



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE ENFERMERÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CONOCIMIENTOS SOBRE MENSTRUACIÓN Y COMPORTAMIENTOS DE SALUD MENSTRUAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA EMBLEMÁTICA JOSÉ GÁLVEZ YUNGUYO-2023

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. GAILY YOSELIN CHALCO VILCA

Bach. TIFFANI JHAYDE QUISPE MAYHUA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PUNO – PERÚ

2023



NOMBRE DEL TRABAJO

CONOCIMIENTOS SOBRE MENSTRUACIÓN Y COMPORTAMIENTOS DE SALUD MENSTRUAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN

AUTOR

Gaily Yoselin(1) Tiffani Jhayd Chalco Vilca(1) Quispe Mayhua(2)

RECuento DE PALABRAS

20404 Words

RECuento DE CARACTERES

115584 Characters

RECuento DE PÁGINAS

99 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

1.4MB

FECHA DE ENTREGA

Dec 15, 2023 11:11 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Dec 15, 2023 11:12 AM GMT-5

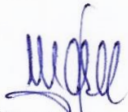
● **8% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 8% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 4% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 12 palabras)


Dra. Luz Marina Caballero Apaza
DOCENTE FACULTAD DE ENFERMERÍA
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO

Resumen



DEDICATORIA

A Dios, por siempre darme la oportunidad de seguir en vida para continuar con mis sueños y metas.

A mi tesoro más grande, mi madre Elena, por siempre cuidar de mi familia con esmero y valentía, quien con su amor infinito siempre acompañó cada una de mis aventuras y quien con temple me demuestra el poder de una madre y mujer.

A mi amado padre Agustín, por brindarme en esos cortos años confianza y seguridad, cuyos ojos son un déjà vu de protección y alegría.

A mi hermano Gery, por siempre cuidar de mí y su manera tan particular de consentirme.

A R. por ser parte del debut de un sentimiento.

Gaily.



DEDICATORIA

A mi maravillosa madre Marcelina por su amor, apoyo incondicional y confianza, gracias por enseñarme a afrontar las dificultades y luchar por aquello que quiero.

A la memoria de mi padre Hilario, te extraño profundamente y esta dedicatoria es mi pequeña forma de decirte que nunca te olvidaré.

A mis hermanos Wilder, Pilar, Esmeralda y Carlos por su compañía y su apoyo moral.

Tiffani.



AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Nacional del Altiplano - Puno por la formación profesional brindada.

A la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez Yunguyo, a los directores, la plana de docentes y auxiliares que nos brindaron facilidad y apoyo para ejecutar el proyecto de investigación.

A los padres de familia que brindaron el consentimiento para que sus menores hijas sean participes del estudio.

A las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez Yunguyo por acceder a participar de la investigación.

A nuestra asesora D.Sc. Luz Marina Caballero Apaza por guiarnos durante cada una de las etapas de la realización de esta investigación.

A los miembros del jurado Dr.Cn. Haydee Celia Pineda Chaiña, Dr. Filomena Lourdes Quicaño De Lopez y Mtra. Doris Charaja Jallo.

Gaily & Tiffani.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE FIGURAS

ACRÓNIMOS

RESUMEN 13

ABSTRACT..... 14

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN 15

1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION..... 18

1.2.1. Objetivo general..... 18

1.2.2. Objetivos específicos 18

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN..... 19

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. MARCO TEÓRICO 20

2.1.1. Adolescencia 20

2.1.2. Conocimiento 24

2.1.3. Conocimientos sobre menstruación 25

2.1.4. Comportamientos de salud menstrual 26

2.1.5. Conocimientos sobre menstruación y comportamientos en salud



menstrual.....	32
2.2. MARCO CONCEPTUAL.....	35
2.3. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	36
2.3.1. A nivel internacional.....	36
2.3.2. A nivel nacional.....	39
2.3.3. A nivel local.....	39
CAPÍTULO III	
MATERIALES Y MÉTODOS	
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	41
3.1.1. Tipo de investigación.....	41
3.1.2. Diseño de investigación.....	41
3.2. ÁMBITO DE ESTUDIO.....	42
3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	42
3.3.1. Población.....	42
3.3.2. Muestra.....	42
3.3.3. Criterios de inclusión.....	43
3.3.4. Criterios de exclusión.....	43
3.4. VARIABLE Y SU OPERACIONALIZACIÓN.....	44
3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS.....	45
3.5.1. Técnica.....	45
3.5.2. Instrumentos.....	45
3.6. PROCEDIMIENTO Y RECOLECCIÓN DE DATOS.....	47
3.6.1. Coordinación.....	47
3.6.2. Ejecución.....	48
3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	49



3.7.1. Tabulación.....	49
3.7.2. Prueba estadística.....	49

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS	50
4.2. DISCUSIÓN	53
V. CONCLUSIONES.....	58
VI. RECOMENDACIONES	59
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	60
ANEXOS.....	75

Área: Ciencias Biomédicas

Línea: Salud del niño, escolar y adolescente.

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 21 de diciembre de 2023



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Relación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez -Yunguyo, 2023.	50
Tabla 2	Nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	51
Tabla 3	Comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	51
Tabla 4	Comportamientos de salud menstrual según dimensiones de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	52



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	88
Figura 2	Comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	88
Figura 3	Nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	89
Figura 4	Actitudes hacia la salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	89
Figura 5	Normas subjetivas de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	90
Figura 6	Intensión de comportamiento de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	90
Figura 7	Control parenteral percibido de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	91
Figura 8	Control conductual percibido de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	91
Figura 9	Comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	92
Figura 10	Edad de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	92
Figura 11	Religión de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	93



Figura 12	Edad de menarquia de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.....	93
Figura 13	Información sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.....	94
Figura 14	Lugar donde recibieron información sobre la menstruación las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.	94
Figura 15	Nivel educativo de las madres de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.....	95
Figura 16	Nivel educativo de los padres de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.....	95



ACRÓNIMOS

UNICEF: United Nations Children's Fund (Fondo de las Naciones Unidad para la Infancia)

IEP: Instituto de Estudios Peruanos

OMS: Organización Mundial de la Salud

JMP: Join Monitoring Programme (Programa de Monitoreo Conjunto)

CTA: Ciencia, Tecnología y Ambiente

PFHR: Persona Familia y Relaciona Humanas

ITS: Infecciones de transmisión sexual

ETS: Enfermedades de transmisión sexual

MHM: Menstrual Hygiene Management (Manejo de Higiene Menstrual)

MHSBQ-42: Menstrual Health Seeking Behaviors Questionnaire (Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual)



RESUMEN

La menstruación a pesar de ser un proceso fisiológico, su manejo, aun representa todo un desafío para las adolescentes, puesto que los conocimientos y los comportamientos que poseen, son distintos en base a sus particularidades y su contexto sociocultural, que influyen en el cuidado de la salud menstrual. La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo. Es un estudio con enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal; en una población de 433 adolescentes mujeres, que cursan estudios de nivel secundario, la muestra fue conformada por 308 adolescentes, las cuales fueron seleccionadas por muestreo probabilístico aleatorio simple; para la recolección de datos; la técnica empleada fue la encuesta con los instrumentos: Cuestionario de conocimientos sobre menstruación, con confiabilidad de 0.808 y el Cuestionario de comportamientos de búsqueda de la salud menstrual (MHSBQ-42) con un valor de confiabilidad de 0.841, como resultados se obtuvo mediante prueba estadística de correlación Rho de Spearman, un valor para P de 0.000, por lo que hay evidencia estadísticamente significativa para afirmar que existe una asociación positiva entre las variables estudiadas; también se halló que el 59.5% de estudiantes poseía conocimientos aceptables y comportamientos de salud menstrual moderados, con respecto a la variable conocimiento sobre menstruación el 74% presentaban nivel de conocimiento aceptable, y sobre comportamientos de salud menstrual, el 78.9% de las adolescentes presentan comportamientos moderados y solo el 20.1% comportamientos buenos. En conclusión, se demuestra la existencia de una asociación directa entre la variable conocimiento sobre menstruación y comportamientos de salud menstrual.

Palabras clave: Adolescente, comportamientos de salud, conocimiento y menstruación(1).



ABSTRACT

Menstruation, despite being a physiological process, its management still represents a challenge for adolescents, since the knowledge and behaviors they have are different based on their particularities and their sociocultural context, which influence the care of menstrual health. The objective of this research was to determine the relationship between the level of knowledge about menstruation and the menstrual health behaviors of adolescents from the José Gálvez-Yunguyo Emblematic Secondary Educational Institution. It is a study with a quantitative approach, correlational type, non-experimental and cross-sectional design; In a population of 433 female adolescents, who are studying secondary education, the sample was made up of 308 adolescents, who were selected by simple random probabilistic sampling; for data collection; The technique used was the survey with the instruments: Menstruation Knowledge Questionnaire, with a reliability of 0.808 and the Menstrual Health Seeking Behaviors Questionnaire (MHSBQ-42) with a reliability value of 0.841, the results were obtained by means of a test. Spearman's Rho correlation statistic, a P value of 0.000, so there is statistically significant evidence to affirm that there is a positive association between the variables studied; It was also found that 59.5% of students had acceptable knowledge and moderate menstrual health behaviors, with respect to the variable knowledge about menstruation, 74% had an acceptable level of knowledge, and regarding menstrual health behaviors, 78.9% of adolescents presented moderate behaviors and only 20.1% good behaviors. In conclusion, the existence of a direct association between the variable knowledge about menstruation and menstrual health behaviors is demonstrated.

Keywords: Adolescent, health behaviors, knowledge and menstruation



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

La menstruación es un fenómeno fisiológico, normal, sano (2), periódico y cotidiano de todas las mujeres en edad reproductiva, sin embargo, en la sociedad es desplazada representando un tabú, haciéndola silenciosa e invisible(3,4); por lo que su manejo representa un desafío para las mujeres de acuerdo a su contexto sociocultural(5).

En el mundo 2 mil millones de mujeres están en edad menstrual y en un día 300 millones de ellas están menstruando(3), para el 2020 el Perú contaba con 7 millones 845 mil 787 mujeres entre los 15 y 49 años(6), las que pasaran 3 mil 500 días de su vida sangrando(3). A nivel mundial el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en conjunto con la Organización Mundial de Salud (OMS) por medio del Programa de Monitoreo Conjunto (JMP) reporta que hasta hace poco se ha prestado poca atención a la definición, inversión y el seguimiento en salud menstrual, sin embargo, desde el 2020 en 42 países se recopilaron datos nacionales sobre indicadores de salud menstrual y solo 2 de ellos tenían datos nacionales de conocimientos sobre la menstruación antes de la menarquia, el 50% de dichos países pertenecían a África; con relación a Latinoamérica los países que brindan reportes nacionales solo son, Cuba, Costa Rica y Surinam(7). Con respecto a Perú, en el 2020 el Instituto de Estudios Peruanos (IEP), tras un estudio en niñas y adolescentes peruanas da a conocer que el 10% de las niñas no tiene conocimiento sobre la menstruación antes de presentar la menarquia, en su mayoría habían recibido información de manera general por parte de su madre y centros educativos, siendo casi nula la información que recibieron de los establecimiento de salud; el 54% no sabe de dónde venía la sangre menstrual solo el 7% afirma que procede del útero, un 24% asumía que durante la menstruación había más probabilidad de quedar



embarazada, el 89% manifestó que existen actividades que no debían realizar en estos días (bañarse, tocar agua fría, realizar actividad física) y que realizarlas repercutiría en su salud(5). Yadav R, et al. (8) Abdissa G.(9) y Balqis M, et al.(10)muestran que las adolescentes poseen entre regular y buen nivel de conocimientos el cual se ve reflejado en aceptable y buen comportamiento de salud menstrual, distinto a Fehintola F, et al.(11) quienes evidencian buen nivel de conocimientos sobre la menstruación, pero esto no se refleja en comportamientos adecuados, Al Mutairi H, Jahan S,(12) indica que las adolescentes poseen conocimientos y comportamientos de salud menstrual insatisfactorias, afirmación a la que se suma Siabian S, et al.(13).

El proceso de menstruación es más que un tema meramente biológico, es un fenómeno multidimensional, ya que se desarrolla dentro de un contexto sociocultural, por ello los factores sociales, culturales, psicosociales (determinantes sociales), influyen en los comportamientos (creencias y actitudes) y conocimientos(14–20).La experiencia menstrual se vive desfavorablemente, dando lugar en algunos casos a la vergüenza y temor a exponer la menstruación, a razón de expectativas de comportamiento, restricciones y/o prohibiciones(21), información escasa o errónea, la falta de apoyo social, pobreza y además del déficit en el equipamiento de higiene e instalaciones inadecuadas(11,18,21), que da lugar a problemas de salud a causa de los comportamientos menstruales inadecuados(22). Por otro parte, la desinformación menstrual a consecuencia del silencio, mitos y estigmas limita a las mujeres en el ejercicio de los derechos como la educación, trabajo, salud y la no discriminación(23). El conocimiento adecuado sobre el manejo de la menstruación es la base para que se lleven a cabo comportamientos de salud menstrual adecuados(21), sin embargo la información recibida en los centros educativo es reducida y sistemática, puesto que los cursos de Ciencia, Tecnología y Ambiente (CTA) y Persona Familia y Relaciones Humanas (PFHR) no tocan la menstruación de



manera específica, solo hay remarque en la prevención del embarazo; del mismo modo los centros de salud basan sus actividades en la prevención del embarazo, Infecciones de Trasmisión Sexual (ITS) y Enfermedades de Trasmisión Sexual (ETS), pero no se centran en la menstruación y su manejo(24). En consecuencia, los comportamientos inadecuados como el uso prolongado de las toallas y el mal manejo de la higiene (retraso de la higiene íntima, lavado de manos, limpieza de adelante para atrás) predisponen a enfermedades vaginales y del tracto urinario (25–28), puesto que durante las menstruación el tapón mucoso que se halla en el cuello uterino se desprende creando una vía para la eliminación de la sangre situación que podría dar lugar a que las bacterias pasen al útero, así mismo, el flujo menstrual hace que el pH de la vagina en este momento del ciclo sea menos ácido, afectado el equilibrio de la flora normal, debilitando la respuesta inmune, en conjunto, hacen que la vagina sea vulnerable a infecciones por hongos y/o bacterias como la candidiasis y vaginosis(29). En el Perú anualmente el 10% de las mujeres presentan una infección urinaria y del 40% al 60% la experimentan al menos una vez en su vida(30) y del 20% al 62% de las mujeres sufren alguna infección vaginal(31); en conjunto, estos problemas repercuten en el empoderamiento femenino, la seguridad de las niñas y su dignidad (18,32), dando lugar a brechas para la salud e igualdad de género(21).

Pese a estos desafíos recientemente la UNICEF crea la iniciativa "MHM in Ten"(Manejo de Higiene Menstrual)(32), y el 2022 en Perú se aprobó un proyecto de ley con el fin de garantizar el acceso universal, igualitario y gratuito de productos menstruales para niñas, adolescentes y mujeres, con el objetivo de garantizar los derechos a la salud, la libertad y la dignidad(33), sin embargo, actualmente esta iniciativa no se implementa por parte del gobierno el cual a su vez es anejo a brindar reportes sobre salud menstrual de las mujeres peruanas, por esta razón se realiza el presente estudio, con el fin de desarrollar información acerca del conocimiento y comportamientos de salud menstrual



de las adolescentes, seleccionándose como ámbito de generación de información una institución educativa de nuestra región que se preste a los requerimientos de la muestra de estudio, los resultados permitirán la comprensión de este problema y brindará a las entidades de salud y educación información para planificar estrategias de intervención en salud y educación con el fin de promover comportamientos saludables en este periodo crucial de la vida reproductiva(34,35).

Ante lo expuesto se plantearon las siguientes interrogantes, ¿Cuál es la relación entre conocimientos sobre la menstruación y los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez - Yunguyo?, ¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo?, ¿Cómo son los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo?.

1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION

1.2.1. Objetivo general

Determinar la asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

1.2.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo.
- Identificar los comportamientos de salud menstrual según dimensiones de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo.



1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis general

a) Hipótesis Alterna:

Existe asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual en las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

b) Hipótesis Nula:

No existe asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual en las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. MARCO TEÓRICO

2.1.1. Adolescencia

La adolescencia conlleva a la maduración cognitiva, psicológica y biológica, que se caracteriza por la transformación corporal que se conoce como pubertad, este es un acontecimiento biológico normal de maduración y diferenciación, en el cual se lleva a cabo la maduración de los órganos genitales y la aparición de los caracteres sexuales, así como la menstruación y el ciclo menstrual, se da origen por la interacción del eje gonadotropo y el eje somatotropo; esta etapa da lugar a la adrenarquia con la activación de la corteza suprarrenal y la producción de andrógenos adrenales, también a la activación de las gónadas por las hormonas de la hipófisis conocida como gonodarquia, así como la pubarquia, la telarquia y la menarquia(36). Según el MINSA esta población se conforma de personas entre los 12 años hasta los 17 años 11 meses y 29 días.

Parte de los cambios que atraviesan las adolescentes es la menarquia, la primera menstruación supone un cierto impacto emocional en las adolescentes, las que se presentan de manera ambivalente, ya que puede producir miedo, pero también alegría, además de producirse un cambio físico, conjuntamente significa el acceso a la categoría de mujer dando lugar a un nivel diferente o superior, que es temida porque implica la culminación del estado infantil (37).

2.1.1.1. Características de la menstruación

A. Ciclo menstrual

Es el conjunto de cambios morfológicos y funcionales que experimenta el organismo de la mujer con el fin de dar origen al gameto femenino y prepararla para un posible embarazo, todos estos cambios se regulan por medio de la interacción hormonal



entre el hipotálamo, la adenohipófisis y los ovarios los cuales producen modificaciones en el desarrollo folicular ovárico, en la morfología histológica de las mamas y endometrio, en la citología vaginal, en las características del moco cervical, en la temperatura y en las características ecográficas del útero y ovarios (38).

El ciclo menstrual comúnmente es periódico y coordinado, abarcando desde la menarquia hasta el climaterio, exceptuando el embarazo y el puerperio, la duración de este ciclo comienza con el primer día de sangrado y termina con el día previo al inicio del siguiente sangrado (38).

