

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y  
Humanidades, Asunción, Paraguay.**

ISSN en línea: 2789-3855, marzo, 2025, Volumen VI

## **Percepción de salud en mujeres de 40 a 60 años, antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19**

Health perceptions in women aged 40 to 60, before the  
pandemic and during the COVID-19 lockdown

***Evangelina Aldana Calva***

alceva1964@yahoo.com.mx  
<https://orcid.org/0000-0003-4356-0545>  
Instituto Nacional de Perinatología "Isidro  
Espinoza de los Reyes"  
CDMX – México

***María Eugenia Gómez López***

eugeniagomez2712@yahoo.com.mx  
<https://orcid.org/0000-0002-1928-7561>  
Instituto Nacional de Perinatología "Isidro  
Espinoza de los Reyes"  
CDMX – México

***Laura Evangelina Cabrera Aldana***

lauracabrera@ciencias.unam.mx  
<https://orcid.org/0009-0005-5793-8547>  
Facultad de Ciencias. UNAM  
CDMX – México

***José Raúl Peralta López***

peraltalopez\_62@hotmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-2289-6616>  
Normal Carlos A. Carrillo. Xalapa, Veracruz  
Veracruz – México

***Rafael Octavio Félix Verduzco***

rafael.felix@udem.edu  
<https://orcid.org/0000-0003-2059-2157>  
Universidad de Monterrey  
Monterrey – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3704>

**Artículo recibido:** 18 de marzo de 2025.

**Aceptado para publicación:** 01 de abril de  
2025.

**Conflictos de Interés:** Ninguno que declarar.

  
**Redilat**  
Red de Investigadores  
Latinoamericanos

**NÚMERO**

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3704>

## Percepción de salud en mujeres de 40 a 60 años, antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19

Health perceptions in women aged 40 to 60, before the pandemic and during the COVID-19 lockdown

**Evangelina Aldana Calva**

alceva1964@yahoo.com.mx

<https://orcid.org/0000-0003-4356-0545>

Instituto Nacional de Perinatología "Isidro Espinosa de los Reyes"

CDMX – México

**María Eugenia Gómez López**

eugeniagomez2712@yahoo.com.mx

<https://orcid.org/0000-0002-1928-7561>

Instituto Nacional de Perinatología "Isidro Espinosa de los Reyes"

CDMX – México

**Laura Evangelina Cabrera Aldana<sup>1</sup>**

lauracabrera@ciencias.unam.mx

<https://orcid.org/0009-0005-5793-8547>

Facultad de Ciencias. UNAM

CDMX – México

**José Raúl Peralta López**

peraltalopez\_62@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-2289-6616>

Normal Carlos A. Carrillo. Xalapa, Veracruz

Veracruz – México

**Rafael Octavio Félix Verduzco**

rafael.felix@udem.edu

<https://orcid.org/0000-0003-2059-2157>

Universidad de Monterrey

Monterrey – México

Artículo recibido: 18 de marzo de 2025. Aceptado para publicación: 01 de abril de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### Resumen

La percepción de salud en mujeres entre 40 y 60 años está relacionada con los cambios propios de la edad y estilo de vida, pero en 2020, se matizó con el confinamiento derivado de pandemia por COVID-19. Objetivo: conocer la percepción de salud antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19, en un grupo de mujeres entre 40 y 60 años. Estudio: exploratorio, descriptivo, cuantitativo, no experimental, transversal, con un muestreo no probabilístico, intencional por tiempo. Muestra: 182 mujeres de 40 a 60 años, sin presencia de psicopatologías. Instrumento: encuesta semiestructurada online, descriptiva, transversal, cerrada, con respuestas tipo Likert, diseñada con la herramienta de Google Forms. Resultados: Casi tres cuartas partes contaban con estudios de licenciatura y posgrado, cerca del 90% trabajaban, y más del 80% tenían una relación de pareja estable, mujeres prácticamente sanas y sin consumo de sustancias. Los componentes más afectados en el confinamiento fueron: ciclo de sueño, bienestar emocional; Emociones durante el confinamiento: más frecuentes

---

<sup>1</sup> Autora de correspondencia.


preocupaciones, miedo; mayor incremento de irritabilidad, miedo, confusión y apatía; disminución de enojo y estrés disminuyeron. La presencia de emociones fue poco frecuente. Sin duda, la percepción de salud se modificó por los acontecimientos negativos que trajo consigo el confinamiento, así como con desigualdades de género, que provocaron la sobrecarga física, mental y emocional en su vida cotidiana.

*Palabras clave:* mujer, salud, COVID-19, confinamiento

## Abstract

The perception of health in women between 40 and 60 years old is related to the changes inherent to age and lifestyle, but in 2020, it was qualified by the confinement derived from the COVID-19 pandemic. Objective: to know the perception of health before the pandemic and during confinement due to COVID-19, in a group of women between 40 and 60 years old. Study: exploratory, descriptive, quantitative, non-experimental, cross-sectional, with non-probabilistic, intentional sampling by time. Sample: 182 women between 40 and 60 years old, without the presence of psychopathologies. Instrument: semi-structured online, descriptive, transversal, closed survey, with Likert-type responses, designed with the Google Forms tool. Results: Almost three-quarters had undergraduate and postgraduate studies, nearly 90% worked, and more than 80% had a stable relationship, practically healthy women without substance use. The components most affected by confinement were: sleep cycle, emotional well-being; Emotions during confinement: more frequent worries, fear; greater increase in irritability, fear, confusion and apathy; decrease in anger and stress decreased. The presence of emotions was rare. Without a doubt, the perception of health was modified by the negative events that confinement brought with it, as well as gender inequalities, which caused physical, mental and emotional overload in their daily lives.

*Keywords:* woman, health, COVID-19, confinement

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Aldana Calva, E., Gómez López, M. E., Cabrera Aldana, L. E., Peralta López, J. R., & Félix Verduzco, R. O. (2025). Percepción de salud en mujeres de 40 a 60 años, antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19. Percepción de salud en mujeres de 40 a 60 años, antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 6 (2), 1389 – 1403. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3704>

## INTRODUCCIÓN

Médicamente, el ser humano pasa por dos periodos importantes de cambios biomoleculares masivos que ocurren entre los 40 y 60 años: a los 40 años se ha detectado un cambio significativo en las moléculas relacionadas con las enfermedades cardiovasculares, mientras que a los 60 años además de los cambios ya mencionados, se agregan los que suceden en las moléculas relacionadas con la función inmunológica. En las mujeres se llegó a pensar que estos eran producto del climaterio, sin embargo, se ha detectado que sus generadores son el estilo de vida y otro tipo de conductas (Tompa, 2024).

