



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Nivel de conocimiento y autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Condori Vilca, Marleny (orcid.org/0000-0002-6444-0510)

ASESORA:

Mg. Tuesta Rios, Payda Mary (orcid.org/0000-0002-64861-4882)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades No Transmisibles

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2022

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo a Dios nuestro creador por cuidarme y guiar mi camino, además de permitirme llegar hasta donde hoy estoy, de igual manera a mi familia (Ismael y Piero) por ser mi motivo de superación y fortaleza y sobre todo a un angelito en el cielo.

AGRADECIMIENTO

A mi madre por todos los esfuerzos que realizó por darme lo esencial y siempre guiándome por el buen camino.

A todas las licenciadas del pregrado que durante el camino compartieron su sabio saber, en especial a la Lic. Juana Mancha Cutipa por ser fuente de bondad y comprensión de igual manera a la Mg. Amanda Coronado Prieto por ser fuente de superación y distinción.

A mi asesora Mg. Payda Mary Tuesta Rios por la posible realización del presente trabajo, ya que siempre estuvo dispuesta a encaminarnos.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	iv
ÍNDICE DE TABLAS.....	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	5
III. METODOLOGÍA.....	18
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	18
3.2. Variables y operacionalización.....	18
3.3. Población, muestra y muestreo.....	18
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	19
3.5. Procedimientos.....	19
3.6. Método de análisis de datos.....	20
3.7. Aspectos éticos.....	21
IV. RESULTADOS.....	22
V. DISCUSIÓN.....	28
VI. CONCLUSIONES.....	30
VII. RECOMENDACIONES.....	31

REFERENCIAS.....	32
ANEXOS.....	38

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Datos demográficos generales.....	22
Tabla 2 Relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.....	23
Tabla 3 Nivel de conocimiento en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.....	25
Tabla 4 Nivel de autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.....	27

RESUMEN

El objetivo sustancial de la presente investigación fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022. Fue un estudio de tipo básica, de enfoque cuantitativo con diseño no experimental, descriptivo, correlacional, transeccional, con una muestra de 125 mujeres en etapa de climaterio. Para lo cual se empleó como técnica la encuesta cuyo instrumento fue un cuestionario y un test respectivamente. Se obtuvieron los siguientes resultados, con respecto a los datos sociodemográficos se muestra que el 52,8% obtuvo una edad entre 46 a 55 años de edad, así mismo predominó con un 54,4% de nivel secundario respecto al grado de instrucción, como también el 47,2% con un estado civil conviviente y con un 46,4% de ocupación ama de casa. Para responder al objetivo principal se evidencio que el 75,2% de las encuestadas tiene un nivel de conocimientos medio, de los cuales el 64,8% presenta un nivel de autoestima medio. En cuanto al nivel de conocimiento para el climaterio se obtuvo un 75,2 % con un conocimiento medio. En cuanto al nivel de autoestima en mujeres en etapa del climaterio se obtuvo que, el 74,4%de encuestadas presenta un nivel de autoestima medio, de acuerdo al análisis de correlación, el valor del coeficiente de correlación Rho de Spearman De 0,622 significa una correlación positiva moderada lo cual se concluye que mientras mejor sea el nivel de conocimiento en las mujeres, moderadamente mejorará el nivel de autoestima que tienen ellas en la etapa del climaterio.

Palabras clave: Climaterio, autoestima, nivel, relación.

ABSTRACT

The substantial objective of the present investigation was to determine the relationship between the level of knowledge and self-esteem in women in the climacteric stage who attend the Santa Catalina Health Center, Juliaca 2022. It was a basic study, with a quantitative approach with a non-experimental design, descriptive, correlational, transectional, with a sample of 125 women in climacteric stage. For which the survey was used as a technique, the instrument of which was a questionnaire and a test, respectively. The following results were obtained, with respect to the sociodemographic data, it is shown that 52.8% obtained an age between 46 to 55 years of age, likewise predominated with 54.4% of secondary level with respect to the degree of instruction, as also 47.2% with a cohabiting marital status and with 46.4% of occupation housewife. To respond to the main objective, it was shown that 75.2% of the respondents have a medium level of knowledge, of which 64.8% have a medium level of self-esteem. Regarding the level of knowledge for the climacteric, 75.2% were obtained with an average knowledge. Regarding the level of self-esteem in women in the climacteric stage, it was obtained that 74.4% of respondents have a medium level of self-esteem, according to the correlation analysis, the value of the Spearman's Rho correlation coefficient of 0.622 means a moderate positive correlation which concludes that the better the level of knowledge in women, moderately improve the level of self-esteem that they have in the climacteric stage.

