

## COMUNICACIÓN ESTRATÉGICA EN EL PERÍODO CLIMATÉRICO EN CUBA<sup>1</sup>

*Aimé Nápoles-Betancourt<sup>2</sup>*

<sup>2</sup> Policlínico Docente Federico Capdevila, Boyeros, La Habana, Cuba

### RESUMEN

El climaterio es una etapa en el ciclo vital de la mujer en el cual esta transita de su vida reproductiva a la no reproductiva, como consecuencia del cese de la función ovárica y del déficit hormonal. Se establecen cambios biológicos, naturales, en la mujer de edad mediana, cuya intensidad es individualizada y estará en interrelación directa con el contexto sociocultural. La necesidad de establecer políticas comunicacionales con mecanismos que agreguen valores y contribuyan a disminuir las deficiencias en la comunicación con la sociedad, debe constituir una fortaleza clave para detectar situaciones que atenten contra el beneficio de la salud integral de la mujer. Los modelos de comunicación que orienta la Organización Panamericana de la Salud (OPS) son la guía para un trabajo uniforme. Esta propuesta investigativa sigue sus postulados y se orienta a ejemplificar nuestro actuar para evaluar metas y lograr mejores beneficios con las estrategias comunicativas que proponamos y resultados de salud mejores para contribuir en el incremento de la calidad de vida de la mujer en la etapa climatérica.

**PALABRAS CLAVE:** estrategias de comunicación; climaterio; sociedad; mujeres

## STRATEGIC COMMUNICATION IN THE CLIMATÉRICO PERIOD IN CUBA<sup>1</sup>

### ABSTRACT

The climacteric is a stage in the life cycle of the woman in which she transits from her reproductive to non-reproductive life, as a consequence of the cessation of ovarian function and hormonal deficit. Biological, natural changes are established in middle-aged women, whose intensity is individualized and will be in direct interrelation with the sociocultural context. The need to establish communication policies with mechanisms that add values and contribute to reducing deficiencies in

---

<sup>1</sup>Parte de esta propuesta investigativa fue presentada en la convocatoria de los Congresos CUICID 2018 y fue publicada con el título Preámbulos a la comunicación estratégica para la etapa climatérica en Cuba en el libro compilatorio *La Comunicación ante el ciudadano Editorial Gedisa* de ISBN ISBN: 978-84-17690-04-5 sus coordinadores L. Mañas Viniegra, S. Meléndez Chávez, E. Martínez Rodrigo/ Part of this research proposal was presented in the call of the Congresses CUICID 2018 and was published with the title Preambles to the strategic communication for the climacteric stage in Cuba in the compilation book *The Communication before the citizen Editorial Gedisa* of ISBN ISBN: 978-84 -17690-04-5 its coordinators L. Mañas Vi-niegra, S. Meléndez Chávez, E. Martínez Rodrigo

communication with society should be a key strength to detect situations that threaten the benefit of the integral health of women. The communication models that guide the Pan American Health Organization (PAHO) are the guide for a uniform work. This research proposal follows its postulates and aims to exemplify our actions to evaluate goals and achieve better benefits with the communicative strategies we propose and better health outcomes to contribute to increasing the quality of life of women in the climacteric stage.

**KEYWORDS:** communication strategies; climacteric; society; women

## Introducción

Un evento de la vida en la mujer, preámbulo inserto en el climaterio, es la menopausia, suceso determinado por la disminución de la producción hormonal consecuencia del agotamiento folicular ovárico, Es el cese permanente de la menstruación en la mujer, siendo los 50 años la edad promedio para que ocurra, con límites que oscilan entre los 42 y 56 años ha sido definido por la Sociedad Internacional de Menopausia, (Navarro Despaigne D. 2008;), (Blanco Balbeito N, Abril Trujillo H, Domínguez Hernández I., 2011) y en Cuba la menopausia natural en mujeres sanas ocurre entre los 47 y 48 años de edad. (II Consenso cubano sobre Climaterio menopausia de Cuba, 2006).