El ciclo menstrual se divide en tres fases proliferativa, secretora y menstrual, que en conjunto con los varios dependen de ciertas hormonas. Durante la fase proliferativa las células de la superficie del endometrio aumentan en su tamaño mientras que las glándulas se hacen más largas y anchas, por lo que el espesor endometrial aumenta seis u ocho veces y glándulas se hacen más activas secretando una sustancia nutritiva muy rica; durante esta etapa (aproximadamente del día 5 al día 14) un folículo de Graaf alcanza su desarrollo máximo y fabrica más cantidades de líquido folicular, el que contiene la hormona estrógeno que ocasiona el crecimiento del endometrio (39). En la fase secretora, tras la ovulación, las células del cuerpo lúteo secretan progesterona en conjunto con los estrógenos; las glándulas se llenan de secreción lo que les hace tener una apariencia retorcida y fibrosa. La irrigación del endometrio aumenta, haciéndose vascular y carnosos y muy engrosado el que es irrigado con sangre y secreciones glandulares, si el óvulo, haya sido fertilizado, queda atrapado, esta fase del ciclo ocupa los últimos 14 días (39). Si el ovulo no fue fecundado se da lugar a la fase menstrual, tras el cese de la secreción de estrógenos y progesterona por parte del cuerpo lúteo el endometrio se degenera, conllevando a la ruptura de innumerables vasos sanguíneos del endometrio, produciéndose hemorragias diminutas, el endometrio desintegrado, sangre y secreciones



glandulares se desprenden de la cavidad uterina, atraviesan en cerviz y salen por la vagina en conjunto con el ovulo no fecundado, la menstruación tiene como objetivo de limpiar el lecho que fue preparado para el ovulo antiguo y dar lugar a uno nuevo (39).

B. Menarquia

Hace referencia a la edad en la que aparece el primer sangrado menstrual, puede darse lugar entre los 2 a 6 años después del inicio de la pubertad, es decir entre los 10 y 14 años, siendo la edad promedio 12 años (36,38), la edad de inicio puede verse influenciada por varios factores que interactúan entre sí, como la genética, el estado general de salud, el entorno social (estrés familiar y la presencia de un adulto varón no emparentado) y la exposición ambiental (contaminantes ambientales)(36); la menarquia es predecible, ya que hay hitos de la pubertad que van avisando que la menarquia se acerca, habitualmente ocurre entre uno y tres años después del inicio del desarrollo mamario (telarquia), después del crecimiento del vello púbico, del estirón puberal y del inicio del flujo vaginal que se evidencia como un manchado escaso de la ropa interior; conocer los hitos de la pubertad que anticipan la menarquia y su temporalidad, a fin de contar con herramientas para anticipar y preparar a las niñas antes de su primera menstruación, fomentando su autonomía y autogestión en Salud Menstrual (40).

Durante la niñez, las hipófisis producen baja cantidad de gonodotropinas, las que estimulan los ovarios, ya durante la pubertad hay un aumento de la liberación de gonadotropinas, las que estimulan a los ovarios para que secreten mayor cantidad de estrógeno, la hormona responsable de muchos de los cambios corporales de la pubertad, es casi probable que no se produzca una secuencia ordenada de eventos endocrinos que dan lugar a la ovulación en la etapa inicial, quizá los primeros ciclos menstruales tras la menarquía no estén relacionados con la ovulación y sean irregulares, pero una vez que se produjo la menstruación debe de suponerse la ovulación (39).



C. Menstruación

El ovocito no fecundado da lugar al descenso de los estrógenos y la progesterona condicionado por la involución del cuerpo lúteo es responsable menstruación, produciéndose la desintegración y descamación de la capa funcional de endometrio, la capa basal se mantiene intacta para la posterior regeneración de la mucosa endometrial; el endometrio posee la propiedad de autodestruir sus capas superficiales y expulsarlas por medio del sangrado de forma periódica, aproximadamente cada 28 días (36).

La duración del sangrado es de 3 a 7 días, en volumen promedio de sangre perdido es de 35ml en un periodo menstrual, siendo anormal cuando supera los 80 ml; es común que los 12 a 18 ciclos menstruales sean irregulares(38).

2.1.1.2. Gestión durante la menstruación

Para las adolescentes el menstruar no es una elección es por ello que ellas deben afrontar distintos escenarios donde requieren emplear la gestión menstrual, la UNICEF cataloga la gestión menstrual como el uso de materiales adecuados durante la menstruación dentro de estas se encuentran las toallas higiénicas desechables, toallas higiénicas reutilizables, tampones y copas menstruales (41), pueden ser tanto de origen comercial como hechos en casa, estos tienen ventajas y desventajas, la elección del tipo de material o insumo es propio de la mujer, su selección debe estar encaminada a satisfacer todas las necesidades de salud ya que el material adecuado debe ser accesible, limpio y cómodo evitando de esa manera las prácticas inadecuadas, antihigiénicas o nocivas durante la menstruación (42).

La gestión menstrual no solo implica poder costear los productos de contención, sino también que las adolescentes tengan acceso a ambientes limpios en el caso de los baños estos deben contar con agua e insumos de higiene (jabón y papel) además de ello deben ser de fácil acceso, privados, seguros y con buena iluminación para cambiarse los



insumos utilizados durante el día, el acceso a información verídica, oportuna y confiable, que permitan vivir a las adolescentes en condiciones dignas su menstruación (43).

Por otro lado en el ámbito escolar las adolescentes manifiestan haber sentido cierta incomodidad o dificultad durante la menstruación en su centro educativo, ya que a pesar de utilizar toallas higiénicas, existe en riesgo de que por la actividad física se manchen el uniforme y sean blanco de burlas por parte de sus compañeros, además de ellos también presentan dolores menstruales tipo cólico, el desgano, dolor en la parte baja de la espalda y otros malestares propios de la menstruación, estas mismas razones suelen ser motivo de ausentismo escolar afectando de esta manera su desarrollo como estudiante (5).

2.1.2. Conocimiento

Es considerada una de las capacidades más importantes que posee el ser humano, debido a que le permite entender la naturaleza de las cosas y sucesos que los circundan, sus relaciones y cualidades a través del razonamiento, el ser humano inicia su proceso de conocimiento cuando establece una relación con su objeto de estudio que lo conlleva a la adquisición de conocimientos, en el que va formando conceptos en relación a los fenómenos reales que lo rodean (44). También se hace referencia a los conocimientos de tipo común que toda persona posee sobre el mundo y que son utilizados en la vida diaria; conocimientos disciplinares sobre diferentes ámbitos de la realidad natural y sociocultural, los conocimientos sobre la propia identidad personal, el conocer requiere información, tener capacidad de memoria y operar con ellas, poner en práctica procesos para la resolución de problemas y la toma de decisiones (45).

Además de ello el conocimiento posee varias características como el ser racional, intelectual, objetivo; por tener el fin de buscar la verdad, es intelectual por ser considerado un proceso lógico que se fundamenta en la sensación, percepción y representación para finalmente obtener un conocimiento, a su vez es universal y verificable al ser sometidos



a procesos de demostración racional para comprobar su precisión y tras ser sometido a varios procesos de verificación el conocimiento proporciona mayor grado de fiabilidad en su aplicación a las actividades cotidianas en distintos aspectos del desarrollo humano (44).

2.1.3. Conocimientos sobre menstruación

El desarrollo cognitivo y la aparición en la adolescencia de cambios cualitativos en la organización del pensamiento, las sistematizaciones intelectuales construidas durante esta etapa están relacionadas a la cultura en la que se desenvuelven, los conocimientos previos y otros saberes cotidianos de origen tanto individual y social (46). Para las adolescentes la primera fuente de información es la familia, también asisten a centros educativos y de salud que les ofrecen información sobre la menstruación, por lo tanto, los conocimientos que presentan son generales y resumidos (47). Cuanto más sea el desconocimiento, las adolescentes experimentan la sensación de falta de control sobre la menstruación, una mejor educación sobre este tema contribuye a que se manifieste la presencia de este suceso en ambientes cotidianos superando de esa manera los tabús y prejuicios (37). La desinformación relacionada a la menstruación, originada por el silencio, los mitos y estigmas que rodean a las menstruantes, conlleva consecuencias que afectan de manera directa a las mujeres que menstrúan todo esto las limita en el ejercicio de derechos imprescindibles como a la educación, trabajo, la salud y la no discriminación (23).

A. Buen nivel de conocimientos: Se interpreta cuando las adolescentes manejan conceptos concretos (48) sobre la menstruación y las prácticas saludables del manejo de la menstruación. La educación en salud sexual integral incluye temas de salud menstrual promueve espacios seguros y comprometidos con las adolescentes durante la menstruación (49).



B. Nivel de conocimientos aceptables: Las adolescentes evidencian conocimientos aceptables al presentar nociones mas no información concreta (48) sobre la menstruación y las prácticas saludables durante la menstruación. La falta de conocimientos sobre sus cuerpos y la salud reproductiva tiene repercusiones sobre la toma de decisiones informadas sobre su cuerpo desde la primera menstruación aumentando de esa manera su vulnerabilidad (50).

C. Nivel de conocimientos deficientes: Se da cuando las adolescentes no conservan información concreta (48) sobre la menstruación ni el manejo adecuado de las prácticas de higiene menstrual.

2.1.4. Comportamientos de salud menstrual

Para Gumuncio S.(51) las prácticas o comportamientos son las acciones realizadas por un individuo respecto a un estímulo. En el caso de los comportamientos menstruales, estos se componen de actividades que se llevan a cabo para el manejo de la menstruación como la recolección, contención y la eliminación de la sangre menstrual que incluye el uso de materiales adecuados (cambio, eliminación y/o lavado), la limpieza de los genitales y el almacenamiento de los materiales de cuidado menstrual, así mismo se debe tener en cuenta que los lugares en los que se realizan dichas tareas, lo que deben de proporcionar comodidad, intimidad y seguridad para las adolescentes ,además de contar con productos de limpieza, agua, saneamiento y lugares de eliminación de los residuos y desechos (52), se debe tener en cuenta que los comportamientos son particulares y variables con el tiempo en base a las preferencias personales, los requisitos de las actividades cotidianas y de las instalaciones disponibles, cambios fisiológicos como el ciclo menstrual o el flujo menstrual, además de ser distintos según el contexto sociocultural, los antecedentes educativos, conocimientos y la situación económica factores en ocasiones conllevan al uso de métodos antihigiénicos o inadecuados,(34,53–



55).

Hennegan J, et al.(56) indica que para lograr comportamientos de salud menstrual certeros, las adolescentes deben de poder seleccionar comportamientos que sean preferibles y cómodos para ellas; los mismos que apoyan la higiene para así minimizar el riesgo de infección y enfermedad, por medio de estos comportamientos ellas cuidan su cuerpo con el nivel de privacidad que deseen, de modo que se sientan libre de molestias, y en condiciones de seguridad que las protejan de posibles riesgos físicos, emocionales o sociales para así decidir si participar y cómo hacerlo en todas las esferas de la vida, incluidas las civiles, culturales, económicas, sociales y políticas, libre de exclusión, discriminación, coacción y/o violencia.

Los cambios corporales y hormonales durante la adolescencia como el aumento del sudor podrían conllevar a la proliferación de microorganismos que en relación con una mala higiene desencadenaría infecciones, entre otras implicancias psicológicas y sociales (57). Las infecciones vaginales se producen básicamente por la acides reducida a causas de la por mala higiene, ropa ajustada, jabones perfumados y baños vaginales (58), además durante la menstruación el pH de la vagina es menos ácido, afectado de esta manera el equilibrio de la flora normal por ende se debilita la respuesta inmune, en conjunto, hacen que la vagina sea vulnerable a infecciones por hongos y/o bacterias como la candidiasis y vaginosis (29). La higiene íntima durante la menstruación es pieza clave en la prevención de infecciones vaginales y urinarias puesto que con el lavado se remueve mecánicamente los residuos, disminuyendo la humedad generada por la sangre menstrual, secreción sebácea, sudoríparas, glándular y el uso extendido de la de las toallas higiénicas, de esta manera se mejora la ventilación genital, la higiene íntima debe de realizarse de manera regular, (1 a 3 veces al día dependiendo del clima, actividad física y enfermedades) con agua corriente y productos hipoalergénicos, de suave astringencia con



un pH entre 4,2 y 5,6 (evitar jabones perfumados, espray y/o talcos), el tiempo de higiene debe durar entre 2 a 3 minutos evitando el secado excesivo, teniendo en cuenta que una excesiva higiene podría alterar la flora vaginal (57–60). Además, el aseo de debe realizarse de adelante hacia atrás para evitar el arrastre de contaminación del ano hacia la vagina y por ende la colonización de microorganismos (59). Entre los factores que contribuyen la prevención de infecciones genitourinarias está el uso de ropa de algodón, de modo que reduce la concentración de sudor del perineo por medio de la absorción, contrario a las ropas de nylon o sintéticas (58). Así mismo, el cambio de los productos de contención menstrual es otro factor importante, las toallas deben ser cambiadas cada 3 a 4 horas es decir de 6 a 8 veces al día, de no ser así aumenta el riesgo de infección por el acumulo de sangre dentro de las almohadillas que de la mano con su uso prolongado proporcionan un ambiente húmedo y cálido que facilita y crecimiento microbiano, además de irritar la piel y causar olores desagradables (59,61). El lavado de manos es parte importante en la prevención de infecciones, ya que estas al estar en contacto con el medio externo pueden ser un medio de contagio de virus y bacterias es por ello que lavarse las manos antes y después del cambio de los materiales de contención menstrual es indispensable (57,62).

Ajzen (63) indica que los factores que intervienen en el comportamiento son la actitud, el control conductual percibido, la intención de comportamiento y las normas subjetivas.

A. Buen comportamiento de salud menstrual: Para Pérez U, et al.(64), Sharma S, et al. (65) y Bhausahab A, et al. (66) los comportamientos de salud menstrual adecuadas son aquellas acciones que garantizan salud y la dignidad de las niñas, adolescentes y mujeres sin limitar su vida cotidiana, estas prácticas se caracterizan por cambio de toallas recurrentemente y su posterior desecho después de un solo



uso, contar con materiales de higiene e instalaciones sanitarias seguras, uso de ropa adecuada (ropa de algodón), limpieza externa de los genitales, baño durante la menstruación, padres que brindan información y el desenvolvimiento de las adolescentes en sus quehaceres sin temor.

B. Comportamientos de salud menstrual moderados: Este tipo de comportamientos no garantizan en su totalidad la salud y la dignidad de las niñas, no se cambian las toallas la veces necesarios, no cuentan con todos los materiales necesarios para la higiene, no toman baños continuos y no lavan sus partes íntimas frecuentemente; realizan sus actividades cotidianas intermitentemente y reciben poca información de sus padres(65,66).

C. Comportamientos de salud menstrual deficientes: Una adolescente posee comportamientos de salud menstrual inadecuadas cuando no cuenta con materiales para la higiene, ni instalaciones sanitarias seguras, usa ropas poco higiénicas, hace uso repetitivo de los paños o toallas sin previo lavado(65), no recibe información de los padres los que a su vez no hablan sobre la salud reproductiva, no cambian las toallas recurrentemente, no se bañarse durante la menstruación, faltan a sus instituciones o no se desempeñan en otras funciones por molestia hacia los comentarios(66).

2.1.4.1. Actitud hacia la salud menstrual

Las actitudes dirigen y predisponen los hechos, representa un filtro personal que dirige los pensamientos y contribuye a la adaptación de la persona en su contexto(67), por ello se considera que es una variable que guía en el comportamiento(68).

Las actitudes hacia la menstruación cambian en consecuencia de las experiencias, pero se van formando desde muchos más antes de que la niña experimente la menarquia, en base a sus creencias; las cuales dependen del ambiente sociocultural, de esta manera



la actitud que una mujer tenga hacia la menstruación repercutirá en la manera en la que experimentará su propia menstruación(69). Balqis M, et al. (10) asocia una actitud positiva con el cuidado de higiene personal y menstrual (limpieza del cuerpo, genitales y uso de ropa íntima adecuada) para la prevención de enfermedades y/o infecciones, contrariamente Ortiz R. (69) señala que las actitudes negativas hacia la menstruación conllevan a generar actitudes negativas hacia la mujer en general, afectando también en su imagen corporal y su concepto personal, que según Pérez R, et al.(70) esto se debe a que las mujeres no poseen información sobre la menstruación (salud menstrual) y su entorno maneja el tema como un tabú, generando miedo y rechazo, hecho que se agrava si se generaliza esta actitud de rechazo a su condición de mujer; lo que se refleja en conductas de aislamiento evitando socializar durante los días de la menstruación, mostrándose irritables , inactivas y con bajas energías.

2.1.4.2. Normas subjetivas

Ajzen I.(63) da a conocer que las creencias normativas es presión social que percibe el individuo de su entorno para realizar un comportamiento. De esta manera, miden las expectativas percibidas de los demás que afectan en el comportamiento de la adolescente, como los familiares y personas del entorno (compañeros, docentes y amigos)(71).

Marván L, Trujillo P.(72) indican que las creencias negativas sobre la menstruación restringen el consumo de alimentos, la higiene personal y el desenvolvimiento social y escolar por ello la menstruación es tomada como fuente de debilidad, afectando al desempeño de la mujer, autolimitándolas y restringiéndolas de oportunidades sociales. Por ello, Morales I. et al.(73) remarca que la menstruación al estar regida culturalmente que definen lo que está permitido y aceptable, por ello es importante conocer los comportamientos de cuidado para de esta manera encaminar el cuidado



menstrual e incentivar los comportamientos saludables.

Parte de la salud menstrual, es tener la libertad de participar en todas las esferas de la vida sin restricciones en relación a su ciclo menstrual, Hennegan et al.(56) pone hincapié en que las mujeres puedan elegir su participación en relación a sus creencias, pero las expectativas sociales y la coerción de forma negativa pone en riesgo el bienestar físico, mental y social.

2.1.4.3. Control conductual percibido

Ajzen I. (63) menciona que el control conductual percibido es la percepción que las personas tienen sobre la facilidad o dificultad de realizar el comportamiento específico, refleja los factores externos (tiempo, dinero, apoyo, etc.) así como factores internos (información y habilidad), el logro conductual se consigue por medio de la interacción de la motivación (intención) y la capacidad (control conductual), este puede no ser acorde a la realidad cuando la persona no tiene la suficiente información sobre un comportamiento, cuando los recursos varían y se presenta nuevos elementos en una determinada situación.

Darabi F, Yasari M.(71) exponen que la falta de autoeficacia y control personal es un factor de riesgo para los problemas de salud durante la adolescencia, por ello esta característica es primordial en el cuidado de salud menstrual, lo que involucra el manejo de los cambios de humor, la realización de prácticas saludables durante el periodo menstrual (higiene personal) y el seguir con la vida social y escolar como días ordinarios.

2.1.4.4. Intención de comportamiento

Ajzen I. (63) refiere que es la intención que posee un individuo de realizar un comportamiento, enmarcando los factores motivacionales que conllevan a la realización del comportamiento, indicando cuán dispuesto está en esforzarse para realizar el comportamiento, la intención conductual puede encontrar expresión en la conducta sólo



si la persona puede decidir a voluntad realizar o no la conducta, sin embargo, solo algunos comportamientos pueden cumplir este requisito, el desempeño de la mayoría depende de factores como la disponibilidad de las oportunidades y los recursos necesarios (tiempo, dinero, habilidades, cooperación de los demás), entonces la persona tenga las oportunidades y los recursos requeridos en conjunto con la intención de realizar el comportamiento, debe tener éxito.