Keywords: Climacteric, self-esteem, level, relationship.

I. INTRODUCCIÓN

El climaterio como una fase preliminar a la llegada de la menopausia es un prodigio que interviene en los aspectos biosocioculturales, porque en la expresión de su vivencia interaccionan circunstancias biológicas, sociales y psicológicas que se relacionan en la calidad de vida de las mujeres. En civilizaciones la menopausia puede conceder utilidades a las mujeres y estas desean con alevosía su llegada; en cambio para otras mujeres es un vestigio, un problema por toda la carga emocional negativa que conlleva, reconocer la presencia de algunos síntomas menopáusicos es necesario, del mismo modo reconocer la atención subjetiva de la mujer, así la mujer tomará la decisión si se verá afectada o no su clase de vida. Diferentes investigaciones, iniciaron a revelar de qué manera se expresa la mujer en su fase de transición de acuerdo a la importancia y representación de diferentes civilizaciones. Se entiende por menopausia como un suceso de transición, dentro de la edad media y más aún la vejez. (1).

A nivel mundial la esperanza de vida en las mujeres en las naciones desarrolladas ha llegado a la edad de 80 años, entonces la mujer durante su vida vive un promedio mayor de 30 años entre pre y post menopausia, con lo que conlleva el aumento de la presencia de enfermedades vinculadas con la edad, producto del alargamiento de la vida, resaltando las patologías asociadas con el metabolismo, con sistema cardiovasculares, cerebrovasculares y enfermedades como osteoporosis y otros. (2)

En América Latina, en una revista Mexicana donde estimaron los síndromes climatéricos determinaron que los las oleadas de calor están en un 86% bochornos y la irritabilidad están presente en un 55,8% y un 49,7%, en mujeres los datos determinan que un 72,9% adolecen dolores musculo- esqueléticos y un 68,8% presentaron fatiga. (3)

No obstante, Perú presenta un 24,3% de las habitantes femeninas que se sitúa en edades pertinentes del climaterio, esta cifra simboliza un tanto por ciento alto con inclinación a elevarse en los años venideros.

En un trabajo elaborado por Llanos, refleja que los síntomas más comunes vasomotoras, entre ellos encontramos sofocamientos, bochornos, transpiración, percepción recargada de calor, toda esta sintomatología se vincula con la proximidad de la llegada de la menopausia, asimismo añade que se mas del 15% de mujeres mencionan cambios producto de esta en su actividad diaria. (4)

En el departamento de Puno, existe registros de que en 2017 congregó habitantes del área urbano con 630 mil 648 pobladores, lo cual evidencia que el 53,8% de la población en total, San Román es la provincia que evidencia un alto número de habitantes, con un total de 308 mil 517 residentes, siendo el 44% de ellos que viven en zonas urbanas, asimismo se registró un incremento de habitantes femeninas de 15 a 65 años que en 2007 se reportó 55,3% y en 2017 se alcanzó 66,2% demostrando un aumento considerable. De igual manera Juliaca en 2017 registró un incremento importante alcanzando 52% mujeres con edades de 35 a 65 años (5).

Las mujeres juliaqueñas que llegan a experimentar cambios significativos en esta etapa de vida transitoria y acuden al establecimiento de salud Santa Catalina, demuestran desconocimiento sobre el curso transitorio del climaterio, ya que muchas veces el tema climaterio no es abordado adecuadamente, o si se llega a tocar el tema no es profundizado y tampoco explicado adecuadamente es así que no se produce un adecuado enfrentamiento del climaterio en varios aspectos.

Por lo que se plantea las preguntas de investigación:

¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima de mujeres en etapa de climaterio que acuden al Centro de Salud Santa Catalina Juliaca, 2022?.

