



**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

“RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y LA ACTITUD FRENTE AL
CLIMATERIO EN MUJERES ATENDIDAS EN EL INSTITUTO NACIONAL
MATERNO PERINATAL DE LIMA, OCTUBRE 2017”

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Presentado por:

Bachilleres:

Esquia Flores, Julisa

Zárate Santiváñez, Nidia Patricia

LIMA – PERÚ

2018

DEDICATORIA:

A mis padres, Domingo y Aydee

Julisa

A mis hijos, Arnold y Estefany

Patricia

AGRADECIMIENTO:

A Dios, por darnos la vida

A los docentes, quienes nos formaron
profesionalmente

Un agradecimiento muy especial a nuestra
asesora de tesis, por su gran apoyo

Julisa y Patricia

ASESORA DE TESIS:

Mg. Graciela Adilberta Guevara Morote

JURADO:

-Presidente: Dra. Rosa Eva Pérez Siguas

-Secretario: Mg. Wilmer Calsin Pacompia

-Vocal: Mg. Zarely Zabeli Glenni Garay

ÍNDICE

| | |
|-----------------------|-----|
| Dedicatoria..... | iii |
| Agradecimiento..... | iv |
| Asesora de tesis..... | v |
| Jurado..... | vi |
| Índice..... | vii |
| Índice Tablas..... | iv |
| Resumen..... | x |
| Summary..... | xi |

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

| | |
|--------------------------------------|----|
| 1.1. Planteamiento del problema..... | 12 |
| 1.2. Formulación del problema..... | 18 |
| 1.3. Justificación..... | 18 |
| 1.4. Objetivos..... | 19 |
| 1.4.1. Objetivo General..... | 19 |
| 1.4.2. Objetivos Específicos..... | 19 |

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

| | |
|-------------------------------|----|
| 2.1. Antecedentes..... | 20 |
| 2.2. Base Teórica..... | 26 |
| 2.3. Terminología Básica..... | 41 |
| 2.4. Hipótesis..... | 41 |
| 2.5. Variables..... | 42 |

CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO

| | |
|---|----|
| 3.1. Tipo y nivel de investigación..... | 43 |
| 3.2. Población y Muestra..... | 43 |
| 3.3. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos..... | 44 |
| 3.4. Procesamiento de datos y análisis estadístico..... | 46 |
| 3.5. Aspectos éticos..... | 47 |

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

| | |
|----------------------|----|
| 4.1. Resultados..... | 48 |
| 4.2. Discusión..... | 53 |

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

| | |
|---------------------------|----|
| 5.1. Conclusiones..... | 57 |
| 5.2. Recomendaciones..... | 58 |

| | |
|--|-----------|
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 59 |
|--|-----------|

ANEXOS

| | |
|---------------------|----|
| • Instrumentos..... | 66 |
| • Otros..... | 70 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla N° 1: Distribución de las mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017, según estado sociodemográfico..... | 48 |
| Tabla N° 2: Distribución de las mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017, según nivel de conocimiento sobre climaterio..... | 50 |
| Tabla N° 3: Distribución de las mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017, según actitud frente al climaterio..... | 51 |
| Tabla N° 4: Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017..... | 52 |

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio que presentan las mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, durante Octubre del 2017. **Materiales y métodos:** Estudio de enfoque cuantitativo con método descriptivo, correlacional, de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 145 mujeres. La técnica utilizada fue la entrevista y los instrumentos: un cuestionario conformado por 10 preguntas para medir el nivel de conocimiento y un test conformado por 6 ítems para medir la actitud. **Resultados:** Se halló que el 46.9% (68) presentó un nivel medio de conocimiento sobre climaterio, el 29% (42) nivel alto y el 24.1% (35) nivel bajo. Para la actitud, el 51.7% (75) presentó actitud favorable y el 48.3% (70) actitud desfavorable. **Conclusiones:** Existe una relación positiva baja entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio, porque quienes presentaron un conocimiento medio en su mayoría evidenciaron una actitud favorable y aquellas con conocimiento bajo, evidenciaron una actitud desfavorable.

Palabras claves: Conocimiento, actitud, climaterio.

SUMMARY

Objective: Determine the relation between the level of knowledge and the attitude facing the climacteric presented by women from 39 to 59 years old attended in the outpatient offices of the National Maternal Perinatal Institute of Lima, during October 2017. **Materials and methods:** Study of quantitative approach with descriptive method, correlational, of cross section. The sample was conformed for 145 women. The technique used was the interview and the instruments: a questionnaire consisting of 10 questions to measure the level of knowledge and a test consisting of 6 items to measure attitude. **Results:** It was found that 46.9% (68) presented an average level of knowledge about climacteric, 29% (42) a high level of knowledge and 24.1% (35) a low level of knowledge. For the attitude, 51.7% (75) presented a favorable attitude and 48.3% (70) unfavorable attitude. **Conclusions:** There is a low positive relationship between the level of knowledge and the attitude in front the climacteric, because those who presented a medium knowledge mostly showed a favorable attitude and those with low knowledge, showed an unfavorable attitude.

Key words: Knowledge, attitude, climacteric.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Durante los últimos años la expectativa de vida referente a la mujer ha ido incrementando, según la Organización Mundial de la Salud, ésta se incrementó en cinco años entre los años 2000 y 2015. Asimismo refiere que la expectativa de vida dependerá del lugar de nacimiento, pues en países desarrollados se estima que la expectativa media de vida es igual o mayor a los 80 años y en países como el África subsahariana, se tiene una expectativa de vida inferior a los 60 años (1).

Actualmente se estima que la expectativa de vida en la mujer peruana es alrededor de los 75 años. Este suceso permite a la mujer atravesar una etapa en la cual está expuesta a una serie de acontecimientos propios de la edad, iniciándose aproximadamente a los 39 años, denominada climaterio.

El climaterio constituye un momento evolutivo de la feminidad, donde la mujer vive experiencias de cambio que le generan emociones intensas. Diversos autores coinciden en definir al climaterio como el proceso de conversión entre la etapa

reproductiva y no reproductiva, que incluye el acontecer biológico de la menopausia y está sujeta a influencias de diversos factores: personales, genéticos, hereditarios, ambientales, sociales y culturales (2).

Éste se presenta por varios años y comprende dos fases; la premenopausia y parte de la posmenopausia, caracterizada por un conjunto de manifestaciones clínicas debidas básicamente a la disminución de estrógenos. Se observa que el 83% de estas mujeres muestran un grado de sintomatología intensa, catalogándose de severa en un 49,3% y extendiéndose por más de cinco años en un 28,4% (3).

Hay que tener presente que climaterio no es sinónimo de menopausia, son conceptos diferentes, según lo señalado anteriormente uno está incluido dentro del otro. Se puede decir que climaterio comprende tres periodos: la premenopausia, perimenopausia y parte de la posmenopausia, periodos que la mujer adulta vivirá, muchas veces teniendo los conocimientos necesarios para afrontarla adecuadamente o caso contrario no sabiendo que esta es una etapa normal, mas no una enfermedad física o algún trastorno psicológico, sin saber cómo enfrentarla.

No existe una edad precisa que determine en la mujer el inicio de la menopausia, ya que ésta varía según área geográfica. Así lo determina un estudio realizado por Palacios S; Henderson V.W; Siseles N; Tan D. y Villaseca P. en el 2010 relacionado a la edad como inicio de la menopausia y los síntomas climatéricos según áreas geográficas, halló que la edad mediana en Europa oscila entre 50.1 a 52.8 años, en Norte América de 50.5 a 51.4 años, en América Latina de 43.8 a 53 años y en Asia de 42.1 a 49.5 años, donde la prevalencia de los síntomas climatéricos fluctúan entre el 74% de la mujeres en Europa, el 36-50% en Norte América, el 45-69% en América Latina y el 22-63% en Asia (4).

El Perú como uno de los países que conforma América Latina y según el estudio observado, el inicio de la edad mediana oscilaría entre los 43.8 y 53 años. Una edad quizás no aceptada por la mujer peruana, ya que podría representar para ella: el comienzo de su vejez, el inicio de una enfermedad, la desmejora de su apariencia física, la imposibilidad de volver a ser madre o quizás simplemente el término de su menstruación, signo característico de la menopausia.

El problema del climaterio ha tomado mayor importancia con el transcurso del tiempo, a su vez conocer lo que representa una mejor calidad de vida, se convierte en un aliado importante para la mujer, mucho más al momento de acudir a las consultas ginecológicas. Esto requiere la necesidad de atenderla de manera integral, tanto en el ámbito biológico, social y cultural (5).

Por ello, todas las mujeres que presentan las manifestaciones clínicas propias del climaterio y que no son diagnosticadas, ni atendidas oportunamente, representan una parte significativa de la población que necesita de atención médica; asimismo ofrecer información veraz con aportes científicos para una adecuada comprensión, permitirán atender y cubrir las necesidades de la población femenina (5).

Resulta de mucha importancia señalar que durante los últimos años el interés por el estudio del climaterio se ha incrementado, debido al aumento de la población mundial y la esperanza de vida de la mujer, asimismo la morbilidad que provoca el síndrome climatérico y la preocupación que muestran las mujeres de edad mediana por mejorar su calidad de vida, más aún en aquellas que conocen la posibilidad de una terapia en este periodo (6).

En el Perú los estudios relacionados al climaterio pretenden demostrar si las mujeres con conocimientos altos tienen una actitud favorable frente a la misma. Así

lo demuestra un trabajo de investigación realizado en la ciudad de Tarapoto en el año 2012 donde se halló que existe correlación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio, pues las mujeres que tuvieron un nivel de conocimiento alto presentaron una actitud favorable (7).

Los niveles socioeconómico y educacional son factores influyentes para el desarrollo de las manifestaciones clínicas que se dan durante esta etapa, pues las mujeres de bajo nivel socioeconómico y/o educacional, presentan una clínica más intensa que aquellas con mayor nivel educacional (8).

Lo mencionado, podría explicarse debido a que las mujeres de bajo nivel socioeconómico tienen menos acceso y posibilidades de adquirir información sobre esta etapa, lo mismo en aquellas con bajo nivel educacional, situación que no podría suceder en aquellas con mayor nivel educacional. Pero hoy en día el querer obtener información sobre algo se encuentra al alcance de las personas, pues gracias al avance de la tecnología y al servicio de internet, se puede conseguir información necesaria de lo que se desea saber, pero no siempre todo lo que se encuentre puede resultar veraz, por ello se recomienda a las mujeres acudir a un profesional de la salud, quien es el único encargado de diagnosticar lo que realmente se está padeciendo.

En el Perú, según datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática, hasta junio del 2015 la población total de mujeres representaba el 49.9% de la población total, es decir 15 millones 545 mil 829 eran mujeres con una esperanza de vida de 77.3 años. Estimando que para el año 2050, ésta alcance los 79 años (9).

A través de estas cifras se puede señalar que con el pasar de los años serán más las mujeres que enfrenten la etapa del climaterio, desde sus inicios hasta su

término, pasando por una serie de cambios físicos, fisiológicos, psicológicos, sociales, ambientales, entre otros. Muchas de estas mujeres quizás busquen ayuda a fin de solucionar sus problemas, otras probablemente desconozcan por lo que están pasando, pues a través de los estudios encontrados se pretende comprobar si las mujeres mayores de 39 años conocen o desconocen lo que es el climaterio, como también las diversas manifestaciones clínicas que se presentan.