La confianza para el cuidado menstrual es un factor de evaluación de la salud menstrual, de modo que las creencias en las propias capacidades incluyen en como las personas piensan, se motivan y actúan.

2.1.4.5. Control parental percibido

Los padres desempeñan un papel fundamental en la adquisición de conocimientos y generar una actitud positiva con respecto a los comportamientos de salud, además influyen de manera positiva en el apoyo de la promoción de la salud menstrual, de modo que pueden intervenir en la salud menstrual de sus hijas a través del cuidado y control, así mismo, tienen el deber de crear y mantener una relación más íntima con sus hijos adolescentes para inculcar valores y la moral de la sociedad(71,74).

Djalalinia S, et al.(75) sostiene que los padres tienen la posición con el más alto grado de influencia para brindar capacitación en salud de manera segura y efectiva, por ello son un recurso para asumir el papel en la promoción de la salud, para lograr la salud menstrual es necesario que el entorno familiar brinde información correcta sobre la menstruación y capacite adecuadamente sobre comportamientos saludables.

2.1.5. Conocimientos sobre menstruación y comportamientos en salud menstrual

El ciclo menstrual forma parte de la vida diaria de las mujeres, los conocimientos acerca de las mismas se relacionan a bases fisiológicas y psicológicas, sin embargo, como se menciona los patrones culturales también ayudan a la construcción de saberes que



guían el manejo corporal que en cada ciclo se tiene, en relación al sangrado menstrual(76). Con respecto a la experiencia menstrual, uno de los problemas fundamentales es la ignorancia en relación a qué y cómo se puede gestionar la menstruación, el afán social de invisibilizar la menstruación es un factor que produce el estado de ignorancia afectando el acceso a los derechos humanos básicos de las mujeres, pero no solo es un silencio social, este se da nivel científico y estatal, haciendo más sólida la conexión entre el tabú y la falta de investigación sobre la experiencia menstrual y la falta de políticas públicas orientadas a la población menstruante., la falta de acceso a la gestión menstrual es un problema global, el cual es invisibilizado por el estigma frente a la menstruación, ello genera consecuencias a nivel de conocimientos y la circulación de información fidedigna sobre temas relacionados a la menstruación y sus consecuencias sobre el uso de los productos menstruales sea a nivel personal, ambiental, global y económico(77).

La menstruación es un hecho fisiológico que requiere de necesidades particulares: acceso al agua limpia, instalaciones sanitarias que concedan privacidad, elementos de gestión menstrual (tollas, paños, tampones, copas, etc.) lugar para la eliminación de desechos, y en especial conocimientos que permitan el acceso a información para su correcto manejo; la falta de información en relación al tema conlleva al miedo de parte de las niñas generando el manejo inseguro y no informado de la menstruación, estas prácticas y/o conductas atentan contra el derecho a la salud las que pueden generar infecciones del tracto reproductivo y otros problemas de salud(34,77).

El pilar de conocimientos y habilidades incluye que las personas entiendan los hechos básicos relacionados con la menstruación, así como las personas que menstrúan deben tener conocimientos prácticos para cuidar sus cuerpos durante la menstruación, es indispensable que se les proporcione información precisa y completa, la que además debe ser accesible antes y después de la menarquia y a lo largo de la vida, incluso a aquellos



que brindan educación en las escuelas y centros de salud(78).

Nola Pender, que toma como referencia a Bandura y Ajzen, pone énfasis en la naturaleza multifacética de las personas y su interacción con el entorno, enfatizando la conexión entre las características personales, creencias, conocimientos y experiencias vinculados al comportamiento, deduciendo que las experiencias, los conocimientos, los efectos de la conducta conllevan a que la persona participe o no de comportamientos de salud(79). Bandura deduce que las personas son agentes que activamente procesan información (conocimiento) y las utilizan para la toma de decisiones expresados en comportamientos, es relevante dentro de la teoría el autocontrol y la autoeficacia que lleve a una persona a regular sus conductas y a creer en sus capacidades. Por ello es importante que las personas crean fielmente que sus conocimientos y sus destrezas en relación a la salud para llevar a cabo conductas saludables(80).

En este contexto de aprendizaje, educación y promoción de la salud Nizama E, Samaniego A.(81) refieren que la educación en salud es un componente indispensable en la promoción para la salud, en cuya labor las instituciones educativas juegan un papel clave, iniciando esta tarea en niños, adolescentes y jóvenes para que puedan adoptar comportamientos y hábitos saludables, de modo que la educación en salud fortalece la capacidad de los niños y adolescentes para la promoción y protección de su propia salud y la de su entorno, mediante la educación que facilite la adquisición y la práctica de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores, no solo se reduce a brindar información, sino también es importante el fomento de la motivación, habilidades personales y la valoración de sí mismos y los demás, constituyen las condiciones necesarias para la adquisición de medidas de mejora y control de salud. Por ello las intervenciones, deben tener en cuenta los factores que predisponen el comportamiento humano y los determinantes de la salud.



2.2. MARCO CONCEPTUAL

A. Menstruación

Proceso biológico normal comprendido por el sangrado vaginal normal que se da lugar como parte del ciclo menstrual de las mujeres.

B. Menarquia

Hace referencia a la edad en la cual se presenta el primer sangrado menstrual de la mujer, en promedio los 112 años de edad.

C. Adolescentes

Es el periodo de crecimiento y desarrollo humano, que se da lugar después de la niñez y antes de la edad adulta comprendido entre los 12 y 17 años con 11 meses, caracterizados por experimentan cambios físicos y psicológicos.

D. Salud menstrual

La salud menstrual es el estado completo de bienestar físico, mental y social, que no solo implica la ausencia de enfermedades, en relación al ciclo menstrual para garantizarla las niñas y mujeres deben tener acceso a información biológica y práctica precisa de la menstruación(56).

E. Higiene menstrual

Es el uso del material limpio para el manejo menstrual por parte de las adolescentes y mujeres para recoger o absorber la sangre menstrual, las que se pueden cambiar en privado, tantas veces como sea necesario haciendo uso de agua y jabón para lavar el cuerpo y teniendo acceso instalaciones para la eliminación de los residuos menstruales(62).

F. Autoeficacia

Creencia de que una persona en su propia capacidad puede ejecutar comportamientos necesarios, para producir un determinado resultado que afecta sus



vidas, en este contexto hace referencia, a cuando una mujer cree en su capacidad de realizar algo necesario para el manejo de su menstruación(78).

G. Normas sociales

Reglas informales que gobiernan los comportamientos en grupos o sociales, son las creencias de los individuos o un grupo de ellos que se ajusta a cierta norma en una situación(78).

2.3. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.3.1. A nivel internacional

Cahya, M. y Rini, D. (82) En Indonesia, realizaron una investigación buscando analizar la influencia del conocimiento, la actitud, el apoyo familiar y el apoyo de los pares en el comportamiento de higiene menstrual de las adolescentes, de enfoque analítico y transversal, la muestra estuvo conformada por 68 adolescentes, el método utilizado fue la encuesta, en cuanto a los resultados a través de la prueba de chi cuadrado se evidencia el valor de $p=0,000 <(0,05)$ que indica la influencia del conocimiento en el comportamiento de la higiene menstrual, de las adolescentes con conocimientos suficientes el 63% tenía comportamiento de higiene menstrual suficiente y el 36.4% buen comportamiento de higiene menstrual, por otro lado en las encuestadas con buenos conocimientos el 8.6% tenían comportamientos suficientes y el 91.4% buen comportamiento de higiene menstrual, se concluyó que la variable conocimiento influye en el comportamiento de la higiene menstrual.

Mahajan, A. Y Kausshal, K. (83) emplearon un estudio en Shimla con el fin de evaluar el conocimiento y la práctica sobre la higiene menstrual en adolescentes y determinar la correlación entre ambas variables, fue de tipo descriptivo transversal y correlacional, llevada a cabo en 100 adolescentes, se utilizó un cuestionario de conocimientos y practicas sobre la menstruación, en cuanto a los resultados, se utilizó la



prueba de Chi-cuadrado y la correlación de Pearson para determinar el valor de $p < 0,001$ evidenciándose una correlación positiva entre ambas variables, el 71% presentaba conocimientos inadecuados y el 29% conocimientos adecuados sobre higiene menstrual, en relación a las prácticas el 69%, 19% y el 12% tenían regulares, deficientes y buenas prácticas en relación a la higiene menstrual, se concluyó la existencia de una asociación positiva significativa entre ambas variables.

Yadav, R. et al. (8) Ejecutaron un estudio de investigación en Doti Nepal, con el objetivo de evaluar el conocimiento, actitud y la práctica actual de las adolescentes sobre el manejo de la higiene menstrual, fue de tipo transversal descriptivo, la muestra fue de 276 adolescentes, se empleó un cuestionario estructurado autoadministrado, los resultados evidenciaron que el 67.4% tenía conocimiento regular, 26.4% conocimiento bueno y el 6.2% conocimiento pobre, conocimiento bueno, con respecto a las prácticas menstruales el 40% tenía buenas prácticas, el 51% prácticas justas y el 9% prácticas deficientes de higiene menstrual, el 49% de encuestadas presentaron una actitud positiva, sin embargo, el 51% necesitaba mejorar su actitud hacia MHM (Manejo de Higiene Menstrual), los hallazgos muestran una brecha entre el nivel de conocimientos y las prácticas de higiene menstrual.

Abdissa, G. (9) En Etiopía, materializó una investigación, con el fin de determinar la práctica de manejo de la higiene menstrual y los factores asociados, dicho estudio fue de tipo transversal, descriptivo y la muestra estuvo conformada por 403 escolares adolescentes, los datos fueron recabados mediante un cuestionario autoadministrado, los resultados dan a conocer que el 72.5% de las escolares tenían un buen conocimiento general sobre la menstruación y tan solo un 34.7% tenían una adecuada práctica manejo de higiene menstrual, concluyendo que tres cuartas partes de las adolescentes tenían un buen conocimiento y dos tercios de ellas tenían prácticas inadecuadas, también se



determinó que tener buen conocimiento general sobre la menstruación se asoció significativamente con una práctica adecuada de manejo de higiene menstrual.

Al Mutairi, H. y Jahan, S. (12) Efectuaron una investigación en Buraidah, con el propósito de determinar el conocimiento y la práctica de las escolares adolescentes sobre la higiene menstrual, el estudio fue de tipo transversal con una muestra de 258 escolares de la ciudad de Buraidah, la información se recolectó a través de un cuestionario autoadministrado semiestructurado, los resultados indican que el 61.7% de adolescentes presentaba un nivel de conocimiento aceptable, el 2.0% tenía un conocimiento bueno y el 36.3% un conocimiento pobre, el 60.5% de las participantes fueron categorizadas con prácticas de autohigiene insatisfactorias, el 35% de las escolares no asistió a un día de clase por motivo de la menstruación, el 47.7% evita consumir algunos alimentos y bebidas durante su periodo menstrual, concluyeron que el conocimiento y la práctica de la higiene menstrual son insatisfactorios.

Fehintola, F. et al. (11) En Ogbomoso, estado de Oyo, Nigeria, concretaron una investigación con la intención de conocer el conocimiento, actitud y prácticas relacionadas a la menstruación y la higiene menstrual, fue de tipo transversal descriptivo, la población estuvo conformada por 447 estudiantes adolescentes de educación secundaria, la técnica empleada fue la encuesta y el instrumento fue un cuestionario autoadministrado, los resultados enfatizaron que el 96,4% ha oído hablar de la menstruación antes de la menarquia, el 55,9% tiene un buen conocimiento sobre la menstruación y la higiene menstrual, el 64% describe su primera menstruación como aterradora, incómoda, o emocionalmente perturbadora, sólo el 25% de adolescentes tenía buenas prácticas de higiene menstrual, concluyendo de esa manera que la mayoría de las adolescentes no observan buenas prácticas de higiene durante la menstruación a pesar de tener un nivel de conocimientos relativamente buenos de la menstruación y la higiene



menstrual.

Siabani, S. et al. (13) Ejecutaron una investigación en Irán, buscando evaluar el conocimiento, actitudes y prácticas y su asociación entre las adolescentes, fue de tipo transversal, la muestra estuvo conformada por 728 estudiantes, la técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento un cuestionario, en los resultados se encontró que el 92% presentó una actitud relativamente positiva, un 64% tenía conocimientos deficientes y el 81% expresó una mala práctica hacia la menstruación, concluyendo de esta manera lo siguiente, que, aunque las escolares presentaron actitud positiva, en su mayoría tenían conocimientos y prácticas deficientes, demostrando que la fuente de información, edad de la participante y los ingresos familiares se asociaron significativamente de manera positiva a un mejor nivel de conocimiento sobre la menstruación y que las prácticas menstruales se ven influenciadas por la edad y el nivel educativo de la madre.

Balqis, M. et al. (10) Materializaron un estudio de investigación en Jatinangor, con el fin de evaluar el nivel de conocimiento, actitud y práctica de higiene menstrual en estudiantes de secundaria, fue de tipo transversal descriptivo, la población estuvo constituida por 238 adolescentes, la técnica fue la encuesta y el instrumento un cuestionario, los resultados demostraron que el 75.63% presentaron buen nivel de conocimientos, el 78.15% presentó buena actitud, el 88.24% presentó buenas prácticas de higiene menstrual, el estudio concluyó que las adolescentes tienen un buen nivel de conocimiento, actitud y prácticas de higiene menstrual.

2.3.2. A nivel nacional

No se encontraron estudios con las variables de la presente investigación.

2.3.3. A nivel local

Chayña, L. (84) En Puno ejecutó un estudio de investigación para determinar el



nivel de conocimientos sobre menstruación y dismenorrea en estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de secundaria, el estudio fue de tipo descriptivo prospectivo y de diseño descriptivo, la muestra fue conformada por 104 adolescentes, para la recolección de datos se empleó un cuestionario, los resultados indican que el nivel de conocimientos sobre menstruación del 3er año de secundaria es deficiente con un 46%, mientras que en 4to y 5to año es regular con un 67% y 50%. El nivel de conocimientos sobre dismenorrea de las adolescentes es deficiente siendo mayor en el 3er año con un 69%. En conclusión: el nivel de conocimientos sobre la menstruación en las adolescentes es de regular a deficiente, con predominio del conocimiento deficiente en 3ro y regular en 4to, mientras que el nivel de conocimientos en los tres grados (3ro, 4to y 5to) sobre dismenorrea es deficiente.

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

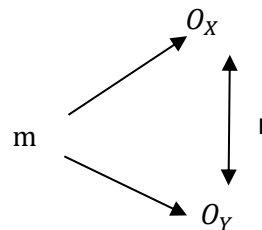
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. Tipo de investigación

El estudio es de enfoque cuantitativo de tipo correlacional, porque se asociaron las variables conocimiento sobre menstruación y comportamientos de salud menstrual(85)

3.1.2. Diseño de investigación

De diseño no experimental, ya que no hay una manipulación la variable dependiente comportamientos de salud menstrual, ni la variable independiente conocimientos(85). Y es transversal, puesto que las variables fueron estudiadas en un determinado momento y los datos se recolectaron por única vez de acuerdo a un cronograma(86).



m: muestra de estudio (estudiantes de sexo femenino de la I.E.S. José Gálvez).

O_X : variable conocimientos sobre menstruación.

O_Y : variable comportamientos de salud menstrual.

r: correlación entre las variables.



3.2. ÁMBITO DE ESTUDIO

El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez, la que se ubica en la provincia de Yunguyo la cual se encuentra al sur de la región de Puno, limita por el Norte con la Republica de Bolivia y el Lago Titicaca, por Este con el distrito de Ollaraya, por el Sur con el distrito de Copani y por el Oeste con el distrito de Pomata.

La Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez fue creada por el 28 de junio de 1962 por decisión del Congreso de la Republica con Ley N° 14146, denominado en ese entonces Colegio Cooperativo Mixto de Yunguyo. Dicha institución es un colegio público y mixto de la provincia de Yunguyo a donde asisten adolescentes de zonas tanto rural y urbana de los distintos distritos y centros poblados de la provincia.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1. Población

La Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez de la provincia de Yunguyo cuenta con 888 estudiantes matriculados de 1ro a 5to grado de los cuales 433 son mujeres y 455 son varones. Para la presente investigación se tomó como población de estudio a 433 estudiantes mujeres (Anexo D -Tabla).

3.3.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 308 estudiantes mujeres, para ello se utilizó el muestreo probabilístico aleatorio simple, método por el que cada unidad tiene la probabilidad de ser incluido en la muestra de estudio(86), la selección de las unidades fue realizada con el programa estadístico SPSS de manera aleatoria por medio procedimientos que vienen incluido en dicho programa(85,87,88). Para determinar la muestra se utilizó la siguiente formula.



$$n = \frac{N * Z_{1-\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{1-\alpha}^2 * p * q}$$

n= Tamaño de la muestra

N= Población (433)

Z=Nivel de confianza (95%)

pq= Campo de variabilidad de aciertos y errores (p:0.50; q: 0.50)

d= Nivel de precisión (0.03)

Reemplazando:

$$n = \frac{433 * 1.96^2 * 0.50 * 0.50}{0.03^2 * (433 - 1) + 1.96^2 * 0.50 * 0.50} = 308.22$$

3.3.3. Criterios de inclusión

- Estudiantes pertenecientes del 1ro al 5to grado de educación secundaria.
- Estudiantes mujeres que ya hayan cursado la menarquia.
- Estudiantes presentes en el momento en que se aplicó los instrumentos.
- Estudiantes que otorgaron el asentimiento informado.
- Estudiantes cuyos padres/apoderados brindaron el consentimiento informado.

3.3.4. Criterios de exclusión

- Estudiantes que durante la aplicación del instrumento se encuentren enfermas e incapacitadas para participar.