Indudablemente las mujeres entre 40 y 60 años, se enfrentan a una serie de factores que afectan su estado de salud, por lo que vale la pena ser mencionados:

Cambios de moléculas relacionadas con las enfermedades cardiovasculares y con la función inmunológica (Tompa, 2024).

Cambios derivados del declive hormonal propios del climaterio (Secretaría de Salud, 2012).

**Corto plazo:** síntomas vasomotores (bochornos y sudoraciones); cambios de humor (ansiedad e irritabilidad); trastornos del sueño (falta de sueño e insomnio).

**Mediano plazo:** vaginitis atrófica; incontinencia urinaria; modificación en la cantidad, color y crecimiento del cabello; disminución del vello púbico y del axilar; presencia de arrugas, etc.

**A largo plazo:** aumento en la incidencia de enfermedades cardiovasculares; aterosclerosis; hipertensión; obesidad; osteoporosis; alteraciones psíquicas y cognitivas, entre otras (Aldana, 2021 y Peiró, 2023).

Presencia de síntomas de tipo psicológico o emocional, los cuales no necesariamente derivan del declive hormonal, en algunos casos proceden de la historia de vida y la interpretación de esta, donde la manera de hacer frente a estos, depende de la capacidad de respuesta de la estructura de personalidad (Aldana 2021). Estructura que es producto de la socialización de las mujeres, y que esta indudablemente matizada por la asignación de roles sociales preestablecidos (como mujer, como pareja, como madre, involucrada la capacidad reproductiva y por ende la belleza y juventud, etc.) a lo largo de la vida, donde el climaterio no es la excepción, dándole el papel de cuidadora (de los nietos, padres, o de personas enfermas entre otros), lo que pone a las mujeres en desventaja (Obregón y Torres, 2023; Fonseca y López, 2024).

La forma, las actitudes y comportamiento que tienen las mujeres en lo social o colectivo para integrarse al mundo que los rodea y satisfacer sus necesidades, para alcanzar su desarrollo personal, lo cual tiene que ver con: hábitos de alimentación, higiene personal, ocio, modos de relaciones sociales, sexualidad, vida relacional y de familia y mecanismos de afrontamiento social. Lo que hace referencia al estilo de vida (Lorenzo y Díaz, 2019).

Además de los factores ya mencionados, las mujeres en 2020 se enfrentaron a la pandemia por COVID-19, la cual puso en riesgo su salud (OMS, 2022), y cuya medida preventiva para detener el contagio fue el confinamiento, el cual les provocó sobrecarga física, mental y emocional, haciendo evidentes las desigualdades de género (CNDH, 2021). Lo anterior, sin dejar de lado estresores como duelos, pérdidas de empleos, dificultades económicas, deterioro de la salud, restricciones sociales, inestabilidad laboral, y pérdida de la economía, los cuales impactaron en la salud mental de la población (Velázquez, 2022). Sin duda alguna, estos otros factores en aquel momento también pusieron en riesgo la salud y por ende el bienestar de las mujeres (OMS, 2022).

Por lo anterior, surgió el interés de llevar a cabo esta investigación, con el objetivo de conocer la percepción de salud, que tenían antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19, en un grupo de mujeres entre 40 y 60 años.

## **METODOLOGÍA**

Este estudio es parte de un proyecto más amplio titulado: "Impacto psicosocial, de salud y psicológico por emergencia sanitaria COVID-19 en población latinoamericana" (Aldana, Peralta, Félix y Martínez, 2021), llevado a cabo del 24 de abril al 9 de mayo de 2020, durante la 1ª ola COVID-19 (de la semana epidemiológica 8 a la 39 de 2020) (Gobierno de México. Secretaría de Salud, 20 22).

### **Enfoque de Investigación:** Cuantitativa

**Diseño de estudio:** Es un estudio exploratorio, transversal, descriptivo, no experimental, con un muestreo no probabilístico, intencional por tiempo.

**Participantes:** La muestra estuvo integrada por 182 mujeres de 40 a 60 años, sin presencia de psicopatologías. Se incluyeron solamente a aquellas que respondieron el cuestionario en su totalidad.

**Instrumentos de Recolección de Datos:** El instrumento utilizado para este estudio fue una encuesta semiestructurada online, descriptiva, transversal, cerrada, con respuestas tipo Likert, diseñada con la herramienta Google Forms. La encuesta constó de seis dimensiones, las cuales permiten explorar el bienestar físico, mental y social.

Para probar la claridad narrativa de las preguntas de la encuesta, se llevó a cabo un piloteo con 50 personas, haciendo los ajustes correspondientes para optimizar el uso del instrumento.

**Procedimiento:** La invitación a dicho estudio circuló en diferentes redes sociales, Facebook, WhatsApp y correo electrónico, empleando la técnica bola de nieve (Alloatti, 2014).

Para los objetivos de este estudio se emplearon dos dimensiones:

**Bienestar físico:** sus componentes fueron presencia de comorbilidades; consumo de sustancias; percepción de bienestar que tenían antes de la pandemia y durante el confinamiento respecto a su estado de salud, su ciclo de sueño, su alimentación y su actividad física (las opciones de respuesta fueron: Muy bien, Bien, Regular, Mal y Muy mal).

**Bienestar mental o psicológico:** sus componentes fueron la percepción del estado emocional antes de la pandemia y durante el confinamiento (las opciones de respuesta fueron: Muy bien, Bien, Regular, Mal y Muy mal); Presencia y frecuencia de emociones Serenidad (estar bien, tranquilidad); Miedo (angustia, espanto, susto); Preocupación (incertidumbre, nerviosismo); Enojo (ira, molesto/a); Agotamiento (cansancio, debilidad); Irritabilidad (incontrolada, alterado); Aburrimiento; Apatía (indiferente); Depresión (triste, desesperanzado); Confusión, Estrés, antes de la pandemia y durante el confinamiento (las opciones de respuesta fueron: Siempre, Casi siempre, Pocas veces, Casi nunca, Nunca).