La esencia de este trabajo de investigación se establece en analizar toda la problemática que afrontan las mujeres en el ciclo de vida que es climaterio que espero sirva de aporte para lograr proyectar de manera profunda las estrategias y acciones en el sector salud orientados hacia las mujeres que se encuentran en esta fase, tomando en cuenta que existe desinformación sobre el tema, específicamente

de los autocuidados que requiere mantener y perfeccionar en esta fase de esta forma aportar en la mejora de calidad de vida.

Este trabajo de investigación es de gran relevancia social, debido que en el transcurso en la etapa de climaterio existe estigmatización hacia las mujeres, este hecho estuvo presente desde siempre que fue arraigándose haciendo que la mayoría de las mujeres no consideran relevante en su vida, pasando por alto esta situación inclusive confunden con otros problemas relacionados a la salud, a partir de este punto el personal sanitario enfatizando específicamente en la labor de enfermería quien interviene y guarda relación directa con las familias para cumplir con el apoyo total a las mujeres que viven este proceso, tomando en cuenta que el climaterio es una problemática de salud latente en las mujeres puesto que analizaremos el bienestar de las mujeres que se encuentran en proceso de climaterio.

Será un beneficio importante tanto para mujeres mayores y jóvenes, así como también el núcleo familiar que las rodea, porque al estar informados y tener un mínimo de nivel de conocimiento se estará preparado biológicamente y emocionalmente.

Este estudio se desarrolló porque aún existe falencias en cuanto a la prioridad de atención en el sector salud donde aún no prestan importancia debida, convirtiéndose en una problemática que cobra importancia mayor al pasar el tiempo al interior del grupo familiar, esta puede conllevar cambios en la convivencia y funcionamiento familiar producto de diferentes determinantes, principalmente la cultural donde existe la estigmatización que se fue arraigando y el difícil de vencer generando consecuencias en la vida de la mujer, debido que la mujer desde siglos pasados fueron consideradas como un objeto sin derechos para acceso a la salud, que deberían dedicarse a su hogar por tanto su función se atribuía al cuidado de su hogar la crianza de los hijos, más no se tomaba cuenta los sucesos relacionados a su salud como es la aparición de la menopausia, con todo esto se pretende tener

mayor importancia en la salud pública de mujeres y concientizar al personal de salud para la orientación y atención adecuada.

Por tal razón, tenemos como objetivo general: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

Los objetivos específicos serian: Identificar el nivel de conocimiento en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022. , Identificar el nivel de autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

De tal manera se plantea las siguientes hipótesis: H_a Si existe relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022. , H_0 No existe relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

II. MARCO TEÓRICO

En este apartado se muestran la revisión de estudios preliminares que aportaron y fueron de fundamento en la elaboración de este trabajo.

Esquia J. y Zárate N. Indagaron sobre “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” donde se propusieron: 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. Un estudio con metodología de diseño no experimental– relacional, de nivel analítico y transeccional. En cuanto a la muestra se albergó 145 mujeres, emplearon como técnica la entrevista donde los instrumentos fueron: un cuestionario conformado por 10 ítems para poder medir el nivel de conocimiento y seguidamente un test con 6 ítems para medir la actitud. Se evidencio que el 46.9% obtuvo un nivel medio de conocimiento para el climaterio, en tanto un 29% nivel alto y al final un 24.1% nivel bajo. En respuesta a la variable actitud, el 51.7% evidencio una actitud favorable y el 48.3% actitud desfavorable. Existe una relación positiva baja entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio. (6)

