

DONNA *plus*<sup>®</sup>

# ESTUDIO MAS DONNA MUJER ACTIVA Y SÍNTOMAS DE LA MENOPAUSIA

INFORME DE RESULTADOS

DR. CARLOS BLANCO SOLER

JEFE DE SERVICIO DE GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA  
DE HOSPITEN ROCA GRAN CANARIA

M<sup>º</sup> JOSÉ ALONSO OSORIO

FARMACÉUTICA COMUNITARIA. ESPECIALISTA EN FITOTERAPIA,  
CONSULTORA Y MIEMBRO DE LA SEFIT



INTRODUCCIÓN



OBJETIVOS



RESULTADOS



METODOLOGÍA



CONCLUSIONES



# INTRODUCCIÓN

El estudio MAS DONNA, **Mujer activa y síntomas de la menopausia**, se puso en marcha en el 2020 para estudiar el creciente interés en la valoración del impacto de la menopausia sobre la calidad de vida de las mujeres. Según el Instituto Nacional de Estadística (INE) en España hay 8 millones de mujeres de más de 50 años cuya esperanza de vida es de 85.9 años, estas mujeres cursarán un tercio de vida con deficiencia estrogénica, por ello, en este estudio interesaba valorar como gestiona la mujer menopaúsica la sintomatología relacionada con este proceso (sofocos, sudoración nocturna, problemas para dormir, irritabilidad y cambios de humor, entre otros) así como el grado de afectación que provoca en su vida cotidiana.

También se quiso estudiar el patrón de consulta por parte de las mujeres al ginecólogo por síntomas y molestias asociadas a la menopausia:

- Que síntomas son los que genera mayor demanda habitualmente al ginecólogo
- En qué momento de la evolución de los síntomas se solicita consejo del especialista
- Fuente principal de información y consejo

## OBJETIVOS

Siguiendo estas premisas, el objetivo general del estudio fue:

**Determinar la opinión de los ginecólogos sobre el impacto de los síntomas de la menopausia en la vida cotidiana de la mujer**

Y los objetivos específicos:

- Valorar que síntomas son los que más afectan a la vida de la mujer activa
- Registrar el tiempo de evolución de los síntomas hasta la primera consulta al ginecólogo
- Tipificar los síntomas más notificados y con mayor impacto en la vida cotidiana
- Analizar las pautas de actuación proactivas y reactivas que comporta la sintomatología asociada a la menopausia en la consulta ginecológica

## METODOLOGÍA

El estudio fue descriptivo, transversal y multicéntrico, realizado en consultas de ginecología en España.

El método de valoración se realizó mediante un cuestionario estructurado en tres partes:

- Encuesta de opinión y práctica dirigida a especialistas en ginecología.
- Registro retrospectivo de un total de 6 pacientes a las que se les hubiera recomendado el uso de DONNAPLUS MENOCÍFUGA FORTE o DONNAPLUS MENOCÍFUGA NOCHE.
- Registro de recomendaciones a nuevas pacientes de DONNAPLUS MENOCÍFUGA FORTE o DONNAPLUS MENOCÍFUGA NOCHE.

En el estudio participaron un total de 333 especialistas que recogieron información de un total de 1.434 pacientes, además se recogió información sobre el producto recomendado en un total de 3.142 pacientes.

## CONCLUSIONES

El **Estudio MAS DONNA** se ha llevado a cabo para conocer la opinión de los ginecólogos sobre el impacto de los síntomas de la menopausia en la vida cotidiana de la mujer, así como para valorar cuáles son los que más afectan a la vida de la mujer activa, registrar el tiempo de evolución de los síntomas hasta la primera consulta ginecológica, tipificar la clínica más notificada y analizar las pautas de actuación ante esta sintomatología. Los resultados evidencian que para un **60,7% de los profesionales** la menopausia tiene un **gran impacto sobre la vida cotidiana de las mujeres**, frente al 1,5% que considera que no existe ningún impacto.

Los **sofocos** y las **alteraciones del sueño** son los dos **síntomas más frecuentes**, los que **mayores dificultades** comportan sobre las actividades de la vida diaria de esta etapa de la mujer y los que **más repercusiones laborales** tienen. Por otro lado, los **ginecólogos menores de 44 años** están muy concienciados de cómo vive la mujer de hoy en día la menopausia y aunque continúan la labor de sus predecesores, se observan ligeras diferencias en la práctica clínica, como puede ser la mayor utilización de terapias naturales o que consideren de manera estadísticamente significativa, que las **alteraciones sexuales** y las **alteraciones del ánimo** son los síntomas que más les afectan, temas que en el pasado no se hablaban tan abiertamente y que afectan de manera importante a la vida activa de las mujeres.

La relación con la pareja es el escenario que más padece las consecuencias de esta patología.

## CONCLUSIONES

Los **tratamientos más utilizados** en la menopausia y que mejoran considerablemente los síntomas en más de la mitad de las mujeres tratadas fueron estos tres:

- La fisioterapia
- El ejercicio físico (yoga o Pilates)
- Suplementos nutricionales

La falta de eficacia es el principal motivo del **abandono terapéutico** que se da en el 26% de las mujeres en tratamiento. En caso de abandono por falta de eficacia, la actitud más aconsejada tras el abandono fue la prescripción de una terapia farmacológica para la menopausia a base de hormonas, ya que la intensidad de los síntomas es elevada o intensa.

Entre los **complementos alimenticios**, la fitoterapia (con extractos vegetales de cimicífuga, onagra, melisa, salvia, etc) ciertas vitaminas como la D<sub>3</sub>, la K<sub>2</sub> o el complejo B (B<sub>6</sub>, B<sub>9</sub>, B<sub>12</sub>), y otros compuestos como el GABA o la melatonina son grandes aliados en el alivio de la sintomatología asociada a la menopausia, debido a su acción relajante, osteomuscular y energizante, siendo los profesionales más jóvenes los que más los indican.

La comparación en el **Estudio MAS DONNA** del grupo global con el grupo DONNAplus Menocífuga Forte y el grupo DONNAplus Menocífuga Noche, evidencia una mejoría mayor y un abandono menor en el último grupo. DONNAplus Menocífuga Forte es la opción elegida por los profesionales para prevenir o

## CONCLUSIONES

tratar síntomas emocionales, mientras que se decantan por DONNAPLUS Menocífuga Noche en caso de alteraciones del sueño, de síntomas vasomotores o de petición de fitoterapia por el paciente.

El 65,1% de los ginecólogos participantes en el estudio considera que la **sintomatología mejora** entre bastante y mucho tras el tratamiento con DONNAPLUS Menocífuga Forte o DONNAPLUS Menocífuga Noche durante una media de 8,6 meses, si bien **las mejoras** ya son **evidentes en un tiempo medio de 2,3 meses**. Cuando se pregunta a las pacientes, un 68,7% califica su **grado de satisfacción** como bastante (51,1%) o muy bueno (17,6%).

