

NOMBRE \_\_\_\_\_

FECHA \_\_\_\_\_

## ESCALA MRS PARA EVALUAR CALIDAD DE VIDA EN PERIMENOPAUSIA Y MENOPAUSIA

**¿Cuál de las siguientes molestias siente en la actualidad y con qué intensidad?**

Marque solamente una casilla en cada línea



PUNTOS

0

1

2

3

4

|    |                                                                                                                                  |  |  |  |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1  | Bochornos, sudoración, calores                                                                                                   |  |  |  |  |  |
| 2  | Molestias al corazón (sentir latidos del corazón, palpitaciones, opresión al pecho)                                              |  |  |  |  |  |
| 3  | Molestias musculares y articulares (dolores de huesos y articulaciones, dolores reumáticos)                                      |  |  |  |  |  |
| 4  | Dificultades en el sueño (insomnio, duerme poco)                                                                                 |  |  |  |  |  |
| 5  | Estado de ánimo depresivo (sentirse deprimida, decaída, triste, a punto de llorar, sin ganas de vivir)                           |  |  |  |  |  |
| 6  | Irritabilidad (sentirse tensa, explota fácil, sentirse rabiosa, sentirse intolerante)                                            |  |  |  |  |  |
| 7  | Ansiedad (sentirse angustiada, temerosa, inquieta, tendencia al pánico)                                                          |  |  |  |  |  |
| 8  | Cansancio físico y mental (rinde menos, se cansa fácil, olvidos frecuentes, mala memoria, le cuesta concentrarse)                |  |  |  |  |  |
| 9  | Problemas sexuales (menos ganas de sexo, menor frecuencia de relaciones sexuales, menor satisfacción sexual)                     |  |  |  |  |  |
| 10 | Problemas con la orina (problemas al orinar, orina más veces, urgencia al orinar, se le escapa la orina)                         |  |  |  |  |  |
| 11 | Sequedad vaginal (sensación de genitales secos, malestar o ardor en los genitales, malestar o dolor con las relaciones sexuales) |  |  |  |  |  |

Para uso del profesional

|                             |                                |                                |              |
|-----------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------|
| <b>Somático</b><br>(1 al 4) | <b>Psicológico</b><br>(5 al 8) | <b>Urogenital</b><br>(9 al 11) | <b>Total</b> |
| <div></div>                 | <div></div>                    | <div></div>                    | <div></div>  |

- Schneider HP, Heinemann LA, Rosemeier HP, Potthoff P, Behre HM. The Menopause Rating Scale (MRS): comparison with Kupperman index and quality-of-life scale SF-36. Climacteric. 2000 Mar;3(1):50-8.
- Schneider HP, Heinemann LA, Rosemeier HP, Potthoff P, Behre HM. The Menopause Rating Scale (MRS): reliability of scores of menopausal complaints. Climacteric. 2000 Mar;3(1):59-64.
- Heinemann LA, Potthoff P, Schneider HP. International versions of the Menopause Rating Scale (MRS). Health Qual Life Outcomes. 2003 Jul 30;1:28.
- Heinemann K, Ruebig A, Potthoff P, Schneider HP, Strelow F, Heinemann LA, Do MT. The Menopause Rating Scale (MRS) scale: a methodological review. Health Qual Life Outcomes. 2004 Sep 2;2:45.
- Heinemann LA, DoMinh T, Strelow F, Gerbsch S, Schnitker J, Schneider HP. The Menopause Rating Scale (MRS) as outcome measure for hormone treatment? A validation study. Health Qual Life Outcomes. 2004 Nov 22;2:67.
- Dinger J, Zimmermann T, Heinemann LA, Stoehr D. Quality of life and hormone use: new validation results of MRS scale. Health Qual Life Outcomes. 2006 May 31;4:32.
- Chedraui P, Aguirre W, Hidalgo L, Fayad L. Assessing menopausal symptoms among healthy middle aged women with the Menopause Rating Scale. Maturitas. 2007 Jul 20;57(3):271-8.
- Aedo S, Schiattino I, Cavada G, Porcile A. Quality of life in climacteric Chilean women treated with low-dose estrogen. Maturitas. 2008 Nov 20;61(3):248-51.
- Prado M, Fuenzalida A, Jara D, Figueroa R, Flores D, Blumel JE. [Assessment of quality of life using the Menopause Rating Scale in women aged 40 to 59 years]. Rev Med Chil. 2008 Dec;136(12):1511-7.