Torres A. (2017). Conocimientos y prácticas sobre el autocuidado en la pre menopausia en las usuarias de un centro de salud de Lima, 2017. En su investigación donde identificó prácticas y conocimientos acerca del autocuidado en pre menopausia en mujeres del centro de salud de Lima, con un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo – aplicativo de diseño básica teórica transeccional, el cuestionario a 60 mujeres que asisten al centro, para derivar los resultados se recurrió a un cuestionario. Arribando a resultados evidenciando que el 53% de mujeres presentan desconocimiento sobre el tema y el 47% reflejaron tener conocimientos, relacionado a la practicas de autocuidado el 62% demostraron tener practicas inadecuados y solo el 38% son adecuadas, concluyendo que las mujeres que asisten al centro de salud de Lima tienen conocimiento carente sobre menopausia y tienen practicas inadecuadas resaltando que no realizan actividades

físicas, no consumen agua como es recomendable de 2 litros al día y las medidas diarias que adoptan para prevenir y conservar su salud. Asimismo, tienen hábitos nocivos, no acuden al centro de salud o médico para sus chequeos o descartes de su salud, técnicas para conservar su estado de ánimo, autoestima y su sexualidad, determinantes que repercuten negativamente en una vejez feliz y saludables, con ello influyen en el incremento de la morbi-mortalidad de la mujer. (7)

Ticona I. (2017). Prácticas de autocuidado y calidad de vida en mujeres en la etapa de climaterio del Establecimiento de Salud I-2 9 de octubre Juliaca 2017. En su estudio demostró la asociación de prácticas de autocuidado con la calidad de vida de las usuarias, estudio con una metodología de diseño no experimental–relacional, de nivel analítico y transeccional, de tipo descriptivo el instrumento se aplicó a 183 usuarias del centro de salud 9 de octubre recurrió a un cuestionario denominado prácticas de autocuidado, asimismo el cuestionar Especifico de calidad de vida de MENQOL. Obtuvo resultados que reflejaron que las usuarias no realizan prácticas saludables y tienen calidad de vida regular. Respecto al indicador biológico el 26,78% no tuvieron autocuidados adecuados y tienen calidad de vida regular, finalmente el indicador psicosocial evidencia un 28,96% de prácticas de autocuidado no saludables y por lo cual refleja una calidad de vida mala.

Monterrosa A, Castro L, Durán M. (2017). Como investigación: Manifestaciones menopaúsicas y calidad de vida en afrocolombianas. Valoración con escala Cervantes, donde determinó expresiones menopaúsicas que prevalecen y analizar la calidad de vida de acuerdo con el ciclo menstrual, investigación elaborado desde el diseño transversal, las usuarias evaluadas fueron 600 con edades que oscilan de 40 a 59 años, que habitan en caribe, entre los resultados se encontró que sentir calor es unas de las expresiones que se presentaron con mayor frecuencia con 76,4%, seguido de sofocaciones con 73,1%, dolores articulares con 71,3%, problemas de conciliar suelo con 61,8%, sudoración más de lo normal con 55,8%, resequedad de la piel con 50,4% y el incremento de cefalea con 44,2%. Otra de las expresiones que se presentaron con un 14,4% sexualidad sin prioridad, el 24,4% evidenciaron interés bajo en sexo. (9)

Fuentes C. (2017- 2018) En su estudio: Climaterio y morbilidad en personal femenino que labora en el Hospital González Coro. 2017-2018. La Habana, tuvo como objetivo determinar el estado actual de morbilidad por diferentes afecciones asociando con determinantes sociales, el cual fue elaborado desde la metodología descriptivo de corte transeccional la muestra fue de 90 trabajadoras, recurrió al instrumento denominado clasificación del Síndrome de Climatérico, arribando a resultados siguientes: el 47,7% tienen hábitos tóxicos como es consumir el tabaco, el 48,8% tienen excedente de peso y el 36,6% presentan hipertensión. Asimismo, se determinó que las trabajadoras presentan climaterio medio evidenciado por un 75,0%, el 61,5% de mujeres padecen hipertensión y el 34,4% reciben tratamiento adecuado y por último se evidenció que el 86,6% presenta recarga genérica. (10)

Díaz J. y López N. (2017) En su investigación: Conocimientos y prácticas interculturales de autocuidado en las mujeres menopaúsicas en Nuevo Triunfo provincia de Morona Santiago, 2017”, Universidad de Cuenca, Ecuador, donde identificó prácticas y conocimiento interculturales de autocuidado en las usuarias menopaúsicas, el cual fue explicado de tipo enfoque cualitativo, con un diseño de tipo fenomenológico con 9 mujeres de población total, en la comunidad del nuevo triunfo. Los datos fueron recopilados a través de una entrevista semiestructurada. Obteniéndose que las edades de las usuarias con menopausia es 48 a 60 años, donde el estado civil prevaeciente es casado, la gran parte presentan grado educativo básico regular, con residencia en zonas rurales. Asimismo, sobre el conocimiento que tienen acerca de la menopausia y las prácticas para su cuidado la mayoría de usuarias refirieron tener conocimiento regular el cual fue brindado por el centro sanitario, asimismo se determinó que algunas usuarias no tienen conocimiento adecuado y veraz sobre el tema. (11)