Este estudio demuestra que, a pesar de la frecuencia de los síntomas y las repercusiones de los mismos, entre un **25-50%** de las mujeres **no solicitan tratamiento**, en la mayoría de los casos por desconocimiento terapéutico, y que las que lo hacen suelen **tardar entre 6 y 12 meses** en pedirlo, siendo superior el tiempo transcurrido, de manera estadísticamente significativa, en el ámbito de la sanidad pública que privada. Esta conclusión pone en relieve la importancia de seguir invirtiendo recursos en implementar programas de formación en menopausia a los profesionales e informar a las mujeres sobre esta etapa vital y las opciones terapéuticas existentes.

La menopausia es un proceso natural en un mundo no natural, necesitamos visibilizarla y darle un enfoque positivo a todo su proceso. Los profesionales deben estar formados para poder formar a la sociedad y contar con una información veraz sobre los posibles tratamientos.



## RESULTADOS

### 1. **Impacto de la menopausia en la mujer del siglo XXI:**

Informe sobre la práctica clínica del ginecólogo



### 2. **¿Cómo, cuando y porqué las mujeres deciden buscar una solución** para mejorar su calidad de vida en la menopausia?



### 3. **Datos retrospectivos** de la utilización de DONNAplus Menocífuga Forte y Noche



### 4. **¿Existen realmente diferencias en el abordaje de la menopausia** según el centro de trabajo?



### 5. **La nueva generación de ginecólogos**, ¿cómo abordan a la mujer menopáusica?



### 6. **Información técnica** de producto

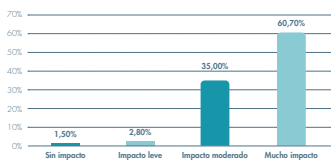


# 1. Impacto de la menopausia en la mujer del siglo XXI: Informe sobre práctica clínica del ginecólogo



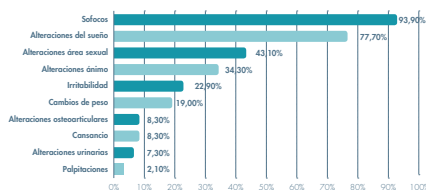
IMPACTO DE LA MENOPAUSIA EN LA VIDA COTIDIANA

N=326



SÍNTOMAS QUE DIFICULTAN LA VIDA COTIDIANA

N=327



FRECUENCIA DE SÍNTOMAS

(0 = NINGUNA 5 = MÁXIMA)

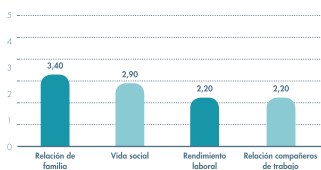
N=315



AFECTACIÓN DE LOS SÍNTOMAS EN LA VIDA COTIDIANA

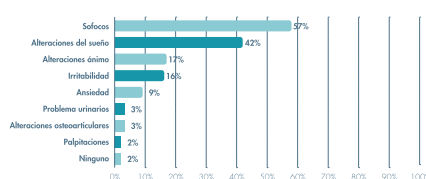
(0 = NULA 5 = MÁXIMA)

N=327



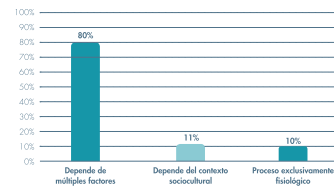
SÍNTOMAS QUE MÁS FRECUENTEMENTE OCASIONAN PROBLEMAS LABORALES

N=323



IMPACTO DE LA MENOPAUSIA SOBRE LA MUJER

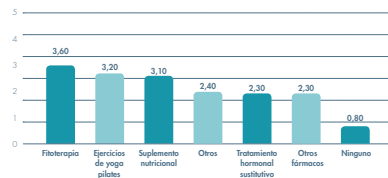
N=324



FRECUENCIA UTILIZACIÓN TRATAMIENTO

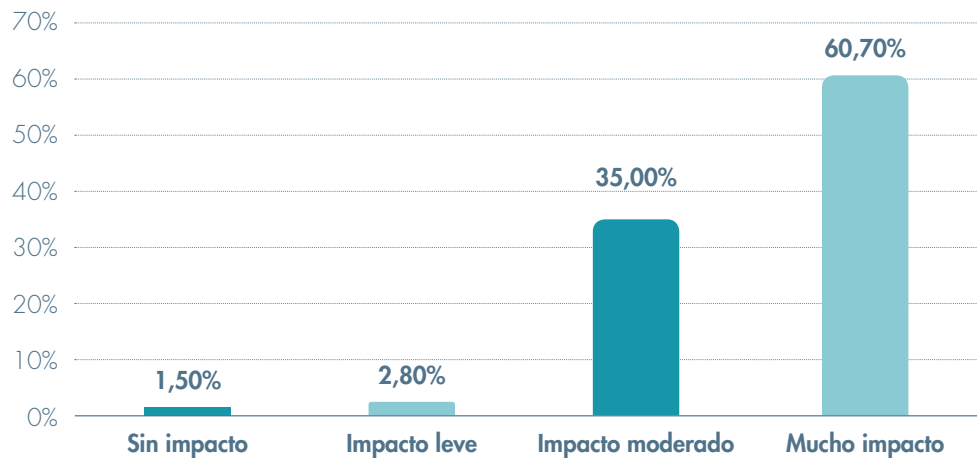
(0 = NINGUNA 5 = MÁXIMA)