**Análisis de Datos:** Para el análisis estadístico, se usó estadística descriptiva, se emplearon medidas de resumen para la descripción de los datos (Hernández, 2016).

**Consideraciones Éticas:** Debido a que la participación fue voluntaria, anónima y no remunerada y a que no se recogieron ni proporcionaron datos personales sensibles en ningún momento durante la encuesta, este estudio estuvo exento de la necesidad de aprobación por parte de un comité de revisión institucional. Además, de acuerdo con la reglamentación mexicana de la Ley General de Salud, en materia de investigación para la salud, el uso de la encuesta se considera una investigación sin riesgo

y no requiere consentimiento informado por escrito (Reglamento De La Ley General De Salud; Norma Oficial Mexicana NOM-012-SS A3-2012).

**RESULTADOS**

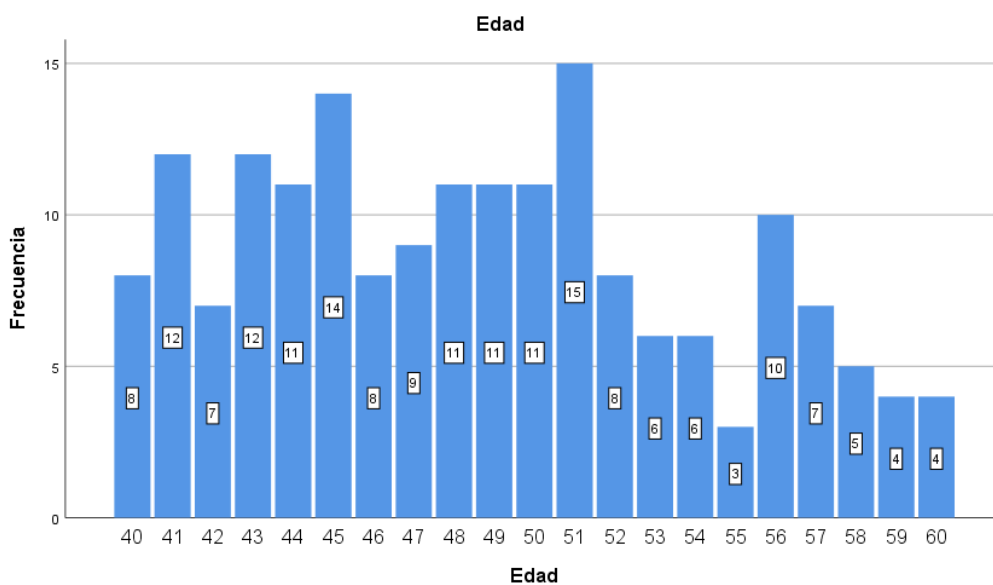
La muestra estuvo conformada por 182 mujeres mexicanas, de 40 a 60 años. Con una media de edad de 48.6 años y una desviación de 5.5 años.

En lo que concierne a las características demográficas, se obtuvieron los siguientes resultados.

El 62.6% de la muestra se encontraba entre los 40 y 50 años (Ver gráfico 1).

**Gráfico 1**

*Edad de las mujeres participantes*

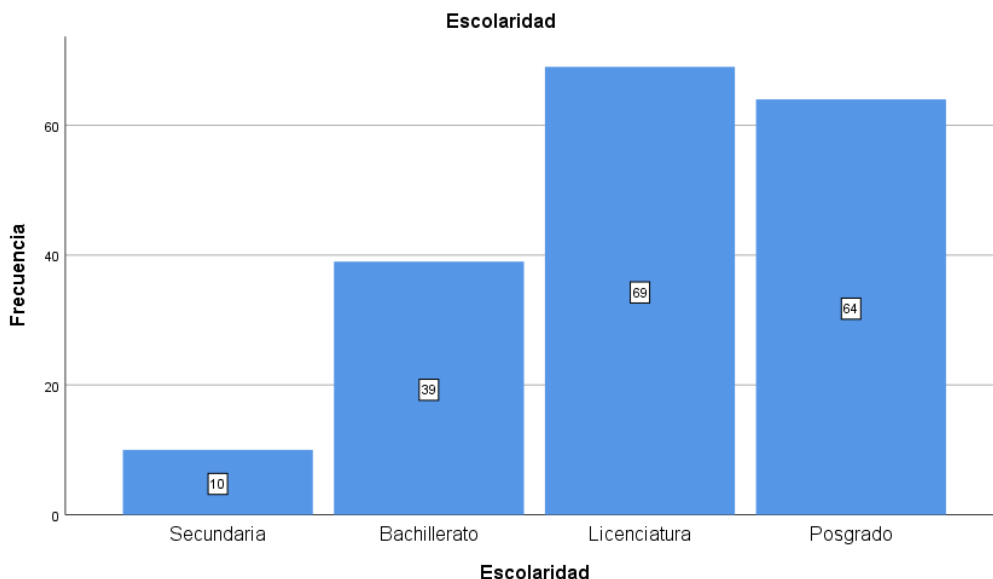


**Fuente:** elaboración propia.

El 37.9% de las participantes contaban con licenciatura y 35.2% con posgrado (Ver gráfico).

**Gráfico 2**

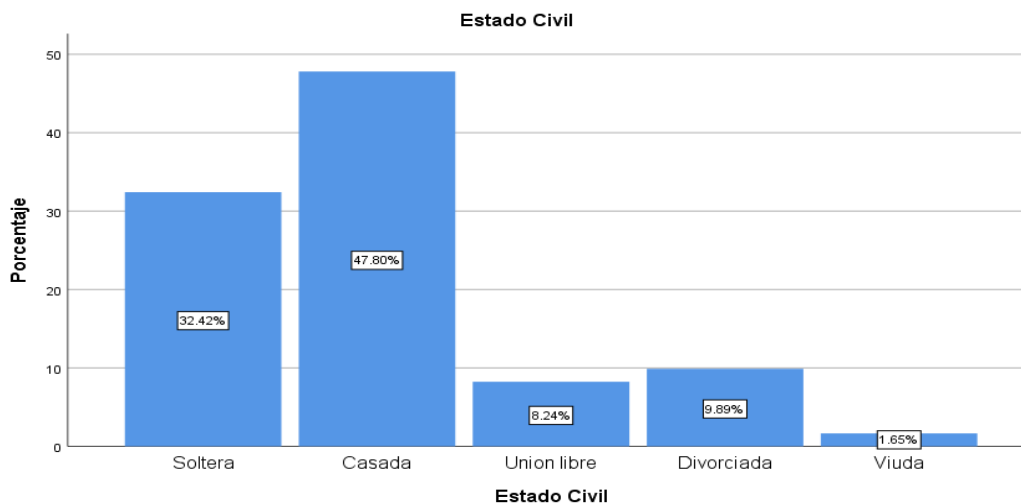
*Escolaridad de las mujeres participantes*



Se encontró que el 56% de las mujeres reportaron tener una relación de pareja estable (Ver gráfico 3).