3.4. VARIABLE Y SU OPERACIONALIZACIÓN

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALOR FINAL		ITEM
				CATEGORÍA	ÍNDICE	
CONOCIMIENTOS SOBRE LA MENSTRUACIÓN	Son aquellos conocimientos que poseen las adolescentes en relación a la menstruación producto del aprendizaje y su interacción con la sociedad.	Características de la menstruación.	Edad de primera menstruación. Duración de periodo menstrual. Intervalo de tiempo entre cada menstruación regular. Origen fisiológico de la menstruación. Órgano de donde proviene la sangre menstrual.	Buen conocimiento	≥ a 8 puntos	1, 2, 3,4,5
		Gestión durante la menstruación.	Material adecuado durante la menstruación. Cantidad de cambios de las toallas higiénicas durante el día. Higiene de genitales en cada cambio de toalla higiénica.	Conocimiento aceptable	De 4-7 puntos	6,7,8
		Restricciones durante la menstruación.	Actividad física durante la menstruación. Higiene corporal (tomar una ducha) durante el primer día de menstruación.	Conocimiento deficiente	< puntos	9, 10
COMPORTAMIENTOS DE SALUD MENSTRUAL	Son las actividades que realizan las adolescentes para el manejo menstrual en base a sus conocimientos.	Actitudes hacia la salud menstrual	Prevención de enfermedades e infecciones. Información de higiene personal. Cambios conductuales en la pubertad. Cambios conductuales durante la menstruación.	Bueno	Muy de acuerdo =5	14,15, 16,17, 18,19, 20,21, 22,23, 24
		Normas subjetivas	Creencias del medio social. Influencia del medio social.	Moderado	De acuerdo =4	7,8,9,1 0,11,1 2,13
		Intención de comportamiento	Metas en salud menstrual. Deseo de mejora en la salud menstrual.		Indiferente=3	25,26, 27,28, 29,30
		Control parenteral percibido	Acceso a la educación menstrual en la familia. Control de información de los padres.		Desacuerdo=2	39,40, 41,42
		Control conductual percibido	Higiene corporal e íntima. Manejo de los cambios del desarrollo. Desarrollo social durante la menstruación	Deficiente		1,2,3,4 ,5,6
		Comportamientos menstruales	Higiene menstrual. Creencias culturales. Cambio y material e la ropa íntima. Conductas preventivas.		Muy en desacuerdo=1	31,32, 33,34, 35,36, 37,38



3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS

3.5.1. Técnica

La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue la encuesta, por medio de dos cuestionarios se recaudó información con respecto al nivel de conocimientos y los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez de la provincia de Yunguyo en el año 2023.

3.5.2. Instrumentos

3.5.2.1. Cuestionario de conocimientos sobre la menstruación

Shivaleela U, Tesfalidet T, Jalane M.(89) en el año 2014 realizaron una revisión de bibliografía, adaptación y modificación del instrumento. En el año 2020 en Buraidah- Arabia Saudita, Hayam A, Saulat J.(12) modificaron y adaptaron el instrumento que mide el nivel de conocimientos sobre la menstruación en relación a las características de la menstruación (del ítem 1-5), prácticas durante la menstruación (del ítem 6-8) y restricciones durante la menstruación (del ítem 9-10).

Para la presente investigación el instrumento fue traducido por un docente del área de inglés y revisado por un especialista lingüista que adaptó el instrumento a términos usados en nuestro medio, para luego ser sometido a una prueba piloto tomado a 20 adolescentes mujeres de entre 14 y 15 años de la ciudad de Puno pertenecientes a un centro de preparación escolar; el estadístico de fiabilidad de Alfa de Cronbach, señala un valor de 0.808 para un valor total de 10 ítems, por lo que se considera que el instrumento posee buena fiabilidad.

El instrumento cuenta 10 ítems, los cuales se califican con una puntuación de 0 en caso de que la respuesta sea incorrecta y 1 si es correcta. (ANEXO D)

La puntuación total será calificada en:

- Buen nivel de conocimientos: ≥ 8



- Conocimiento aceptable: De 4-7
- Conocimiento Deficiente: <4

3.5.2.2. Cuestionario de comportamientos de búsqueda de la salud menstrual (MHSBQ-42)

Fue creado por Darabi F, et al.(90) en inglés, para un estudio realizado en Irán en el año 2018, cuenta con 52 ítems compuesta por preguntas cerradas en escala de Likert que miden las prácticas de salud menstrual. Cuenta con seis dimensiones: actitudes hacia la salud menstrual, normas subjetivas, intención de comportamientos, control parenteral percibido, control conductual percibido y comportamiento de salud menstrual.

Darabi F, et al.(90) sometió al instrumento a juicio de expertos para validez aparente, para verificar la validez de contenido se omitió ítems con CVR inferior a 0.54 y CVI inferior a 0.80; en el caso de la validez de constructo se utilizó la rotación de Varimax para examinar la estructura factorial y estimar la carga factorial, hizo el análisis con la prueba de esférico KMO y Bartlett, las cargas iguales o superiores a 0.4 se consideró apropiado. El KMO =0.73 y la prueba Bartlett alcanzo significación estadística de ($p<0.001$), el análisis de subescalas mostro homogeneidad, dando como resultado final los 42 ítems. Para medir la confiabilidad del instrumento se utilizó la medida de consistencia interna de Alfa de Cronbach cuyo resultado fue de 0.92 puntos, dicho puntaje nos indica la confiabilidad del instrumento(90).

Para la presente investigación se realizó la traducción del instrumento por un docente del área de inglés y posteriormente fue evaluado por un lingüista quien adapto el instrumento con terminologías usadas en nuestro medio, para finalmente ser sometido a una prueba piloto tomado a 20 adolescentes de la ciudad de Puno de entre 14 y 15 años de edad, el estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach dio como resultado 0.841 para los 42 ítems, por lo que se considera que posee una buena fiabilidad.



El instrumento cuenta con cinco dimensiones: actitudes hacia la salud menstrual, normas subjetivas, intención de comportamientos, control parenteral percibido, control conductual percibido, comportamiento menstrual. Todos los ítems se puntuaron en escala de tipo Likert de cinco puntos, desde “Muy en desacuerdo” hasta “Muy de acuerdo”, para la puntuación se tuvo en cuenta la fórmula(90).

$$\text{Nueva puntuación} = 100 \times \frac{\text{Puntuación} - \text{Puntuación mínima posible}}{\text{Rango de puntuaciones}}$$

Donde el puntaje mínimo posible alcanzable es uno y el rango es cuatro. La puntuación de cada dimensión se halla al promediar la puntuación de todos los elementos de la dimensión, teniendo en cuenta que cada participante podía obtener máximo 100 puntos en cada dimensión y el cuestionario en su totalidad(90).

Las puntuaciones calificadas se clasifican en:

- Deficiente: 0 - 33.3
- Moderado: 33,4 - 66,7
- Bueno : 66,8 – 100

3.6. PROCEDIMIENTO Y RECOLECCIÓN DE DATOS

3.6.1. Coordinación

- Se coordinó con el director de la Institución Educativa Emblemática José Gálvez, con el fin de dar inicio con los trámites para la ejecución del estudio de ejecución.
- Para el cálculo de la muestra se solicitó a Dirección de la Institución, el número de estudiantes mujeres por grados, para de este modo obtener la muestra por estratos.
- Se solicitó a decanatura de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional



del Altiplano la carta de presentación dirigida al director de la Institución Educativa Emblemática José Gálvez, para dar inicio a la ejecución del proyecto.

- Se presentó a Dirección de la Institución Educativa, una solicitud de autorización para la ejecución de la investigación.
- Se procede a preparar los instrumentos (ANEXO B), la hoja de consentimiento informado y el asentimiento informado (ANEXO C).

3.6.2. Ejecución

- Días antes se ingresó a los salones en un horario establecido para ello, previa presentación de las investigadoras se dio a conocer los propósitos del estudio y la forma de colaboración de las participantes, se proporcionó el formato de consentimiento informado a cada adolescente para hacer llegar a los padres de familia y/o apoderados.
- Del día de la aplicación, previamente se recogió los consentimientos informados firmados, se proporcionó el formato de asentimiento informado a las adolescentes, reiterando las consideraciones éticas tomadas en cuenta en el presente estudio.
- Dadas las instrucciones se dio comienzo con el llenado de cuestionarios por parte de las estudiantes con una duración de 15 a 20 minutos.
- Se permaneció conjuntamente con las estudiantes, con el fin de responder dudas e interrogantes que podría presentarse.
- Se procedió a recoger los instrumentos y agradecer a las alumnas por su participación.
- Posteriormente ya en cabina se procedió a realizar la selección de cuestionarios a través de un selector aleatorio.
- El tiempo de recolección de datos hasta completar la cantidad de muestra fue de



2 semanas y media.

3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

3.7.1. Tabulación

- Al término, se calificó los cuestionarios para la tabulación, para luego ser procesados en el programa estadístico SPSS versión 27.0.
- Del total de los datos tabulados, se determinó aleatoriamente los 308 datos con el programa SPSS.
- Se realizó la prueba de normalidad por medio de la prueba Kolmogorov-Smirnov evidenciando que las variables no siguen una distribución normal, dado el caso se opta por la prueba no paramétrica de Rho de Spearman, el análisis de la hipótesis se realizó mediante la prueba estadística de Rho de Spearman.
- Se elaboro tablas de información porcentual y numeral de los resultados de ambas variables, las cuales son presentadas.

3.7.2. Prueba estadística

Para la prueba de la hipótesis se hizo a través del coeficiente de correlación Rho de Spearman.

Teniendo en cuenta:

- Si P es > 0.05 se acepta la hipótesis alterna.
- Si P es < 0.05 se rechaza la hipótesis alterna.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

Tabla 1 Relación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez -Yunguyo, 2023.

Nivel de conocimientos sobre la menstruación	Comportamientos de salud menstrual							
	Deficiente		Moderado		Bueno		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Conocimiento deficiente	0	0,0	23	7,5	3	1,0	26	8,4
Conocimiento aceptable	1	0,3	182	59,5	45	14,6	228	74,0
Buen nivel de conocimientos	2	0,6	38	12,3	14	5,4	54	17,5
Total	3	1,0	243	78,9	62	20,1	308	100,0

FUENTE: Cuestionario de conocimientos sobre la menstruación y MHSBQ – 42 en estudiantes de la I.E.S.E. José Gálvez – Yunguyo, 2023.

P Valor = 0.000

Rho de Spearman = ,218

En la tabla 1 se evidencia el predominio de un nivel de conocimientos aceptable con un 59.5%, el mismo que tiene comportamiento de salud menstrual moderado, las adolescentes con un buen nivel de conocimientos también presentan comportamiento de salud menstrual moderado, seguido por las estudiantes con un nivel de conocimientos deficiente quienes de la misma forma muestran comportamientos moderados.

Estadísticamente mediante la prueba de Rho de Spearman se estableció la relación entre el nivel de conocimientos sobre la menstruación y los comportamientos de salud menstrual, con un coeficiente de correlación de 0.218, dado que, el valor p es de 0.000, (menor al umbral crítico de 0.05), se rechaza la hipótesis nula, por lo tanto, hay evidencia estadísticamente significativa para afirmar que existe una relación positiva entre estas

variables.

O.E.1.

Tabla 2 Nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

Nivel de conocimientos	Frecuencia	Porcentaje
Conocimiento Deficiente	26	8,4
Conocimiento aceptable	228	74,0
Buen nivel de conocimientos	54	17,5
Total	308	100,0

FUENTE: Cuestionario de conocimientos en estudiantes de la I.E.S. José Gálvez – Yunguyo, 2023.

La tabla 2 muestra que el mayor porcentaje corresponde a 74,0% de las adolescentes que presentan un nivel de conocimientos aceptable mientras que un 8.4% pertenece a un nivel de conocimientos deficiente.

O.E.2.

Tabla 3 Comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	
Comportamiento de salud menstrual	Deficiente	3	1,0
	Moderado	243	78,9
	Bueno	62	20,1
Total	308	100,0	

FUENTE: Cuestionario de comportamientos de búsqueda de la salud menstrual (MHSBQ-42) en estudiantes de la I.E.S. José Gálvez – Yunguyo, 2023.

Los resultados evidencian que el 78,9% de las adolescentes poseen comportamientos de salud menstrual moderado y solo un 20,1% comportamiento bueno.

Tabla 4 Comportamientos de salud menstrual según dimensiones de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

Dimensiones		Frecuencia	Porcentaje
Actitudes hacia la salud menstrual	Deficiente	7	2,3
	Moderado	227	73,7
	Bueno	74	24,0
Normas subjetivas	Deficiente	26	8,4
	Moderado	254	82,5
	Bueno	28	9,1
Intención de comportamiento	Deficiente	5	1,6
	Moderado	140	45,5
	Bueno	163	52,9
Control parenteral percibido	Deficiente	31	10,1
	Moderado	149	48,4
	Bueno	128	41,6
Control conductual percibido	Deficiente	35	11,4
	Moderado	229	74,4
	Bueno	44	14,3
Comportamientos menstruales	Deficiente	5	1,6
	Moderado	191	62,0
	Bueno	112	36,4

FUENTE: Cuestionario de comportamientos de búsqueda de la salud menstrual (MHSBQ-42) en estudiantes de la I.E.S. José Gálvez – Yunguyo, 2023.

Con respecto a las dimensiones del comportamiento de salud menstrual, el 73,7% presenta moderadas actitudes hacia la menstruación, con 82,5% moderadas normas subjetivas, el 45,5% buena intención de comportamiento, el 48,4% moderado control parenteral, el 74,4% moderado control conductual y el 62,0% comportamientos menstruales moderados.



4.2. DISCUSIÓN

En una muestra de 308 adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez de la provincia de Yunguyo se determinó la existencia de relación entre las variables conocimientos sobre menstruación y comportamientos de salud menstrual, ya que al análisis de los datos el valor obtenido para P es igual a 0.000 y el coeficiente de correlación Rho de Spearman es 0.218, por lo tanto, hay evidencia estadísticamente significativa para afirmar que existe una relación positiva, aceptándose la hipótesis planteada. Los resultados muestran que la mayoría de adolescentes que poseen un nivel de conocimiento aceptable, tienen comportamientos de salud menstrual moderado, para Sommer M, et al.(43) , un conocimiento aceptable es tener nociones sobre la menstruación mas no manejar información completamente certera, conllevando a lo que para Bhausahab et al.(66) y Sharma S. et al. (65) no garantiza un comportamiento saludable durante la menstruación de las adolescentes. Los resultados concuerdan con las investigaciones de Cahya M y Rini D.(82) y Mahajan A, y Kausshal K.(83) Gizachew A.(9), quienes evidencian una correlación entre los conocimientos y los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes, demostrando lo que; Nola Pender, Dorotea Orem y Bandura postulan; que la educación en pro de los conocimientos conlleva a que las adolescentes tengan conductas saludables eligiendo las acciones apropiadas en interacción con su entorno (79,91). Sin embargo, los resultados discrepan con Siabani, S. et al. (13) la diferencia se basaría por ser estudios en medios sociodemográficos diferente, dicho autor indica que otros factores como la fuente de información, edad de las participantes, nivel educativo de la madre y los ingresos familiares se asociarían significativamente con los conocimientos y prácticas de salud menstrual. Frente a lo expuesto, se podría inferir que aquellas adolescentes que presentan un buen nivel de conocimientos, al manejar conceptos concretos sobre la menstruación y las prácticas



saludables, llevan a cabo buenos comportamientos de salud menstrual, contrario al caso de las adolescentes que al presentar un nivel de conocimientos deficientes, las cuales no conservan información concreta sobre la menstruación, ni el manejo adecuado de la misma, hecho que se evidenciaría en su comportamiento deficiente en salud menstrual, presentando mala higiene personal haciéndolas vulnerables.

En relación a los conocimientos sobre menstruación, la mayor proporción de adolescentes reportaron conocimientos aceptables, lo cual indica que presentan nociones, mas no información concreta y completa sobre la menstruación y las prácticas menstruales saludables, según Perez U, et al (64) tener conocimientos insuficientes sobre la menstruación influye en la toma de decisiones inadecuadas, desembocando así en el aumento de la vulnerabilidad durante la menstruación, el resultado indicado concuerda con Yadav R, et al.(8) y Al Mutari H, et al.(12) quienes también hallan resultados similares en población adolescente y bajo el mismo contenido en el instrumento de medición utilizado. Sin embargo, los resultados discrepan con Gizachew A.(9) Fehintola et al. (11) Balqis et al. (10) que encontraron en las adolescentes un buen nivel de conocimientos, y conocimientos deficientes en el caso de Siabani et al. (13), la diferencia se basaría por ser estudios en medios sociodemográficos diferentes.

Es importante señalar, que los aspectos que menos conocen las adolescentes es referido al intervalo de la menstruación, órgano principal de la menstruación y comportamientos relacionados a la actividad física e higiene (Anexo E - Figura 3), estos dos últimos se relacionan a las creencias erróneas, en lo que concierne a la actividad física actualmente no hay datos que prohíban su práctica durante la menstruación por el contrario ayuda a mejorar los síntomas físicos y emocionales(40), tener conocimientos completos en relación a la menstruación implica saber sobre el ciclo menstrual definido como un suceso continuo y periódico, las fases que la constituyen y la anatomía



femenina(40), por tanto, a pesar de que las estudiantes presentan conocimientos aceptables aún necesitan mayor información sobre la menstruación y sus cuidados de manera idónea, segura y saludable, además de eso su capacidad para tomar decisiones será acertada y positiva para su salud y su desarrollo.

Con respecto a la variable comportamientos de salud menstrual, la mayoría de adolescentes presentan prácticas moderadas de salud menstrual, al igual que lo reportado por Mieres P, et al.(40), Bhausahab A, et al.(66) y Sharma S, et al.(65) , esto reflejaría la falta de higiene de manera continua, el cambio poco frecuente de toallas e interrupción de sus actividades diarias, características que no garantizan en tu totalidad un comportamiento saludable de las adolescentes durante la menstruación. Los resultados también concuerdan con Yadav R, et al. (8), Mahajan A y Kausshal K.(92)los que muestran que más de la mitad de las estudiantes poseían prácticas regulares de salud menstrual, estas similitudes podrían deberse a que también se trata de estudios en adolescentes. Sin embargo, los hallazgos de, Al Mutari H. y Jahan S.(12), Fehintola F, et al. (11) y Siabani et al. (13) Abdissa G. (9)discrepan con los resultados, al señalar que, en su mayoría, las adolescentes poseen comportamientos inadecuados, resaltando la poca higiene menstrual, atribuyendo además a la poca disponibilidad de materiales de higiene menstrual; las-diferencias en los resultados, estarían dadas por ser estudios en otros medios socioculturales. Por otro lado, Balqis M, et al.(10) tras su estudio concluye que, las adolescentes poseen buenas prácticas de salud menstrual, destacando la higiene personal, ya que es un requisito en la cultura musulmana. Por otro lado, con respecto a la dimensión actitudes hacia la menstruación en los estudios Joshi S, Poudel R, Pandeya P. (8) y Siabani et al.(13) las adolescentes poseen actitudes moderadas, similar a la presente investigación (ANEXO E Figura 4), que según Pérez R. et al.(70) ello evidencia aun la existencia de miedo, rechazo y tabú respecto a la menstruación, llevando a las



adolescentes a aislarse de algunas actividades sociales. Así mismo, en base a los resultados las adolescentes poseen normas subjetivas moderadas (ANEXO E Figura 5) a lo que Ajzen I.(63) señala como la presión social en base a creencias y normas culturales, ante ello Marván L. Trujillo P.(72) y Morales I, et al.(73) indican que el poseer creencias negativas y restricciones culturales afecta en el desenvolviendo de las mujeres en el ámbito social. Del mismo modo se evidencia que las estudiantes poseen control conductual moderado (ANEXO E Figura 8), Darabi F. Yasari M.(71) explican que la falta de esta característica es un riesgo para los comportamientos de salud tanto en el manejo de cambios de humor, la higiene y el desenvolvimiento en la vida social. Además, se destaca el buen nivel de intensidad de comportamiento (ANEXO E Figura 6), que conforme a Ajzen I.(63) esta característica enmarcas los factores motivacionales para la realización de comportamientos. Entonces el poseer comportamientos moderados estarían ligados a la falta de conocimientos certeros, creencias erróneas, tabúes, restricciones culturales y actitudes moderadas, si bien podrían gozar de componentes que contribuyan al manejo prácticas menstruales correctas, estas aun no garantizan completamente la salud, por lo que su mejora y su consideración entre los temas de salud prioritario es urgente, con el fin garantizar la salud y potencializar el desarrollo y el desenvolvimiento de la mujer en la sociedad.