El climaterio es un proceso fisiológico, este se produce en la edad mediana (40-59 años de edad), etapa en la cual el patrón neuro-endocrino y hormonal se modifica extendiéndose más allá de la edad mediana e incrementándose el riesgo para que se inicien afecciones crónicas, como la hipertensión arterial, la diabetes mellitus y la osteoporosis, que disminuyen los años de vida saludable de la mujer (Navarro Despaigne D. 2008).

Por ende el estilo de vida de este grupo etario será determinante para la calidad de vida o de hacer un envejecimiento saludable. Son aspecto para que las estrategias estén dirigidas a demostrar a la mujer el papel que ella juega en su auto-cuidado, siendo para esto necesario una interrelación coherente entre todos los profesionales de salud y diferentes especialidades, como la antropología médica, la sicología social o cultural de la salud, además de las organizaciones de masas, los medios de comunicación social, y las instituciones administrativas, todos ellos interactuando en el marco de la teoría de la comunicación social, pues como ya se viene instrumentando desde hace épocas como principio y a razón de Voltaire, (1694-1778) "La salud es demasiado importante como para dejarla únicamente en manos de los médicos"

## Aciertos metodológicos

Nuestra metodología es muy actual y, por ende, novedosa y, por este motivo, el proceso aquí propuesto es casi tan importante como los resultados obtenidos de la prospectiva fenomenológica, ya que de él se podrán inferir sistemas de investigación centrados en una nueva epistemología o nuevos algoritmos de gestión documental en estrategias comunicativas en Salud.

La necesidad de establecer estrategias comunicacionales que contribuyan en la sociedad a mejorar estilos de vida de las mujeres en su estado climatérico, es objetivo de la investigación. Las estrategias de comunicación son sin lugar a dudas un vehículo para la acción eficiente.

Diagnosticar los estados de estos públicos de estudio, valorar sus posibilidades y desventajas es de los propósitos a evaluar para la implementación de una estrategia eficiente.

Hay varios estudios con relación a la etapa climatérica, pero pocos apoyados en el cómo prevenir situaciones prevenibles típicas de las relaciones inter-sociales y que son determinantes en los resultados de calidad de vida de este grupo a investigar. El estudio para un resultado exitoso lo determina la consulta a un grupo de artículos y documentos relacionados con este grupo etario. El análisis documental y bibliográfico, unido a estudios de caso y valoraciones clínicas determinan la metodología empleada para la investigación, que esta, en su primera etapa respondiendo a fundamentaciones que coadyuven para una mejor interrelación social de este grupo, proponiendo entonces a las estrategias de comunicación.

Se justifica este estudio en la mujer de la edad mediana dado que la esperanza de vida se ha elevado, siendo necesario cambiar la visión de este grupo etario que será el adulto mayor de mañana.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) a partir de sus lineamientos de trabajo estima que en el año 2030 más de 1 200 millones de mujeres estarán por encima de 59 años, por lo que se prevé que durante este siglo que comienza, las expectativas globales de vida continuarán incrementándose progresivamente.

La esperanza de vida en Cuba es de los índices más altos de la región: 76,15 años (2016), cifra que supera la de 1999 de 74,7. En las mujeres es desde el 2001 de 78,23, superando la esperanza de vida de los hombres en 4 años y según el Anuario Estadístico de 2017, la esperanza de vida para la mujer en Cuba es de 80.45 años de edad.

El proceso de cambios que sufre la mujer durante la edad mediana (40- 59 años de edad) donde su ciclo vital es conducido a un proceso fisiológico, iniciándose cambios neuroendocrinos y hormonales dado por la disminución en la producción estrogénica, este proceso transita por diferentes etapas y se extiende más allá de este grupo etario, en Cuba se dictaminó el II Consenso de Climaterio de Cuba, y se define como:

Se conceptualiza el Climaterio como “el período de transición entre la etapa reproductiva o periodo fértil de la mujer y no reproductiva, siendo un periodo amplio en la vida de la mujer. Se divide en dos etapas:

- a) Perimenopausia: desde el inicio de los síntomas climatéricos hasta la menopausia.
- b) Posmenopausia: etapa que se extiende desde la menopausia hasta los 64 años y que a su vez se subdivide en:
  - i) etapa temprana: que se refiere a los 5 primeros años de posmenopausia

ii) etapa tardía: desde 5 años después de la menopausia hasta los 64 años". (Navarro Despaigne D. 2008), (Consenso cubano sobre Climaterio menopausia de Cuba, 2006), (Bajo Arenas, JM.; Laila Vicens; Xercavins Montosa, J. 2009).