**Gráfico 3**

*Estado civil de las mujeres participantes*

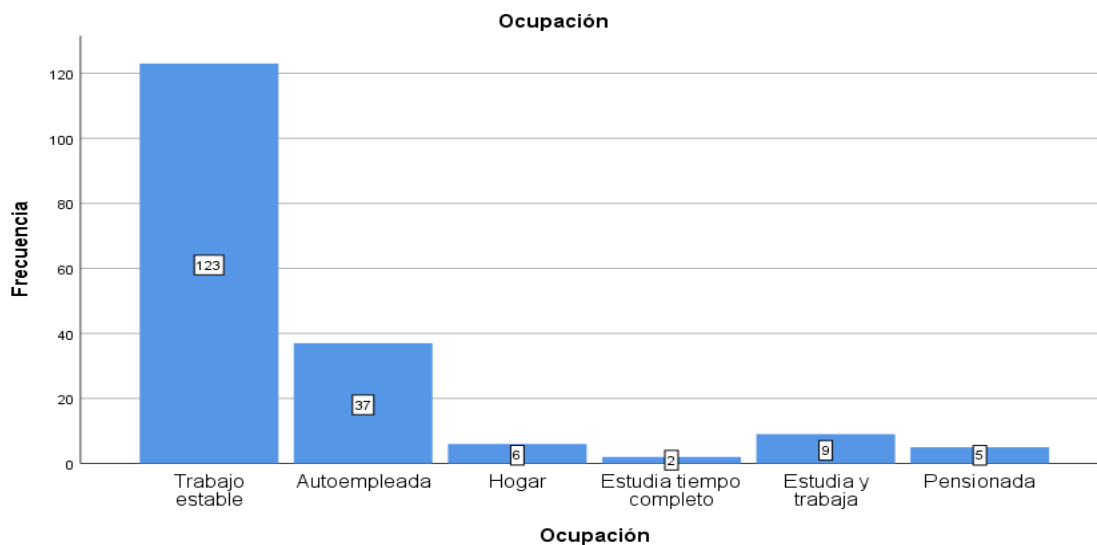


**Fuente:** elaboración propia.

En el gráfico 4 se muestra la ocupación de las participantes, destacando que el 92.8% trabajaban, de estas el 72.7% contaban con trabajo estable, 21,8% eran autoempleadas y 5.3% trabajaban y estudiaban (Ver gráfico 4).

### Gráfica 4

Ocupación de las mujeres participantes

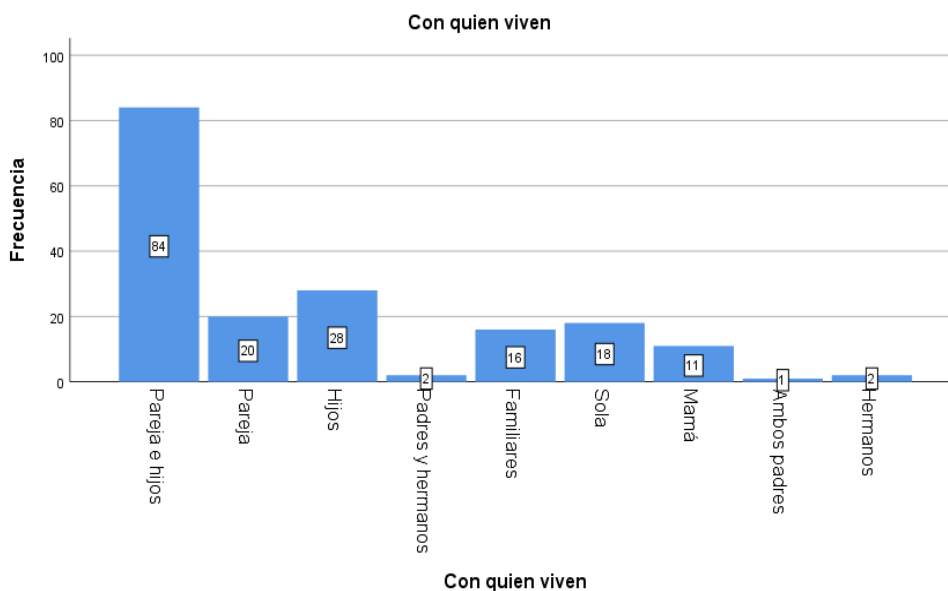


**Fuente:** elaboración propia.

El gráfico 5 señala con quiénes vivían las participantes, en donde 46.2%, de las participantes vivían con la pareja e hijos, y el 15.4% con los hijos (Ver gráfico 5).

### Gráfico 5

Personas con las que vivían las participantes



**Fuente:** elaboración propia.

En cuanto a la presencia de comorbilidades, se encontró que el 75.8% de las participantes no presentaron ninguna, y de las comorbilidades presentes, la más frecuente fue la hipertensión en el 10.4% de las mujeres, y la diabetes, presente en el 6.0% de las participantes.

Con respecto al consumo de sustancias de las participantes, se detectó que el 40.7% no consumía ninguna sustancia (legales e ilegales); sin embargo, el 49.5% consumía café y el 7.1% cigarro.

Los resultados obtenidos en los componentes que conforman el estilo de vida, se hallaron que más del 50% de las mujeres participantes, tenían una percepción positiva en su estado de salud, ciclo de sueño, alimentación y actividad física, antes de la pandemia, sin embargo, esta percepción se vio afectada con el confinamiento, principalmente en el ciclo de sueño, el cual disminuyó en un 26.9% de las (Ver tabla 1).

