	20%
Muy malo	293	18%
N/C	45	3%
TOTAL	1666	100%

Posología



	Nº pacientes	%
Muy bueno	544	33%
Bueno	341	20%
Normal	262	16%
Malo	209	13%
Muy malo	264	16%
N/C	46	3%
TOTAL	1666	100%

Duración tratamiento



	Nº pacientes	%
Muy bueno	422	25%
Bueno	375	23%
Normal	325	20%
Malo	226	14%
Muy malo	263	16%
N/C	55	3%
TOTAL	1666	100%

CONCLUSIONES

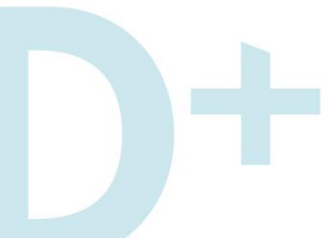


Conclusiones

- + El perfil general de pacientes con menopausia tratadas por los facultativos participantes en el estudio MENOVITAL es de mujeres en un **rango de edad entre 46 y 55 años**, una mayoría con educación universitaria o profesional, los médicos indican que el 63%, no tienen **antecedentes familiares** de menopausia complicada.

En estas pacientes, **la menopausia impacta significativamente** de forma moderada o severa **en su calidad de vida y bienestar emocional**, siendo los **sofocos o los trastornos del sueño** el síntoma más prevalente.

Se observa que un gran número de pacientes han realizado **cambios en su estilo de vida**, sobre todo en su **actividad física y en la dieta**. Para **aliviar los síntomas de la menopausia**, casi la mitad de los profesionales participantes en el estudio **recomiendan el uso de complementos alimenticios y fitoterapia**.



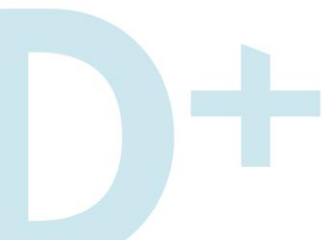
Conclusiones

- + Según los facultativos encuestados, **la gran mayoría de estas pacientes (71%) han aumentado de peso durante la menopausia**, entre 2 y 4 Kg, observándose sobre todo en la **zona del abdomen**.

Frente a esta situación los médicos recomiendan a sus pacientes practicar ejercicio regular y llevar una dieta adecuada; el consumo habitual de frutas y verduras, pescado azul, leche y derivados lácteos y legumbres, se encuentran entre las recomendaciones de alimentación saludable más habituales.

Cuando se pregunta a los sanitarios si **recomiendan el uso de suplementos o complementos alimenticios**, un **61%** responde afirmativamente siendo los **suplementos de calcio y vitamina D o los de omega-3 los más prescritos**.

Por otro lado, el 66% opina que sus pacientes llevan un estilo de vida saludable y un 64% que estas realizan algún deporte de manera regular entre 2 y 3 veces por semana.



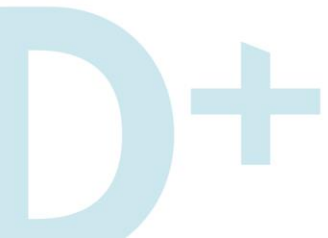
Conclusiones

- + La menopausia tiene un impacto claro y notable en **la libido y la satisfacción sexual** de las pacientes, afectando tanto a su vida íntima como a las emociones.
Un 80% especificó que ha experimentado una **disminución en el deseo sexual**, estas antes de entrar en la menopausia valoraban con un 7 su nivel de libido, mientras que una vez entrada en la menopausia, la valoración de libido está entre el 3 y el 4. Para un 31% de las pacientes, esta situación afecta mucho a su nivel de vida sexual y a su **relación con la pareja**, mientras que para un 35% esta nueva situación les afecta poco o nada. Destacamos que en esta pregunta hay un 33% de los participantes que no la han respondido, entendemos que en algunos casos los facultativos desconocen este dato de sus pacientes.

Al preguntar sobre síntomas relacionados con la libido vemos que los más frecuentes son los **dolores al tener relaciones sexuales** (35%), seguidos de la **irritación** (25%); destacar que solo a un 3% de las pacientes afirma no haber experimentado problemas en su función sexual durante la menopausia.

Más de la mitad de los profesionales que han participado en el proyecto observacional MENOVITAL **han prescrito recomendación o tratamiento** relacionados con la libido de sus pacientes, de entre los más recomendados destacan los productos específicos para la salud femenina.

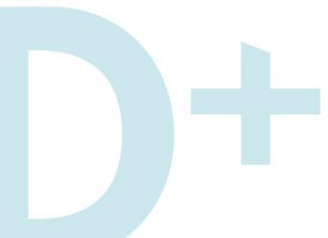
A pesar de que observamos que son muchas las mujeres afectadas emocionalmente debido a los cambios que ha sufrido su vida al entrar en la menopausia, la proporción de pacientes que busca **apoyo psicológico o emocional** para afrontar esta nueva situación es muy baja.



Conclusiones

+ A casi la mitad de las pacientes se les recomendó **Donna Menocífuga Vital**, al aparecer los primeros síntomas y a un 25% se les recomendó cuando estos empezaban a afectar a su calidad de vida; a un 17% a las pacientes que no veían ninguna respuesta con algún tratamiento previo y finalmente a un 8% se les recomendó como adyuvante a otro tipo de tratamiento, principalmente TH. Los principales motivos de recomendación fueron para tratar la falta de libido (25%) y los sofocos y sudoración (24%). Para más de la mitad de las pacientes tanto la eficacia como la satisfacción del producto fue evaluada como “muy elevada” o “elevada”. Nos llama la atención el resultado de la pregunta que se hace sobre la adherencia al tratamiento pues un 32% de los participantes respondieron que sus pacientes tuvieron una adherencia “elevada!”, pero vemos que más de un tercio de los encuestados (otro 32%) no responde a esta pregunta.

Para acabar, vemos que la percepción de las pacientes hacia la **tolerabilidad** del tratamiento fue en su mayoría muy positiva con un 30% que la calificaba como “muy buena”, **Sabor y textura** también fueron valorados de forma favorable por el 41% de las pacientes (“muy bueno” o “bueno”), mientras que el 53% valoró positivamente la **posología** y el 48% la **duración del tratamiento**. No obstante, viendo las gráficas de resultados en detalle, observamos que los aspectos de **sabor y duración del tratamiento** presentan una percepción más mixta.



¡MUCHAS GRACIAS!

D+