

El trabajo por turnos podría retrasar la menopausia causando problemas de salud en las mujeres

escrito por Laura Natividad | marzo 27, 2022



Un estudio canadiense encuentra relación entre los turnos rotativos en el trabajo y el retraso en la menopausia, lo cual podría ser un factor de riesgo para la salud de las mujeres. Estudios previos ya habían sacado a la luz como el

trabajo por turnos, ya sean de noche como rotativos en diferentes momentos del día, se relacionan con un mayor riesgo para la salud, como son la propensión a sufrir algunos tipos de cáncer, enfermedades cardíacas, diabetes y problemas para la salud mental como la depresión ([Upi](#))

El estudio, del que se han extraído estos resultados, analiza los datos de 3700 mujeres premenopáusicas que formaban parte de un estudio a largo plazo sobre el envejecimiento en Canadá. De esta muestra se detectó que el 20% de las mujeres tenía trabajos por turnos, ya sea vespertinos, nocturnos, rotativos, irregulares o de guardia. Un porcentaje que se da de igual manera en Norteamérica y Europa.

El trabajo por turnos es una realidad que no se puede negar, ya que no las sociedades no podemos vivir, por ejemplo, sin el personal sanitario o del cuerpo de seguridad. Pero para la directora de la investigación, la doctora Khan de la Universidad de York de Toronto, que parte de su propia experiencia como trabajadora por turnos como profesional de medicina, no se puede pasar por alto el impacto negativo en la salud del personal trabajador y, por tanto, las mujeres deberían de ser conscientes del impacto del trabajo por turnos en su salud.

El término medio en que una mujer entra en la menopausia es 52 años, aunque se puede empezar antes lo cual comporta problemas de salud como la osteoporosis y enfermedades cardíacas. O retrasarse, lo cual se relaciona con un aumento del riesgo a sufrir algunos tipos de cáncer.

El retraso de la menopausia en relación con del trabajo por turnos puede deberse a la alteración que provoca en los ritmos circadianos, el reloj interno de las personas, lo cual podría desencadenar cambios en la producción de estrógenos. Aunque serán necesarias más investigaciones

para confirmar estos hallazgos.