Es aquí donde los profesionales de la salud, realizando un trabajo de equipo intervienen, desde el médico quien es el encargado de la entrevista con la paciente, de su evaluación física y del tratamiento a seguir. El personal de enfermería encargado de informar todo lo relacionado al climaterio, llenar esos vacíos de conocimiento despejando dudas y/o falsas creencias, asimismo educar en cuanto a la importancia de iniciar o continuar con el tratamiento prescrito por el médico. Y finalmente el técnico de enfermería quien dirige y acompaña a la mujer durante su estancia en los consultorios, asimismo brinda apoyo al personal médico y de enfermería. Todo este trabajo realizado bajo un mismo objetivo, ofrecer una atención integral y de calidad a la mujer climatérica.

A lo largo de las prácticas realizadas en las diferentes instituciones de salud durante los años de estudio, se ha podido observar que son más las mujeres quienes acuden a una consulta médica, siendo el servicio de Ginecología el más solicitado, pues no hay día en que este servicio alcance menor número de atenciones de los permitidos por día. Esto representa el mayor interés de la mujer por el cuidado de su salud, más aún si cuenta con algún tipo de seguro, el cual permite acceder a una o más consultas médicas.

Actualmente en el país el Ministerio de Salud (MINSA) tiene a disposición el Paquete de Atención Integral del adulto mujer, creado con el objetivo de mejorar las condiciones de salud, en el ámbito: físico, social y mental, junto a la interacción de su núcleo familiar, comunitario y medio ambiente (10). Este Paquete de Atención Integral comprende: la evaluación general del adulto mujer, consejería, atención preventiva, temas educativos, visitas domiciliarias, entre otros. Se encuentra vigente en todos los hospitales dirigidos por el MINSA.

En Lima el Instituto Nacional Materno Perinatal (INMP) es una institución a cargo del Ministerio de Salud y reconocida nacionalmente, entre los servicios que brinda por especialidades se encuentra el servicio de Ginecología Especializada el cual ofrece atención a mujeres jóvenes, adultas y climatéricas. Muchas de éstas últimas acuden por presentar problemas de irregularidad en la menstruación, alteraciones físicas (subida de peso, baja de peso), dolores articulares, infecciones vaginales, infecciones urinarias, depresión constante, irritabilidad, dolor de cabeza, entre otras manifestaciones clínicas propias de la etapa. Asimismo existe un sólo consultorio de climaterio exclusivo para atender a mujeres que se encuentren atravesando la etapa climatérica, en él se atiende un promedio de 20 mujeres por turno, las cuales provienen de los distintos distritos de la capital e incluso algunas de provincia, como se sabe, existe el Paquete de Atención Integral del adulto mujer, en el cual uno de sus servicios es la consejería en salud sexual y reproductiva, incluyendo al climaterio.

Por eso, es de interés saber si actualmente las mujeres mayores de 39 años, tienen los conocimientos necesarios para afrontar de manera adecuada esta etapa de su

vida denominada climaterio. Por lo que se propone realizar la siguiente pregunta de investigación:

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio que presentan las mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, durante Octubre del 2017?

1.3. JUSTIFICACIÓN

El climaterio es un período donde la mujer vive una serie de cambios fisiológicos, psicológicos, sociales, ambientales, entre otros. Una etapa que tarde o temprano toda mujer vivirá y quizás llegado el momento sea difícil de aceptarla, puesto que no todas tomarán la misma actitud frente a determinada situación. O por el contrario una etapa que ya se esperaba, pues algunas mujeres tendrán los conocimientos necesarios y sabrán afrontarla sin complejos ni temores, porque actualmente se vive en un mundo donde gracias al avance de la tecnología se puede obtener información completa de lo que se desea saber.

Se considera importante realizar la presente investigación, debido al interés por la temática y todo lo que ésta comprende, ya que a través de los resultados obtenidos, se corroborará información, se demostrará si la mujer peruana tiene los conocimientos necesarios para afrontar de manera adecuada esta etapa de su vida, determinando su actitud según su nivel de conocimiento que tiene sobre el climaterio. Asimismo el presente trabajo de investigación puede ser utilizado de base para futuras investigaciones afines.

A nivel nacional son pocos los estudios realizados sobre este tema, los cuales pretenden demostrar si las mujeres adultas tienen o no conocimiento sobre lo que es climaterio. Se espera que cada vez sean más las mujeres que comprendan que a pesar de que el climaterio es un proceso fisiológico e irreversible, mas no una enfermedad o algún trastorno psicológico, debe aceptarse de manera juiciosa, solo así podrá ser posible vivir una experiencia plena durante la misma.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. OBJETIVO GENERAL:

Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio que presentan las mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, durante Octubre del 2017.

1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Determinar el estado sociodemográfico, como: edad, ocupación, estado civil y grado de instrucción, en las mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, durante Octubre del 2017.
- Identificar el nivel de conocimiento sobre el climaterio en las mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, durante Octubre del 2017.
- Identificar la actitud frente al climaterio en las mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, durante Octubre del 2017.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES

INTERNACIONALES:

Bisognin Priscila; Alves Camila; Wilhelm Antunes; Prates Lisie; Scarton Juliane; Resse Lucia. 2015, en Brasil, presentaron un estudio titulado “El climaterio en la perspectiva de las mujeres” cuyo objetivo fue conocer la vivencia del climaterio a partir de la perspectiva de las mujeres. Una investigación descriptiva con enfoque cualitativo. La muestra la conformaron 10 mujeres entre los 40 y 65 años. La técnica empleada fue la entrevista semiestructurada con posterior análisis temático. Los resultados a través del relato de las mujeres entrevistadas permitieron identificar que las mujeres poseen escasa información sobre el climaterio, más lo que tratan de explicar es su sentir y sus quejas relacionados al término de su menstruación y que el climaterio es comprendido por ellas como la menopausia. Llegando a la conclusión; que existe escasa información concerniente a lo que es el climaterio

entre las mujeres y que el conocimiento obtenido se da por otras mujeres de su círculo que están viviendo o vivieron el climaterio (11).

Gerónimo Carillo Rodolfo; Arriaga Zamora Rosa M; Cerino Yzquierdo Cristy I; Ovilla Cruz Kianeth Y. 2014, en México, realizaron un estudio denominado “Conocimiento sobre climaterio y menopausia en mujeres indígenas de 40 a 50 años de Ostuacan, Chiapas” con el objetivo de establecer el grado de conocimiento sobre climaterio y menopausia en mujeres indígenas. Un estudio de tipo descriptivo-transversal. La muestra estuvo conformada por 350 mujeres. El técnica utilizada fue la entrevista y el instrumento un cuestionario constituido por 16 preguntas. Los resultados demostraron que: el 53.4% (187) tuvo un nivel de conocimiento bajo, el 43.2% (151) medio y el 3.4% (12) alto. Teniendo por conclusión que; el conocimiento que tienen las mujeres indígenas encuestadas sobre el climaterio y la menopausia, es deficiente (12).

Leiva Díaz V; Arguedas Medino C; Hidalgo Castillo M; Navarro Vargas Y. 2013, en Costa Rica, realizaron un estudio titulado “Conocimiento de las personas adultas sobre el climaterio, andropausia y la sexualidad” con el principal objetivo de diagnosticar las vivencias y el conocimiento que tienen las mujeres adultas con relación al proceso natural del climaterio y la sexualidad. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo con diseño estructural descriptivo, de tipo transversal. La muestra estuvo constituida por 176 personas: 108 mujeres y 68 hombres, cuyas edades se ubicaban entre los 35 y 65 años. La técnica fue la entrevista y el instrumento un cuestionario conformado por 27 preguntas. Los resultados sobre conocimiento respecto al concepto del climaterio demostraron que el 64% conoce el concepto y el 36% restante lo desconoce. De quienes afirmaron conocer el concepto, solo el 48% coincidieron al decir que es un periodo de transición el cual

comprende pasar de la vida reproductiva a la no reproductiva, mientras el 52% tuvo un concepto erróneo. Conclusiones; los resultados de este estudio pusieron en evidencia que las personas en etapa de adultez intermedia, poseen vacíos de conocimiento respecto al proceso natural que están atravesando, el cual afecta de forma negativa el transcurrir del mismo (13).

González Sáez Yoandra; Hernández Sáez Isbel; Hidalgo Batueca Sallis I; Pedroso Delgado Jorge C; Feal Peña Nallé; Báez Aldana Elayne. 2010, en Cuba, desarrollaron un estudio titulado "Intervención educativa para elevar conocimientos sobre climaterio y menopausia en mujeres entre 40 y 59 años de edad" teniendo por objetivo incrementar el nivel de conocimiento respecto al climaterio y menopausia. Fue un estudio de intervención educativa constituida en tres etapas: diagnóstica, intervención y evaluación. La muestra la conformaron 30 mujeres. La técnica empleada fue la entrevista y como instrumento un cuestionario de conocimientos sobre: manifestaciones clínicas, cambios psicológicos y posibles consecuencias que puedan darse durante este proceso; el cual fue aplicado antes y al final de la intervención educativa. Los resultados en cuanto a las manifestaciones clínicas, antes de la intervención educativa, fueron: el 76% reconoció los sofocos, 73.3% las sudoraciones y 60% las palpitaciones como las manifestaciones clínicas presentes en esa etapa. En cuanto a los cambios psicológicos más frecuentes, el 60% identificó la depresión y el nerviosismo, el 53.3% la irritabilidad y mal humor y el 40% la disminución de la libido. Obteniendo por conclusión que la mayoría de las mujeres no tienen conocimiento sobre las manifestaciones clínicas y los cambios psicológicos más comunes que se dan durante esa etapa (14).

Álvarez Rosabal Sucel Liliam; Espinosa Nieto Coralia; León Hernández Yuniet; González Lastre José, durante Septiembre 2009 y Septiembre 2010, en Cuba, llevaron a cabo un estudio denominado “Grado de conocimiento sobre el climaterio en las mujeres de edad media” teniendo por objetivo medir el grado de conocimiento de las mujeres respecto al climaterio. Un estudio de intervención educativa. La muestra la conformaron 50 mujeres entre 35 y 45 años. La técnica empleada fue la entrevista y como instrumento un cuestionario. Los resultados demostraron que el nivel de conocimiento más representativo fue el bajo (90%), seguido por el medio (6%) y alto (4%). Conclusión; el nivel de conocimiento que se diagnosticó fue bajo (15).