N=308



## IMPACTO DE LA MENOPAUSIA EN LA VIDA COTIDIANA

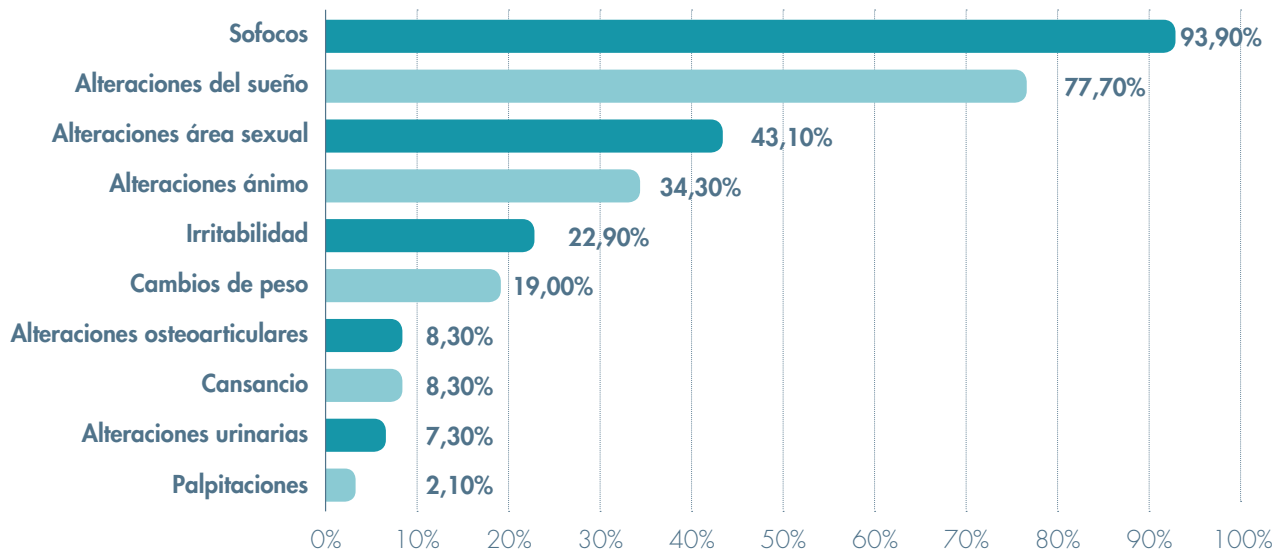
N=326



- La opinión del **60,7% de los ginecólogos participantes fue que la menopausia tiene mucho impacto en la vida cotidiana** de la mujer, solamente un 1,5% escogieron la opción "sin impacto".

## SÍNTOMAS QUE DIFICULTAN LA VIDA COTIDIANA

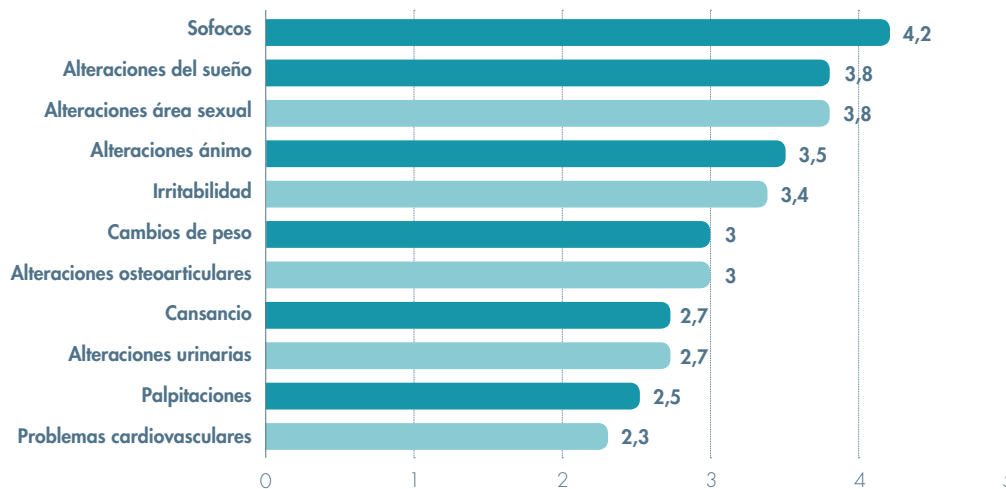
N=327



- **Los sofocos** son los síntomas que provocan más dificultades en la vida cotidiana de las pacientes, seguido de las **alteraciones del sueño y las alteraciones del área sexual**.

## FRECUENCIA DE SÍNTOMAS

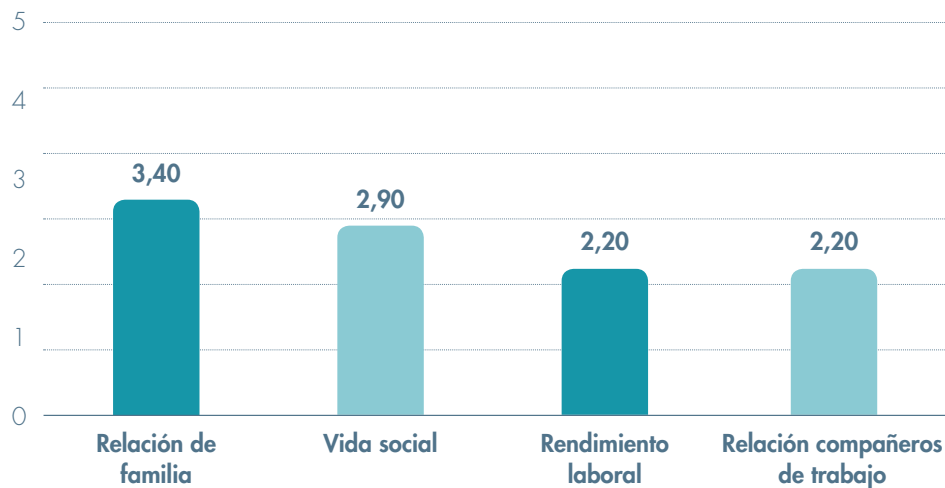
N=315



- En esta gráfica se muestra la frecuencia de cada uno de los síntomas, la media más alta se registró con **los sofocos obteniendo una puntuación media de 4,2** puntos en una escala de valoración de 0 a 5 (0=nula; 5=máxima frecuencia). Destacar que los síntomas con más frecuencia son precisamente los mismos que según el ginecólogo dificultan a la vida cotidiana y corresponde a los **sofocos, alteraciones del sueño, cambios de ánimo y cambios en la vida sexual**.