Asimismo, se aborda el marco teórico que sustenta esta investigación, resaltando que este estudio se encuentra enmarcado y orientado bajo la teoría de enfermería de las transiciones AFAF Meléis Ibrahim, donde plantea que hay 3 divisiones transitorias del Climaterio, las cuales son: salud y enfermedad, desarrollo y organización. Asimismo, resalta que las mujeres en este proceso presentan cambios y alteraciones diversas que inciden en su entorno y las transiciones que

afecta negativamente en su salud, debido que existen cambios e incremento de riesgos que pueden ser peligrosos y afectar a la salud e integridad. En este aspecto, existen factores intervinientes como son comportamientos culturales, creencias y costumbres, nivel socioeconómico entre otros, poniendo en necesidad de que las mujeres sean sensibilizadas respecto a los cambios psicológicos, físicos y sociales en el proceso de climaterio. (12)

Conocimiento: Resultado de ser instruido, los distintos tipos de conocer se reflejan en las personas que se caracteriza por el uso de la razón, Según Bunge, relaciona que el conocimiento es la acumulación de varios enunciados, ideas que comunican que esta puede ser de razón vaga, inaprovechable, explícitos y ordenados, por tanto, es definido como la interpretación de una idea atravesado en una experiencia, es decir la capacidad de plantear ideas de acuerdo a la experiencia vivida, de la realidad, el suceso por la que paso la persona construyendo conocimientos mediante la razón y entendimiento. (13)

Climaterio: Fase de cambios bioquímicos, clínicos y reproductivos desencadenados por el descenso de la función ovárica en la producción de células sexuales como gametos, de igual forma la disminución de hormonas y concluye con la llegada de la vejez, donde establece o evidencia los esferoides. Toda esta transición abarca desde los 35 hasta los 60 años de edad propios en la mujer. (14)

La menopausia inicia a partir de los 47 años aproximadamente, es decir antes del último ciclo menstrual involucra un conjunto de alteraciones como son física, emotivas y sociales que repercuten en la calidad de vida de las mujeres, comúnmente la menopausia se manifiesta por irregularidad del periodo menstrual, fluctuaciones hormonales marcadas con frecuencia estas manifestaciones se acompañan con problemas de conciliar el sueño, bochornos, con cambios en estados de ánimo y la sequedad vaginal. Por otro lado, las alteraciones que se presentan la pérdida ósea, alteración del lípido que poseen involucramiento para la salud a largo plazo, en la actualidad esta afección se denomina como climaterio, perimenopausia. (15)

Para la OMS, precisa como un tiempo en la vida de la mujer con límites imprecisos, abarcando la edad de 45 a 64 años de edad, comprende una etapa de transición complicada donde influyen factores sociales, psicológicos, culturales y biológicos, con expresiones psicológicas, vasomotoras, físicas entre otros que inciden en la capacidad de realizar sus actividades diarias. (16)

Fisiología del climaterio:

Para los años 40 de la mujer y de manera distinta en cada una de ellas, surgen serie de variaciones progresivas en los ovarios, hasta el punto del agotamiento de toda la reserva folicular. Este suceso marcara la llegada de la menopausia. (17)

El déficit de la función ovárica comprende y se desarrolla de manera gradual que inicia con diferentes cambios que se estima que dura entre 4 a 6 años en esta transición la función ovárica no se encuentra estable. (18)

Todo esto sucede en el sistema nervioso central (SNC), justamente en el hipotálamo, donde existe la secreción de las hormonas liberadoras de gonadotrofinas, que conlleva que la glándula hipófisis segregue las hormonas luteinizantes, denominada también como gonadotrofinas que realizan su función en el ovario logrando estimular la generación y secreción de dichas hormonas esteroideas, llamadas: andrógenos, progesterona y estrógenos que son participes en regular el periodo menstrual. (19)