**Tabla 1**

*Percepción de bienestar con los estilos/hábitos de vida antes y durante el confinamiento*

Variable	Muy bien		Bien		Regular		Mal		Muy mal	
	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D
	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
Salud	20.3	18.1	45.6	34.6	30.8	36.8	3.3	7.7	0	2.7
Ciclo de sueño	17.0	9.3	41.2	22.0	36.3	36.3	2.2	22.0	3.3	10.4
Alimentación	17.6	16.5	47.3	33.0	31.3	34.6	2.7	9.9	1.1	6.0
Actividad Física	15.9	14.8	30.8	13.7	37.4	31.3	11.5	28.6	4.4	11.5

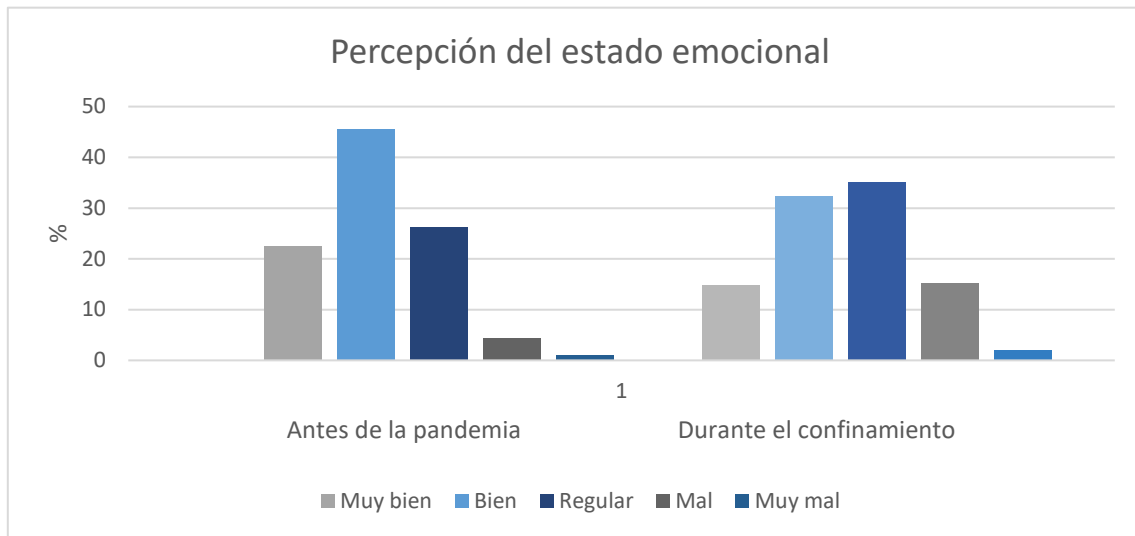
**Nota:** A=Antes de la pandemia. D= Durante el confinamiento

**Fuente:** elaboración propia.

En el componente de bienestar emocional, el 68.1% de las mujeres tenían una percepción de bienestar de su estado emocional, esta percepción disminuyó con el confinamiento en el 20.9% de las participantes, en la categoría de muy bien y bien (Ver gráfico 6).

## Gráfico 6

Percepción de bienestar respecto al estado emocional antes y durante el confinamiento



**Nota:** A=Antes de la pandemia. D= Durante el confinamiento

**Fuente:** elaboración propia.

El gráfico 6 muestra la presencia y frecuencia de emociones antes y durante la contingencia. La serenidad estuvo presente antes de la pandemia en el 98.4% de la muestra, y fue más frecuente en las categorías de casi siempre en el 56.0% y siempre 20.9%. Con el confinamiento su presencia aumentó a 99.5%; sin embargo, la categoría de casi siempre disminuyó en un 13.7%, incrementando a la categoría de pocas veces (20.9 % a 35.7%), mientras que la categoría de siempre se mantuvo en el 21.4%.

En la presencia de emociones negativas, se detectó que antes de la pandemia su media era de 6.4 emociones en cada mujer; no obstante, durante el confinamiento estas aumentaron a 7.3. Mientras que la desviación estándar pasó de  $\pm 2.8$  a  $\pm 2.9$ . En tanto que la moda fue la misma antes de la pandemia y durante el confinamiento con 10 emociones.

Las emociones más frecuentes antes de la pandemia fueron: el estrés en un 85.7% de la muestra, del cual 59.3% correspondía a la categoría de pocas veces y el 25.3% a casi siempre, seguido de la preocupación, la cual estuvo presente en el 83.0% de la muestra, correspondiendo 72.5% a la categoría de pocas veces y 9.3% a la categoría de casi siempre.

Mientras que, durante el confinamiento, las emociones más frecuentes fueron: preocupación, presentándose en el 91.2% de las participantes, del cual el 52.7% pertenecía a la categoría de pocas veces y el 34.1% a casi siempre. La emoción de miedo se encontró en 84.1% de la muestra, donde el 57.7% correspondía a la categoría de pocas veces y el 23.1% a casi siempre.

Las emociones que incrementaron su presencia durante el confinamiento fueron: irritabilidad en un 19.8%, el miedo en un 18.7%, confusión 15.4% y apatía 15.3%. Mientras que el enojo disminuyó su presencia un 1.7% y el estrés 2.2% (Ver tabla 2)

**Tabla 2**

*Presencia y frecuencia de emociones antes y durante la contingencia*

Emoción	Siempre		Casi siempre		Pocas veces		Nunca	
	A	D	A	D	A	D	A	D
	%	%	%	%	%	%	%	%
Serenidad	21.4	21.4	56.0	42.3	20.9	35.7	1.6	.5
Miedo	0	3.3	3.3	23.1	62.1	57.7	34.6	15.9
Preocupación	1.1	4.4	9.3	34.1	72.5	52.7	17.0	8.8
Enojo	.5	1.1	7.7	12.6	70.3	63.2	21.4	23.1
Agotamiento	3.3	1.6	15.4	26.4	57.7	54.4	23.6	17.6
Irritabilidad	0	1.1	6.0	15.4	45.1	54.4	48.9	29.1
Aburrimiento	0	2.7	2.7	14.8	51.1	46.7	46.2	35.7
Apatía	0	1.6	5.5	10.4	38.5	47.3	56.0	40.7
Depresión	.5	2.7	6.0	19.2	52.2	44.0	41.2	34.1
Confusión	1.1	3.8	3.3	15.4	37.9	38.5	57.7	42.3
Estrés	1.1	10.4	25.3	27.5	59.3	45.6	14.3	16.5

**Nota:** A=Antes de la pandemia. D= Durante el confinamiento

**Fuente:** elaboración propia.

### **DISCUSIÓN**

Esta investigación tuvo como objetivo conocer la percepción de salud en un grupo de mujeres entre los 40 y 60 años, antes de la pandemia y durante el confinamiento por COVID-19.