A pesar del desarrollo de la sociedad en distintos aspectos y la globalización de la información, la menstruación sigue siendo un tema oculto que solo que socializa entre mujeres al que le atribuyen creencias erróneas influenciadas por el medio social, creando temor y vergüenza entre las adolescentes. En el mundo y en el Perú recientemente la menstruación y la gestión de la misma es puesta dentro de los temas de gobierno con El Proyecto de Ley 5797-2020 que pretende garantizar el acceso universal, igualitario y gratuito de productos de gestión menstrual para las mujeres en general, sin embargo, hasta



la actualidad no se está implementando como tal, es por ello que con los hallazgos del presente estudio se pretende impulsar con evidencia la necesidad de intervención en esta situación por parte del estado, para garantizar la salud menstrual de las adolescentes y las prácticas saludable asegurando la equidad de género y la dignidad de la mujeres .

Las limitaciones del estudio radican en que no se contempló variables intervinientes como nivel económico, nivel educativo de los padres y procedencia (rural y urbano). Durante la recolección de datos algunos padres no dieron el consentimiento, además hubo adolescentes se negaron a participar de la investigación por aparente miedo y vergüenza frente al tema.



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: Existe relación entre los conocimientos sobre menstruación y los comportamientos en salud menstrual, concluyendo que a mayor nivel de conocimiento sobre menstruación mejores prácticas de salud menstrual.

SEGUNDA: Más de la mitad de las adolescentes presentó conocimientos aceptables sobre la menstruación seguido de bueno, evidenciando de esa manera que poseen conocimientos insuficientes, en su mayoría las estudiantes reciben información por parte de su familia la cual resulta ser incompleta, acotando a lo afirmado se observó el desconocimiento de aspectos fundamentales del ciclo menstrual, ya que algunas preguntas relacionadas al tema fueron respondidas con la opción de “no lo sé”.

TERCERA: Con relación a los comportamientos de salud menstrual, las adolescentes evidencio moderados comportamientos seguido de buenos; reflejando la falta de higiene menstrual continua, la información recibida por parte de los padres no es completa, características que no garantiza en tu totalidad la salud menstrual y la dignidad de las adolescentes.



VI. RECOMENDACIONES

A la dirección, responsables de tutoría y orientación educativa (TOE) y docentes tutores de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez

- Organizar y coordinar con los profesionales de salud talleres y sesiones en relación a la educación menstrual y la salud menstrual, tanto para adolescentes, padres de familia y docentes tutores.
- Planificar estrategias de intervención con el fin de promover comportamientos de salud menstrual en niñas, adolescentes y mujeres menstruantes.

A los padres de familia

- Brindar orientación adecuada sobre la menstruación y los comportamientos que guíen la salud menstrual de las adolescentes.

A los profesionales de salud de la estrategia de salud del adolescente

- Evaluar la salud menstrual de las niñas y adolescentes de las instituciones educativas en base a su etapa de desarrollo, utilizando el Cuestionario de comportamientos de búsqueda de la salud menstrual (MHSBQ-42).
- Realizar sesiones demostrativas y talleres de educación sobre la menstruación y su manejo en niñas, adolescentes, jóvenes y todas las mujeres en general, con el fin de brindar conocimientos certeros, romper mitos, crear hábitos de higiene y dar lugar a comportamientos de salud menstrual, para así empoderar a la mujer en todas sus etapas.

A los egresados de la facultad de Enfermería

- Continuar con esta línea de investigación incluyendo otras variables o factores que puedan intervenir en la salud menstrual de niñas pre- y monárquicas, además de comparaciones entre diferentes grupos etarios y contextos socioculturales.
- Estudiar las creencias y estilos de vida que determinan los comportamientos hacia la salud menstrual.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, Centro Latinoamericano y del Caribe de Información en Ciencias de la Salud. Descriptores en Ciencias de la Salud.
2. UNFPA. La menstruación y derechos humanos [Internet]. 2022 [cited 2022 Nov 10]. Available from: <https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas-frecuentes#%C2%BFQu%C3%A9%20necesitan%20las%20mujeres%20y%20las%20ni%C3%B1as%20para%20manejar%20la%20menstruaci%C3%B3n>
3. George R. Celebrating Womanhood [Internet]. Londres; 2013 Mar [cited 2023 Feb 1]. Available from: <https://www.wsscc.org/sites/default/files/2021-03/Celebrating-Womanhood-How-better-menstrual-hygiene-management-is-the-path-to-better-health-dignity-and-business-%E2%80%93-WSSCC-2013.pdf>
4. Browne A, Lira M. Pobreza Menstrual en la Educación. 2021 [cited 2023 Feb 1];1–32. Available from: <https://www.junaeb.cl/wp-content/uploads/2018/12/Pobreza-Menstrual.pdf>
5. Ames P, Yon C. Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar [Internet]. 2020 [cited 2022 Nov 10]. Available from: <https://www.unicef.org/peru/informes/retos-e-impactos-del-manejo-de-higiene-menstrual-para-ninas-adolescentes-escuela>
6. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Población Peruana 2020. Estado de la Población Peruana 2020. 2020;1–50.
7. UNICEF. Progress on household drinking water, sanitation and hygiene. In 2021. Available from: <http://apps.who.int/bookorders>.
8. Yadav RN, Joshi S, Poudel R, Pandeya P. Knowledge, Attitude, and Practice on Menstrual Hygiene Management among School Adolescents. J Nepal Health Res



- Counc [Internet]. 2018 Jan 1;15(3):212–6. Available from: <https://www.nepjol.info/index.php/JNHRC/article/view/18842>
9. Abdissa Bulto G. Knowledge on menstruation and practice of menstrual hygiene management among school adolescent girls in central ethiopia: A cross-sectional study. *Risk Manag Healthc Policy* [Internet]. 2021 [cited 2023 Jan 3];14:911–23. Available from: <https://www.dovepress.com/knowledge-on-menstruation-and-practice-of-menstrual-hygiene-management-peer-reviewed-fulltext-article-RMHP>
 10. Balqis M, Desy I, Ritonga M. Knowledge, Attitude and Practice of Menstrual Hygiene among High Schools Students in Jatinangor. *Althea Medical Journal* [Internet]. 2016 [cited 2023 May 31];3(2). Available from: <https://journal.fk.unpad.ac.id/index.php/amj/article/view/783/737>
 11. Fehintola FO, Fehintola AO, Aremu AO, Idowu A, Ogunlaja OA, Ogunlaja IP. Assessment of knowledge, attitude and practice about menstruation and menstrual hygiene among secondary high school girls in Ogbomoso, Oyo state, Nigeria. *Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol*. 2017 Apr 27;6(5):1726.
 12. AlMutairi H, Jahan S. Knowledge and practice of self-hygiene during menstruation among female adolescent students in Buraidah city. *J Family Med Prim Care* [Internet]. 2021 [cited 2023 Jan 3];10(4):1569. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34123893/>
 13. Siabani S, Charenhjew H, Babakhani M. Knowledge, Attitudes and Practices (KAP) Regarding Menstruation among School Girls in West of Iran: A Population Based Cross-Sectional Study. *International Journal of Pediatrics* [Internet]. 2017 [cited 2022 Dec 5]; Available from: https://ijp.mums.ac.ir/article_10175_aca4a6a6ee075eaf94c9fa98399c3b81.pdf



14. Johnston I, Stubbs M. Positioning Periods: Menstruation in Social Context: An Introduction to a Special Issue. *Sex Roles* [Internet]. 2013 [cited 2023 Feb 4];68(1–2):1–8. Available from: <https://www.semanticscholar.org/paper/Positioning-Periods%3A-Menstruation-in-Social-An-to-a-Johnston-Robledo-Stubbs/4d120b18e1d2c4cd353266e959f13b7d37eac547>
15. Anson O. Exploring the bio-psycho-social approach to premenstrual experiences. *Soc Sci Med* [Internet]. 1999 [cited 2023 Feb 4];49(1):67–80. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953699000799>
16. Marván ML, Cortés-Iniestra S, González R. Beliefs about and attitudes toward menstruation among young and middle-aged mexicans. *Sex Roles* [Internet]. 2005 [cited 2023 Feb 4];53(3–4):273–9. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11199-005-5685-3>
17. Olufemi A, Jireh U, Oluwaseun L, Ayoola O, Grace O, Promise A. Attitude towards menstruation by female in-school adolescents: A comparative cross-sectional study in southwest Nigeria. 2020 [cited 2023 Feb 4];1–12. Available from: https://www.researchgate.net/publication/341948375_Attitude_towards_menstruation_by_female_in-school_adolescents_A_comparative_cross-sectional_study_in_southwest_Nigeria
18. Hennegan J, Shannon AK, Rubli J, Schwab KJ, Melendez-Torres GJ. Women’s and girls’ experiences of menstruation in low-and middle-income countries: A systematic review and qualitative metasynthesis [Internet]. Vol. 16, *PLoS Medicine*. 2019 [cited 2023 Feb 1]. 1–40 p. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31095568/>
19. Alarcón M, Alarcón M, Blanco L. Beliefs, attitudes magical experiences regarding



- menstruation among women from Bucaramanga, Colombia. *Rev Colomb Obstet Ginecol* [Internet]. 2006;57(1):19–26. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74342006000100003&lng=en&nrm=iso&tlng=es
20. Botello A, Casado R. Miedos y temores relacionados con la menstruación: estudio cualitativo desde la perspectiva de género. *Texto & Contexto Enfermagem* [Internet]. 2015;24(1):13–21. Available from: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>
 21. Sommer M, Caruso BA, Sahin M, Calderon T, Cavill S, Mahon T, et al. A Time for Global Action: Addressing Girls' Menstrual Hygiene Management Needs in Schools. *PLoS Med* [Internet]. 2016 [cited 2023 Feb 4];13(2):1–9. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4764363/>
 22. Dhingra R, Kumar A, Kour M. Knowledge and practices related to menstruation among Tribal (Gujjar) adolescent girls. *Studies on Ethno-Medicine* [Internet]. 2009 [cited 2022 Dec 18];3(1):43–8. Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09735070.2009.11886336>
 23. Morra F, Brumana L, Supervisión RY, Contenidos DE, Santellan C, Carrizo D, et al. Acceso a la gestión menstrual para más igualdad [Internet]. Available from: www.unicef.org.ar
 24. Ames P. ¿De niñas a mujeres? Infancia, menstruación y desigualdades en la escolaridad de niñas shipibas de la Amazonía peruana. *INDIANA*. 2021;38(1):121–44.
 25. Ameade EPK, Garti HA. Relationship between Female University Students' Knowledge on Menstruation and Their Menstrual Hygiene Practices: A Study in Tamale, Ghana. *Adv Prev Med* [Internet]. 2016 [cited 2023 Feb 1];2016:1–10.



- Available from: <https://www.hindawi.com/journals/apm/2016/1056235/>
26. Ruiz RJ, Pinto M, Villegas MD, Villegas AM. Hábitos de higiene genital femenina y sus fuentes de información en una comunidad Yanesha, Perú. *Ciencia e Investigación Médico Estudiantil Latinoamericana* [Internet]. 2017 [cited 2023 Feb 1];22(2):1–5. Available from: https://www.researchgate.net/publication/324062378_Habitos_de_higiene_genital_femenina_y_sus_fuentes_de_informacion_en_una_comunidad_Yanesha_Peru
 27. Baumann SE, Lhaki P, Burke JG. Assessing the Role of Caste/Ethnicity in Predicting Menstrual Knowledge, Attitudes, and Practices in Nepal. *Glob Public Health* [Internet]. 2019;14(9):1288–301. Available from: <https://doi.org/10.1080/17441692.2019.1583267>
 28. Sapkota D, Sharma D, Budhathoki S, Khanal V, Pokharel H. school going adolescents of rural Nepal. *J Kathmandu Medical College* [Internet]. 2013;2(5):122–8. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2784630/>
 29. House S, Mahon T, Cavill S. A resource for improving menstrual hygiene around the world [Internet]. 2013 [cited 2023 Nov 13]. Available from: <https://resourcecentre.savethechildren.net/document/menstrual-hygiene-matters-resource-improving-menstrual-hygiene-around-world/>
 30. Bono MJ, Leslie SW, Reygaert WC. Urinary Tract Infection. In: *StatPearls* [Internet]. 2022. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470195/>
 31. Martínez JFZ, Muñoz AP, Otálvaro AFT, González JD, Vergara SMV. Risk factors associated to vaginal infections and squamous intraepithelial lesions in university students in Medellín, Colombia. *Enfermería Global* [Internet]. 2018



- [cited 2022 Dec 1];17(2):97–106. Available from:
https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v17n50/en_1695-6141-eg-17-50-86.pdf
32. Unicef. MHM in Ten. In: Proceedings of the Second Annual Meeting on Advancing the MHM Agenda in WASH in Schools [Internet]. 2015. p. 16. Available from:
https://www.unicef.org/wash/schools/files/MHM_in_Ten_2015.pdf
https://www.unicef.org/wash/schools/washinschools_53115.html
33. Contreras C. Proyecto de Ley 5797-2020-CR [Internet]. Congreso de la Republica Perú. 2020 [cited 2023 Jun 5]. Available from:
<https://comunicaciones.congreso.gob.pe/damos-cuenta/hoy-se-promulgo-la-ley-que-promueve-el-acceso-gratuito-a-los-productos-de-gestion-menstrual/>
34. Khanna A, Goyal RS, Bhawsar R. Menstrual Practices and Reproductive Problems: A Study of Adolescent Girls in Rajasthan. J Health Manag [Internet]. 2005 [cited 2023 Feb 1];7(1):91–107. Available from:
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/097206340400700103?journalCode=jhma>
35. Uzoma Aniebue U, Nonyelum Aniebue P, Ogochukwu Nwankwo T. The impact of pre-menarcheal training on menstrual practices and hygiene of Nigerian school girls. Pan Africa Medical Journal [Internet]. 2009;2(9):1–9. Available from:
www.panafrican-med-journal.com
36. Gonzáles J, Gonzáles E, Gonzáles J. Ginecología. 9na ed. España: Elsevier Masson; 2014. 33–40 p.
37. Amparo Moreno. La adolescencia. 1ra ed. Barcelona: Oberta UOC ; 2015.
38. Alvarado J. Apuntes de ginecología. Vol. 3ra. Lima: Apuntes médicos del Perú; 2015. 41–43 p.



39. Redeer S, Martin L, Koniak D. Enfermería maternoinfantil. 1995. 110–114 p.
40. Mieres P, Ribbeck D, Maldonado M, Reig V, Villagra J. Guía de Salud Menstrual [Internet]. Chile; 2022 [cited 2023 Jun 9]. Available from: <https://minmujeryeg.gob.cl/wp-content/uploads/2022/11/Guia-de-Salud-Menstrual-la-tribu.pdf>
41. SERNAC. Informe Estudio Gestión Menstrual. 2021;1–72. Available from: https://www.sernac.cl/portal/617/articles-63337_archivo_01.pdf
42. UNICEF. Manual sobre salud e higiene mnestrua para facilitadoras y facilitadores [Internet]. Mexico; 2020 Sep [cited 2023 Feb 1]. Available from: <https://www.unicef.org/mexico/media/4701/file/Gu%C3%ADa%20para%20facilitadoras%20y%20facilitadores.pdf>
43. Sommer M, Schmitt Margaret, Clatworthy D. LA MINIGUÍA GUÍA PRÁCTICA PARA INTEGRAR LA MANEJO DE LA HIGIENE MENSTRUAL (MHM) EN LA RESPUESTA HUMANITARIA [Internet]. 2017. Available from: www.elrha.org/r2hc
44. Neill D, Cortez L. Procesos y fundamentos de la investigación científica [Internet]. 2017 [cited 2023 Jan 30]. Available from: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/12498/1/Procesos-y-FundamentosDeLainvestiagcionCientifica.pdf>
45. García E. Aprendizaje y construcción del conocimiento. In Madrid; 2009 [cited 2023 Jun 10]. Available from: https://eprints.ucm.es/id/eprint/9973/1/APRENDIZAJE__Y_CONSTRUCCION_DEL_CONOCIMIENTO.pdf
46. Denegri A, Barboza C. El adolescente frente al conocimiento. 2001 [cited 2023 Jan 23];3. Available from:



- https://repositoriosdigitales.mincyt.gob.ar/vufind/Record/MemAca_311a144bf73b720d6899baa37ffc88e6
47. Gastelu R, Palacios G, Paucar N, Ramos G, Rojas K, Soberon C, et al. Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar Investigación a cargo del Instituto de Estudios Peruanos IEP [Internet]. 2020 [cited 2022 Dec 4]. Available from: <https://www.unicef.org/peru/media/7406/file/Retos%20e%20impactos%20de%20omanejo%20de%20higiene%20menstrual%20para%20ni%C3%B1as%20y%20adolescentes%20en%20el%20contexto%20escolar.pdf>
 48. Bernal JM, Iberos J. Nivel de conocimientos y creencias relacionados con la actitud hacia la donación de órganos en estudiantes.
 49. González De La Vega G, Subdirección De Planeación H, Vargas Ibáñez B, García Jimenez A, Ruvalcaba N, Reneé T, et al. La Vida en Rojo, Diagnóstico sobre la gestión menstrual en las mujeres y personas que integran las poblaciones callejeras [Internet]. 2021 [cited 2023 Feb 1]. Available from: <https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/La-vida-en-rojo-Diagnostico-sobre-gestion-menstrual-en-las-mujeres-y-personas-que-integran-las-poblaciones-callejeras.pdf>
 50. De G, Menstrual H, Escuela L. Manual de intervención en Gestión de Higiene Menstrual en la Escuela [Internet]. [cited 2023 Feb 1]. Available from: <https://ongawa.org/wp-content/uploads/2018/05/Manual.pdf>
 51. Gumuncio S. Recogida de datos Métodos Cuantitativos: Ejemplo de encuestas CAP [Internet]. 2011 [cited 2023 Apr 18]. Available from: https://issuu.com/medecinsdumonde/docs/mdm_guia_encuesta_cap_2011
 52. Maroko AR, Hopper K, Gruer C, Jaffe M, Zhen E, Sommer M. Public restrooms,