## AFECTACIÓN DE LOS SÍNTOMAS EN LA VIDA COTIDIANA

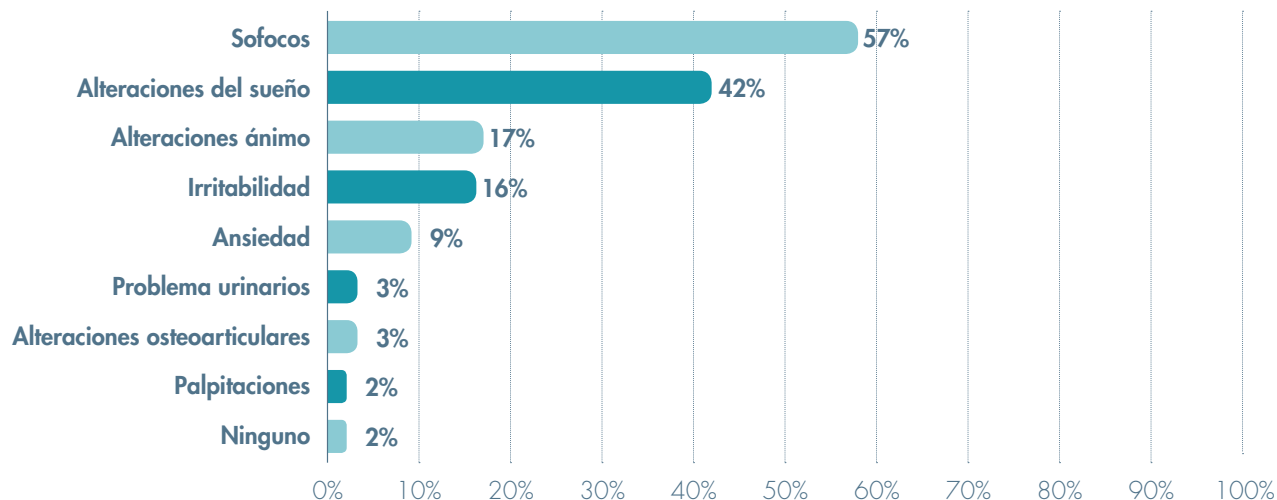
N=327



- El área en donde los síntomas provocaron una mayor afectación fue **la relación familiar, con una puntuación media de 3,4 puntos** en una escala de valoración de 0 a 5 (0=nula; 5=máxima frecuencia). De entre los familiares, es la **pareja** la que la relación sale más afectada frente a los hijos.

## SÍNTOMAS QUE MÁS FRECUENTEMENTE OCASIONAN PROBLEMAS LABORALES

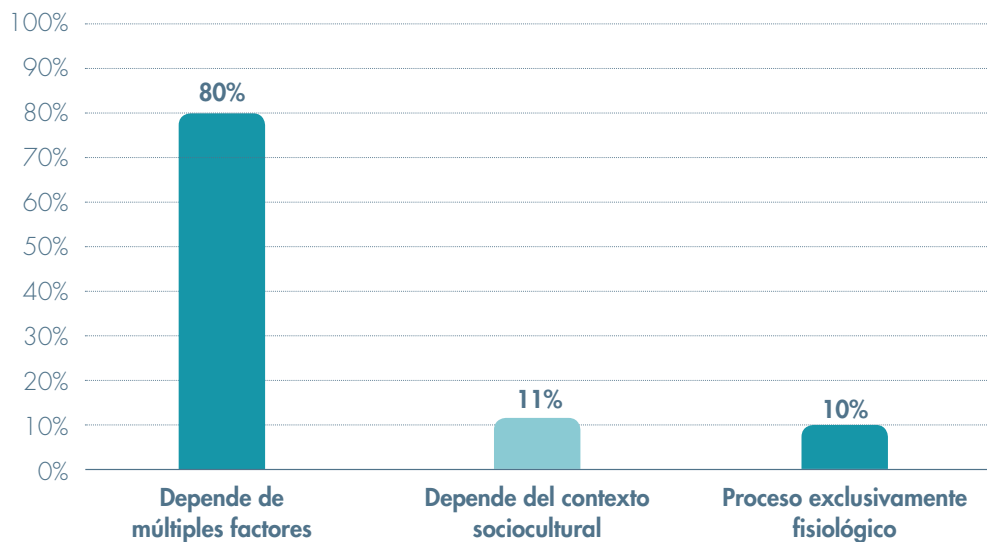
N=323



- Los síntomas que más frecuentemente ocasionan **problemas laborales** fueron los **sofocos (56,7%)** y las alteraciones del sueño (41,5%). Se entiende que la mujer al no descansar bien por la noche, no rinde igual al día siguiente durante la jornada laboral. Tan solo el 1,5% registró "ninguno".

## IMPACTO DE LA MENOPAUSIA SOBRE LA MUJER

N=324

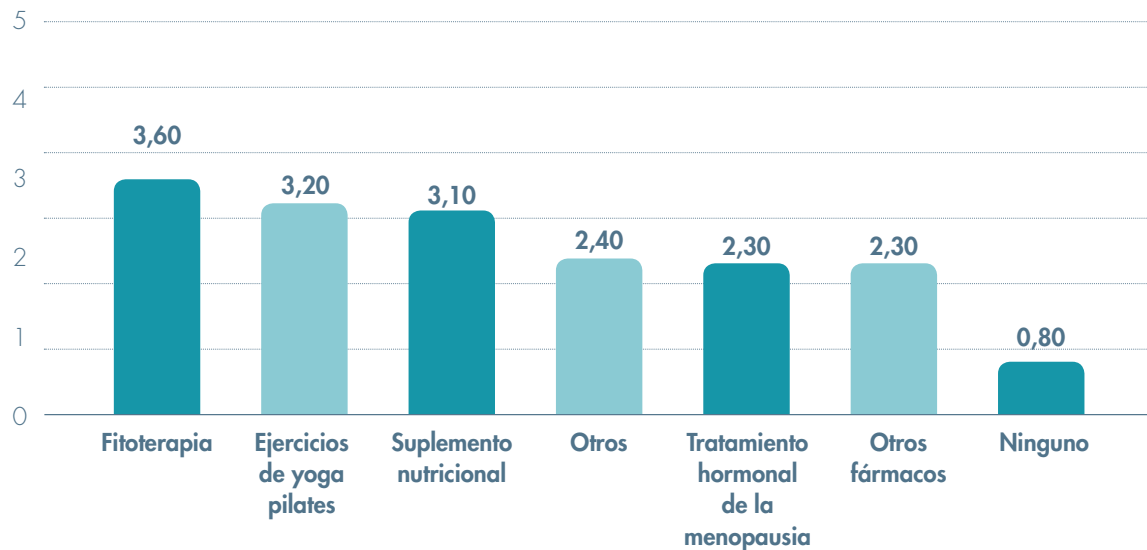


- El **impacto de la menopausia** sobre la mujer depende de **múltiples factores** según la opinión de la mayoría (80%) de los ginecólogos participantes y no se entiende como un proceso exclusivamente fisiológico, que depende del contexto sociocultural.



## FRECUENCIA UTILIZACIÓN TRATAMIENTO

N=308



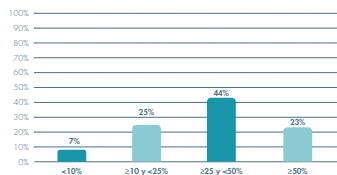
- La fitoterapia en primer lugar, seguida del ejercicio y los suplementos nutricionales fueron los tratamientos más frecuentemente utilizados por los ginecólogos en la mujer menopáusica Escala de valoración de 0 a 5 (0=ninguna; 5=máxima frecuencia).