En principio se encontró que la mayor parte de la muestra estaba conformada por mujeres entre los 40 y 50 años. Además, todas contaban con tecnología en casa, ya que la encuesta fue realizada a través de las redes sociales, lo que supuso también que las participantes tendrán niveles de escolaridad altos, lo cual se confirma, al observar que casi el 40% contaban con licenciatura y un porcentaje similar, contaban con estudios de posgrado.

Por otra parte, en su mayoría las mujeres trabajaban, lo cual concuerda con el nivel de escolaridad reportado; y esto les facilita la posibilidad de contar con un trabajo estable (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura y el Instituto Internacional de la UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe, 2021)<sup>17</sup>.

INEGI (2020) señaló que en México, 87 de cada 100 hogares son familiares, (parentesco entre los integrantes), de estos 71 son nucleares: formados por el papá, la mamá y los hijos o sólo la mamá o el papá con hijos; una pareja que vive en el mismo hogar y no tiene hijos también constituye un hogar nuclear. Condiciones y porcentaje similares a los encontrados en este estudio (72.6%) (INEGI, Censo de Población y Vivienda 2020).

Respecto, a la presencia de comorbilidades, se pudo observar una población prácticamente sana, donde solo una cuarta parte presentó comorbilidades y las relevantes fueron la hipertensión y la diabetes; sin embargo, se observa que los porcentajes obtenidos muy inferiores en comparación con los reportados en otros estudios durante la contingencia por COVID-19, y posteriormente (Tolentino-Mayo et al. 2020; Celerino, 2022).

Es importante señalar que la hipertensión y la diabetes son factores de riesgo independientes para enfermedad cardiovascular, resaltando que en un tercio de la población mexicana presentaba hipertensión desde antes pandemia (Secretaría de Salud, 2020), y fue la enfermedad que más afectó a

la población de 53 años y más. En cuanto a la diabetes tipo II, en México la padece el 15.6% de la población (Secretaría de Salud, 2020) y a nivel mundial el 10.5% (Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), 2021; Federación Internacional de Diabetes (FID); Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), 2021).

En cuanto al consumo de sustancias, divididas en legales y no legales, dentro de las legales, la que presentó un mayor consumo fue la cafeína en la mitad de la muestra, seguida por el consumo de tabaco en un mínimo porcentaje, este último similar al reportado en la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017 (8.7%), y en un porcentaje aún menor se encontró consumo de alcohol. Al respecto, estudios reportaron un descenso significativo en el consumo de tabaco, alcohol y psicofármacos durante el confinamiento, tanto en el número de consumidores como en las cantidades consumidas durante el COVID-19 (Pérez-Albéniz. et al. 2023).

Un poco más de un tercio de la muestra tenía una percepción desfavorable de su estado de salud antes de la pandemia, a pesar de que en 2020 (Thomas, 2020) no se vivía en emergencia sanitaria, y pocas participantes reportaron la presencia de comorbilidades. Este porcentaje se incrementó en cerca de la mitad de la muestra durante el confinamiento y estos resultados coinciden con los encontrados en investigaciones realizadas durante la pandemia por COVID-19 (Hernández y Suárez, 2021). La percepción que tenían antes de la pandemia podría estar directamente relacionada con la experiencia de vida, redes de apoyo y la aceptación social (Fernández Rincón, et al 2023), en tanto que la percepción desfavorable de salud durante el confinamiento puede estar estrechamente relacionada a las condiciones propias de la emergencia sanitaria.

Los resultados obtenidos en los componentes que conforman el estado de salud, muestran que más de la mitad de las mujeres participantes tenían una percepción de bienestar en cuanto a su estado de salud, ciclo de sueño, alimentación y actividad física; la cual se vio afectada con el confinamiento, principalmente en lo que respecta al ciclo de sueño, ya que durante el confinamiento cerca de tres cuartas partes reportaron una percepción desfavorable, resultados similares a los obtenidos por Monterrosa y Monterrosa (2021), durante la pandemia por COVID-19. Sin embargo, este fue un componente que impactó a la población en general (Goularte, et. al, 2021; Zapata, Ríos y Santos Ramírez, 2021; Barros et al, 2020).

La percepción de bienestar emocional disminuyó en un 20% durante el confinamiento. La serenidad, que es una emoción positiva, estuvo presente casi en la totalidad de las mujeres desde antes de la pandemia, así como durante el confinamiento, porcentaje mayor al obtenido por Alegre et al (2020).

Las emociones que estuvieron más presentes antes de la pandemia fueron estrés y preocupación. Mientras que durante el confinamiento fueron: preocupación y miedo. Las emociones que más incrementaron su presencia durante el confinamiento fueron: irritabilidad, miedo, confusión y apatía, mientras que aquellas que disminuyeron su presencia fueron el enojo y el estrés. Sin duda alguna el estado emocional se modificó, derivado de los acontecimientos negativos que trajo consigo el confinamiento, que, a pesar de ser la forma de evitar un contagio, la experiencia subjetiva de cada individuo acuñó un nuevo significado dado que se estaba viviendo una situación inédita y única a nivel mundial, que provocó diferentes reacciones emocionales como estrés, depresión, miedo, preocupación, agotamiento, aburrimiento, apatía, confusión, considerando que algunas de estas ya se vivían antes de la pandemia y el confinamiento (Apaza, Seminario, Santa- Cruz. 2020; Lacomba-Trejoa, Calderón-Cholbib y Delhomc, 2020; Gaeta, Rodríguez y Gaeta, 2022; Miragall, Herrero, Vara, Galiana y baños, 2022; Meléndez et, al, 2020; Ruiz, 2020).