- periods, and people experiencing homelessness: An assessment of public toilets in high needs areas of Manhattan, New York. *PLoS One* [Internet]. 2021 Jun 1 [cited 2023 Jan 1];16(6). Available from: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0252946>
53. Torondel B, Sinha S, Mohanty JR, Swain T, Sahoo P, Panda B, et al. Association between unhygienic menstrual management practices and prevalence of lower reproductive tract infections: a hospital-based cross-sectional study in Odisha, India. *BMC Infect Dis* [Internet]. 2018 Sep 21 [cited 2023 Feb 1];18(1):473. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30241498/>
54. Hennegan J, Nansubuga A, Smith C, Redshaw M, Akullo A, Schwab KJ. Measuring menstrual hygiene experience: Development and validation of the Menstrual Practice Needs Scale (MPNS-36) in Soroti, Uganda. *BMJ Open* [Internet]. 2020 Feb 17 [cited 2023 Feb 1];10(2). Available from: <https://bmjopen.bmj.com/content/10/2/e034461>
55. Sumpter C, Torondel B. A Systematic Review of the Health and Social Effects of Menstrual Hygiene Management. *PLoS One* [Internet]. 2013 Apr 26 [cited 2023 Jan 1];8(4). Available from: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0062004>
56. Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keiser D, Hampton J, Larsson G, et al. Menstrual health: a definition for policy, practice, and research. *Sex Reprod Health Matters* [Internet]. 2021 [cited 2023 Feb 1];29(1):1–8. Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/26410397.2021.1911618>
57. Mahajan P, Sharma S, Singh R. Promoting personal hygiene among adolescent girls. *Int J Acad Res Dev* [Internet]. 1398;3(1):1398–400. Available from: <http://www.hygieneexpert.co.uk/whatispersonalhygiene.h>



58. Hamed AG. The Impact of Genital Hygiene Practices on the Occurrence of Vaginal Infection and the Development of a Nursing Fact Sheet as Prevention Massage for Vulnurable Women. 4(6):55–64. Available from: www.iosrjournals.org
59. Cavides F, Teresa G, Zevallos O, Rafael S. Relación entre hábitos de higiene genital y sintomatología vaginal en mujeres de 18 a 45 años del servicio de ginecología del Hospital Regional Honorio Delgado de Arequipa en los meses de Diciembre 2017 a Febrero 2018 [Internet]. 2018 [cited 2023 Dec 6]. Available from: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/7623>
60. Águas F, Rereira D. Revisão dos Consensos em Infecções Vulvovaginais. Sociedade Portuguesa de Ginecología [Internet]. 2012 [cited 2023 Dec 6]; Available from: <https://spginecologia.pt/wp-content/uploads/2021/07/spg-revisao-dos-consensos-em-infeccoes-vulvovaginais-2012.pdf>
61. Kevser O. An Evaluation of the Relationship between Genital Hygiene Practices, Genital Infection. *Gynecology & Obstetrics*. 2013;03(06).
62. UNICEF. Manual sobre salud e higiene menstrual para niñas, niños y adolescentes. 2020;119. Available from: <https://www.unicef.org/mexico/media/4696/file/Guía para niñas, niños y adolescentes.pdf>
63. Ajzen I. The Theory of Planned Behavior [Internet]. 1991 [cited 2023 Apr 17]. p. 170–211. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/074959789190020T>
64. Pérez U, Cardenal M, Rodríguez A. Manual de intervención en gestión de la higiene menstrual en la escuela [Internet]. Madrid; 2018 [cited 2023 Feb 1]. Available from: <https://ongawa.org/publicaciones/manual-de-intervencion-en-gestion-de-la-higiene-menstrual-en-la-escuela/>



65. Sharma S, Mehra D, Kohli C, Singh M. Menstrual hygiene practices among adolescent girls in a resettlement colony of Delhi: a cross-sectional study. *Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol* [Internet]. 2017 Apr 27 [cited 2023 Feb 1];6(5):1945–51. Available from: <https://www.ijrcog.org/index.php/ijrcog/article/view/2489>
66. Bhausahab A, Kesharwani N, Abhay Mudey G, Ramchandra G. A Cross-sectional Study on Awareness Regarding Safe and Hygienic Practices amongst School Going Adolescent Girls in Rural Area of Wardha District, India. *Glob J Health Sci* [Internet]. 2010;2(2):225–31. Available from: www.ccsenet.org/gjhs
67. Jaquín Gairín Sallán. Las actitudes en educación [Internet]. Boizareu Universitaria, editor. 1990 [cited 2022 Dec 8]. Available from: [Az9dNv3FmBaY_fMzx05o3M#v=onepage&q=actitudes&f=false](https://www.boizareu.com/actitudes)
68. Bronfenbrenner U. The ecology of human development [Internet]. Harvard University Press, editor. Cambridge; 1979 [cited 2023 Apr 17]. 1–18 p. Available from: https://khoerulanwarbk.files.wordpress.com/2015/08/urie_bronfenbrenner_the_ecology_of_human_developbokos-z1.pdf
69. Rosa Ortiz Viveros G. Tópicos selectos en psicología de salud . Aportes Latinoamericanos. Asociación latinoamericana de psicología de la salud ALAPSA [Internet]. 2013 [cited 2023 Apr 17]; Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=519809>
70. Pérez R, Ferreres A, Gadea M, González E, Hernández A, Navarro N. Efectos de la información acerca del ciclo menstrual sobre las actitudes hacia la menstruación. *Psicothema* [Internet]. 1995 [cited 2023 May 31];7(2):297–308. Available from: <https://roderic.uv.es/handle/10550/31404>



71. Darabi F, Yaseri M. Intervention to Improve Menstrual Health Among Adolescent Girls Based on the Theory of Planned Behavior in Iran: A Cluster-randomized Controlled Trial. *Journal of Preventive Medicine and Public Health* [Internet]. 2022 Nov 1 [cited 2023 Apr 18];55(6):595–603. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9742407/>
72. Marván ML, Trujillo P. Menstrual socialization, beliefs, and attitudes concerning menstruation in rural and urban Mexican women. *Health Care Women Int*. 2010 Jan;31(1):53–67.
73. Morales C, Correal C. Crecias y vivencias de mujeres adultas sobre la menstruación en el municipio de Cota, Colombia. *Revista Salud Bosque* [Internet]. 2016 [cited 2023 Jun 2];6(1):55–64. Available from: <https://revistasaludbosque.unbosque.edu.co/index.php/RSB/article/view/1805/1376>
74. Darabi F, Hossein Kaveh M, Khalajabadi Farahani F, Yaseri M, MajlessiMD F, Shojaeizadeh D. The Effect of a Theory of Planned Behavior-based Educational Intervention on Sexual and Reproductive Health in Iranian Adolescent Girls: A Randomized Controlled Trial. *J Res Health Sci* [Internet]. 2017 [cited 2023 Apr 18];17(4):400. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7189942/>
75. Djalalinia S, Tehrani FR, Afzali HM, Hejazi F, Peykari N. Parents or School Health Trainers, which of them is Appropriate for Menstrual Health Education? *Int J Prev Med* [Internet]. 2012 [cited 2023 Jun 4];3(9):622–7. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3445278/>
76. Vásquez MB, Carrasco AM. Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres aymara del norte de Chile: un aporte desde el género a los estudios



- antropológicos de la sangre menstrual. *Revista de Antropología Chilena* [Internet]. 2017 [cited 2023 Feb 1];49(1):99–0108. Available from: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-73562017000100006
77. Mileo A, Suárez D. El tabú de la menstruación como instancia productora y perpetuadora de ignorancia subjetiva y estructural. *Avatares Filosóficos* [Internet]. 2018 [cited 2023 Jun 2];5:159–71. Available from: <https://www.aacademica.org/danila.suarez.tome/33.pdf>
78. UNICEF. Monitoring menstrual health hygiene [Internet]. New York; 2020 [cited 2022 Dec 1]. Available from: <https://www.unicef.org/documents/guidance-monitoring-menstrual-health-and-higiene>
79. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. *Enfermería Universitaria*. 2011;8(4).
80. Oblitas L, et.al. *Psicología de la salud y calidad de vida*. Tercera. Viveros R, editor. Mexico: El Manual Moderno; 2009.
81. Nizama E, Samaniego A. *Cómo mejorar la educación para la salud*. Lima: Consorcio de Investigación Económica y Social; 2007.
82. Cahya Ningrum MA, Rini Indriyanti D. The Influence of Knowledge, Attitude, Family Support and Peer Support on The Behavior of Female Teenage Menstrual Hygiene. *Public Health Perspective Journal* [Internet]. 2018; Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/phpj>
83. Mahajan A, Kaushal K. Un estudio descriptivo para evaluar el conocimiento y la práctica sobre la higiene menstrual entre las adolescentes de la Escuela Pública de Shimla, Himachal Pradesh. *CHRISMED Journal of Health and Research*.



- 2017;4(2):99.
84. Chayña Rodríguez LE. Nivel de Conocimiento sobre la Menstruación y Dismenorrea en Estudiantes de 3ro, 4to y 5to Año de Secundaria del Complejo Educativo Independencia Nacional de Puno - 2000. [Puno]: Universidad Nacional del Altiplano; 2000.
 85. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. 6th ed. McGRAW-HILL, editor. Mexico; 2014.
 86. Canales F. Metodología de la investigación: manual para el desarrollo del personal de salud. México: Lisuma; 2011.
 87. Gómez Á, Gómez K. Muestreo estadístico para docentes y estudiantes. 2019.
 88. Corral Y, Corral I. Procedimientos de muestreo. Revista ciencias de la educación [Internet]. 2015 [cited 2023 Dec 9];26(46). Available from: <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/46/art13.pdf>
 89. Upashe SP, Tekelab T, Mekonnen J. Open Access Assessment of knowledge and practice of menstrual hygiene among high school girls in Western Ethiopia. BMC Womens Health. 2015 Oct 14;15(1).
 90. Darabi F, Yaseri M, Rohban A, Khalajabadi-Farahani F. Development and Psychometric Properties of Menstrual Health Seeking Behaviors Questionnaire (MHSBQ-42) in Female Adolescents. J Reprod Infertil [Internet]. 2018 [cited 2023 Feb 1];19(4):229–36. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6328978/>
 91. Despaigne C, Garbey Y, López E. Salud sexual y reproductiva en la adolescencia basada en el Modelo de Promoción de Nola Pender [Internet]. Cuba; 2022 Jun [cited 2023 Sep 6]. Available from: <https://congresosenfermeriacubana.sld.cu/index.php/enfermeria22/2022/paper/vie>



w/45

92. Mahajan A, Kaushal K. A descriptive study to assess the knowledge and practice regarding menstrual hygiene among adolescent girls of Government School of Shimla, Himachal Pradesh. *CHRISMED Journal of Health and Research* [Internet]. 2017 [cited 2023 Dec 1];4(2):99. Available from: https://journals.lww.com/chri/fulltext/2017/04020/A_descriptive_study_to_asses_s_the_knowledge_and.6.aspx



ANEXOS

ANEXO 1
Matriz de consistencia

Formulación del problema de investigación	Hipótesis	Objetivos	Variables	Tipo y de investigación	Población y muestra	Técnicas o instrumentos	Procesamiento estadístico
<p>Pregunta general</p> <p>¿Cuál es la relación entre conocimientos sobre la menstruación y los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo?</p> <p>Preguntas específicas</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo?</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>HA: Existe asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual en las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo, 2023.</p> <p>HO: No existe asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual</p>	<p>Objetivos generales</p> <p>Determinar la asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y los comportamientos de salud menstrual de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo, 2023.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar el nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo.</p>	<p>Conocimientos sobre la menstruación</p> <p>Cualitativa, nominal, dicotómica</p> <p>Comportamientos de salud menstrual.</p> <p>Cualitativa, nominal, politómica</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo: Correlacional, no experimental de tipo transversal.</p>	<p>Población: 433 adolescentes mujeres pertenecientes a la I.E.S. Emblemática José Gálvez- Yunguyo.</p> <p>Muestra: 308 adolescentes de la institución mencionada.</p>	<p>Técnica: Encuesta.</p> <p>Instrumentos: Conocimientos sobre la menstruación adaptado por Buraidah- Arabia Saudita Hayam A, Saulat J.(12) cuenta con 10 ítems.</p> <p>Cuestionario de comportamiento de búsqueda de la salud menstrual (MHSBQ-42).</p>	<p>Se realizará en el programa estadístico SPSS versión 27</p>



¿Cómo son los comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez- Yunguyo?	Identificar los comportamientos de salud menstrual según dimensiones de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo.					Creado por Darabi F. et al.(90) cuenta con 42 ítems en escala de Likert.	
---	--	--	--	--	--	--	--



ANEXO 2
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE ENFERMERÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Cuestionario de conocimientos sobre la menstruación

Estimada estudiante:

Reciba usted un cordial saludo. De ante mano se le agradece por la colaboración que brindará con la resolución del presente cuestionario, y así de este modo contribuir a la realización del proyecto de investigación denominado “Conocimientos sobre menstruación y comportamiento de salud menstrual en adolescentes de la Institución Educativa Emblemática Secundaria Galvez Yunguyo - 2023”.

DATOS GENERALES:

Grado : _____
Sección : _____
Edad : _____
Fecha de nacimiento : _____
Religión : _____
Procedencia : _____

¿Has tenido tu primer periodo?

- a. Sí
- b. No

¿A qué edad comenzó tu primer periodo?

.....

¿Anteriormente recibiste información sobre la menstruación? ¿Cuánto?

- a. Bastante
- b. Poco
- c. Nada

¿Dónde recibiste información sobre la menstruación?

- a. Familia
- b. Colegio (docente)
- c. Centro de salud (enfermera, obstetra, médico)

¿Cuál es el nivel educativo de tus padres? (Marque con una X)

Madre		Padre	
Educación primaria	<input type="checkbox"/>	Educación primaria	<input type="checkbox"/>
Educación secundaria	<input type="checkbox"/>	Educación secundaria	<input type="checkbox"/>
Educación Superior	<input type="checkbox"/>	Educación Superior	<input type="checkbox"/>
Ninguna	<input type="checkbox"/>	Ninguna	<input type="checkbox"/>



INSTRUCCIONES:

- Lea cada ítems cuidadosamente antes de responder.
- Indique su respuesta respecto a la pregunta marcando con un aspa **(x)**.
- Si tuviera alguna duda, consulte a la encuestadora.
- El instrumento es de carácter anónimo.
- Asegúrese de responder todas las interrogantes con sinceridad.

1. La menstruación normal debería comenzar a la edad de:

- a) Menos de 10 años
- b) Once a catorce años
- c) Más de catorce años
- d) No lo sé

2. La menstruación normal tiene una duración de:

- a) Menos de tres días
- b) De tres a siete días
- c) Más de siete días
- d) No lo sé

3. La menstruación regular se repite de un intervalo de:

- a) Diez a veinte días
- b) Veinte a treinta días
- c) Treinta a cuarenta días
- d) No lo sé

4. La causa de la menstruación es:

- a) Fisiológica (un cambio normal)
- b) Patológica (enfermedad)
- c) No lo sé
- d) Otros (especifica)

5. El órgano del que proviene la sangre menstrual es:

- a) Útero
- b) Vagina
- c) Vejiga
- d) Abdomen
- e) No lo sé

6. La toalla higiénica absorbente es el material ideal para la menstruación.

- a) Sí
- b) No
- c) No lo sé

7. La toalla higiénica debería ser cambiada más de tres veces al día.

- a) Sí
- b) No
- c) No lo sé



- 8. Los genitales deberían ser lavados con agua cada que la toalla higiénica es cambiada.**
- a) Sí
 - b) No
 - c) No lo sé
- 9. La actividad física debería detenerse durante la menstruación.**
- a) Sí
 - b) No
 - c) No lo sé
- 10. Es perjudicial ducharse el primer día de la menstruación.**
- a) Sí
 - b) No
 - c) No lo sé

¡MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN!



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE ENFERMERÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)

INSTRUCCIONES:

- Lea cada ítems cuidadosamente antes de responder.
- Indique su respuesta respecto a la pregunta marcando con un aspa (x) en el casillero.
- Si tuviera alguna duda, consulte a la encuestadora.
- El instrumento es de carácter anónimo.
- Asegúrese de responder todas las interrogantes con sinceridad.
- Tenga en cuenta:

MD: Muy en desacuerdo

D: En desacuerdo

N: Neutral

A: De acuerdo

MA: Muy de acuerdo

	Ítem	MD	D	N	A	MA
1	Puedo tomar una ducha durante mi periodo menstrual.					
2	Es fácil para mí controlar mis cambios de humor, como la depresión, durante mi periodo menstrual.					
3	Es fácil para mí comunicarme con otros durante mi periodo menstrual.					
4	Estoy segura de que puedo hacer más actividades sociales durante la adolescencia.					
5	Es fácil para mí cuidar mi salud menstrual individual, como lavarme después de cada evacuación durante el período menstrual.					
6	Estoy segura de que puedo manejar los principales signos de la pubertad (acné, olor corporal, menstruación, etc.).					
7	Las personas importantes para mí piensan que debo tomar una ducha durante la menstruación.					
8	Mi familia cree que debo continuar con mis actividades sociales durante la menstruación.					
9	Mi familia cree que debo continuar con mis actividades sociales durante mi período menstrual de manera similar a antes.					
10	Personas importantes para mí piensan que debo seguir una dieta adecuada durante el período de la adolescencia.					
11	Las personas que me rodean quieren que cuide mi salud menstrual personal para prevenir cualquier infección.					