## 2. ¿Cómo, cuando y por qué las mujeres deciden buscar una solución para mejorar su calidad de vida en la menopausia?



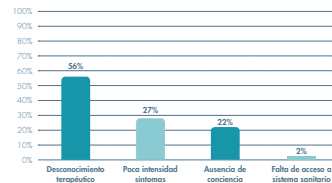
PORCENTAJE DE MUJERES QUE NO SOLICITAN TRATAMIENTO

N=323



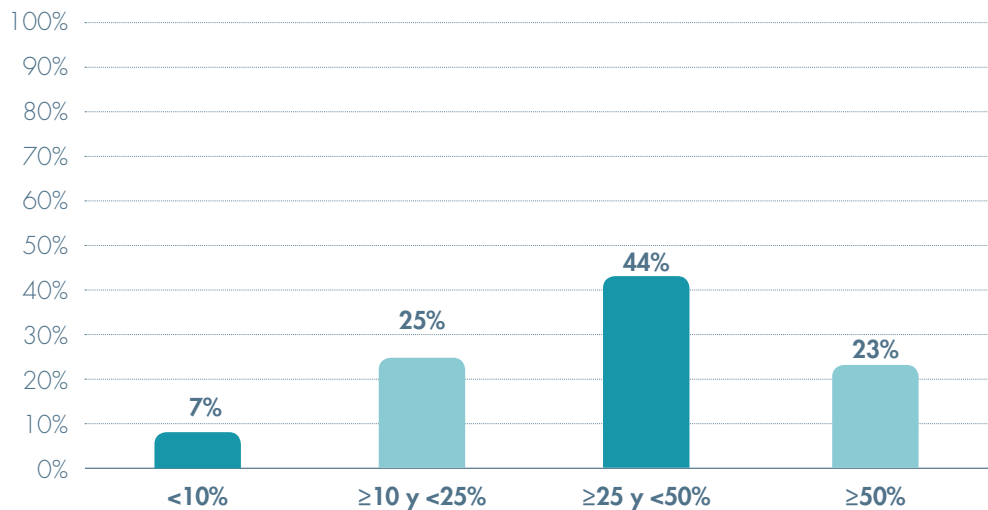
PRINCIPAL RAZÓN POR LA QUE NO SOLICITAN TRATAMIENTO

N=320



## PORCENTAJE DE MUJERES QUE NO SOLICITAN TRATAMIENTO

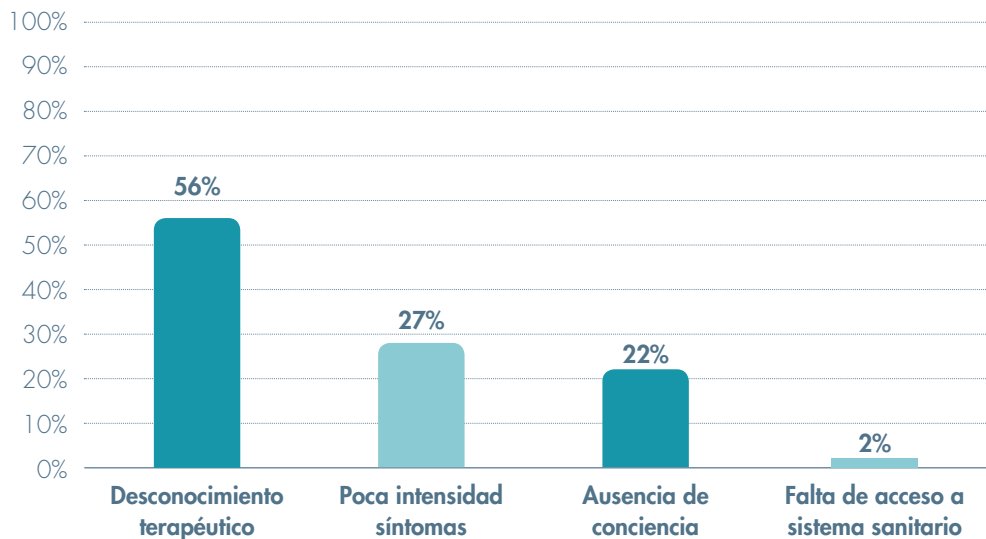
N=323



- En el 44% de los casos los ginecólogos indicaron que **entre el 25-50% de las mujeres no solicitan tratamiento** cuando acuden a su consulta, siendo la **principal causa el desconocimiento terapéutico (55,9%)**.

## PRINCIPAL RAZÓN POR LA QUE NO SOLICITAN TRATAMIENTO

N=320



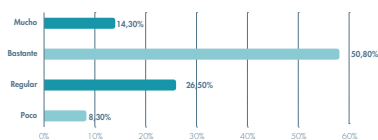
- Como se puede apreciar en el gráfico, **la principal causa (56%) por las que las mujeres no solicitan tratamiento a su ginecólogo es por desconocimiento terapéutico.**

