

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

Somático (1 al 4)	Psicológico (5 al 8)	Urogenital (9 al 11)	Total
○	○	○	○

- Schneider HP, Heilmann LA, Rosemeier HP, Potthoff P, Behre HV. The Menopause Rating Scale (MRS): comparison with Kupperman Index and quality-of-life scale SF-36. *Climacteric*. 2000 Mar;10(1):50-4.
- Schneider HP, Heilmann LA, Rosemeier HP, Potthoff P, Behre HV. The Menopause Rating Scale (MRS): reliability of scores of menopausal complaints. *Climacteric*. 2000 Mar;10(1):59-64.
- Heilmann LA, Potthoff P, Schneider HR. International versions of the Menopause Rating Scale (MRS). *Health Qual Life Outcomes*. 2003 Jul;1(1):28.
- Heilmann LA, Ruebig A, Potthoff P, Schneider HP, Strödel F, Heilmann LA, Do NT. The Menopause Rating Scale (MRS) scale: a methodological review. *Health Qual Life Outcomes*. 2004 Sep;2(1):6.
- Heilmann LA, Dörmlich T, Strödel F, Gerlach S, Schöttler I, Schneider HR. The Menopause Rating Scale (MRS) as outcome measure for hormone treatment? A validation study. *Health Qual Life Outcomes*. 2008 Nov;6(1):27.
- Dinger J, Zimmermann T, Heilmann LA, Stöhr D. Quality of life and hormone use: new validation results of MRS scale. *Health Qual Life Outcomes*. 2006 May;4(1):32.
- Choudhry P, Aguirre W, Hidalgo L, Rajad L. Assessing menopausal symptoms among healthy middle aged women with the Menopause Rating Scale. *Maturitas*. 2007 Jul;30(1):271-8.
- Aedo S, Schiavino I, Casado G, Roca A. Quality of life in climacteric Chilean women treated with low-dose estrogen. *Maturitas*. 2008 Nov;20(1):102-105.
- Prado M, Ruenzler A, Jara D, Figueroa R, Flores D, Blumel JC. [Assessment of quality of life using the Menopause Rating Scale in women aged 40 to 59 years]. *Rev Med Chil*. 2008 Dec;136(12):1513-7.