NACIONALES:

Castillo Valencia María del Carmen, en el año 2016, en Lima, realizó un trabajo de investigación titulado “Relación entre el nivel de conocimiento y las actitudes frente al climaterio en mujeres de 40 a 59 años atendidas en el Hospital San Juan de Lurigancho, Junio-Julio 2016” cuyo objetivo fue establecer relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio. Un estudio de tipo observacional, con diseño descriptivo correlacional. La muestra la conformaron 103 mujeres. La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumentos: una ficha de recolección de datos conformados por 13 premisas, un cuestionario de conocimiento conformado por 10 preguntas y la escala de actitudes frente al climaterio con 16 ítems. Los resultados en cuanto al nivel de conocimiento demostraron que el 41.7% (43) tuvo un conocimiento medio, el 33% (34) conocimiento alto y el 25.2% (26) conocimiento bajo. En cuanto al tipo de actitud frente al climaterio, el 52.4% (54) presentó una

actitud inadecuada y el 47.6% (49) una actitud adecuada. Llegando a la conclusión que existe relación muy significativa entre el nivel del conocimiento y la actitud frente al climaterio (16).

Barrionuevo Vizcarra Kelly y Campos Trujillo Yessenia en el año 2015, en Arequipa, realizaron un trabajo de investigación denominado “Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años. Centro de Salud Maritza Campos Díaz Arequipa, Abril 2015” teniendo como objetivo establecer relación entre el nivel de conocimiento y la actitud durante el climaterio. Un estudio de tipo descriptivo correlacional. La muestra la conformaron 356 mujeres. La técnica utilizada fue la encuesta y los instrumentos: un cuestionario para medir el nivel de conocimiento conformado por 10 preguntas y un test valorado con la escala de Likert modificada para la medición de la actitud conformado por 6 ítems. Los resultados obtenidos en cuanto al nivel de conocimiento demostraron que el 62.1% (221) tuvo un conocimiento bajo, el 24.4% (87) conocimiento medio y el 13.5% (48) conocimiento alto. En cuanto a la actitud, de los que presentaron un conocimiento bajo, el 36.2% (129) tuvo una actitud desfavorable y el 25.8% (92) actitud favorable. Para quienes presentaron un conocimiento alto, el 1.7% (6) tuvo una actitud desfavorable y el 11.8% (42) actitud favorable. Teniendo por conclusión que existe una relación inversa entre el nivel de conocimiento y la actitud durante el climaterio (17).

Rondo Tolentino, María Ysabel. 2013, en la ciudad de Trujillo, presentó un trabajo de investigación titulado “Conocimiento sobre climaterio y calidad de vida en la menopausia. El Porvenir – Trujillo, 2013” cuyo objetivo fue determinar el nivel de conocimiento sobre climaterio en las mujeres. Un estudio de tipo descriptivo correlacional. La muestra la conformaron 71 mujeres de 40 a 60 años. La técnica

empleada fue la entrevista y los instrumentos dos cuestionarios, uno para medir el nivel de conocimiento constituido por 25 preguntas y otro para determinar la calidad de vida de las mujeres, constituido por 29 ítems. En cuanto al nivel de conocimiento, los resultados demostraron que el 26% (18) alcanzó el nivel bajo, el 56% (40) el nivel medio y solo el 18% (13) el nivel alto. Conclusión; el nivel de conocimiento sobre climaterio en las mujeres encuestadas fue medio, en un 56 por ciento (18).

Lecca Córdova Sandra M; Pinchi Rummy Netiluz. 2012, en la ciudad de Tarapoto, desarrollaron un trabajo de investigación titulado “Relación entre nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Hospital II - Tarapoto. Periodo Junio-Setiembre 2012” con el objetivo de determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio. Un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo simple y correlacional. La muestra la conformaron 73 mujeres de 35 a 65 años. La técnica empleada fue la entrevista y los instrumentos: un cuestionario con 10 preguntas para medir la variable conocimiento y un test cuestionario valorada con la escala de Likert modificada con 10 preguntas para medir la variable actitud. Los resultados reportaron los niveles de conocimiento como: el 65.8% (48) conocimiento alto, el 28.8% (21), conocimiento medio y el 5.5% (4) conocimiento bajo. Las tendencias actitudinales como: favorable en el 97.3% (71) desfavorable en un 2.7% (2). Llegando a la conclusión que existe correlación entre el nivel de conocimiento y la actitud durante el climaterio (7).

Ramírez Atencio Claudio, durante los años 2008 y 2011, en Tacna, realizó un estudio denominado “Edad de presentación de la menopausia y nivel de conocimiento sobre climaterio y menopausia en mujeres climatéricas atendidas en el Centro de Salud Alto de la Alianza de Tacna”, teniendo como objetivo determinar la edad inicio de la menopausia y el nivel de conocimiento sobre climaterio y

menopausia en mujeres climatéricas. Una investigación observacional, prospectivo, transversal y descriptiva. La muestra la conformaron 356 mujeres. El instrumento fue un cuestionario anónimo donde se midieron parámetros concernientes al nivel de conocimiento. Los resultados en cuanto a la definición del climaterio demostraron que: el 49.7% manejó una definición correcta. En cuanto a su causa, el 36% respondió correctamente y el 64.1% dio una respuesta incorrecta o no sabía. Sobre los síntomas, el 30.9% conocía los síntomas que se presentan mientras un 61.9% no lo sabía. En lo referente al tratamiento indicado, el 31.7% respondió correctamente mientras el 68.2% lo hizo incorrectamente o no respondieron. Llegando a la conclusión que las mujeres climatéricas tienen conceptos claros de lo que es climaterio pero un pobre nivel de conocimiento sobre sus síntomas y tratamientos (19).

2.2. BASE TEÓRICA

2.2.1. CLIMATERIO:

A. Definición:

Según el Comité de Nomenclatura de la Federación Internacional de Ginecología y Obstetricia, es un período que atraviesa la mujer, donde se da inicio al proceso del envejecimiento y acontece el pase de la etapa reproductiva a la no reproductiva. A este período también se le denomina edad mediana, se inicia alrededor de los 40 años y finaliza al inicio de la senectud, a los 59 años (20).

Para otros autores:

La fase climatérica es la conversión del período reproductivo al no reproductivo durante la vida de la mujer que comprende de 2 a 8 años antes y después de la

menopausia y coincide con un período complejo, debido a factores biológicos, psicológicos y cambios sociales (21).

B. Etapas:

Sobre las etapas del climaterio, algunos autores señalan que:

El climaterio comprende un tiempo aproximado de seis años, antes y después que se presente por última vez la menstruación y abarca tres etapas las cuales son: premenopausia, menopausia y posmenopausia; ésta puede variar y presentarse a partir de los 40 a los 59 años, dependiendo de la edad de culminación de la menstruación (22).

El climaterio se ha dividido en dos etapas: la perimenopausia; cuando se da inicio a las manifestaciones clínicas y perdura hasta la menopausia. Y la posmenopausia; que se presenta en la menopausia hasta los 64 años, la cual se subdivide en etapa temprana; que es un periodo que se refiere a los cinco primeros años de posmenopausia, y la etapa tardía; desde cinco años posteriores a la menopausia, prologándose hasta los 64 años (23).

C. Cuadro Clínico:

A continuación se señalan las manifestaciones clínicas presentes durante esta etapa, según la Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia del año 2008.

- Síntomas Vasomotores:

Como el bochorno y la sudoración; son las principales manifestaciones clínicas debido a la deficiencia de estrógenos; las pacientes climatéricas en un 70 a 80% sufren de bochornos, éstos se incrementan cuando se está próxima a presentar la menopausia donde los niveles de estrógenos descienden con rapidez.

Representado como fase transitoria y recurrente con presencia de rubor en el rostro, que puede prolongarse hasta la parte superior del tórax, asociado a sensación de calor y por ende a sudoración, acompañado de pulsaciones aceleradas y cuadros de ansiedad. En ciertos momentos se presentan escalofríos y cuando se manifiestan especialmente durante la noche, perturban el sueño. Todo esto ocurre aproximadamente de cinco a diez situaciones durante el día (24).

- Síntomas Genitourinarios:

Como la alteración menstrual, hemorragia anormal, sangrado posmenopáusico, sequedad vaginal, molestias urinarias, dispareunia e infertilidad.

Durante el climaterio más del 50% de las mujeres sufren de alteraciones menstruales como son: la algomenorrea; la polimenorrea; la hipomenorrea y la hipermenorrea, llegando a presentar una hemorragia irregular, intensa y prolongada, por lo que se hace necesario el descarte de la patología orgánica y por ende su tratamiento adecuado. De especial importancia debe descartarse la patología endometrial, durante el sangrado posmenopáusico y con mayor énfasis el cáncer de endometrio (24).

La vagina y la vejiga suelen ser órganos que se presentan muy sensibles a los estrógenos; su falta puede llegar a producir atrofia en ambos tejidos. En la vagina, esta falta se manifiesta con prurito, sequedad, dolor y dispareunia; la vejiga y uretra, se manifiestan con urgencia urinaria; disuria; polaquiuria; nicturia y en otros casos con incontinencia urinaria; todos estos cambios se van inclinando a presentar infecciones urinarias. La atrofia vaginal es un trastorno tardío de la deficiencia de estrógenos. La pérdida de elasticidad de los tejidos del piso pélvico se convierte en distopia genital como puede ser: la histerocele; cistocele; enterocele

o rectocele. Otros cambios ocurridos en el aparato genital femenino es la reducción del tamaño del endometrio, del útero y de los ovarios (24).

Con relación a las manifestaciones psicológicas y sexuales, que presenta la mujer climática, Araya Gutierrez A; Urrutia Soto M.T y Cabieses Valdes B. señalan:

- **Manifestaciones psicológicas:**

La ansiedad; el nerviosismo; los síntomas depresivos o de congoja; la irritabilidad; impaciencia; angustia y sensación de sentirse sola, son las manifestaciones psicológicas más frecuentes que pueden llegar a presentarse. Es importante comprender que éstas no se encuentran exclusivamente asociados a la carencia de estrógenos. El no dormir satisfactoriamente es el inconveniente más común que presentan las mujeres perimenopáusicas, siendo su causa poco clara, esto a su vez provoca en la mujer fatiga, falta de concentración, mal humor, los cuales llegan a alterar notablemente su calidad de vida (8).

- **Manifestaciones sexuales:**

La función sexual puede llegar a deteriorarse significativamente en las mujeres climáticas, siendo los cambios más comunes: la disminución del deseo sexual; trastornos en la excitación; dispareunia y la imposibilidad de conseguir un orgasmo. Se estima que un gran porcentaje de las mujeres presentan disfunciones sexuales, la cual llegaría a aumentar con la edad (8).

La carencia de estrógenos llega a producir una falta de lubricación vaginal, como también: cambios en la dinámica del piso pélvico, en la contextura corporal y variaciones del ánimo, lo cual se puede expresar con una baja en el autoestima e incluso en el deseo sexual. Coincidentemente con la disminución de la libido, se

observa un descenso en los andrógenos circulantes de la edad reproductiva tardía, existiendo alteraciones en los niveles de testosterona, siendo las mujeres climatéricas quienes mayormente indican disminución de la libido (8).

La actividad sexual disminuye con la edad, se refiere a que las mujeres con mayor edad evaden tener relaciones sexuales por lo cual el porcentaje de mujeres sexualmente activas sufre una disminución a la mitad, especialmente en aquellas cuyas edades están comprendidas entre los 40 y 60 años. Este fenómeno se puede explicar debido a que las mujeres climatéricas presentan disfunciones sexuales, abstinencia por enfermedad, impotencia de la pareja que puede presentarse en uno o ambos, entre otros factores (8).