12	La mayoría de mis amigas están de acuerdo con la falta de ganas de hacer la tarea debido a los cambios de humor provocados por la menstruación.					
13	Personas importantes para mí piensan que los cambios físicos y emocionales durante la adolescencia me impiden realizar actividades sociales (asistir a reuniones sociales, juegos, etc.).					
14	Realizar la correcta limpieza después de cada deposición individual previene la Enfermedad Inflamatoria Pélvica.					
15	Cambiarse la ropa interior a diario es un comportamiento bastante importante entre las mujeres para prevenir infecciones uterinas.					
16	Tomar una ducha de pie, especialmente durante el período menstrual, es un comportamiento muy importante.					
17	La higiene personal durante la menstruación (como limpiar la zona de la vulva y la zona del ano después de cada deposición) es fundamental.					
18	La salud individual durante la menstruación previene el riesgo de infecciones.					
19	La adolescencia reduce el interés por las actividades diarias.					
20	Dormir demasiado en el período menstrual conduce al aburrimiento para hacer las tareas escolares y del hogar.					
21	La adolescencia provoca un comportamiento agudo y agresivo en el trato a los demás.					
22	La menstruación perturba las actividades de la vida cotidiana.					
23	La menstruación provoca dificultades para concentrarse en algunas actividades escolares.					
24	La menstruación disminuye el interés por realizar actividades escolares.					
25	He decidido cambiar frecuentemente mi toalla sanitaria durante mi periodo menstrual.					
26	Quiero estar al tanto de los asuntos de salud durante mi período menstrual (como bañarme, cambiarme la ropa interior, etc.).					
27	He planeado estar al tanto de los asuntos de salud durante mi período menstrual (como bañarme, cambiarme la ropa interior, etc.).					
28	He decidido continuar con mis actividades sociales durante mi período menstrual, similar a otros días ordinarios.					
29	Me voy a lavar después de cada evacuación durante la menstruación.					
30	Voy a estar al tanto de los asuntos de salud durante el período de la adolescencia (como bañarse, cambiarse la ropa interior, etc.).					
31	Durante mi período menstrual, me cambio la ropa interior todos los días.					
32	Tomo una ducha de pie, especialmente					



	durante mi período menstrual.					
33	Estoy al tanto de los problemas de salud relacionados con la adolescencia, como la salud menstrual.					
34	Después de cada evacuación, lavo la vulva y el área del ano correctamente de adelante hacia atrás para prevenir la enfermedad inflamatoria pélvica.					
35	No voy a la playa o a la piscina durante mi período menstrual.					
36	Evito beber bebidas con cafeína antes del inicio de un período menstrual para prevenir los síntomas premenstruales (por ejemplo, nerviosismo, dolor menstrual, etc.).					
37	Usaré ropa interior de algodón durante mi período menstrual.					
38	Durante mi período menstrual, realizo aquellas actividades que pueden reducir la agresión (evitar actividades que revelen la menstruación).					
39	Mis padres determinan cuánto debería leer sobre los temas relacionados con la salud de la adolescencia.					
40	Mis padres me brindan la capacitación y la orientación necesarias sobre los problemas relacionados con la salud en la adolescencia.					
41	Mis padres me brindan la capacitación y orientación necesarias sobre los problemas relacionados con la salud menstrual.					
42	Mis padres determinan cuánto debo leer sobre temas relacionados con la salud menstrual.					

¡MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN!



ANEXO 3



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO
FACULTAD DE ENFERMERÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CONSENTIMIENTO INFORMADO
Estimada(o) Madre/Padre/Apoderado

Hola, somos Bachilleres de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. Actualmente nos encontramos realizando una investigación titulada “Conocimientos sobre menstruación y comportamientos de salud menstrual en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Gálvez Yunguyo-2023” con el objetivo de determinar la asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y comportamientos de salud menstrual en adolescentes.

La participación por parte de su menor hija es completamente voluntaria, eso indica que aun cuando usted haya dado la autorización, si su menor hija no desea participar puede decir que no. Es importante que, si la adolescente en un momento dado ya no quiere continuar en el estudio, o si no quiere responder a alguna pregunta, no habrá ningún inconveniente.

La información que brinde será totalmente confidencial, esto quiere decir que no compartiremos sus respuestas con nadie, sólo serán utilizados netamente con fines del estudio.

Después de haber sido informada(o), doy mi consentimiento para que mi menor hija

..... participe del estudio.

¡MUCHAS GRACIAS!

Firma de Madre/Padre y/o Apoderado

DNI:.....

Firma de la investigadora
Bach. Gaily Y. Chalco Vilca

Firma de la investigadora
Bach. Tiffani J. Quispe Mayhua



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO
FACULTAD DE ENFERMERÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ASENTIMIENTO INFORMADO

Mediante este documento, yo.....
estudiante de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez doy
mi asentimiento para participar de manera libre y voluntaria en la presente
investigación.

Los bachilleres responsables de la ejecución, me han explicado detalladamente
acerca de la investigación denominada “Conocimientos sobre menstruación y
comportamientos de salud menstrual en adolescentes de la Institución Educativa
Secundaria Emblemática Gálvez Yunguyo-2023”, que tiene el objetivo de
determinar la asociación entre el nivel de conocimientos sobre menstruación y
comportamientos de salud menstrual en adolescentes. En el cual no se verá
afectada mi persona. De igual modo me explicaron que los datos que brinde
serán confidenciales y que puedo tomar la decisión de desistir de mi participación
cuando yo lo desee.

Firma del participante

DNI:.....

Firma de la investigadora
Bach. Gaily Y. Chalco Vilca

Firma de la investigadora
Bach. Tiffani J. Quispe Mayhua



ANEXO 4

CUADROS DE INFORMACIÓN ADICIONAL

Población estudiantil de sexo femenino de la I.E.S. José Gálvez 2023

Grado	Sección A	Sección B	Sección C	Sección D	Sección E	Sección F	Sección G	Sección H	TOTAL
1RO	17	15	10	9	11	10	14	8	94
2DO	11	11	10	13	13	10	6	5	79
3RO	11	10	8	18	11	9	11	12	90
4TO	11	13	13	14	9	12	9	8	89
5TO	10	14	11	15	8	10	9	4	81
TOTAL									433

Fuente: Dirección administrativa de la I.E.S. José Gálvez- 2023

Clave de respuestas del cuestionario “Conocimientos sobre la menstruación sobre la menstruación”

Ítems	Respuesta correcta
1	B
2	B
3	B
4	A
5	A
6	A
7	A
8	A
9	B
10	B

Fuente: Cuestionario de conocimientos sobre la menstruación.



Coefficiente de correlación por Rho de Spearman

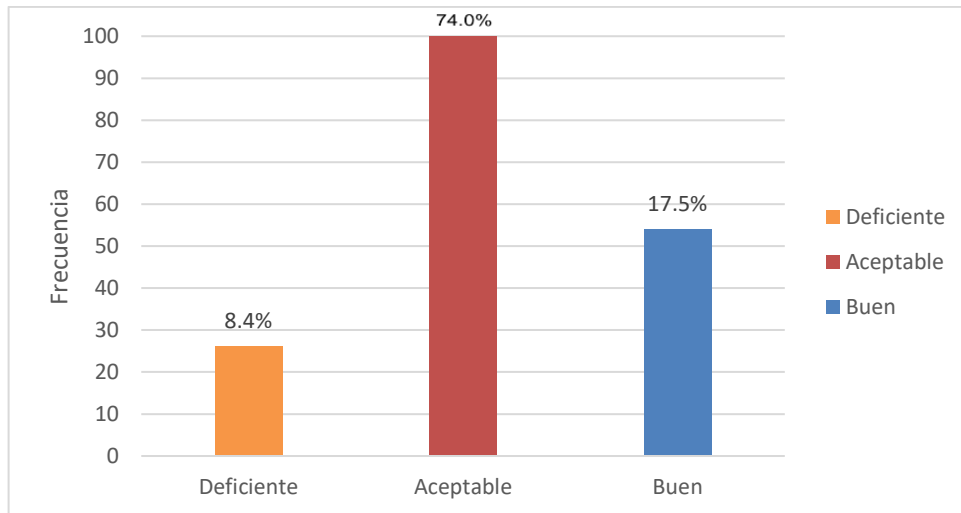
		Comportamientos de salud menstrual		
		N°	Coefficiente de correlación	P
Rho de Spearman	Conocimientos sobre la menstruación	308	,218	,000

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 5

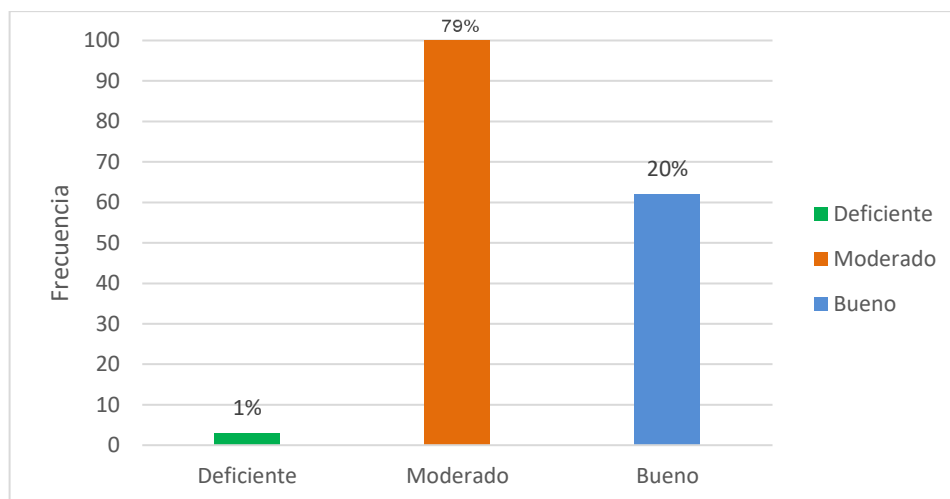
FIGURAS DE INFORMACIÓN ADICIONAL

Figura 1 Nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



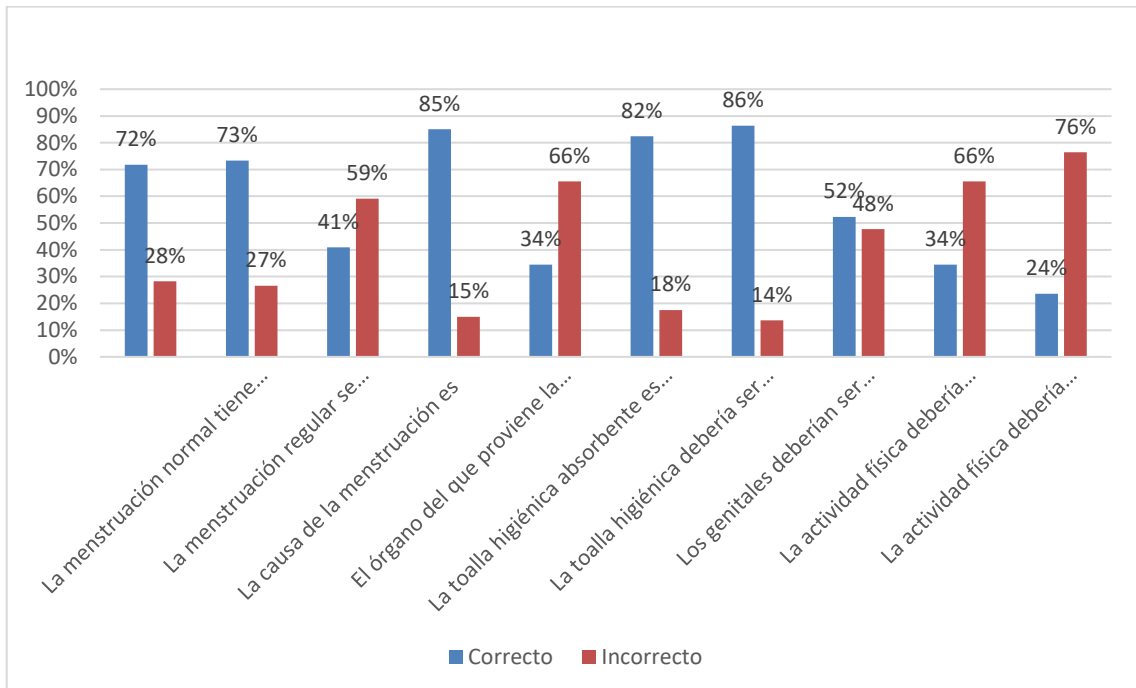
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Conocimientos sobre menstruación”.

Figura 2 Comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



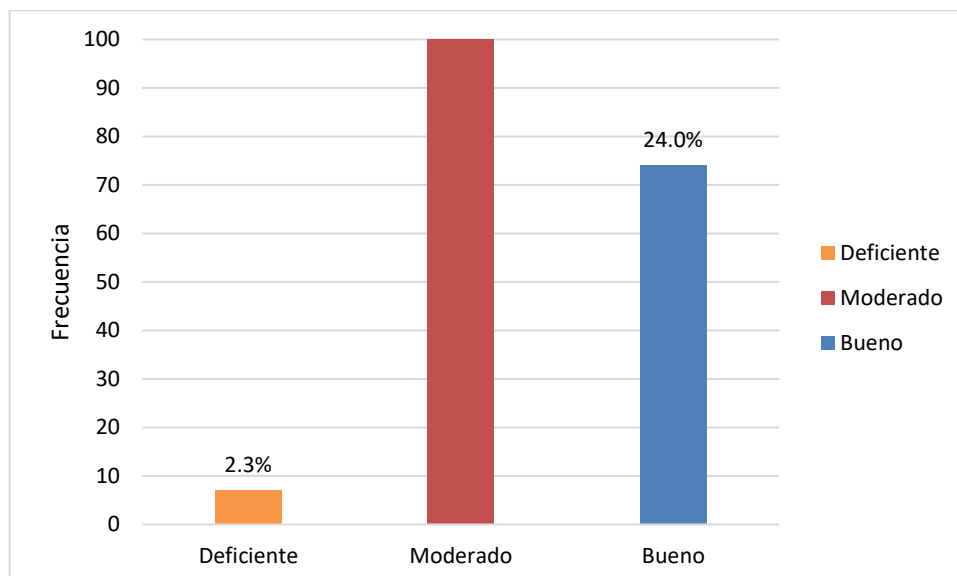
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 3 Nivel de conocimientos sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



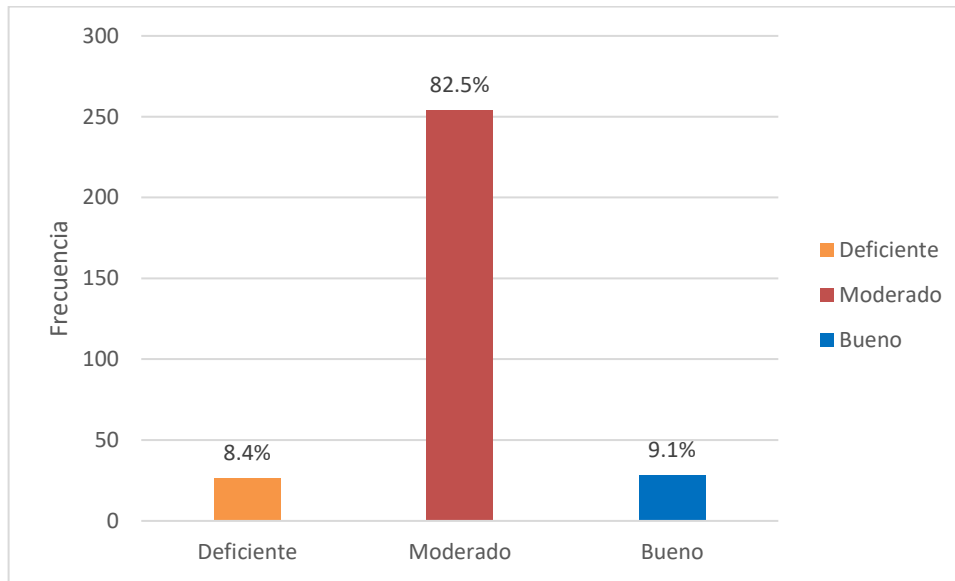
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Conocimientos sobre menstruación”.

Figura 4 Actitudes hacia la salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



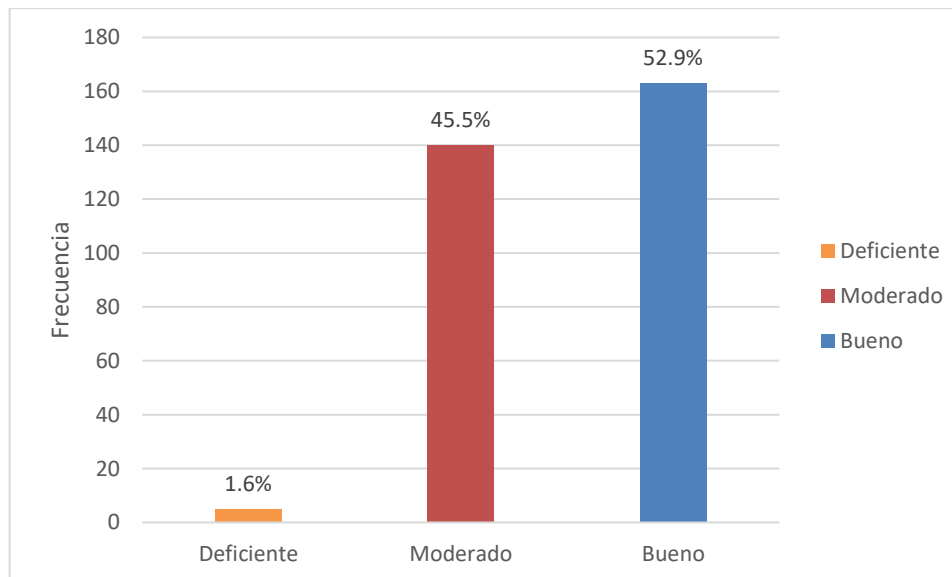
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 5 Normas subjetivas de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



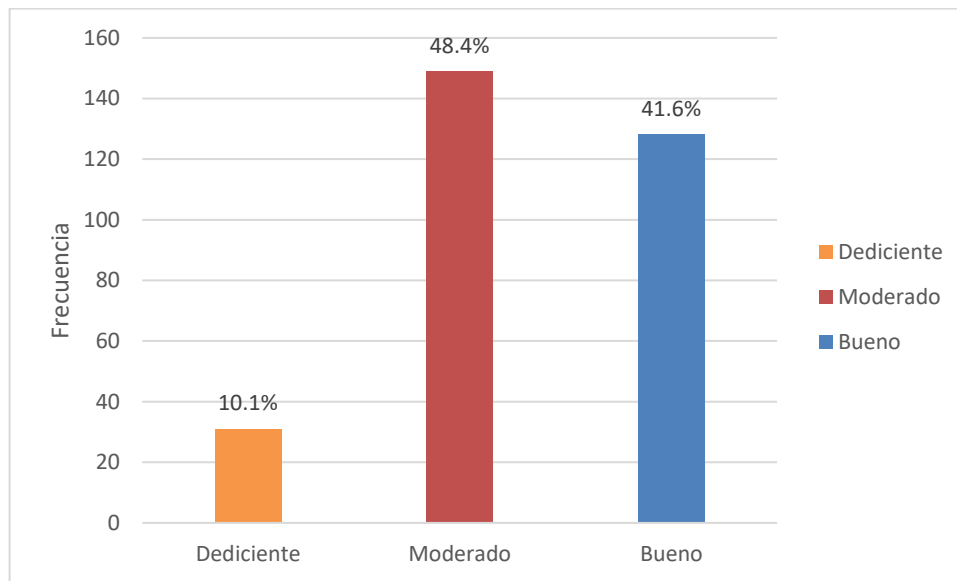
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 6 Intensión de comportamiento de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