Se precisa la concepción de la menopausia natural, como el cese definitivo de la menstruación como expresión de la pérdida de la capacidad reproductiva del ovario. Su diagnóstico es retrospectivo y se hará después de un periodo de amenorrea mayor de 12 meses, se puntualiza en el consenso. (Navarro Despaigne D. 2008), (Consenso cubano sobre Climaterio menopausia de Cuba, 2006).

Es importante puntualizar que la menopausia es solo el fin de la capacidad reproductiva, de tener hijos. El cuerpo no ha perdido ninguna de sus posibilidades de sentir el placer, ello acompaña al ser toda una vida.

### **Sobre el contexto socio-cultural**

La mujer de edad mediana cumple toda una serie de roles en su medio familiar y social bajo la influencia permanente de los parámetros de vida que caracteriza las relaciones socio-culturales que motivan los estados de salud, como son los rasgos del carácter y pensamiento abstracto, la familia, forma de desempeño y estilo de vida y satisfacción de cada mujer en particular, el estado real de salud biológica con que ha vivido desde la vida embrionaria hasta el presente y la evolución fisiológica del declinar hormonal, con todas sus consecuencias y manifestaciones que se adentra en el climaterio, la menopausia y continua hacia la postmenopausia hasta la vejez, todo esto condicionara una manera o forma de ella manifestar y/o llevar a cabo su sexualidad, siendo individual para cada mujer e influenciando a su vez por la sociedad misma donde ella vive y convive.

El conocimiento de la población y la sociedad en su conjunto sobre toda esta etapa estará en relación con la definición que a cerca de la misma realiza el sistema de salud, en conjunto con un trabajo en equipo, siendo necesario una intervención multidisciplinaria pues además de los profesionales de la salud con el trabajo de los Consultorios Médicos de la Familia a la cabecera, debe incluir: expertos en el manejo de la mujer en edad mediana, especialistas en comunicación, sociólogos y psicólogos, para contribuir todos a proyectar las estrategias en los medios de comunicación e influir en los currículos de la sociedad que determinan en políticas sociales, y postular entonces las estrategias de comunicación en salud para la mujer en edad mediana y sus edades consiguientes (II Consenso cubano sobre Climaterio menopausia de Cuba, 2006).

Utilizar las herramientas de marketing para explotar sus facilidades en beneficio de que la mujer llegue a la mediana edad con una mejor información, que devendrá en mejor preparación para esta nueva etapa de su vida y un envejecimiento saludable, es propósito de la investigación.

Un plan estratégico ayuda a las instituciones de salud a establecer objetivos y a implementarlos junto con los métodos de actuación para conseguir los resultados que elevaran la calidad de vida de este grupo etario. No hay un plan de acción estándar para todas las organizaciones sino que cada una debe adaptarla a su

propia institución y entornos de vida, teniendo en cuenta su cultura y sus valores. Es fundamental que un plan estratégico sea práctico, posible y adaptado a la realidad y a los recursos disponibles.

## Discusión

El término estrategia se utiliza para referirse al plan ideado, y que dirigirá por caminos certeros a un asunto y para designar el conjunto de reglas que aseguran una decisión óptima en cada momento. (Zambrano V. 2015) En otras palabras, una estrategia es el proceso seleccionado a través del cual se prevé alcanzar un cierto estado futuro. Esta es la base del camino hacia el éxito, es definir dónde estamos y dónde queremos estar. Sin una estrategia bien analizada y documentada las instituciones no tendrían resultados eficientes, y estos resultados pudiesen estar difuso, sin rumbo, siempre hay que mirar hacia el futuro, por ello, estas se planifican para un periodo que oscila entre 1 a 5 años (Grillet Paul L., 2014) (Zambrano V. 2015). Esta requiere perfeccionar su manera de operar y fortalecer el componente estratégico mediante un pensamiento creativo y proactivo que le permita implementar las acciones transformadoras hacia la búsqueda de soluciones más efectivas y flexibles.