D. Manejo terapéutico:

Según la revista Diagnóstico, en su artículo titulado “Atención del climaterio y menopausia en la mujer peruana”, señala que el manejo de la mujer durante su climaterio debe ser interdisciplinario y comprender fundamentalmente tres ejes, los cuales son: cambios en el estilo de vida, retiro de hábitos nocivos y tratamiento farmacológico, en caso lo requiera (25).

Asimismo indica que primero se debe desarrollar una valoración completa a la mujer identificando los factores estresores patógenos (anatómico, tóxico, vascular, nutricional, metabólico, infeccioso, psicológico y social). En segundo lugar durante la entrevista, se debe fortalecer los hábitos saludables para asegurar su práctica cotidiana y corregir los hábitos no saludables (25).

Una buena calidad de vida de la mujer desde los 40 años va a depender del nivel educacional, del entorno social y espiritual que la acompaña. Todos estos elementos permiten conservar en ella un buen estado de su salud tanto física como

mental, practicar constantemente hábitos saludables y el acceder al mejor tratamiento para conservar su salud, así como la de su pareja y de su familia, acompañados con una información certera (25).

- **Terapia Hormonal (TH):**

El desarrollo de esta terapia se da exclusivamente con el uso de estrógenos, siendo el tratamiento más disponible y efectivo para tratar las manifestaciones vasomotoras y alteraciones asociadas al sueño. Resulta importante saber que esta clase de terapia debe utilizarse en bajas dosis eficaces durante un tiempo determinado hasta cumplir con el objetivo del tratamiento, asimismo su término debe desarrollarse poco a poco durante algunos meses, porque su suspensión realizada repentinamente podría provocar una recaída de estas alteraciones (25).

Para aquellas mujeres que durante su climaterio padecen molestos bochornos y aún continúan menstruando pueden beneficiarse con los anticonceptivos orales en bajas dosis, los estrógenos y progestágenos de estos compuestos no solo tratan de manera efectiva las manifestaciones clínicas vasomotoras que se dan, sino que también proporcionan el control del ciclo. La terapia con progestágenos se administra simultáneamente si la mujer aún no se ha realizado una histerectomía (25).

En el Perú, por ejemplo se encuentra el “Cliane” en presentaciones de tabletas que en su composición contienen estrógeno más progestágeno. Otro producto es el “Climene”, en forma de grageas, éste contiene por separado al estrógeno y al progestágeno. Ambos productos contienen las dos hormonas que disminuyen en el climaterio. En caso de productos compuestos sólo de estrógeno, se tiene al

“Vagisten” que contiene Estriol al 0,1%, es una crema vaginal cuya vía de administración es únicamente intravaginal.

Se dice que el uso de la TH durante largos periodos se relaciona con un alto riesgo de sufrir cáncer de mama, pues algunos estudios han demostrado un riesgo relativo de 1,3 con el uso de esta terapia mayor a cinco años, otros estudios sugieren que el riesgo de cáncer de mama es menor cuando solo se utilizan estrógenos, siendo mayor en aquellas que utilizan estrógeno más progestina; por eso las mujeres que se encuentran con alto riesgo de sufrir cáncer de mama se les recomienda no utilizar este tratamiento o utilizarlo por cortos periodos (25).

Asimismo el uso continuo de estrógeno se relaciona con un alto riesgo de hiperplasia endometrial y cáncer, por eso la combinación estrógeno y progestina se recomienda en todas aquellas mujeres que aún no se han realizado una histerectomía. Este tratamiento puede emplearse de forma secuencial con estrógeno diario y progestina durante 12 a 14 días al mes o de forma continua combinando estrógenos con una dosis baja de progestina al día (25).

Para las mujeres que no toleran la terapia con progestina, se incluye el uso de progestágenos cíclicos que se dan de tres a cuatro veces al año. En ellas se utiliza un dispositivo intrauterino que contiene progestina o crema de progesterona vaginal (25). Un ejemplo de ello, es el gel vaginal “Crinone 8%”, que contiene 90 mg de progesterona, cuya vía de administración es intravaginal.

La TH también tiene sus contraindicaciones, las cuales son: cáncer de endometrio, sangrado genital anormal, trastornos tromboembólicos, enfermedad hepática y colelitiasis. Todas estas circunstancias requieren una valoración minuciosa por parte del médico quien determinará los riesgos y beneficios que puedan

presentarse en la paciente, los cuales se encuentran detallados en el consentimiento informado, el cual deberá ser firmado por la mujer antes de iniciar su tratamiento (25).

- **Terapias Alternativas y Naturales:**

Los compuestos derivados de vegetales como el: b-sitosterol-glucosinolatos-citroflavonoides, la corteza del Pinus pinaster Aiton, la soya y la maca tienen la ventaja de aliviar las manifestaciones vasomotoras y no producir efectos adversos. Este preparado de hierbas peruanas ha demostrado ser efectivo mejorando notablemente las manifestaciones vasomotoras, la disfunción sexual, las irregularidades en los niveles de colesterol y posee un efecto antiinflamatorio (25).

Un ejemplo de ello, en el Perú se encuentra el Warmi ya sea en polvo o en cápsulas, cuya sustancia activa es el ya mencionado: B-sitosterol, glucosinolatos, citroflavonoides, además de contener calcio, vitamina D, ácido fólico, vitaminas, minerales y proteínas. Esta medicina natural reduce la intensidad y frecuencia de los bochornos, ayuda y trata la osteopenia como la osteoporosis, preserva la salud de los glóbulos rojos ayudando a disminuir el riesgo cardiovascular.

El extracto de la corteza de este mencionado pino, también ha demostrado que tiene potentes actividades antioxidantes, asimismo sus constituyentes intervienen en la disminución significativa de las alteraciones vasomotoras, psicológicas y sexuales más comunes durante el climaterio (25).

Asimismo regulariza los valores de glucosa en pacientes con diabetes, disminuye el colesterol LDL (colesterol malo), aumenta el colesterol HDL (colesterol bueno), posee un efecto antihipertensivo, antiviral y antiinflamatorio, mejora la microcirculación arterial y venosa. Todos estos beneficios resaltan su consumo en

mujeres climatéricas que padecen de síndrome metabólico y en aquellas con presencia de várices en miembros inferiores (25).

Este producto se puede encontrar bajo el nombre de “Pycnogenol”, en presentaciones de cápsulas, siendo un complemento herbáceo excepcional extraído de la corteza de este pino.

Con respecto a la soya y maca, éstas se encuentran mayormente en cápsulas aunque también existen presentaciones en polvo, entre sus múltiples propiedades se ha determinado que: reduce la disfunción hormonal, regula los desequilibrios hormonales, eliminando los molestos bochornos y las depresiones constantes e incrementa los niveles de energía, todos estos beneficios favorecen el manejo adecuado frente a los mismos permitiendo a la mujer vivir una experiencia plena durante este periodo.

-Otros tratamientos

a. Moduladores Selectivos del Receptor de Estrógenos (SERMS):

Utilizados en el tratamiento de la osteoporosis, siendo el más común el Raloxifeno, pues también mejora el perfil lipídico, reduce los niveles del colesterol total y LDL, sin aumentar los triglicéridos o colesterol HDL (25). Este producto se puede encontrar en tabletas de 60mg y su condición de venta se da únicamente bajo receta médica, por lo que requiere previa evaluación con el médico tratante.

b. Inhibidores Selectivos de la Recaptación de Serotonina (ISRS):

Son eficaces para aliviar los sofocos, se ha comprobado en un estudio que 12,5 y 25mg de Paroxetina por día, en mujeres con molestos sofocos reduce significativamente la severidad y frecuencia de estos episodios. En otro estudio con 20 mg de Fluoxetina al día, se demostró una modesta mejora en los síntomas

vasomotores (25). La condición de venta de estos medicamentos también se da únicamente bajo receta médica, por lo que requiere previa evaluación con el médico tratante.

c. Tratamiento de la osteoporosis:

Los bifosfonatos como el Alendronato de 35 a 70mg, el Risedronato de 35mg por semana y el Ibandronato de 150mg al mes inhiben la absorción ósea, siendo adecuados para la prevención y tratamiento de la osteoporosis. La administración del Alendronato y Risedronato una vez por semana en dosis elevadas es similar a dosis diarias, siendo efectivo para las mujeres. El Ibandronato empleado mensualmente es muy bueno, provee una mejoría a largo tiempo (25). Para determinar la dosis exacta, la frecuencia o por cuánto tiempo deberá tomarse esta clase de medicamentos, se requiere previa evaluación con el médico ginecólogo, quien también indicará que medicamentos o no pueden ser consumidos por la paciente, puesto que para algunas podría resultar más o menos beneficioso tratarse con algunos de éstos.

d. Acupuntura:

La acupuntura y la práctica de una respiración rítmica parecen haber demostrado una mejora a nivel de las manifestaciones vasomotoras. Para aliviar algunas de éstas, las mujeres climatéricas pueden emplear terapias alternativas o complementarias, pero también deben estar informadas que la eficacia de estas técnicas aún no se ha comprobado. Se dice que permanecer en un ambiente fresco está asociado con padecer menos sofocos ya sean objetivos o subjetivos, razón por la cual es recomendable en las mujeres con bochornos, mantener una temperatura de ambiente casi baja (entre los 18 y 20°C) y vestir prendas ligeras.

Asimismo aquellas con incremento de peso y que acostumbran fumar, están propensas a tener manifestaciones vasomotoras más grave que aquellas con peso normal y no fumadoras (25).

En Lima se ubican varios centros de Acupuntura; al ser ésta una terapia alternativa no requiere de indicación médica, encontrándose a disposición de aquellas mujeres con la voluntad de querer emplearla, ya sea como método único o de forma complementaria, además de no tener efectos adversos o siendo éstos muy raros.

E. Alimentación durante el Climaterio:

Según señala Josefina Goberna Tricas, un correcto programa de alimentación desde la niñez hasta la juventud favorece un óptimo estado de salud, al momento de alcanzar la etapa del climaterio. Un modelo nutricional apropiado en esta fase, ayuda a prevenir un conjunto de problemas que se pueden manifestar a mediano o largo plazo, como: el aumento de peso, la osteoporosis y los problemas digestivos; por ello, el consejo dietético debe encaminarse en tres direcciones básicas, que son: el adecuado aporte de calcio, fibra y calórico (26).

- Adecuado aporte de calcio:

La principal fuente de calcio son los productos lácteos, por lo tanto la mujer climática debe alcanzar la ingesta de cuatro raciones lácticas al día. Si existe el incremento de peso o de colesterol se recomienda consumir productos semidescremados o descremados. En caso de intolerancia a la lactosa, es necesario programar un plan dietético individualizado o requerir suplementos de calcio. También se encuentra calcio en productos vegetales, pescados, frutos secos y carnes (26).

Se aconseja evitar los productos que aporten exceso de sal y fosfatos, como son las bebidas gaseosas y los antiácidos. El aporte apropiado de vitamina D ayuda a la absorción intestinal del calcio. La acción de los rayos ultravioletas contribuye a que la vitamina D sea sintetizada a través de la piel (26). Pero hay que tener en cuenta que se debe evitar una prolongada exposición solar durante las 10 de la mañana y 3 de la tarde del día, más aún en temporadas de verano, pues durante ese periodo la radiación ultravioleta alcanza su más alto nivel.