### 3. Datos retrospectivos de la utilización de DONNAPLUS Menocífuga Forte y Noche



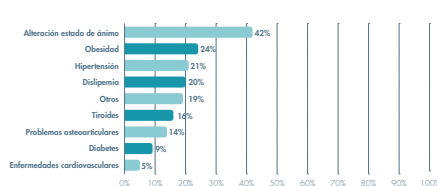
MEJORAR SINTOMATOLOGÍA TRAS TRATAMIENTO

N=1.380



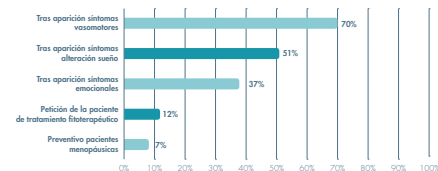
CONDICIONES SALUD PREVIAS

N=3.523



MOTIVO DE LA RECOMENDACIÓN

N=4.422



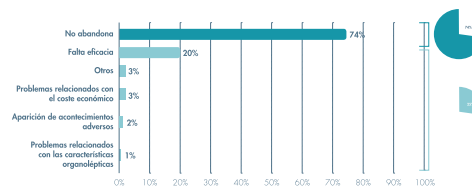
ABANDONO DEL TRATAMIENTO

N=4.422



MOTIVO DEL ABANDONO DEL TRATAMIENTO

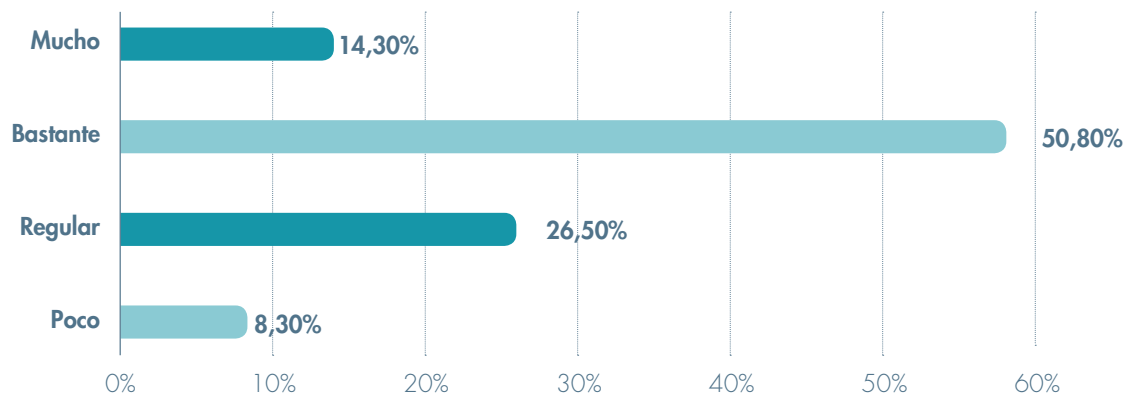
N=4.422



VOLVER ✕

## MEJORAS DE LA SINTOMATOLOGÍA TRAS EL TRATAMIENTO

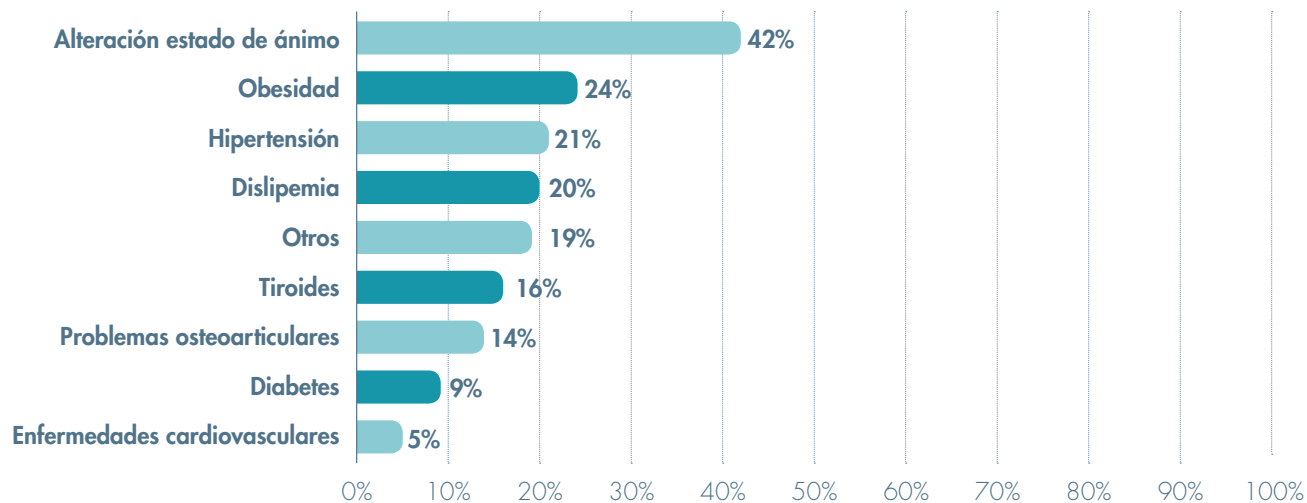
N=1.380



- El 65,1% de los ginecólogos participantes consideraron que la **mejora en la sintomatología** tras el tratamiento con **DONNPlus Menocífuga Forte** o **DONNPlus Menocífuga Noche** fue entre bastante y mucho.

## CONDICIONES SALUD PREVIAS

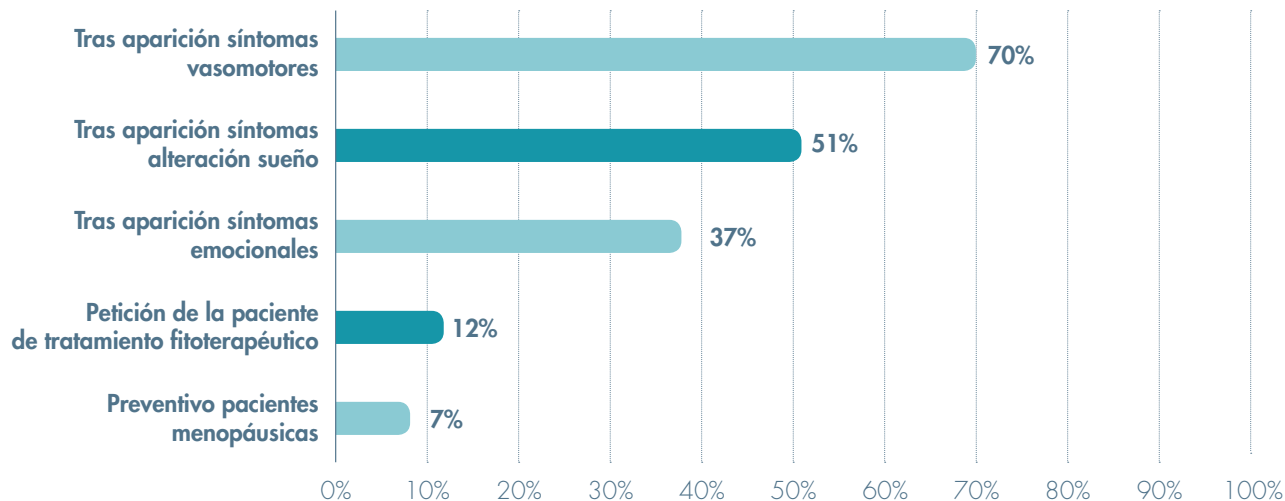
N=3.523



- Las alteraciones del estado del ánimo, ansiedad (42%), la obesidad (24%), la hipertensión (21%) o la dislipemia (20%) fueron las condiciones de salud previas más comunes que presentaron las mujeres que participaron en el estudio..

## MOTIVO DE LA RECOMENDACIÓN

N=4.422

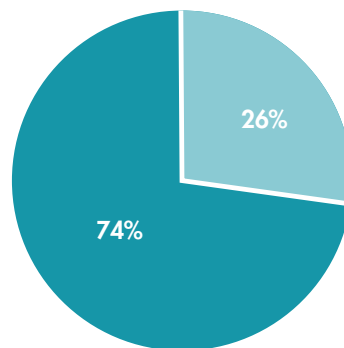


- En un 70% de los casos la aparición de síntomas vasomotores (sofocos, sudoración...) fue la causa de la recomendación del tratamiento seguida de las alteraciones del sueño. Solo en un 7% de los casos, los ginecólogos recomienda a modo preventivo.



