

Ciclo menstrual: afecciones provocadas por el trabajo laboral de enfermería

Menstrual cycle: conditions caused by nursing work

González Báez Naima Sofía, Maldonado Cornejo Verónica Paulina, Navarrete Soto Alejandra

Departamento de enfermería y obstetricia, División de Ciencias de la Vida, Campus Irapuato-Salamanca, Universidad de Guanajuato.

Ns.gonzalezbaez@ugto.mx , vp.maldonadocornejo@ugto.mx

Resumen

El ciclo menstrual se puede ver afectado por muchos factores, en el área laboral de enfermería, el estrés es un factor dominante en la afectación del ciclo menstrual, en la actualidad se ha encontrado una alta relación entre el estrés alto, la anovulación y los ciclos más largos, así también como los dolores menstruales. Estas afecciones también pueden ser provocadas por los horarios de trabajo en enfermeras que realizan turnos rotatorios y turnos nocturnos. El objetivo de este trabajo fue identificar si el trabajo laboral provoca una afección en el ciclo menstrual en el personal de enfermería. Estudio descriptivo, transversal y retrospectivo. Se utilizó una muestra de 26 enfermeras a conveniencia del hospital general de Irapuato y Salamanca, que trabajan en el turno matutino. Se les aplicó una encuesta con 12 preguntas acerca de la menstruación y su relación con el estrés laboral. Se demostró que 85% de las enfermeras que respondieron, refieren afirmar que el estrés contribuye en los dolores menstruales. Estos resultados sugieren que el estrés es un factor negativo que afecta la alteración de ciclo menstrual.

Palabras clave: ciclo menstrual, afecciones, estrés, estrés laboral, enfermeras, irregular, dolores menstruales.

Abstract

The menstrual cycle can be affected by many factors, in the nursing work area, stress is a dominant factor in affecting the menstrual cycle, currently a high relationship has been found between high stress, anovulation and menstrual cycles. longer, as well as menstrual pains. These conditions can also be caused by work schedules in nurses who work rotating shifts and night shifts. The objective of this work was to identify whether work causes a condition in the menstrual cycle in nursing staff. Descriptive, cross-sectional and retrospective study. A sample of 26 nurses was used at the convenience of the general hospital of Irapuato and Salamanca, who work the morning shift. They were given a survey with 12 questions about menstruation and its relationship with work stress. It was shown that 85% of the nurses who responded stated that stress contributes to menstrual pain. These results suggest that stress it is a negative factor that affects the alteration of the menstrual cycle.

Keyword: menstrual cycle, conditions, stress, work stress, nurses, irregular, menstrual pain.

Introducción

El estrés es una reacción psicológica y fisiológica anormal a los cambios en el entorno de las enfermeras, que puede ser emocional, físico, social o cultural (Ginevitez,2022)

El ciclo menstrual es una serie mensual de cambios que ocurren en el cuerpo en preparación para el embarazo. Cada mes, uno de los ovarios libera un ovulo. Esto se llama ovulación. El estrés con relación al trabajo se relaciona con afecciones con el ciclo menstrual, donde la mayoría de las enfermeras suelen referirse a formas de estrés crónico y/o negativo, como tener varias exigencias en el trabajo, que ahí puede afectar a cambios dramáticos en el ciclo menstrual (Bombí, 2022).

En la sociedad actual, la necesidad de maximizar la capacidad de que las enfermeras tengan problemas menstruales a causa del estrés que provoca el trabajo las amplias franjas de horario comporta, en muchas ocasiones, mantener de forma continua la actividad laboral durante las 24 hrs del día, los 365 días del año donde no se dan el tiempo de chequearse sus problemas menstruales o se les hace ya algo muy normal que a



lo que muchas enfermeras padecen y se les hace fácil (Ginevitez,2022). En este sentido, el objetivo del presente trabajo fue identificar si el trabajo laboral provoca una afección en el ciclo menstrual en el personal de enfermería.

Materiales y métodos

La muestra estuvo constituida por 26 enfermeras, trabajadoras de los Hospitales Generales de Irapuato y Salamanca. Ambos grupos en un rango de edad entre 30 y 40 años, en los servicios de urgencias y ginecología. Con una experiencia laboral de al menos 3 años en servicio de hospital. El primero grupo conformado por 13 enfermeras laboran en el Hospital General de Irapuato y el segundo grupo conformado por 13 enfermeras, laboran en el Hospital General de Salamanca. Se les aplicó un cuestionario que constaba de 12 preguntas relacionadas al ciclo menstrual y al estrés laboral posterior a la firma del consentimiento informado mediante la aplicación de Google forms.

Análisis estadístico

Los resultados se presentarán en porcentajes mediante diferentes figuras. Se utilizó la aplicación de Excel; Microsoft® Excel® LTSC MSO (versión 2007 compilación 16.0.15427.20182) de 64 bits.