- **Adecuado aporte de fibra:**

El consumo de fibra beneficia la absorción y digestión de los alimentos, facilitando el adecuado tránsito intestinal mediante la retención de agua y retención de los ácidos biliares, todo este proceso disminuye el riesgo de padecer cáncer de colon. Se dice que una dieta adecuada en fibra constituye un elemento protector frente a diversos procesos patológicos, entre los que se encuentran: diverticulosis, hernia de hiato, litiasis biliar, apendicitis, hemorroides y probablemente el cáncer colonorrectal (26).

- **Adecuado aporte calórico:**

La actividad metabólica disminuye a partir de los treinta años y llegada la etapa climatérica, la mayoría de mujeres suelen experimentar un incremento de peso. Es por ello que la adecuada ingesta calórica para una mujer durante esta edad y de contextura media, fluctuaría entre 1.400 y 2.000 calorías, previniendo futuras complicaciones concernientes a la obesidad. Con relación a las porciones de grasas, se debe tener en consideración que los alimentos cárnicos, en su composición tienen un elevado porcentaje de grasa (26).

El consumo de las verduras por su alto volumen y su baja aportación energética son alimentos aconsejables para prevenir la obesidad. Del mismo modo el consumo de frutas, por su alto contenido mineral y vitamínico es recomendable, asimismo una alimentación debe acompañarse con una buena hidratación, pues tomar dos litros de agua al día, es muy favorable (26).

Pero si aún se tienen dudas respecto al tipo de alimentación a seguir durante el climaterio, sería correcto acudir a las recomendaciones de un nutricionista quien brindará aportes necesarios sobre: qué alimentos se deben consumir y cuáles no, en qué cantidad o cómo reemplazarlos, dependiendo del estado nutricional de cada mujer, así como de su condición económica, puesto que algunas podrán no tener los medios económicos necesarios para seguir fielmente un riguroso plan de alimentación.

- Evitar los tóxicos:

El alcohol, tabaco, cafeína, drogas y en algunos casos el uso indiscriminado de los fármacos, son sustancias consideradas potencialmente tóxicas las cuales podrían causar efectos desfavorables, durante el climaterio. Todas estas acciones son perjudiciales y pueden resumirse en: climaterio más sintomático, menopausia precoz, importantes patologías asociadas y envejecimiento acelerado (26).

Puede resultar difícil para una mujer mayor de 39 años seguir todas estas recomendaciones, más aún si se trata de cómo alimentarse, pues como se mencionó anteriormente para algunas no será fácil seguir fielmente un riguroso plan de alimentación. Es aquí donde el profesional de enfermería también interviene complementando información necesaria, brinda consejería aclarando dudas y animando a la mujer a conseguir su objetivo, todo esto durante las atenciones

dentro de los consultorios de climaterio. Asimismo en el INMP de Lima se pudo observar que se aplica esta metodología y se espera que sean más las instituciones de salud en el país que brinden este tipo de servicio.

2.2.2. CONOCIMIENTO:

A. Definición:

Se denomina conocimiento a todo conjunto de información o saber que una persona posee, la cual es necesaria para llevar a cabo una actividad.

El conocimiento permite a quien lo posee, ser menos susceptible a tener ideas erróneas (6).

El climaterio es un suceso importante en la vida de la mujer, donde se amerita obtener el conocimiento necesario para dar inicio a conductas de salud que ayuden al bienestar de las mismas (6).

B. Conocimiento sobre Climaterio:

El conocimiento relacionado al climaterio, se puede definir como toda aquella información que se tiene sobre la misma, empezando por su concepto, manifestaciones clínicas, cambios físicos, psicológicos y sociales, manejo terapéutico y cuidados a realizar durante esta etapa.

Como señalan algunos profesionales de la salud dedicados a la investigación en uno de sus estudios; los conocimientos que las mujeres climatéricas necesitan para afrontar exitosamente esta etapa corresponden a conocimientos orientados a formar en ellas comportamientos y condiciones de salud saludables, para que desarrollen continuas prácticas en mejora de su salud (27).

El desconocimiento así como la desorientación que experimentan la gran mayoría de mujeres en esta etapa, es con toda probabilidad un factor influyente en el déficit de autocuidados y en la vivencia negativa de la misma, que se aprecia en muchas de ellas (27).

2.2.3. ACTITUD:

A. Definición:

Se dice que la actitud es una forma de respuesta personal frente a alguien o algo, demostrada por una reacción afectiva que puede ser favorable o desfavorable. Las actitudes permanecen estables con el transcurso del tiempo y se componen de tres elementos básicos: su pensar (mecanismo cognitivo), su sentimiento (mecanismo emocional) y sus manifestaciones al expresar sus emociones y pensamientos (mecanismo conductual) (7).

B. Actitud frente al Climaterio:

Si la actitud es una forma de respuesta personal frente a alguien o algo, entonces la actitud frente al climaterio puede considerarse como la respuesta física y/o emocional que presenta la mujer climatérica, evidenciado en sus acciones o sentimientos mostrados. Asimismo se considera que la autoestima influye en este proceso, pues las mujeres con una personalidad equilibrada y una autoestima adecuada, asumirán estos cambios positivamente a diferencia de las mujeres con poca autoestima, para ellas este proceso tendrá mayor severidad, llevando probablemente al deterioro de su personalidad.

Algunas mujeres lo ven como una etapa de desafíos por los problemas físicos y emocionales que se presentan, para otras puede presentar un instante de plenitud

personal y para otras una mezcla de lo anterior que requiere de un esfuerzo adicional, como el apoyo familiar, laboral y social (28).

Para muchas mujeres resulta difícil asimilar el proceso natural del envejecimiento debido al temor de perder su belleza, juventud y atractivo sexual; en esto influyen el carácter individual, la personalidad y la forma de enfrentar este proceso (29).

2.3. TERMINOLOGÍA BÁSICA

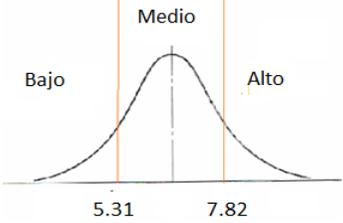
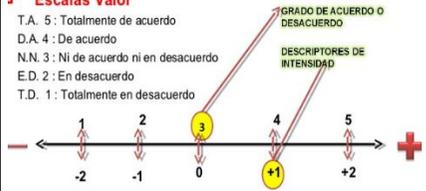
- **Climaterio:** Proviene del griego *klimakter* que significa escalón. Es el tiempo previo, durante y posterior a la menopausia, en el cual se constituyen diversos cambios biológicos, clínicos y endocrinos. Se determina como la conversión de la vida productiva a la no productiva (30).
- **Conocimiento:** Información o saber que una persona posee y que es necesario para realizar una o varias actividades.
- **Actitud:** Respuesta personal ante un hecho o una situación, que puede ser favorable o desfavorable.

2.4. HIPÓTESIS

H1: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal De Lima, durante Octubre del 2017.

H0: No existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres de 39 a 59 años atendidas en los consultorios externos del Instituto Nacional Materno Perinatal De Lima, durante Octubre del 2017.

2.5. VARIABLES

| Variable | Tipo de Variable | Dimensiones | Indicadores | Escala de Medición | Valor Final |
|--|------------------|--|---|--------------------|---|
| <p>Nivel de conocimiento sobre climaterio en mujeres atendidas en el INMP</p> <p>Información que tienen las mujeres sobre lo que es climaterio, sus causas, sus etapas, manifestaciones clínicas y manejo terapéutico a seguir.</p> | Cualitativa | Aspectos generales sobre climaterio | <ul style="list-style-type: none"> -Concepto de climaterio -Causas del climaterio -Etapas del climaterio -Manifestaciones clínicas -Manejo terapéutico | Ordinal | <p>ESTANINOS</p>  <p>-Alto: 8-10 puntos -Medio: 6-7 puntos -Bajo: 0-5 puntos</p> |
| <p>Actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el INMP</p> <p>Respuesta física y/o emocional que presentan las mujeres durante la etapa del Climaterio.</p> | Cualitativa | Conductas y comportamientos que presentan las mujeres frente al climaterio | <ul style="list-style-type: none"> -Conducta o respuesta personal frente a los cambios físicos y psicológicos que se producen en el climaterio -Proceder propio ante el manejo terapéutico para el climaterio | Nominal | <p>ESCALA LIKERT</p> <p>Escalas Valor</p> <p>T.A. 5: Totalmente de acuerdo D.A. 4: De acuerdo N.N. 3: Ni de acuerdo ni en desacuerdo E.D. 2: En desacuerdo T.D. 1: Totalmente en desacuerdo</p>  <p>-Favorable: 5 – 3.1 puntos -Desfavorable: 3 - 1 puntos</p> |

CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

El estudio tuvo un enfoque cuantitativo con un método descriptivo, correlacional, ya que permitió describir la situación de las principales variables y relacionar el nivel de conocimiento con la actitud frente al climaterio. De corte transversal, porque se presentó la información tal y como se obtuvo, en un tiempo y espacio determinado. Todo esto según lo señalado por los autores Cid Alma, Méndez Rosemary, Sandoval Franco, en su libro “Investigación Fundamentos y Metodología” (31).

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población estuvo conformada por las mujeres que acudieron a los consultorios de Ginecología del INMP de Lima, siendo un aproximado de 193 personas al mes, de las cuales se estimó conveniente un total de 145 mujeres para conformar el tamaño de la muestra. El tipo de muestreo fue no probabilístico, por conveniencia o intencional.

Asimismo se consideraron los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión:

- Mujeres cuyas edades se encuentren entre los 39 y 59 años
- Mujeres que asistieron a los consultorios de Ginecología del INMP de Lima
- Mujeres que aceptaron participar y firmaron el consentimiento informado

Criterios de exclusión:

- Mujeres con alguna dificultad para el entendimiento
- Mujeres que no aceptaron participar y no firmaron el consentimiento informado

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos la técnica que se utilizó fue la entrevista y los instrumentos: un cuestionario y un test validados con anterioridad y empleados en el año 2015.

Dichos instrumentos fueron elaborados por Kelly Barrionuevo Vizcarra y Yessenia Campos Trujillo (17), quienes para darle confiabilidad y validez a ambos instrumentos utilizaron el método Alfa de Cronbach, el cual se emplea cuando se desea conseguir la fiabilidad de una escala de medida, demuestra si el instrumento evaluado contiene información incorrecta, el cual llevaría a resultados erróneos o si es un instrumento fiable.

- El cuestionario; abarca las características sociodemográficas de la población de estudio, como: edad, ocupación, estado civil y grado de instrucción; a la vez cuenta con 10 preguntas que permitieron conocer el nivel de conocimiento sobre el climaterio. Según el coeficiente de Alfa de Cronbach,

este instrumento obtuvo un valor de 0,611, lo cual indicó que es confiable debido a que es mayor a 0,6.