De ahí que cuando llevamos la estrategia a la comunicación en el climaterio debemos tener presente que esta incluirá elementos verbales y no verbales, debiendo establecer un intercambio dinámico en los casos necesarios entre especialistas y mujeres en esta etapa, evaluando que en cada una de las diferentes técnicas estratégicas deben tener un fundamento científico (Blanco Balbeito N, Abril Trujillo H, Domínguez Hernández I., 2011) que permita vencer las barreras socio psicológicas, culturales, espirituales y gnoseológicas, logrando sensibilizar a los individuos en su interacción dialéctica sujeto-medio para obtener en ellos la información y comprensión sobre la etapa del climaterio, menopausia y posmenopausia como parte del ciclo vital y la necesidad de que tienen las mujeres de incorporar a sus vidas cambios de actitudes, hábitos saludables, responsabilizarse con su salud, desde edades tempranas para un envejecimiento saludable.

Cuando se realicen las diferentes técnicas estratégicas para abordar la etapa climática debe mantenerse vinculado todo el arsenal a establecer con la sexualidad pues esta forma parte de la personalidad y el bienestar al que pretendemos inducir a la mujer en edad mediana, es inherente a la percepción de salud, de ahí que será imprescindible que a decir de la Dra. A.C-Alfonso, los mandatos culturales y las normas sociales pueden convertirse en fuente de displacer y de percepción de mala salud, y en un obstáculo para el disfrute de una vida plena.(Torres Rodríguez B, Alfonso Rodríguez AC., Méndez Gómez N. , 2014)

Debemos entonces dirigir toda la estrategia de promoción de salud en la edad mediana de la mujer y así al climaterio, sin excluir a la sociedad como un todo, pues en el contexto sociocultural en que ella vive, es determinante el rol de género, la promoción de salud debe tener sensibilidad hacia las cuestiones de género y fomentar la toma de conciencia de hombres y mujeres al respecto.(anuario MINSAP, 2016; Boletín 2001)

Teniendo presente que las relaciones de género constituyen aquél tipo de relaciones sociales determinadas por el género de las personas, que crean diferencias en la posición relativa de hombres y mujeres, de manera única en cada contexto. La posición relativa se expresa en un conjunto de derechos, obligaciones y responsabilidades recíprocas, interrelacionadas de manera dinámica y, por ello, susceptibles al cambio y la evolución, siendo determinantes las circunstancias económicas, culturales, sociales o políticas.

Es así como cada mujer tiene una forma muy particular de enfrentar los cambios que ocurren en el climaterio y en esto influyen toda una serie de factores tales como sus representaciones, valores, historia individual y familiar, los estereotipos determinados por asignaciones culturales según el sexo que corresponde con un modelo biocultural de género. Las diferencias de cada región geográfica, de morfotipo racial, de calidad de nutrición, de la cultura alimentaria, así como la calidad de las relaciones sociales y los niveles de satisfacción personal influyen, sin lugar a dudas, en que las mujeres perciban con diferente frecuencia los síntomas climatéricos, de ahí que los aspectos sociales y la sobrecarga de género tenga mucho que ver en este sentido, (Artilles VL, Manzano OBR, Navarro DD, Lugones BM, González GM., 2014 ); (Anuario de Salud de Cuba, 2016)

Precisamente se realizaran las estrategias de comunicación, fundamentadas en todo este discurso para una mejor comprensión de la mujer de edad mediana.(Lugones Botell Miguel, Ramírez Bermúdez Marieta., 2017)

El Sistema Nacional de Salud de Cuba se reestructura en 1960, cuando se nombra el Ministerio de Salud Pública y marca con ello un enfoque auténticamente humano y eficaz además de consecuente, donde todos tienen derecho a que se atienda y proteja su salud. (Rodríguez Álvarez M, 1997); (Anuario de Salud de Cuba, 2016) siendo la educación para la salud unos de sus pilares.