Al comienzo se manifiesta la reducción de niveles de inhiblina conllevando al incremento de la FSH con grados de estradiol normales o reducidos. Dichos sucesos explican los ciclos menstruales cortos o prolongados. Seguidamente el estradiol desciende y la maduración folicular se torna irregular, en consecuencia, se presenta periodos de ovulación y la ausencia de ovulación, de igual manera la ausencia de ovulación no existe la producción de progesterona esto puede ocasionar hiperestrogenismo.

Durante la transición del climaterio, sucede que los foliculos ováricos desarrollen resistencia cuando existe la estimulación de la FSH, sin embargo, los niveles de estradiol se mantienen en valor normal. Esta resistencia ovárica genera los molestos bochornos. (20)

Durante los últimos años existe una considerable reducción o disminución de folículos en las actividades ováricas, concordando con el incremento seleccionado de la FSH repercutiendo en la pérdida de la rutina de retroalimentación negativo que parte desde el ovario ejercido producto de la inhibina. Asimismo, existe la baja interrelación de las gonadotrofinas por los pocos folículos que van permaneciendo. (19)

Menopausia: Suceso que se representa por el acontecimiento del fin de periodo menstrual de la mujer a causa del descenso de hormonas llamados progesterona y estrógenos. A partir de los últimos 12 meses continuos sin presencia de la menstruación se puede realizar un certero diagnóstico. (21)

Clasificación: - Precoz: Se presenta al término de la menstruación anticipada antes de 40 años, por otro lado, se encuentra la Tardía: se estima que es comprende el término de la menstruación posterior a los 55 años, y finalmente se encuentra la espontanea que se produce por la baja actividad ovárica folicular y Artificial que ocurre después de tratamientos quirúrgicos, radioterápicos y de quimioterapias. (22)

Fases: -Premenopausia: Abarca a partir de la aparición de signos y sintomatologías climatéricos hasta alcanzar a la menopausia. Teniendo como síntomas iniciales que son el cambio de humor y las sudoraciones nocturnos. -Peri menopausia: comprende a partir del final de pre menopausia hasta unos años terminado la menopausia, los signos que demuestra es problemas clínicos, biológicos y endocrinológicos. – Postmenopausia; Se alcanza posterior a doce meses a partir del final del último periodo menstrual que concluye con la senilidad, siendo los síntomas recurrentes como enfermedades cardiovasculares y osteoporosis. (23)

Dimensión biológica: Comprende la adecuación fisiológica del entorno y la afrontación de alteraciones producto del envejecimiento y maduración. Entre los indicadores se considera a nutrición, considerando esta como un aspecto fundamental para la salud y confort de la persona se basa en seleccionar y consumir alimentos con valor nutricional debido que esta conlleva a mantener una alimentación saludable contribuyendo a la conservación de salud. Con una adecuada dieta se reducirá las enfermedades no transmisibles, por tal motivo se recomienda el consumo masivo de verduras, frutas, legumbres, granos, semillas, pescado, entre otros. Para realizar control de peso se conserva un promedio saludable, para el cual es importante consumir vitaminas, frutas y verduras son las que conceden fibra, agua, antioxidantes, minerales y vitaminas que ajustan de acuerdo a su metabolismo, aportando a regular el tránsito intestinal y disminución de muerte de células, un consumo adecuado evita la aparición de patologías cardiovasculares, como también una alimentación y absorción baja en calcio, una ingesta de calcio de 1,5 gr diarios será importante para combatir la mínima la aparición de la osteoporosis. La ingesta de pescado será vital por lo menos 2 veces por semana para la absorción de sus ácidos grasos que son necesarios para el corazón. – Actividad física: al respecto Pender, explica que realizar actividades físicas es una manera de brindar salud al cuerpo por medio de la estabilidad y el funcionamiento mayor; de igual manera, ayuda a aminorar los riesgos de contraer patologías asimismo la obesidad, diabetes entre otros, de igual forma aminora riesgos de presentar cáncer, favorece aumentando la salud emotiva, como también reducir problemas de depresión y aumenta la autoestima. (24) Además de representar un papel primordial, contribuye a aumentar su vitalidad, incluso si existe o se desarrolló una enfermedad el ejercicio puede aliviar enfermedades. (25)