## ABANDONO DEL TRATAMIENTO

N=4.422

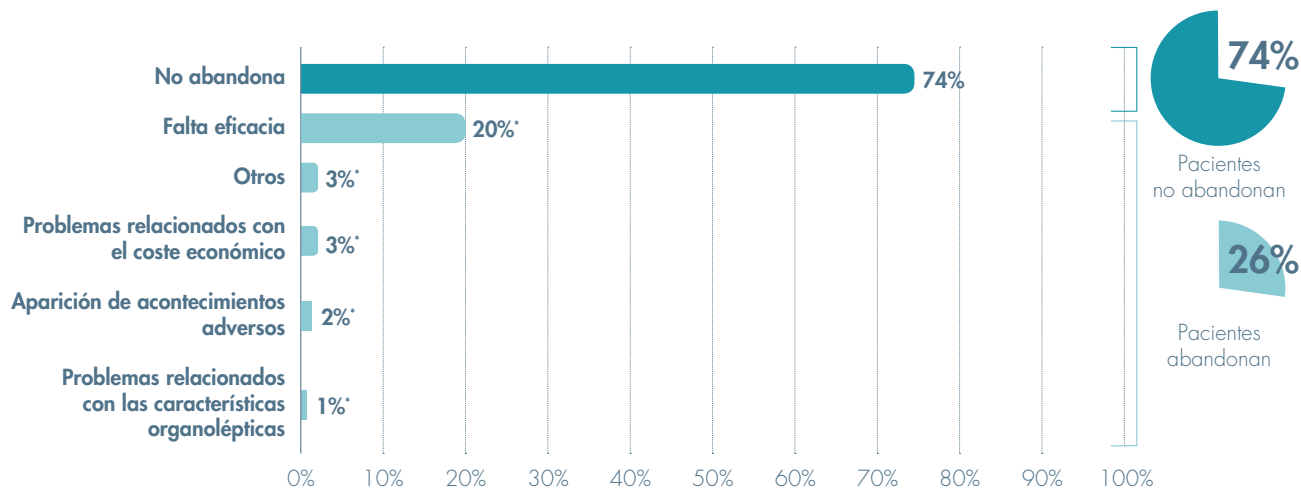


Sí ● | No ●

- Tan solo **una cuarta parte de las pacientes** (26%) abandonan el tratamiento para los síntomas de la menopausia. De éstas, la **falta de eficacia** fue el motivo más frecuente. Se supone que los síntomas presentados son elevados-intensos por lo que es necesario prescribir una terapia farmacológica para la menopausia a base de hormonas, según vemos en los resultados.

## MOTIVO DEL ABANDONO DEL TRATAMIENTO

N=4.422



\*En los motivos de discontinuación aparecen pacientes con más de un motivo de discontinuación

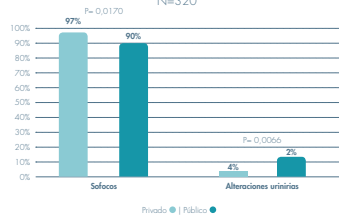
- Tan solo una cuarta parte de las pacientes (26%) abandonan el tratamiento para los síntomas de la menopausia. De éstas, la **falta de eficacia** fue el motivo más frecuente. Se supone que los síntomas presentados son elevados-intensos por lo que es necesario prescribir una terapia farmacológica para la menopausia a base de hormonas, según vemos en los resultados.

## 4. ¿Existen realmente diferencias en el abordaje de la menopausia según el centro de trabajo?



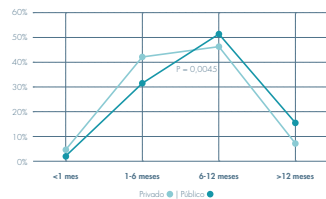
SÍNTOMAS MÁS MOLESTOS PARA PACIENTE ENTRE TIPO DE CENTRO

N=320



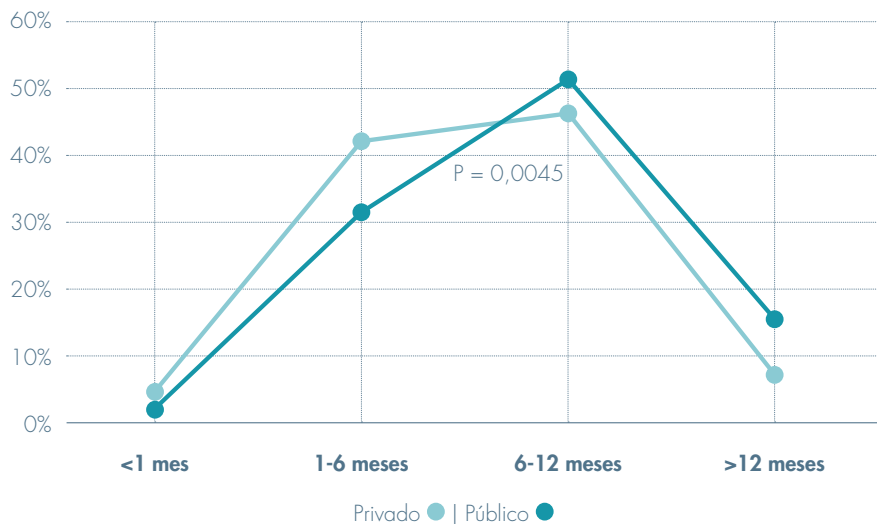
TIEMPO MEDIO TRANSCURRIDO HASTA SOLICITAR TRATAMIENTO SEGÚN TIPO DE CENTRO

N=316



## TIEMPO MEDIO TRANSCURRIDO HASTA SOLICITAR TRATAMIENTO SEGÚN TIPO DE CENTRO

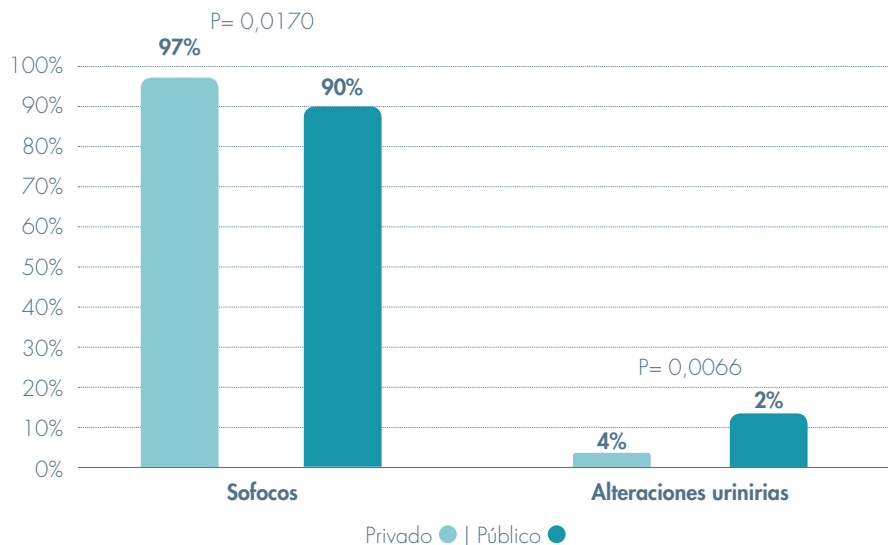
N=316



- En función del tipo de centro, se observa que el tiempo transcurrido hasta solicitar tratamiento por parte de la paciente fue superior en el ámbito público (diferencia estadísticamente significativa). Esto es importante puesto que la mujer llega a la consulta pública presentando síntomas de mayor evolución, lo que podría afectar a su calidad de vida.