En Cuba, la sección de Climaterio y Menopausia de la Sociedad Cubana de Obstetricia y Ginecología desde 1999, marcó una pauta e innovación en la atención personalizada e integral de las mujeres de edad mediana con un diagnóstico médico social que posibilite además la prevención de las enfermedades asociadas.( Sarduy Nápoles M, Lugones Botell M.II Consenso Cubano sobre Climaterio y Menopausia, 2006); destacamos que la Sociedad de Climaterio y Menopausia ya tiene en curso el tercer grupo de maestrantes en Investigaciones del climaterio y la menopausia.

Partiendo de todos estos programas muy bien definidos con relación a la educación para la salud y la atención a la edad mediana, queda estructurar y dirigir toda una estrategia de comunicación hacia la mujer de la edad mediana, donde como ya explicamos, generalmente inicia el climaterio como etapa y la menopausia como evento.

Se propone que los medios audiovisuales, las vía de comunicación radiofónica, las publicaciones, así como los carteles, vallas, posters, sueltos y plegables, sin dejar aún lado el accionar directo con las mujeres (verbal) y todo su entorno, así como la programación y realización periódica regular de eventos especiales, como exposiciones, discusiones de grupo, conferencias, intercambio, actividades deportivas o de recreación, exhibición de materiales, con participación social que permita empoderar a la mujer de un arsenal de conocimientos sobre esta etapa de su ciclo vital, que les permita transformar su pensamiento abstracto y mejorar ella junto a la sociedad y toda su familia la calidad de vida.

Todos estos elementos estratégicos más actividades dirigidas específicamente al trabajador de la salud, a los estudiantes y activistas, como talleres, congresos eventos, publicaciones, permitirán fortalecer y poder darle consecuencia y mantenimiento a la actividad educativa a través de la comunicación. Así como accionar con acciones comunicativas como son las proyecciones educativas en charlas, spot promocionales, infografías y otras vías comunicativas como la proyección en charlas, spot promocionales, infografías y otros productos comunicativos.

Partiendo de los criterios biológicos, psicológicos y culturales que influyen en la edad mediana y de la misión que tiene el Centro Nacional para la Educación de la Salud de Cuba como centro metodológico para el trabajo y planes de promoción, educación y comunicación social en salud. Son 38 los objetivos de trabajos que realiza desde la base y en coordinación con organizaciones de masas de Cuba y organismos internacionales como: la OPS/OMS; UNICEF, PNUD-FNUAP y otras de carácter regional, (Anuario Estadístico MINSAP- Cuba 2018).

Se describen en el gráfico de a continuación algunos de los objetivos que inciden y determinan una interacción eficaz en las acciones de promoción a través de los medios de comunicación.



**Gráfico 1.** La institución de educación en salud en Cuba y su interacción con los medios de comunicación.

**Fuente:** elaboración propia

**Conclusiones**



El equipo interdisciplinario que llevará a cabo toda la estrategia de comunicación apoyándose con expertos en la materia de atención a la edad mediana, podrá establecer una campaña permanente que se adicione a todo el trabajo de promoción de salud que está bien definido y estructurado en el Sistema de Salud Nacional de Cuba y su Centro de Educación de Salud, dirigida a una mejor comprensión de la etapa climatérica y la edad mediana en general con su devenir (la vejez), esto permitirá que las mujeres mejoren su conocimiento al respecto y con ellos su calidad de vida pudiendo apostar por un envejecimiento más saludable.

### Referencias Bibliográficas

*Anuario científico CECMED*, año 13, pp. 6- 8 enero-diciembre, 2015

Anuario Estadístico *MINSAP- Cuba 2018* Disponible en <http://www.infomed.sld.cu>

Artiles VL, Manzano OBR, Navarro DD, Lugones BM, González GM. *Ambiente, persona, sociedad y cultura: Integralidad en el proceso de atención a la mujer de edad mediana*. En: Artiles Visbal L, Navarro Despaigne D, Manzano Ovies D, editores. *Climaterio y Menopausia. Un enfoque desde lo social*. La Habana: Ed. Científico Técnica; 2007:58-65.