Implicaciones: Los resultados obtenidos sobre la percepción de salud antes de la pandemia dan cuenta de una población particular: mujeres maduras y adultas mayores, las cuales contaban con niveles altos de estudio, en su gran mayoría contaban con trabajo y con una relación de pareja estable, participantes

prácticamente sanas, sin consumo de sustancias, con la presencia de emociones tanto antes de la pandemia como en el confinamiento, pero poco frecuentes. Estas características son diferentes a las de la población en general, lo que hace pensar que estos factores les permitieron afrontar la pandemia y el confinamiento de otra forma, ya que no había preocupación económica por el hecho de continuar trabajando, además de lograr estar más tiempo con la familia (lo que es difícil que ocurra cuando se trabaja fuera de casa), lo que llevó a que los cambios tanto en hábitos de salud y estado emocional no fueran abruptos.

Además, se puede pensar que la percepción desfavorable reportada por las mujeres durante el confinamiento puede estar ligada a los acontecimientos negativos que trajo consigo el confinamiento, así como a las desigualdades de género, que provocaron la sobrecarga física, mental y emocional en su vida cotidiana.

Limitaciones: Esta investigación permitió ver una parte de la población de mujeres que cuentan con licenciatura y posgrado y que además tienen trabajo estable, lo cual rebasa por mucho el promedio de escolaridad que existe en México, el cual es de 9 años. La limitación de este estudio es que los datos obtenidos sólo podrán ser comparados con muestras similares, y por tanto, no son generalizables al resto de la población. Por lo que en momentos de crisis es importante estudiar a aquellas mujeres vulnerables, por el bajo nivel de estudios, el poco acceso a oportunidades de trabajo y por lo tanto dificultad para acceder a la tecnología, lo cual englobado representaba un alto riesgo para el bienestar de la mujer. Es importante tomar en cuenta que los estudios como el presente, que se realizan mediante plataforma o redes sociales corren el riesgo de obtener datos no apegados a la realidad.

Recomendaciones: Es importante abordar a la mujer desde la perspectiva de género, ya que permite una explicación más completa de cómo se concibe la mujer y cómo da respuesta en momentos de crisis. Este tema se ampliará en futuras investigaciones.

### **CONCLUSIÓN**

La percepción de salud que tenían antes de la pandemia las mujeres de 40 a 60 años se vio modificada de manera negativa durante el confinamiento, tanto en el área de salud, donde se presentó mayor problema en el ciclo de sueño, como en el área psicológica, donde hubo mayor presencia y frecuencia de emociones negativas, lo que puede estar asociado a los acontecimientos negativos que trajo consigo el confinamiento, así como a las desigualdades de género, que provocaron la sobrecarga física, mental y emocional en la vida cotidiana.

## REFERENCIAS

Aldana, C.E. (2021). Climaterio. En Emociones y Reproducción Humana: Aspectos Psicodinámicos. Editores de Textos Mexicanos. (2021).

Aldana, C.E., Peralta, L.J.R., Félix, V.R.O y Martínez, M.S. (2021). Impacto psicosocial, de salud y psicológico por emergencia sanitaria COVID-19 en población latinoamericana. En: Los que-haceres de la pandemia: miradas, perspectivas y alternativas en tiempos del COVID-19. Editorial. Generis Publishing.

Alegre, A.E., Carceller-Maicas, N., Cela, B.X., Martínez-Hernández, A. y Evangelidou, S. (2020). Cuadernos de Campo (Sao Paulo, online). Vol.29, pp: 204-215. Doi <https://10.11606/issn.2316-9133.v29isuplp204-215>

Alloatti, M.N. Una discusión sobre la técnica de bola de nieve a partir de la experiencia de investigación en migraciones internacionales [sesión de conferencia]. IV Encuentro Latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales, Heredia, Costa Rica. (29 agosto, 2014). Disponible en: <https://bit.ly/3iFTmwM>

Apaza, P., Cynthia, M., Seminario, S.R.S. y Santa-Cruz, A.J.E. (2020). Universidad del Zulia (LUZ) Revista Venezolana de Gerencia (RVG). No. 90: 402-413

Barros, M.B.A., Lima, M.G., Malta, D.C., Szwarcwald, C.L, Azevedo, R.C.S., Romero, D., Borges S.P.R. Azevedo, L.O., Machado, I.E., Nogueira D.G., Saar, G.C., Oliveira W.A., Rodrigues P.S.D., Pina M.F y Gracie, R. (2020). Report on sadness/depression, nervousness/anxiety and sleep problems in the Brazilian adult population during the COVID-19 pandemic. Epidemiol Serv Saude. 2020; 29(4). Disponible en: <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>

Celerino. B.D.M. (2022). Características clínicas y evolución de los pacientes con COVID-19 en primer nivel. Instituto Mexicano del Seguro Social Delegación Veracruz Norte Unidad Médica Familiar. No. 73.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH). (2021). Mujeres en el contexto del COVID-19. Disponible en: [https://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://igualdaddegenero.cndh.org.mx/doc/Promocion/Relatorias/Relatoria\\_Mujeres\\_Covid19\\_Guerrero.pdf](https://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://igualdaddegenero.cndh.org.mx/doc/Promocion/Relatorias/Relatoria_Mujeres_Covid19_Guerrero.pdf)

Diario Oficial de la Federación Norma Oficial Mexicana NOM-012-SS A3-2012, Que establece los criterios para la ejecución de proyectos de investigación para la salud en seres humanos. Disponible en: [https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5284148&fecha=04/01/2013#gsc.tab=0](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5284148&fecha=04/01/2013#gsc.tab=0)

Diario Oficial de la Federación Reglamento De La Ley General De Salud En Materia De Investigación Para La Salud 1987 Disponible en: [https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg\\_LGS\\_MIS\\_orig\\_06ene87](https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS_orig_06ene87)

Fernández, R.C.A., Henao, B.A., García, N., Ruíz, H.B.M y Escobar, MB. (2023). Los significados de la menopausia, una mirada desde la teoría de las transiciones. Salud UIS. 55: e23057. Disponible en: Doi: <https://doi.org/10.18273/saluduis.55.e:23057>

Fonseca, F.M y López, A.L.M. (2024). Una mirada de género al bienestar de las mujeres durante el climaterio. Medisur [revista en Internet]. 22(2) [aprox. -362 p.]. Disponible en: <https://www.medisur.sld.cu/index.php/mdisur/article/view/45160>

Gaeta, M. L., Rodríguez, M. S. y Gaeta, L. Efectos emocionales y estrategias de afrontamiento en universitarios mexicanos durante la pandemia de covid-19. Educación y Educadores, (2022). 25(1), e2512. DOI: <https://doi.org/10.5294/edu.2022.25.1.2>