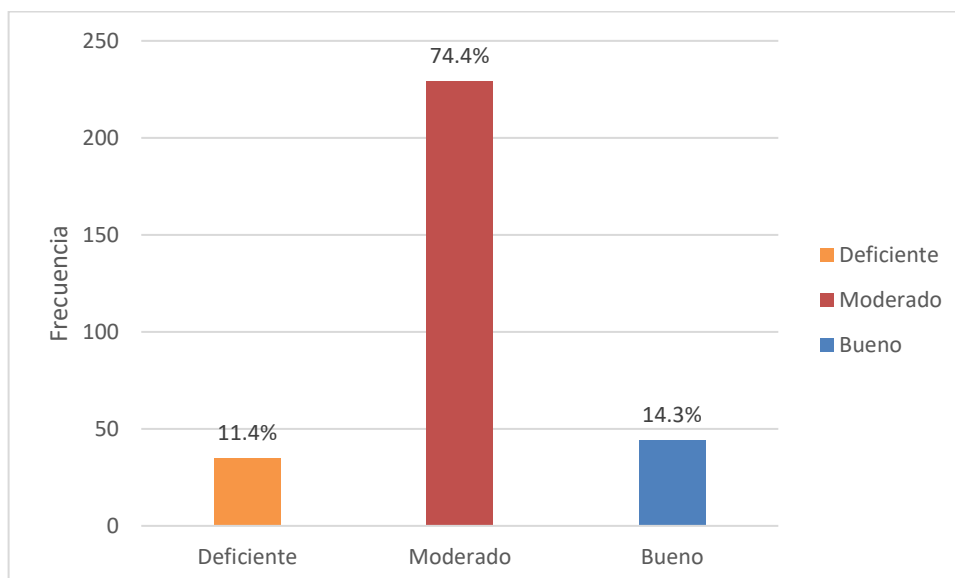
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 7 Control parenteral percibido de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



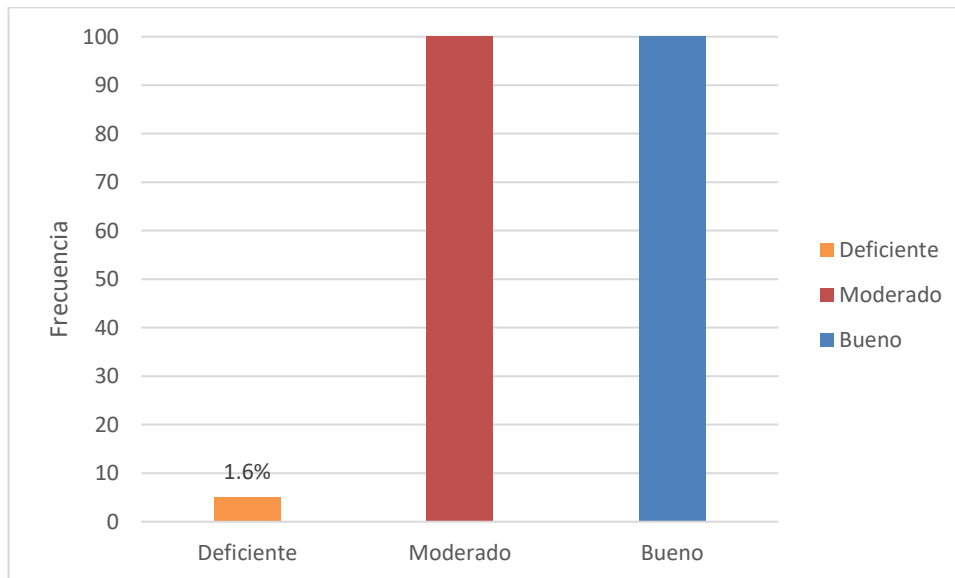
Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 8 Control conductual percibido de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 9 Comportamientos de salud menstrual de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.



Fuente: Resultados de la aplicación del instrumento “Cuestionario de comportamientos de búsqueda de salud menstrual (MHSBQ-42)”.

Figura 10 Edad de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

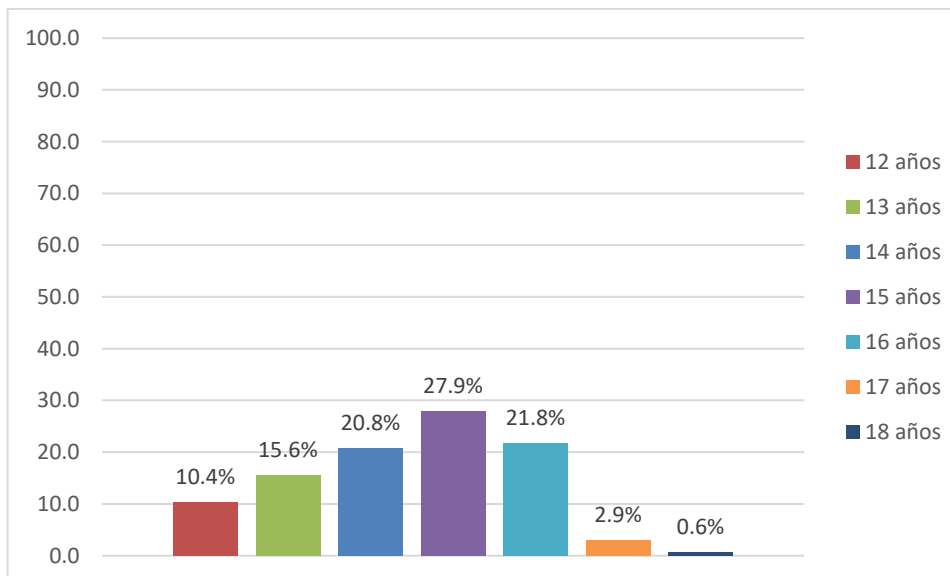


Figura 11 Religión de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

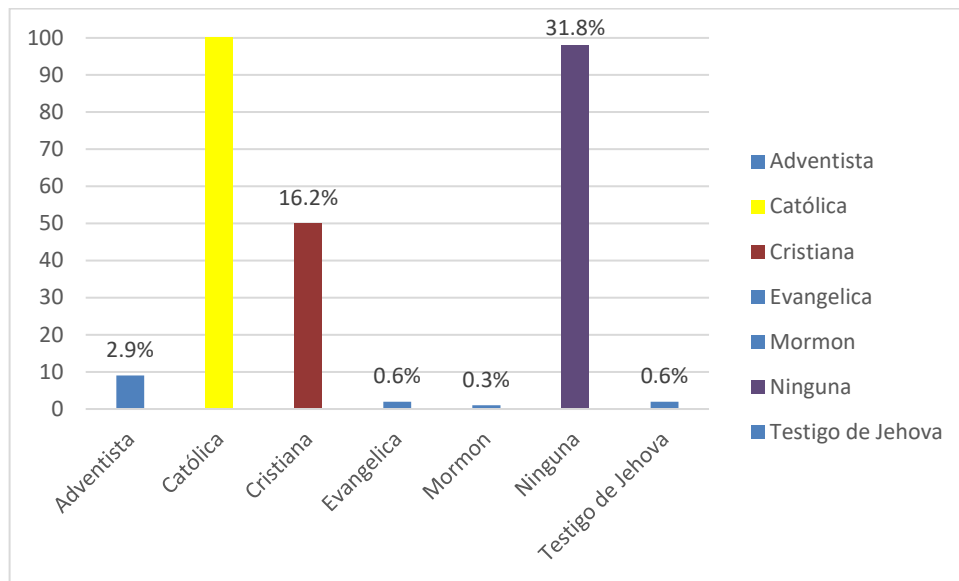


Figura 12 Edad de menarquia de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

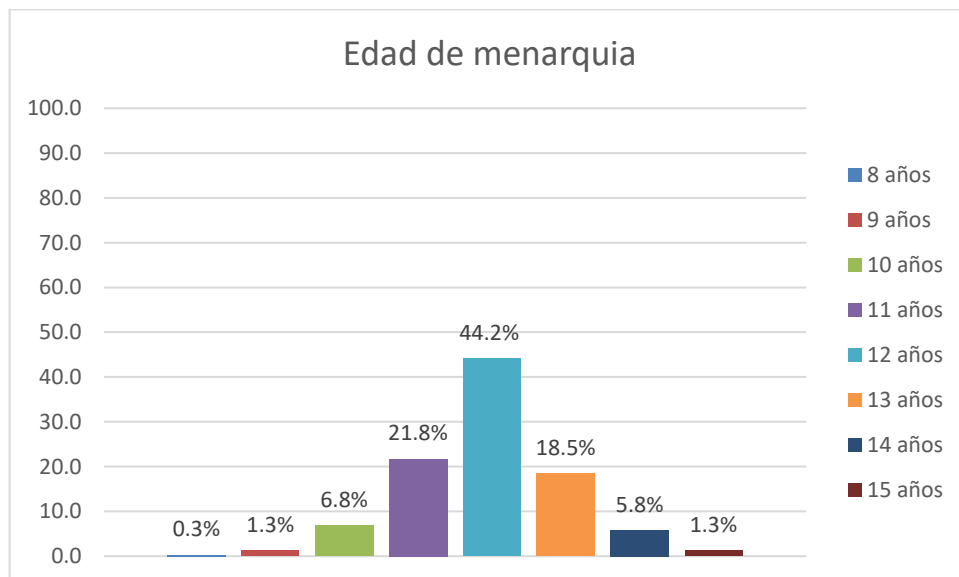


Figura 13 Información sobre la menstruación de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

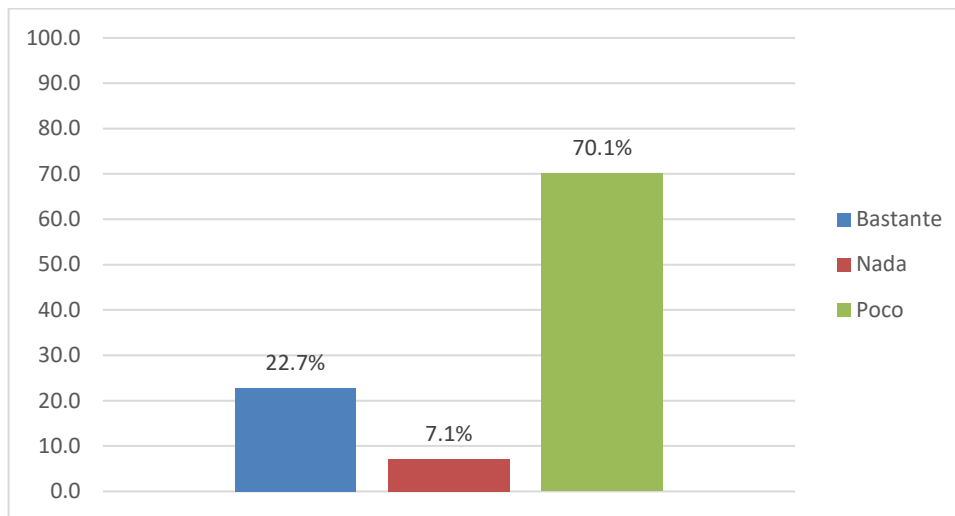


Figura 14 Lugar donde recibieron información sobre la menstruación las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

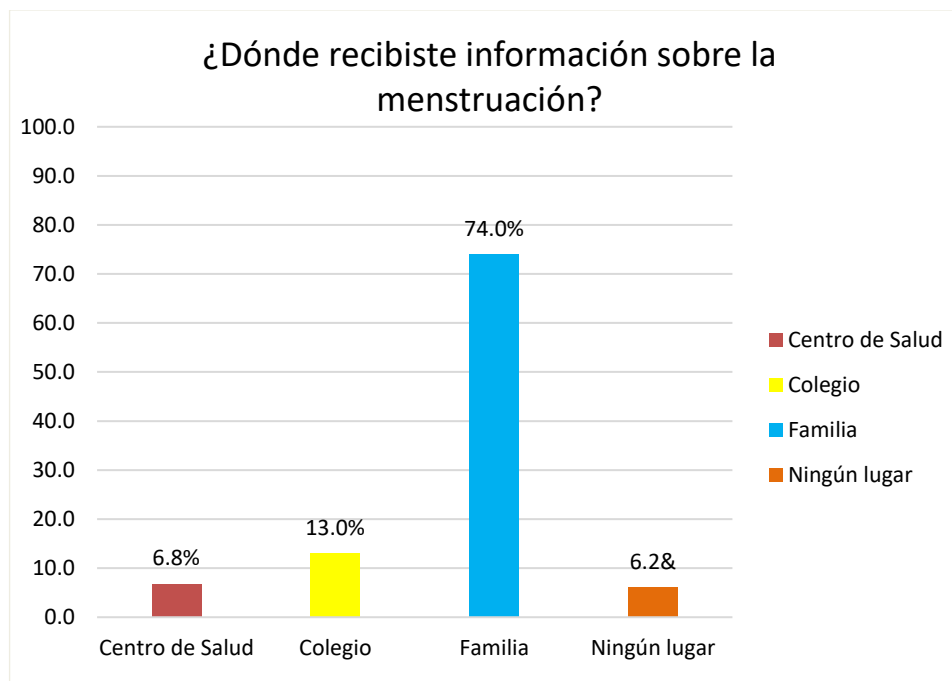


Figura 15 Nivel educativo de las madres de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.

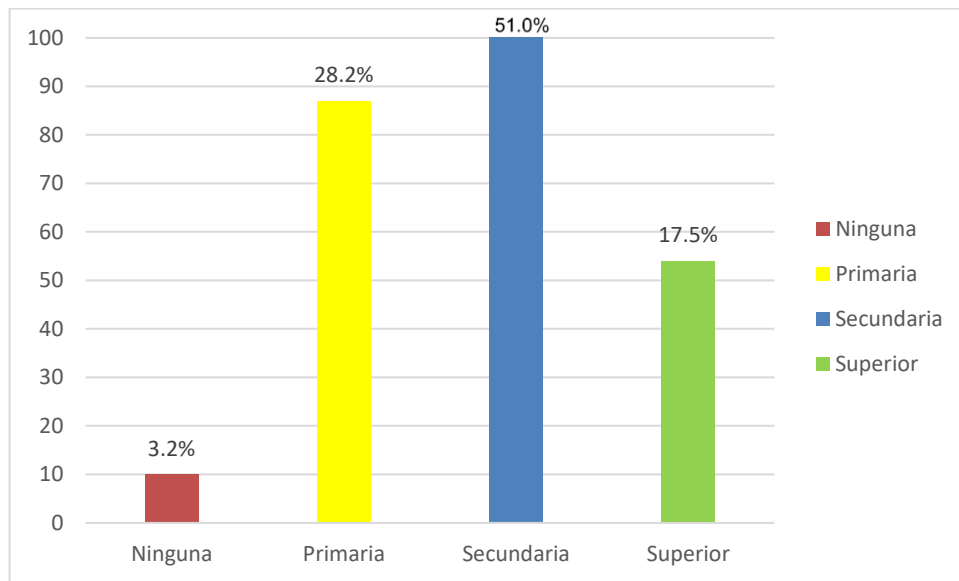
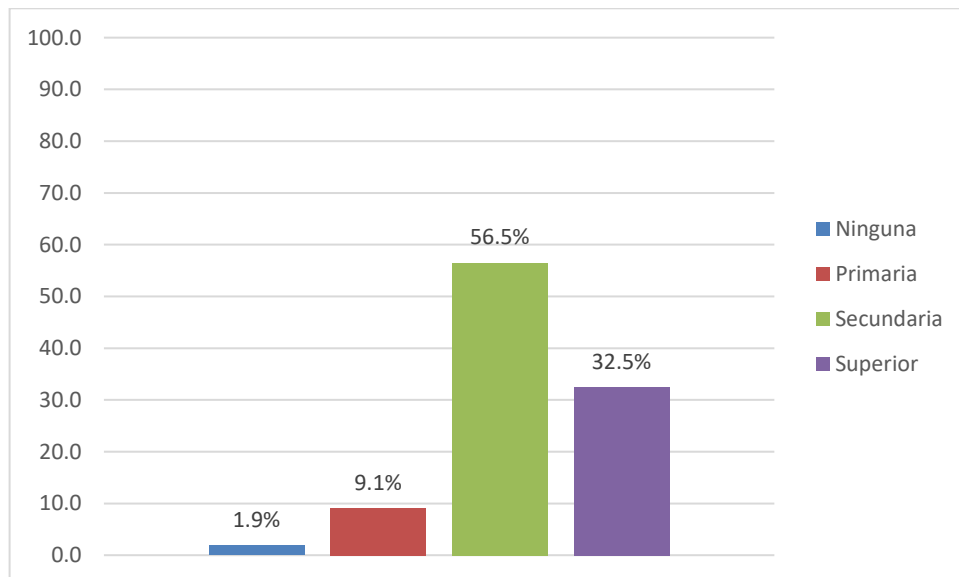


Figura 16 Nivel educativo de los padres de las adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Emblemática José Gálvez-Yunguyo, 2023.





AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo GAILY YOSELIN CHALCO VILCA
identificado con DNI 71875161 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERIA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"CONOCIMIENTOS SOBRE MENSTRUACION Y COMPORTAMIENTOS DE SALUD
MENSTRUAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA
SECUNDARIA EMBLEMATICA JOSE GALVEZ YUNBUYO - 2023 "

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 14 de DICIEMBRE del 20 23

FIRMA (obligatoria)



Huella



AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo TIFFANI JHAYDE QUISPE MAYHUA.,
identificado con DNI 72544985 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERÍA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" CONOCIMIENTOS SOBRE MENSTRUACIÓN Y COMPORTAMIENTO
DE SAUD MENSTRUAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA EMBLEMÁTICA JOSÉ GÁLVEZ YUNGUYO-2023 "

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 14 de DICIEMBRE del 2023

FIRMA (obligatoria)



Huella



DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo GAILY YOSELIN CHALCO VILCA
identificado con DNI 71875161 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
ENFERMERIA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"CONOCIMIENTOS SOBRE MENSTRUACION Y COMPORTAMIENTOS DE SALUD
MENSTRUAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA
SECUNDARIA EMBLEMATICA JOSE GALVEZ YUNGUYO-2023"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 14 de DICIEMBRE del 2023

FIRMA (obligatoria)



Huella



DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo TIFFANI JHAYDE QUISPE MAYHUA,
identificado con DNI 72544985 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERÍA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"CONOCIMIENTOS SOBREMENSTRUACIÓN Y COMPORTAMIENTOS
DE SAWD MENSTRUAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA EMBLEMÁTICA JOSÉ GÁLVEZ YUNGUYO-2023"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 14 de DICIEMBRE del 2023

FIRMA (obligatoria)



Huella