Resultados

Se encontró una prevalencia de edad de 19 a 25 años en las enfermeras encuestadas, presentándose su primera menarca a la edad de 12 a 14 años (61.54 %). En relación con el ciclo menstrual se encontró que la muestra encuestada presenta un ciclo menstrual regular e irregular en la misma proporción (50 y 50 %, respectivamente).

Por otra parte, los principales síntomas que presentan derivados del ciclo menstrual son dolor abdominal, dolor de espalda, cambios de humos e irritabilidad como se puede apreciar en la Figura 1. Dichos síntomas los tratan con tratamiento farmacológico y manifiestan que durante este proceso fisiológico se siente cansadas y con cambios de humor.

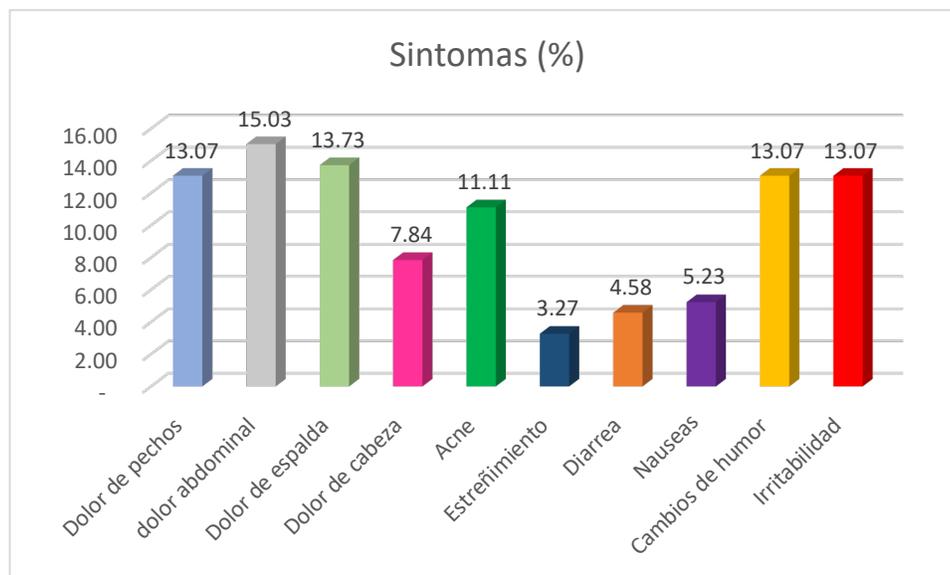


Figura 1. Síntomas presentados en el periodo menstrual

Fuente: Elaboración propia



Sin embargo, se encontró que un 85% de la población analizada, cuando se enfrentan a una mayor carga laboral y/o estrés generan alteraciones en el ciclo menstrual, por ejemplo, mayor dolor, cambios de humor más constantes, entre otros

Discusión

Con los resultados obtenidos de las encuestas, se logró observar que, en efecto, el estrés laboral, presentado en el personal del área de salud, en enfermeras trabajadoras de hospitales de las ciudades de Salamanca e Irapuato, es un factor que influye en la alteración del ciclo menstrual, afectando negativamente su rendimiento en el trabajo, su manera de relacionarse con sus compañeros y con los pacientes. Así también, el ciclo menstrual se vuelve irregular y que los dolores menstruales se incrementen. Estos resultados son similares a otros estudios, donde se observó que el estrés provoca alteraciones de la menstruación, por ejemplo, periodo más corto (Ginevitez,2022). Estos resultados se pueden deber a que el estrés si afecta alteraciones en el ciclo menstrual de forma indirecta ya que la regulación del ciclo menstrual se produce desde el hipotálamo, que es una zona del cerebro que produce la hormona liberadora de gonadotropinas. Cuando la hipófisis recibe la hormona liberadora de gonadotropina, libera a la FSH y la LH, que son dos hormonas que actúan directamente en el ovario, cuando las gonadotropinas llegan al ovario provocan que se inicie el desarrollo de un folículo en el ovario para la ovulación y la producción de estrógenos y progesterona. Aquí el estrés produce una liberación constante de hormona liberadora de gonadotropinas que será incapaz de producir la liberación de estas en la hipófisis y por lo tanto no se iniciará un ciclo menstrual (Bombí, 2022).

Conclusión

En base a los resultados, se obtuvieron pruebas que afirman que el estrés es un factor que trae afecciones en el ciclo menstrual, lo que provoca diversos cambios en este y un manejo más complicado que se lleva durante el periodo menstrual.

Referencias

- Ginevitex, P. (2022, 24 noviembre). *El ciclo menstrual en el ámbito laboral*. Ginevitex. <https://ginevitex.com/el-ciclo-menstrual-en-el-ambito-laboral/>
- Bombí, D. I. (2022, 28 junio). Estrés femenino, alteraciones hormonales y del ciclo menstrual. *Blog Salud MAPFRE*. <https://www.salud.mapfre.es/salud-familiar/mujer/reportajes-mujer/estres-femenino-alteraciones-hormonales-y-del-ciclo-menstrual/>