Gobierno de México. Secretaria de Salud. (2022). Informe Integral de COVID-19 En México Número 06; Disponible en: [https://epidemiologia.salud.gob.mx/gobmx/salud/documentos/covid19/Info-06-22-Int\\_COVID-19](https://epidemiologia.salud.gob.mx/gobmx/salud/documentos/covid19/Info-06-22-Int_COVID-19)

Goularte, J.F., Serafim, S.D., Colombo, R., Hogg, B., Caldieraro, M.A. y Rosa, A.R. (2021). COVID-19 and mental health in Brazil: Psychiatric symptoms in the general population. *Journal of Psychiatric Research*, No.132, 32-37. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.09.021>

Hernández, G.C. y Suárez, L.N. (2021). Salud y bienestar en el tiempo de COVID-19. *Horizonte Sanitario*. Disponible en: <http://revistas.ujat/index.php/horizonte>

Hernández, S. R., Fernández, C. y Baptista, L.P. (2006). *Metodología de la investigación*. Ed. McGraw-Hili – Interamericana, Cuarta edición.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Censo de Población y Vivienda 2020. Disponible en: <https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/hogares.aspx?tema=P>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2022). Estadísticas a Propósito del Día Mundial de la Diabetes. Comunicado de prensa núm. 657/22. 10 de noviembre de 2022. Pag 1-6. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2023). Encuesta Nacional Sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM) y Encuesta de Evaluación Cognitiva. Comunicado de prensa núm. 394/23 6 de julio de 2023. Página 1/33. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASEM/ENASEM21.pdf>

International Diabetes Federation. (2021). Disponible en: <https://idf.org/es/about-diabetes/diabetes-facts-figures/>

Lacomba-Trejoa, L., Calderón-Cholbib, A., Delhomc, I. (2022). Análisis de los predictores del estrés durante el confinamiento por COVID-19 en España. *Actas Esp Psiquiatr*. 50(4): 166-77. Disponible en: <https://amazingbooks.es/>

Lorenzo, D.J.C y Díaz, A.H. (2019), Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo XXI. *Rev. Ciencias Médicas*. Marzo-abril, 23(2):170-171.

Meléndez, J.C., Satorres, E., Reyes-Olmedo, M., Delhom, I., Real, E., Lora, Y. (2020). Emotion recognition changes in a confinement situation due to COVID-19. *J Environ Psychol.*; 72:101518. Doi: 10.1016/j.jenvp.2020.101518

Miragall, M., Herrero, R., Vara, M.D., Galiana, L. y Baños, R.M. (2021). The impact of strict and forced confinement due to the COVID-19 pandemic on positive functioning variables, emotional distress, and posttraumatic growth in a Spanish sample. *European Journal of Psychotraumatology*. 12 (1): 1918900. 10.1080/20008198.2021.1918900 DOI: 10.1080/20008198.2021.1918900

Monterrosa-Castro, Á y Monterrosa-Blanco, A. (2021). Prevalencia de problemas de sueño en mujeres climatéricas colombianas durante la pandemia COVID-19. *Revista Colombiana de Obstetricia y ginecología*, Vol. 72 No. 2. Disponible en: <http://doi.org/10.18597/rcog>

Obregón, P.J.P y Torres, V.L.E. (2023). El abuelazgo, una forma de crianza en la familia. *Alternativas Psicológicas*. No. 49.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura y el Instituto Internacional de la UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe (IESALC). (2021). Women in higher education: has the female advantage put an end to gender inequalities.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Lograr el bienestar. Un marco mundial para integrar el bienestar en la salud pública utilizando un enfoque de promoción de la salud. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/m/item/wha-76---achieving-well-being-a-global-framework-for-integrating-well-being-into-public-health-utilizing-a-health-promotion-approach>

Peiró, J.R. Menopausia: más allá de los sofocos. (2023). Ediciones Mayo. El farmacéutico No. 621.

Pérez-Albéniz, A., Nuez, C., Lucas-Molina, B., Ezquerro, M y Fonseca-Pedrero, E. (2023). Impacto del confinamiento en la conducta adictiva de los universitarios riojano. Adicciones, VOL. 35 N. 3. Pp. 289-302. Disponible en: [www.adicciones.es](http://www.adicciones.es)

Ruiz, C.C.T. (2020). Escenarios de la Salud Mental y Covid-19 en México. Psic-Obesidad. Vol. 10, No. 38.

Secretaria de Salud. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre COVID-19: Resultados Nacionales. (2020). Disponible en: [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2020/doctos/informes/ensanutCovid19ResultadosNacionales.pdf](https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2020/doctos/informes/ensanutCovid19ResultadosNacionales.pdf)

Secretaria de Salud. NORMA Oficial Mexicana NOM-035-SSA2-2012, Para la prevención y control de enfermedades en la perimenopausia y postmenopausia de la mujer. Criterios Para Brindar Atención Médica. (2013). Disponible en: [https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5284235&fecha=07/01/2013#gsc.tab=0](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5284235&fecha=07/01/2013#gsc.tab=0)


Thomas, Eduardo. Nuestras emociones en la pandemia. Revista ¿Cómo ves? (2020). No 259. Disponible en: <https://www.comoves.unam.mx>

Tolentino-Mayo, M.L., Nichte-Há, S.M.D., Garnica, G.J.G y Ríos, C.V. (2020). Morbilidad de las personas diagnosticadas con SARS-CoV-2 en MÉXICO: Un reflejo del sistema de salud. En México ante el COVID-19: Acciones y retos. Universidad Autónoma Metropolitana.

Tompa, R. (2024). Investigadores de Stanford Medicine descubren que se producen cambios biomoleculares masivos entre los 40 y los 60 años. Disponible en: <https://med.stanford.edu/news/all-news/2024/08/massive-biomolecular-shifts-occur-in-our-40s-and-60s--stanford-m>

Velázquez, T (2022). Salud mental y COVID-19. Ed. Fondo Editorial. Perú. (2022).

Zapata, S.J., Ríos, E.J.A y Santos, R.S. (2021). Confinamiento por COVID-19 y detección de trastornos no orgánicos del ciclo sueño-vigilia en deportistas de alto rendimiento. Nova Scientia [online]. vol.13. ISSN 2007-0705. Disponible en: <https://doi.org/10.21640/ns.v13ie.2735>.

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) .