Para la medición del nivel de conocimiento:

Alto: 8 - 10 puntos

Medio: 7 - 6 puntos

Bajo: 0 - 5 puntos

- El test; conformado por 6 ítems para determinar la actitud frente al climaterio, correspondiente a los cambios físicos, psicológicos y sexuales, así como también la actitud frente al manejo terapéutico. Según el coeficiente de Alfa de Cronbach, este instrumento obtuvo un valor de 0,675, lo cual indicó que es confiable debido a que es mayor a 0,6.

Para la medición de actitud:

Favorable: 5 – 3.1 puntos

Desfavorable: 3 - 1 puntos

Se consideró importante la ejecución de ambos instrumentos, pues sus resultados permitieron demostrar que tanto conocen sobre la temática en la actualidad, las mujeres de 39 a 59 años que se atienden en los consultorios de Ginecología de la mencionada institución y cuáles fueron las distintas actitudes que presentaron cada una de ellas frente a esta etapa. Datos importantes y de interés para el profesional de enfermería, pues sus resultados permitirán planificar una apropiada atención dentro y fuera de los consultorios de Ginecología y Climaterio de la institución, contribuyendo a mejorar la calidad de vida de estas mujeres.

3.4. PROCESAMIENTO DE DATOS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICO

El presente trabajo de investigación se realizó en el Instituto Materno Perinatal de Lima, previa coordinación con el jefe del Departamento de Investigación a quien tras haberle presentado una serie de requisitos indispensables, se obtuvo el permiso del director general de la institución quien proporcionó un plazo determinado para ejecutar las entrevistas, tratándose de un hospital docente, reconocido nacionalmente y por ende de gran demanda para los profesionales en el área de investigación. Asimismo se le informó a la enfermera jefa del servicio de Ginecología, quien posteriormente se encargó de informarle al médico jefe, sobre la ejecución de la presente investigación y desarrollo de las entrevistas, las cuales se realizaron en las salas de espera de los consultorios de Ginecología de la institución.

Para identificar el grupo de mujeres quienes conformaron el número de muestra se necesitó un tiempo aproximado de 3 semanas. Para la recolección de datos a través de ambos instrumentos, se consideró un tiempo aproximado de 6 a 8 minutos por paciente, éstas se desarrollaron de manera individual previa presentación personal y tras obtener la firma en el consentimiento informado.

Para procesar los datos obtenidos y conseguir los resultados estadísticos respectivos, se empleó el programa SPSS versión 22, junto al asesoramiento de un profesional estadístico.

3.5. ASPECTOS ÉTICOS

Para realizar el presente trabajo de investigación primeramente se obtuvo el permiso del jefe del Departamento de Investigación de la institución, para luego

obtener la autorización del director general del Instituto Nacional Materno Perinatal, seguido del permiso del médico jefe del servicio de Ginecología y finalmente de la enfermera jefa.

Para la recolección de información a través de los instrumentos empleados, se tuvo en cuenta la autorización de cada paciente a través de su firma en el consentimiento informado, previa presentación personal, asimismo se hizo hincapié que la información obtenida fue de carácter anónimo y sólo con fines de investigación.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

Tabla N° 1

Distribución de las mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017, según estado sociodemográfico.

| | Frecuencia | Porcentaje% |
|---------------------|-------------------|--------------------|
| Edad | | |
| 39-45 | 62 | 42.8 |
| 46-52 | 57 | 39.3 |
| 53-59 | 26 | 17.9 |
| Ocupación | | |
| Ama de casa | 77 | 53.1 |
| Independiente | 54 | 37.2 |
| Dependiente | 14 | 9.7 |
| Estado civil | | |
| Soltera | 19 | 13.1 |
| Casada | 52 | 35.9 |
| Conviviente | 57 | 39.3 |
| Separada | 15 | 10.3 |
| Viuda | 2 | 1.4 |

| Grado de instrucción | | |
|-----------------------------|----|------|
| Primaria completa | 19 | 13.1 |
| Primaria incompleta | 5 | 3.4 |
| Secundaria completa | 68 | 46.9 |
| Secundaria incompleta | 18 | 12.4 |
| Superior universitario | 10 | 6.9 |
| Superior no universitario | 25 | 17.2 |

Muestra n°= 145

De las 145 (100%) mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, se encontró que el 42.8% (62) se situó entre los 39 a 45 años, el 53.1% (77) indicaron ser ama de casa, el 39.3% (57) respondieron ser conviviente y el 46.9% (68) manifestaron tener secundaria completa.

Tabla N° 2

Distribución de las mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017, según nivel de conocimiento sobre climaterio.

| Nivel de conocimiento | Frecuencia | Porcentaje % |
|------------------------------|-------------------|---------------------|
| Alto | 42 | 29 |
| Medio | 68 | 46.9 |
| Bajo | 35 | 24.1 |
| Total | 145 | 100.0 |

De las 145 (100%) mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, el 46.9% (68) presentaron un nivel de conocimiento medio sobre climaterio, el 29% (42) un nivel de conocimiento alto y el 24.1% (35) un nivel de conocimiento bajo.

Tabla N° 3

Distribución de las mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017, según actitud frente al climaterio.

| Actitud | Frecuencia | Porcentaje % |
|---------------------|-------------------|-------------------------|
| Favorable | 75 | 51.7 |
| Desfavorable | 70 | 48.3 |
| Total | 145 | 100.0 |

De las 145 (100%) mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, el 51.7% (75) presentaron una actitud favorable frente al climaterio y el 48.3% (70) una actitud desfavorable.

TABLA N° 4

Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima, Octubre 2017.

| | | ACTITUD FRENTE AL CLIMATERIO | | | | | |
|---|-------|------------------------------|------|--------------|------|-------|-------|
| | | Favorable | | Desfavorable | | Total | |
| | | N | % | N | % | N | % |
| NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE CLIMATERIO | Alto | 27 | 18.6 | 15 | 10.4 | 42 | 29 |
| | Medio | 38 | 26.2 | 30 | 20.7 | 68 | 46.9 |
| | Bajo | 10 | 6.9 | 25 | 17.2 | 35 | 24.1 |
| Total | | 75 | 51.7 | 70 | 48.3 | 145 | 100.0 |

Correlación de Pearson= ,254 $p = ,002$

Del grupo que presentaron un nivel de conocimiento medio y alto sobre el climaterio destacó más la actitud favorable siendo el 26.2% (38) y 18.6% (27) respectivamente y del grupo que presentaron un conocimiento bajo destacó más la actitud desfavorable con el 17.2% (25).

La prueba de Correlación de Pearson, determinó que el p-valor = ,002 al ser éste menor que 0,05, se niega la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna, concluyendo que las variables conocimiento y actitud están relacionadas.

Por otra parte, el coeficiente de correlación de Pearson = 0,254, lo cual indica una correlación positiva baja.

4.2. DISCUSIÓN

De acuerdo a las características sociodemográficas; en cuanto a la edad se encontró que el porcentaje más alto (42.8%) lo tuvieron las mujeres entre los 39 y 45 años; respecto al estado civil la mayoría (39.3%) mencionó ser conviviente y en cuanto al grado de instrucción, el mayor porcentaje (46.9%) obtuvo la secundaria completa; todos estos datos son similares al estudio realizado por Kelly Dávila Sánchez y Cynthia Estefany García Ríos, en el año 2014, donde los porcentajes más altos fueron: en cuanto a la edad, el 53% fluctuaba entre los 35 y 45 años, respecto al estado civil el 48.5% fue conviviente y para el grado de instrucción, el 60.6% obtuvo la secundaria completa.

Respecto al nivel de conocimiento sobre climaterio, se halló que el mayor porcentaje (46.9%), presentó un nivel de conocimiento medio; este resultado es similar al estudio realizado por Castillo Valencia María Del Carmen, en el año 2016, donde en su mayoría el nivel de conocimiento fue medio (41.7%); asimismo Rondo Tolentino María Ysabel, en el año 2013, también demostró que el mayor porcentaje (56%) presentó un conocimiento medio.

En cuanto a las preguntas establecidas para poder determinar el nivel de conocimiento, se halló que el 80.7% conocía el concepto de climaterio, el 73.8% sus causas, el 88.3% sus signos y síntomas, y el 60.7% su tratamiento; por otra parte el 58.6% demostró no conocer sobre las etapas del climaterio, el 63.4% no sabe que fumar aumenta el riesgo de los bochornos, el 54.5% desconoce que la medicina natural sea una buena elección para mejorar las molestias del climaterio y el 57.2% desconoce sobre los beneficios de realizar ejercicios durante esta etapa. Estos resultados representan la falta de conocimiento sobre

parte de la temática, las cuales influyeron en la actitud que demostraron las mujeres encuestadas.

Respecto a la actitud frente al climaterio, se encontró que el 51.7% presentó actitud favorable, mientras el 48.3% actitud desfavorable; se observa que no existe mucha diferencia entre ambos porcentajes, pues las mujeres del estudio demostraron comportamientos inadecuados frente a dos situaciones propias de esta etapa, ya que el 88.3% manifestó estar de acuerdo en acudir al médico con urgencia en caso presentase ganas de orinar frecuentemente y el 56.6% estuvo de acuerdo con evitar las relaciones sexuales definitivamente porque causan dolor; como se sabe la polaquiuria y la dispareunia forman parte de los síntomas genitourinarios que se producen en esta etapa, debido a la disminución de las hormonas femeninas, pueden presentarse en distintas intensidades siendo para algunas difíciles de sobrellevar, pero con el adecuado tratamiento y la consejería respectiva, éstos llegan a disminuir significativamente. Asimismo muestran comportamientos adecuados frente a otras dos situaciones, puesto que el 94.4% estuvo dispuesto a recibir tratamiento para el climaterio y el 82% señaló estar de acuerdo en que los remedios caseros y estilos de vida saludable ayudan a mejorar esta etapa.

En el estudio realizado por Sandra Lecca Córdova y Netiluz Pinchi Rummy, en el año 2012, el 97.3% de las mujeres encuestadas presentaron una actitud favorable, mientras el 2.7% una actitud desfavorable, del mismo modo en el presente estudio, a pesar que la diferencia es estrecha entre ambos porcentajes, se observó que el mayor porcentaje lo obtuvo la actitud favorable con el 51.7% frente al 48.3% quienes presentaron una actitud desfavorable; esto debido a que, en el primer estudio, realizado en la ciudad de Tarapoto, el mayor porcentaje de

las mujeres climatéricas presentaron un nivel de conocimiento alto (65.8%) y por ende una actitud favorable, en cambio en el presente estudio, el mayor porcentaje de mujeres climatéricas presentaron un nivel de conocimiento medio (46.9%) y por ende una actitud no tan diferenciada entre favorable y desfavorable.

Cabe indicar que las mujeres del estudio mostraron en su mayoría un conocimiento medio sobre climaterio con actitud favorable; lo mismo señala el estudio realizado por Rafael Alvarez, Emma Martín y Milagros Bordonos, en el año 2008, donde las mujeres entrevistadas mostraron un conocimiento intermedio y elevado de actitud frente al climaterio.

