

Menarquia: relación con el período vacacional

Enriqueta Sileo¹, Irene Sáez², Gustavo Soriano² Jorge Risquez², Manuel Fernández², Daisy De Hoheb²

RESUMEN La menarquia en el proceso de maduración de la adolescente, representa un marcador, que establece la diferencia biológica, psicológica y social de niña a mujer, y constituye un evento tardío dentro de los sucesos que acontecen en el desarrollo puberal. Este estudio refleja la relación existente entre la aparición de la menarquia y los meses de baja tensión emocional, como lo es el período vacacional. Para tal fin, se aplicó a un grupo de 49 adolescentes femeninas entre 11 y 19 años de edad, que ya habían presentado su menarquia, una encuesta donde figuraba datos relacionados con: edad, grado de instrucción, fecha y edad de la primera menstruación. Se apreció que el 67% de las encuestadas recordaban la totalidad de los datos solicitados, de éstas el 66,6% afirmaron haber presentado su menarquía en uno de los siguientes meses: diciembre, enero, julio, agosto y septiembre (vacaciones escolares en nuestro país). Estos resultados nos permiten afirmar que dos terceras partes de las adolescentes estudiadas presentaron su menarquia coincidiendo con el período vacacional, lo cual podría significar un elemento predictivo del primer período menstrual, en aquella adolescente cuyos caracteres sexuales secundarios han alcanzado el nivel esperado para su aparición. *An Venez Nutr 1989; 2: 61-62*

PALABRAS CLAVES: Acontecimientos que cambian la vida, ciclo menstrual, menarca, vacaciones y períodos.

Introducción

La menarquia en el proceso de maduración de la adolescente, representa un marcador, que establece la diferencia biológica, psicológica y social de niña a mujer, constituyendo un evento tardío dentro de los sucesos que acontecen en el desarrollo puberal. Está precedido en forma regular, por la aparición del botón mamario, vello pubiano y el estirón puberal, donde alcanza aproximadamente el 90% de la estatura adulta final.

Esto coincide en forma bastante regular con el estadio III- IV de Tanner, seguido a continuación de la fase de desaceleración del crecimiento. En esta etapa sucede el primer período menstrual, lo cual es un acontecimiento rodeado de expectativa familiar y personal, que suele causar angustia y preocupación.

La menarquia se encuentra íntimamente relacionada con parámetros auxológicos, los que a su vez revisten implicaciones sociales, hereditarias y culturales, entre las cuales figuran: grasa corporal (1,2), peso (3-5), talla- edad, Graffar (6), tendencia secular (7,8), estadio de maduración sexual según Tanner (9), homeorresis (10), talla adulta final (9).

Estos factores asociados a la menarquia, podrían a su vez estar vinculados a períodos de bajo nivel de stress o de baja demanda laboral o académica. El presente estudio, pretende conocer la fecha de la primera menstruación de las adolescentes que acuden a esta consulta y correlacionarla con sus períodos vacacionales.

Material y método

Se efectuó una entrevista en forma espontánea a 49 adolescentes, con edades comprendidas entre 11 y 19 años de edad, que asistieron a la Consulta de Medicina del Adolescente del Hospital de Niños J.M. de los Ríos, durante los meses de enero, febrero y marzo de 1989.

A las adolescentes se les entregó durante la entrevista, una encuesta en la cual se solicitaba respuesta a las siguientes interrogantes: edad, sexo, grado de instrucción, fecha de la primera menstruación, edad en que ocurrió la primera menstruación. Los resultados fueron analizados en base a porcentajes, respecto del total de pacientes estudiados.