## SÍNTOMAS MÁS MOLESTOS PARA PACIENTE ENTRE TIPO DE CENTRO

N=320

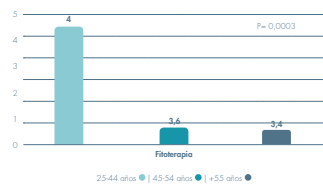


- Entre los **síntomas más molestos para la paciente** donde se observaron diferencias estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ ) entre el tipo de centros, los **sofocos fueron superiores en el ámbito privado** mientras que las **infecciones urinarias fueron superiores en el ámbito público**.

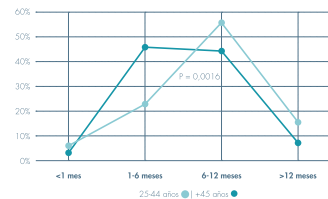
## 5. La nueva generación de ginecólogos, ¿cómo abordan a la mujer menopáusica?



FRECUENCIA CON LA QUE SE UTILIZA LA FITOTERAPIA  
COMO TRATAMIENTO SEGÚN EDAD DEL GINECÓLOGO  
(0 = NINGUNA ; 5 = MÁXIMA) N=303

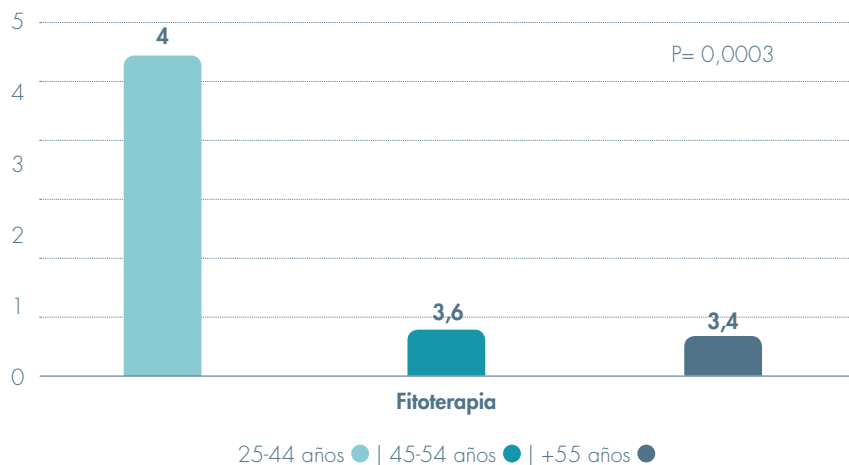


TIEMPO MEDIO TRANSCURRIDO HASTA SOLICITAR  
TRATAMIENTO SEGÚN EDAD DEL GINECÓLOGO  
N=321



## FRECUENCIA CON LA QUE SE UTILIZA LA FITOTERAPIA COMO TRATAMIENTO SEGÚN EDAD DEL GINECÓLOGO

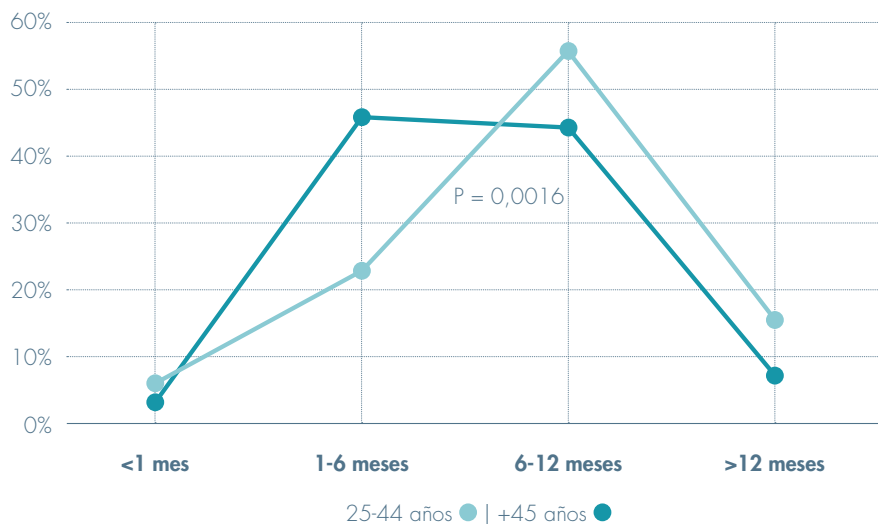
N=303



- La gráfica muestra una tendencia clara de **a menor edad del ginecólogo, mayor recomendación de terapias naturales basadas en la fitoterapia** (diferencia estadísticamente significativa).

## TIEMPO MEDIO TRANSCURRIDO HASTA SOLICITAR TRATAMIENTO SEGÚN EDAD DEL GINECÓLOGO

N=321



- Si se observa el tiempo medio transcurrido hasta solicitar tratamiento por la paciente según edad del ginecólogo, **éste fue mayor en los facultativos menores de 44 años** (diferencia estadísticamente significativa).



## NUEVAS E INNOVADORAS FÓRMULAS ADAPTADAS A LAS NECESIDADES DE CADA MUJER

¡NOVEDAD!  
TRIPLE  
EFECTO



EFECTO OSTEO

600 UI Vitamina D<sub>3</sub>  
y Vitamina K<sub>2</sub>



EFECTO ENERGY

Vitamina B<sub>6</sub>, Vitamina B<sub>9</sub>  
y Vitamina B<sub>12</sub> 100% VRN



EFECTO RELAX

24 mg *Cimicifuga racemosa* 15:1

CON  
MELISA



**DONNA plus®**  
MENOCÍFUGA FORTE

Complemento alimenticio especialmente indicado en mujeres donde predomina la **ANSIEDAD** y el **ESTRÉS**.

CON  
MELATONINA  
Y GABA



**DONNA plus®**  
MENOCÍFUGA NOCHE

Complemento alimenticio especialmente indicado en mujeres con **DIFICULTAD PARA CONCILIAR EL SUEÑO** o que **PADECEN DESPERTARES NOCTURNOS**.



COMPRIMIDO BICAPA  
LIBERACIÓN INMEDIATA:  
Melatonina y vitaminas D<sub>3</sub>, K<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>9</sub> y B<sub>12</sub>



LIBERACIÓN SOSTENIDA A LO  
LARGO DE TODA LA NOCHE:  
Cimicifuga, GABA y vitamina K<sub>2</sub>

VOLVER A RESULTADOS



**DONNA** *plus*<sup>®</sup>  
*Juntas somos imparables*

[www.donnaplus.es](http://www.donnaplus.es)

[ordesawebprofesionales@ordesalab.com](mailto:ordesawebprofesionales@ordesalab.com)

Información destinada a profesionales de la salud