Al relacionar las variables de estudio; conocimiento y actitud, se encontró que del grupo que presentaron un nivel de conocimiento alto sobre climaterio, destacó la actitud favorable en el 18.6%, por otro lado, en el nivel de conocimiento bajo, destacó la actitud desfavorable en el 17.2%; estos resultados son semejantes al estudio realizado por Kelly Barrionuevo y Yessenia Campos, en el año 2015, donde el mayor porcentaje de mujeres con alto conocimiento, demostraron una actitud favorable frente al climaterio (11.8%) y la mayoría de mujeres que tuvieron bajo conocimiento, demostraron una actitud desfavorable (36.2%).

A través de este estudio y según la prueba de correlación de Pearson, se determinó que existe una relación positiva baja entre el nivel de conocimiento y la actitud, ya que las mujeres que presentaron un conocimiento medio sobre el climaterio en su mayoría mostraron una actitud favorable y aquellas con conocimiento bajo una actitud desfavorable.

Como bien señalan algunos autores; el conocimiento que una mujer climatérica necesita debe estar orientado a formar en ella actitudes y comportamientos saludables, pues la desorientación y el desconocimiento que experimenta, puede ser un factor influyente en la vivencia negativa de la misma. Es muy probable que muchos de estos conocimientos sólo sean adquiridos dentro de las instituciones de salud y ofrecidos por el profesional de enfermería, como se pudo observar durante el periodo que se aplicaron las encuestas; pero hoy gracias a la tecnología se puede adquirir y complementar información necesaria para conocer algo más sobre determinados temas, en este caso relacionados al climaterio.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- Con relación a las características sociodemográficas; las mujeres cuyas edades fluctuaban entre los 39 y 45 años predominó frente a los otros dos grupos de edad, en cuanto a la ocupación un gran porcentaje manifestó ser ama de casa, referente al estado civil la mayoría mencionó ser conviviente y en cuanto al grado de instrucción, el mayor porcentaje afirmó sólo haber estudiado hasta la secundaria completa.
- El nivel de conocimiento sobre climaterio en la mayoría de las mujeres fue medio, seguido de aquellas con un nivel de conocimiento alto y bajo.
- La actitud que presentaron las mujeres frente al climaterio, en su mayoría fue una actitud favorable, representándose en un gran porcentaje de las mismas.
- Existe una relación positiva baja entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio, ya que las mujeres que presentaron un conocimiento

medio en su mayoría mostraron una actitud favorable y aquellas con conocimiento bajo evidenciaron una actitud desfavorable.

5.2. RECOMENDACIONES

- Mejorar las estrategias didácticas y ayudas audiovisuales en los diferentes consultorios de Ginecología, Climaterio y salas de espera, dentro de la institución, brindando información actualizada relacionada al climaterio; tanto a las pacientes como a sus familiares, de tal forma que se logre un adecuado conocimiento y manejo familiar, durante los cambios que se dan en esta etapa.
- Continuar con las capacitaciones dirigidas al personal de salud que laboran en los distintos consultorios de Ginecología y Climaterio de la institución, a fin de ofrecer información adecuada a las mujeres que acuden a dichos servicios.
- Implementar los consultorios de Climaterio entre los hospitales dirigidos por el Ministerio de Salud, pues actualmente en Lima sólo son tres las instituciones que cuentan con estos consultorios y lo que se espera es que sean más las instituciones de salud en el país que brinden este tipo de servicio.
- Realizar trabajos de investigación a futuro relacionados a la misma temática, pues a través de la búsqueda bibliográfica se pudo observar que son pocos los estudios realizados en el país sobre el climaterio, el cual debe considerarse, ya que comprende una etapa más en la vida de cada mujer.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud [sede web]. Ginebra: OMS; 2016 [citado 9 de diciembre del 2016]. La esperanza de vida ha aumentado en 5 años desde el año 2000, pero persisten las desigualdades sanitarias; [aproximadamente 3 pantallas]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/health-inequalities-persist/es/>
2. Marchisio S, Campo C, Yuli M. Un estudio sobre el climaterio femenino a través de un cuestionario autoadministrado. Fundamentos en humanidades [revista en Internet] 2011 [citado 31 de octubre del 2016]; XII (23): [183-198]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/184/18424417010.pdf>
3. Alvarez R, Martín E, Bordones de Alvarez M. Conocimiento y actitud sobre el climaterio en mujeres entre 40 y 50 años. Revista de Obstetricia y Ginecología de Venezuela [revista en Internet] 2008 [citado 25 de octubre del 2016]; 68 (1): [32-40]. Disponible en: http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0048-77322008000100007
4. Palacios S, Henderson V, Siseles N, Tan D, Villaseca P. Age of menopause and impact of climacteric symptoms by geographical region. Climacteric [revista en Internet] 2010 [citado 6 de noviembre del 2016]; 13(5): [419-428]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20690868>

5. Couto D, Nápoles D. Aspectos sociopsicológicos del climaterio y la menopausia. MEDISAN [revista en Internet] 2014 [citado 31 de octubre del 2016]; 18 (10): [1388-1398]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=368445168011>
6. Baños I, Sánchez S, Cintra M, Vargas T, Sardiña T. Modificación de conocimientos sobre climaterio. Un reto para la salud. MEDISAN [revista en Internet] 2013 [citado 31 de octubre del 2016]; 17(7): [2012-2018]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=368444994012>
7. Lecca Córdova S, Pinchi Rummy N. Relación entre nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Hospital II-2-Tarapoto. Periodo Junio-Setiembre 2012 [Tesis de licenciatura]. San Martín: Universidad Nacional de San Martín; 2012.
8. Araya A, Urrutia M, Cabieses B. Climaterio y Postmenopausia: Aspectos educativos a considerar según la etapa del periodo. Ciencia y Enfermería [revista en Internet] 2006 [citado 9 de diciembre del 2016]; XII(1): [19-27]. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532006000100003
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática [sede web]. Perú: INEI; 2015 [citado 9 de diciembre del 2016]. Al 30 de junio de 2015 el Perú tiene 31 millones 151 mil 643 habitantes [aproximadamente 3 pantallas]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/al-30-de-junio-de-2015-el-peru-tiene-31-millones-151-mil-643-habitantes-8500/>

10. Ministerio de Salud. Norma técnica para la atención integral de salud en la etapa de vida adulto. Lima: MINSA; 2005
11. Bisognin P, Alves C, Wilhelm L, Prates L, Scarton J, Resse L. El climaterio en la perspectiva de las mujeres. Enfermería Global [revista en Internet] 2015 [citado 18 de noviembre del 2016]; (39): [155-167]. Disponible en: <http://revistas.um.es/eglobal/article/viewFile/211731/178211>
12. Gerónimo R, Arriaga R, Cerino C, Ovilla K. Conocimiento sobre climaterio y menopausia en mujeres indígenas de 40 a 50 años de Ostucan, Chiapas. Revista Horizontes [revista en Internet] 2014 [citado 1 de noviembre del 2016]; 6 (1): [9-17]. Disponible en: http://web.uaemex.mx/revistahorizontes/docs/revistas/Vol6/1_CONOCIMIENTO.pdf
13. Leiva V, Arguedas C, Hidalgo M, Navarro Y. Conocimiento de las personas adultas sobre el climaterio, andropausia y la sexualidad. Revista de Ciencias Sociales [revista en Internet] 2013 [citado 18 de noviembre del 2016]; II (140): [163-173]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/153/15329874012.pdf>
14. González Y, Hernández I, Hidalgo S, Pedroso J, Feal N, Báez E. Intervención educativa para elevar conocimientos sobre climaterio y menopausia. Revista Archivo Médico de Camagüey [revista en Internet] 2012 [citado 1 de noviembre del 2016]; 16(1): [5-14]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552012000100002

15. Álvarez S, Espinosa C, León Y, González J. Grado de conocimiento sobre el climaterio en las mujeres de edad media. Multimed [revista en Internet] 2011 [citado 07 de febrero del 2017]; 15 (1). Disponible en: <http://www.multimedgrm.sld.cu/articulos/2011/v15-1/6.html>
16. Castillo Valencia M. Relación entre el nivel de conocimiento y las actitudes frente al climaterio en mujeres de 40 a 59 años atendidas en el Hospital San Juan de Lurigancho, junio-julio 2016 [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2016.
17. Barrionuevo Vizcarra K, Campos Trujillo Y. Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años. Centro de Salud Maritza Campos Díaz Arequipa, Abril 2015 [tesis de licenciatura]. Arequipa: Universidad Católica de Santa María; 2015.
18. Rondo Tolentino M. Conocimiento sobre climaterio y calidad de vida en la menopausia. El Porvenir – Trujillo, 2013 [tesis de licenciatura]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo; 2013.
19. Ramirez C. Edad de presentación de la menopausia y nivel de conocimiento sobre climaterio y menopausia en mujeres climatéricas atendidas en el Centro de Salud Alto de la Alianza de Tacna del 2008 al 2011. Revista Médica Basadrina [revista en Internet] 2011 [citado 1 de diciembre del 2016]; 5(2): [11-15]. Disponible en: <http://www.unjbg.edu.pe/revistas/pdf/revistamV5-2.pdf>
20. Rivera D, Bayona S. Climaterio y función sexual: un abordaje integral a la sexualidad femenina. Revista CES Salud Pública [revista en Internet] 2014 [citado 6 de noviembre del 2016]; 5(1): [70-76] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4804768>

21. Doubova S, Espinosa P, Flores S, Infante C, Pérez R. Integrative health care model for climacteric stage women: design of the intervention. BMC Women's Health [revista en Internet] 2011 [citado 3 de febrero del 2017]; 11 (6). Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3050836/pdf/1472-6874-11-6.pdf>
22. Vladislavovna S, Pérez R, Reyes H. Autopercepción del estado de salud en climatéricas derechohabientes del Instituto Mexicano del Seguro Social. Salud Pública de México [revista en Internet] 2008 [citado 21 de diciembre del 2016]; 50(5): [390-396]. Disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342008000500012
23. Sariol Y, Navarro D, Álvarez R, De Armas Y, Domínguez E, Dopazo M. Etapas del climaterio y función endotelial en mujeres de edad mediana. Revista Cubana Endocrinol [revista en Internet] 2015 [citado 19 de febrero del 2017]; 26 (2): [138-146]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532015000200004&lng=es
24. Salvador J. Climaterio y Menopausia: Epidemiología y Fisiopatología. Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia [revista en Internet] 2008 [citado 21 de diciembre del 2016]; 54:[61-78]. Disponible en:
http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol54_n2/pdf/a03v54n2.pdf

25. Rojas J, Gonzales G, Olavide J, Pacora P. Atención del climaterio y menopausia en la mujer peruana. Diagnóstico [revista en Internet] 2013 [citado 25 de julio del 2017]; 52(2): [80-97]. Disponible en:
<http://repebis.upch.edu.pe/articulos/diag/v52n2/a4.pdf>
26. Goberna J. Promoción de la salud en el climaterio. Matronas Profesión [revista en Internet] 2002 [citado 14 de diciembre del 2016]; 3(8): [4-12]. Disponible en:
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/29059/1/506042.pdf>
27. Fernandez, L, Rodriguez R, Duran M, Salgado C. Hábitos alimentarios de las mujeres en relación con el nivel de conocimientos sobre el climaterio. Enfermería Global [revista en Internet] 2010 [citado 29 de octubre del 2016]; 9(3): [1-22]. Disponible en:
<http://revistas.um.es/eglobal/article/view/110801>
28. Carrobles A, Velasco M, Gómez S. El concepto social de climaterio en población rural y urbana. European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education [revista en Internet] 2015 [citado 21 de diciembre del 2016]; 5(2): [145-151]. Disponible en:
<http://formacionasunivep.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/107/90>
29. Couto Núñez, D., Nápoles Méndez, D. Síndrome climatérico en mujeres de edad mediana desde un enfoque médico social. MEDISAN [revista en Internet] 2012 [citado 1 de noviembre del 2016]; 16(8): [1185-1194]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192012000800001

30. Gómez C, Carmi C, Espinosa V, Sepúlveda S, López F. Conocimiento que tienen sobre el climaterio mujeres entre 40-64 años usuarias de atención primaria- Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología [revista en Internet] 2007 [citado 1 de noviembre del 2016]; 72(5): [321-328] Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262007000500008
31. Cid Alma, Méndez Rosemary, Sandoval Franco. Investigación Fundamentos y Metodología. 3ª ed. Lima: Pearson; 2015.