Bajo Arenas, JM.; Lailla Vicens; Xercavins Montosa, J. (2009). *Fundamentos de Ginecología*. Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia, Madrid, España. PP. 39 49.

Blanco Balbeito N, Abril Trujillo H, Domínguez Hernández I. *La información y comunicación de los resultados de la investigación en salud*. Rev Educación Méd [Internet]. 2011 [citado 10 Mar 2014];3(2). Disponible en: [http://edumecentro.vcl.sld.cu/index.php?option=com\\_content&task=view&id=283&Itemid=305](http://edumecentro.vcl.sld.cu/index.php?option=com_content&task=view&id=283&Itemid=305)

Boletín 2001: *Desarrollo de estrategias, planificación y dotación de Recursos* <http://Lecturasdegénero\Género\Desarrollodeestrategiasplanificaciónydotaciónrecursos.26/05/2011>

Botella Llusíá J., Clavero Nuñez J.A. *Tratado de Ginecología 14ª edición. La vida sexual de la mujer. Climaterio y menopausia*. España

ColstonWentz A. (2011) *Tratamiento de la menopausia*. En: Novak E. *Tratado de Ginecología de Novak*. 11ed. México, DF. Interamericana. 2011, 11 (4):349-88.

Colectivo de Autores: (2006).

Taller Nacional de Actualización y Revisión. Sección de Climaterio y Menopausia. Sociedad Cubana de Ginecología y Obstetricia. Ciudad Habana, Editorial CIMEQ, Diciembre.

Grillet Paul L. *La estrategia en las organizaciones*. 2014 [citado 14 Oct 2015]. Disponible en: <http://es.slideshare.net/linettGP/estrategia-en-las-organizaciones-36712057>



- Lugones Botell Miguel, Ramírez Bermúdez Marieta. *Lo social y lo cultural: Su importancia en la mujer de edad mediana*. Rev Cubana Obstet Ginecol [Internet]. 2008 Abr [citado 2017 Dic 19]; 34( 1 ): . Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-600X2008000100004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2008000100004&lng=es).
- Navarro Despaigne D. (2008). *Climaterio y osteoporosis en Climaterio y menopausia, un enfoque desde lo social*. Ciudad de la Habana: Editorial Científico Técnica; 2008.pp.313-326
- Nelson HD, Humphrey LL, Nygren P. (2012) *Postmenopausal hormone replacement therapy: scientific review*. JAMA. 2012;28 (8):872-81.
- Organización Mundial de la Salud. *Definición de Salud Reproductiva*. 113ª Reunión Ginebra: OMS; 2003.
- Rodríguez Álvarez M. (1997) *La promoción de la salud y la educación para la salud en América Latina, un análisis sectorial*. Editorial de la Universidad de Puerto Rico.
- Torres Rodríguez B, Alfonso Rodríguez AC., Méndez Gómez N. (2014) *Intersección de la salud mental y sexual en el contexto de los determinantes sociales* (Alfonso RAC.) en *Salud, malestares y problemas sexuales. Textos y contextos*. Volumen III.pp 135-148. Editorial CENESEX, La Habana, Cuba, 2014. <http://www.cenesex.org>
- Zambrano V. (2015) *Planificación estratégica*. Disponible en: [https://prezi.com/rfaxz8whgq\\_v/planificacion-estrategica](https://prezi.com/rfaxz8whgq_v/planificacion-estrategica)

## AUTORA

Dra. Aimé Nápoles Betancourt  
Especialista de 1er grado en Ginecología y Obstetricia, Policlínico Docente Federico Capdevila, Boyeros. Profesora adjunta de la Universidad de las Ciencias Médicas de La Habana, Cuba  
[aimenb@infomed.sld.cu](mailto:aimenb@infomed.sld.cu)

**Recibido:** 3 de febrero de 2019

**Aprobado:** 28 de marzo de 2019