Resultados

Se apreció que 33 adolescentes (67%), recordaron la totalidad de los datos solicitados. De éstas, 22 (66,6%), afirmaron haber presentados su menarquía en uno de los siguientes meses: diciembre, enero, julio, agosto y

- 1 Médico Pediatra. Jefe de la Consulta de Medicina del Adolescente
- 2 Médico Pediatra. Residente del Postgrado de Medicina del Adolescente,

Solicitar copias a: Enriqueta Sileo. Medicina del Adolescente, Hospital de Niños J M de los Ríos; Av. Vollmer, San Bernardino, Caracas 1011 A.

septiembre, meses que coinciden, en nuestro país, con los períodos vacacionales dentro del calendario). Dentro de este grupo, el 63,6%, describieron su primer período menstrual en el período vacacional más prolongado (julio, agosto y septiembre).

Discusión

De los resultados se desprende, que dos terceras partes de las adolescentes estudiadas, presentaron su menarquia coincidiendo con el período vacacional, lo cual podría significar un elemento predictivo del primer período menstrual, en aquella adolescente cuyos caracteres sexuales secundarios han alcanzado el nivel esperado para su aparición. Suponemos que el período vacacional, en forma regular, es sinónimo de período de descanso y disminución de la carga de obligaciones.

La menarquia ocurre en forma habitual, cuando la adolescente ha alcanzado niveles de maduración sexual según Tanner, para vello pubiano y mama, en Estadio III y IV (9). Este dato podría ser correlacionado con la proximidad de un período vacacional, y ser utilizado como cálculo aproximado para la aparición de la menarquia en la joven adolescente.

OCCURRENCE OF MENARCHE DURING VACATION

ABSTRACT *Menarche is the turning-point of pubertal development that determines the biological and psychosociological change of a girl into womanhood. Menarche is correlated to growth variables such as weight and body composition. This paper studies the relation ship between menarche and a low stress level period, such as vacation. A questionnaire with age, grade, menarcheal date and menarcheal age was passed to 49 girls aged 11 to 19 years; 67% of the sample remembered all the data, of these, 66,6% recalled menarche in December, January, July, August and September (months that coincide with a vacation period). Out of this group, 63,6% recalled menarche in the long vacation period:*

July, August, September. These results permit us to affirm that 2/3 of the adolescents studied, presented their first menstruation during a vacation period. This may signify a predictive element for girls whose developmental rating has attained a level where menarche may occur. Ann Venez Nutr 1989; 2: 61-62

KEYWORDS *Life change events, menstrual cycle, menarche, holidays.*

Referencias

1. Scott E, Johnston F. Critical fat menarche and the maintenance of menstrual cycles. *Adolescent Health Care*. 1982; 2: 249-62
2. Crawford J, Osler, D. Body composition at menarche. *Pediatric* 1975; 56: 449-457
3. Frisch R, Serdle R. Critical weight at menarche. *Am J Dis Child*. 1975; 129: 258-59
4. Johnston FA, Schell L. Critical weight at menarche. *Am J Child*. 1975; 129: 19-23
5. Frisch R, Mc Arthur J. Menstrual cycles: fatness as determinant of minimum weight of height necessary for their maintenance. *Science* 1974; 185: 949-51
6. López Contreras M, Tovar Escobar G, Farid-Coupal N, Landaeta-Jiménez M, Méndez Castellano H. Estudios comparados de la estatura y edad de la menarquia, según estrato socio-económico, en Venezuela. *Arch Latinoam Nutr*. 1981; 31: 740-57
7. Farid-Coupal N, López Contreras M, Méndez Castellano H. The age at menarche in Carabobo, Venezuela, with a note in the secular trend. *Ann Hum Biol* 1981; 8 (3) : 283-88
8. Wyskall G, Frisch R. Evidence for secular trend in age of menarche. *N Eng J Med*. 1982; 17: 1033-35
9. Friedman I, Goldberg E. :Materiales de consulta para la práctica de Medicina del Adolescente. *Pediatr Clin North Am* 1980; 1: 201-17
10. Ramos R. Homeorresis en la menarquia. *Bol Med Hosp Infant Méx*. 1988; 45: 823-30