ANEXO N° 1

ENCUESTA DE ESTUDIO

Estimada señora; el presente cuestionario tiene por objetivo determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio que presentan las mujeres durante esta etapa. Los resultados se mantendrán en el total anonimato, por lo que se espera sinceridad en sus respuestas.

Marque con una X la respuesta correcta:

I. DATOS GENERALES:

1. EDAD.....

- a) 39-45
- b) 46-52
- c) 53 -59

2. OCUPACIÓN:

- a) Ama de casa
- b) Independiente
- c) Dependiente

3. ESTADO CIVIL:

- a) Soltera
- b) Casada
- c) Conviviente
- d) Separada
- e) Viuda

4. GRADO DE INSTRUCCIÓN:

- a) Primaria completa
- b) Primaria incompleta
- c) Secundaria completa
- d) Secundaria incompleta
- e) Superior universitario
- f) Superior no universitario

II. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE EL CLIMATERIO:

1. ¿Qué entiende por climaterio?

- a) Enfermedad en la que se producen alteraciones en los valores de azúcar en sangre en la mujer adulta.

- b) Etapa normal de la mujer donde pasa de la vida reproductiva a la no reproductiva.
- c) Conjunto de signos y síntomas que se producen como consecuencia del aumento de peso en mujeres mayores de 40 años.

2. ¿Cuál es la causa del climaterio?

- a) No sé
- b) Disminución de los niveles de calcio y aumento de los niveles de colesterol
- c) Disminución de las hormonas femeninas (estrógenos), o por la extracción de los ovarios.

3. ¿Cuáles son las etapas del climaterio?

- a) Pre menopausia y Post menopausia
- b) Menopausia y Post menopausia
- c) Pre menopausia, Menopausia y Post menopausia

4. ¿Cuáles son los signos y síntomas que se presentan en el climaterio?

- a) Sudoración, bochornos, ansiedad, irritabilidad, osteoporosis, enfermedades del corazón, alteraciones menstruales, dolor de cabeza, entre otros.
- b) Sangrado nasal, dolor de estómago, escalofríos, pérdida de la visión, cansancio y debilidad general.
- c) Sudoración, fiebre, mucha sed, ganas de comer bastante, vómitos, heces negras, arrugas y alteraciones menstruales.

5. ¿Los signos y síntomas en el climaterio se presentan en todas las mujeres con igual intensidad?

- a) Sí
- b) No
- c) No sé

6. Fumar aumenta el riesgo de los bochornos:

- a) Sí
- b) No
- c) No sé

7. Tratamiento individualizado durante el climaterio puede ser:

- a) Hormonas y suplemento de calcio, hierbas medicinales y estilos de vida saludable.
- b) Vitaminas

c) No se debería usar tratamiento para el climaterio

8. Marque la afirmación correcta:

- a) Fumar alivia la depresión
- b) Las medicinas naturales es una opción para mejorar las molestias del climaterio
- c) Todas las mujeres deben recibir tratamiento hormonal

9. Durante el climaterio se recomienda:

- a) Dormir dos horas después de cada comida
- b) Aumentar el consumo de café, carnes rojas y control de la presión arterial
- c) Aumentar el consumo de frutas, vegetales y control de peso corporal

10. Durante el climaterio es importante realizar ejercicio porque:

- a) Previene la caída de cabello
- b) Disminuye el riesgo de presentar enfermedades del corazón
- c) Disminuye el estrés y diabetes no controlada

RESPUESTAS CORRECTAS:

| | | |
|--|---|--|
| CONCEPTO Pregunta 1: b | CAUSAS Pregunta 2: c | ETAPAS Pregunta 3: c |
| SIGNOS Y SÍNTOMAS Pregunta 4: a Pregunta 5: b | FACTORES QUE INFLUYEN Pregunta 6: a | MANEJO TERAPÉUTICO Pregunta 7: a Pregunta 8: b Pregunta 9: c Pregunta 10: b |

PUNTAJE:

- Respuesta correcta: 1 punto
- Respuesta incorrecta: 0 puntos

CALIFICACIÓN:

- Alto: 8-10 puntos
- Medio: 6-7 puntos
- Bajo: 0-5 puntos

III. EN CUANTO A LA ACTITUD

Marque con una "X" la respuesta que usted considera correcta

| ÍTEMS | TA | A | I | D | TD |
|--|----|---|---|---|----|
| 1. Si tuviera bochornos serian fáciles de sobrellevar y no me producirían molestias. | | | | | |
| 2. Entiendo mis probables dolores de cabeza son un síntoma normal durante esta etapa de mi vida. | | | | | |
| 3. Debo acudir con urgencia al médico porque orino frecuentemente | | | | | |
| 4. Las relaciones sexuales con mi pareja pueden causar dolor y las evito definitivamente. | | | | | |
| 5. Si yo tuviera alguna molestia estaría dispuesta a recibir tratamiento para el climaterio | | | | | |
| 6. Los remedios caseros y buenos estilos de vida saludables me ayudaran a mejorar esta etapa de mi vida. | | | | | |

Donde:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **I:** Indeciso

D: En desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

CALIFICACIÓN:

1. Se suma el puntaje de cada ítem:

| ÍTEMS | TA | A | I | D | TD |
|---------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 1,2,5,6 | 5 puntos | 4 puntos | 3 puntos | 2 puntos | 1 punto |
| 3,4 | 1 punto | 2 puntos | 3 puntos | 4 puntos | 5 puntos |

2. Se divide la puntuación total sobre el número de ítems (6)

3. El resultado se ubicará de la siguiente manera:

-De 1 a 3: actitud desfavorable

-De 3.1 a 5: actitud favorable

ANEXO N° 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,..... con DNI.....

a través del presente documento expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada: RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y LA ACTITUD FRENTE AL CLIMATERIO EN MUJERES ATENDIDAS EN EL INSTITUTO NACIONAL MATERNO PERINATAL DE LIMA, OCTUBRE 2017.

Habiendo sido informada del propósito de la misma, así como de los objetivos, y teniendo la confianza plena de que por la información que se vierte en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de la investigación en mención, además confío en que la investigación utilizará adecuadamente dicha información asegurándome la máxima confidencialidad.

USUARIA PARTICIPANTE

ANEXO N° 3

TABLAS DE VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD PARA EL INSTRUMENTO DE NIVEL DE CONOCIMIENTO

CONFIABILIDAD

Estadísticos de fiabilidad

| | |
|-------------------|-----------------|
| Alfa de Cron Bach | N° de elementos |
| ,611 | 10 |

VALIDEZ DE CONSTRUCTO

KMO y prueba de Bartlett

| | | |
|--|-------------------------------|--------------|
| Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin | | .573 |
| Prueba de esfericidad de Bartlett | Chi-cuadrado aproximado gl | 98.638 36 |
| | Sig. | .000 |

Varianza total explicada

| Componente | Autov alores iniciales | | | Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción | | |
|------------|------------------------|---------------------|-------------|---|---------------------|-------------|
| | Total | % de la varianza | % acumulado | Total | % de la varianza | % acumulado |
| 1 | 3.211 | 32.111 | 32.111 | 3.211 | 32.111 | 32.111 |
| 2 | 1.577 | 15.773 | 47.884 | 1.577 | 15.773 | 47.884 |
| 3 | 1.315 | 13.148 | 61.033 | 1.315 | 13.148 | 61.033 |
| 4 | 1.058 | 10.576 | 71.609 | 1.058 | 10.576 | 71.609 |
| 5 | 1.003 | 10.033 | 81.642 | 1.003 | 10.033 | 81.642 |
| 6 | .695 | 6.946 | 88.588 | | | |
| 7 | .505 | 5.053 | 93.641 | | | |
| 8 | .396 | 3.959 | 97.600 | | | |
| 9 | .240 | 2.400 | 100.000 | | | |
| 10 | 1.65E-016 | 1.65E-015 | 100.000 | | | |

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

ANEXO N° 4

TABLAS DE VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD PARA EL INSTRUMENTO DE ACTITUD

CONFIABILIDAD

Estadísticos de fiabilidad

| | |
|-------------------|-----------------|
| Alfa de Cron Bach | N° de elementos |
| ,675 | 6 |

VALIDEZ DE CONSTRUCTO

KMO y prueba de Bartlett

| | | |
|--|---------------------------------------|----------------------|
| Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin | | .630 |
| Prueba de esfericidad de Bartlett | Chi-cuadrado aproximado gl Sig. | 39.335 15 .001 |

Varianza total explicada

| Componente | Autovalores iniciales | | | Sumas de extracción de cargas al cuadrado | | |
|------------|-----------------------|------------------|----------------|---|------------------|----------------|
| | Total | % de varianza | % acumulado | Total | % de varianza | % acumulado |
| 1 | 2,833 | 47,224 | 47,224 | 2,833 | 47,224 | 47,224 |
| 2 | 1,398 | 23,307 | 70,531 | 1,398 | 23,307 | 70,531 |
| 3 | ,701 | 11,684 | 82,215 | | | |
| 4 | ,586 | 9,769 | 91,984 | | | |
| 5 | ,303 | 5,052 | 97,036 | | | |
| 6 | ,178 | 2,964 | 100,000 | | | |

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

ANEXO N° 5
TABLA DE CODIFICACIÓN

| NOMBRE | CATEGORÍA | CÓDIGO |
|-----------------------|---------------------------|--------|
| Edad | 39-45 años | 1 |
| | 46-52 años | 2 |
| | 51-59 años | 3 |
| Ocupación | Ama de casa | 1 |
| | Independiente | 2 |
| | Dependiente | 3 |
| Estado civil | Soltera | 1 |
| | Casada | 2 |
| | Conviviente | 3 |
| | Separada | 4 |
| | Viuda | 5 |
| Grado de instrucción | Primaria completa | 1 |
| | Primaria incompleta | 2 |
| | Secundaria completa | 3 |
| | Secundaria incompleta | 4 |
| | Superior universitario | 5 |
| | Superior no universitario | 6 |
| Nivel de conocimiento | Alto | 1 |
| | Medio | 2 |
| | Bajo | 3 |
| Actitud | Favorable | 1 |
| | Desfavorable | 2 |