Los ejercicios contribuyen a una mejor oxigenación, adecuada circulación, contribuye a conservación y mejora de emociones, lo más importante contribuye a disminuir la acumulación de grasas que se alojan en el abdomen, que algunas mujeres no se percatan y esto viene a ser riesgosa, esta grasa se localiza bordeando órganos desencadenando a sufrir de patologías cardiovasculares, de igual manera es un factor que aporta a aumentar insulina poniendo en peligro porque está conlleva a la generación mayor de células cancerígenas. Se recomienda un periodo mínimo de 30 minutos diarios con la finalidad de estimular

los osteoblastos. Se recomienda bailes, caminatas u otros acorde a la edad. (26)
Cuidados de la salud: esta consiste en realizar acciones que aporten a la conservación de la salud, involucra aspectos como la autoevaluación, recaudar información, educarse uno mismo sobre que cuidados debo tener y son los adecuados considerando la edad. (24)

Dimensión psicológica: Vinculado la interacción y relación del medio y facultades que permiten la resolución de conflictos y hechos. Entre ellas se considera la –
Función cognitiva: El ejercer acciones de ocio y recreacional que favorecen para la activación de cerebro incrementando las funciones de la mente, por tanto, se sugiere desarrollar actividades de lectura y retener algo reciente diariamente. –
Apariencia personal: La impresión que tiene de la imagen de uno mismo se asocia directamente con cambios y alteraciones fisiológicas. Esta afirmación se demostró en el estudio de Kaufert, donde evaluó la menopausia asociada a la depresión, determino que la salud de las mujeres se relaciona con hechos o situaciones estresantes que se generan en el entorno familiar en el proceso de la menopausia siendo uno de ellos la depresión producida por la baja autoestima. Por lo tanto, se sugiere que las mujeres opten estrategias para tener tiempo recreativos y de óseo. –
Estado emocional: esta esa afectividad positiva, permanencia emocional y la autoestima son los pilares que contribuyen al confort en las diferentes etapas de la vida. La producción inestable de hormonas incrementa la posibilidad de adquirir depresión a diferencia de quienes aún se encuentran en edad fértil, entonces los cambios efectivos se tornan bruscos y poco controlables, (24,27)

Dimensión social: Un aspecto no menos importante, es decir una combinación entre lo biológico y psicológico para que la mujer alcance a mantener un equilibrio psicodinámico, con el alcance de la satisfacción de necesidades y aspiraciones. –
Relaciones interpersonales: La esencia fundamental es tener la autoestima adecuada, en el núcleo familiar la interacción y la interrelación con hijos son base debido que mientras mayor se desarrollen actividades fraternas de compartir en este ciclo donde se evidencio la unión y vinculo de la familia demuestra y eleva la autoestima estimulando al bienestar de la persona climaterio. Comúnmente existe ausencia de hijos producto de que estos llegan a formar su familia conllevando a la

partida de los hijos estas deben de manejarse afectuosamente; asimismo asociando al indicador de relación de conyugue, todo dependerá si la pareja posee conocimientos correspondientes sobre el tema acerca de las afecciones que presenta la persona con climaterio, priorizando una comunicación fluida y afectiva debido que esto permitirá afrontar y dar ese soporte a la persona. - Círculo social: este indicador comprende en que se debe prometer y conservar la integración familiar y social de la persona, entre ellas resalta el sostente entornos tranquilos, saludables y amigable. (24)

- Recreación: Efectuar actividades recreativas, son consideradas distracciones positivas, la mujer pondrá una pausa a sus problemas y preocupaciones. (28)

Sintomatología propia del climaterio son: Variaciones del periodo menstrual, cansancio, sudoración (29), aflicción en los pechos, problemas urinarios, sequedad vaginal, alteraciones psicológicas. Cada uno de estos signos perduran aproximadamente de 1 a 5 minutos, asimismo se presenta aumento de sudoración por vasodilatación periférica. Estas alteraciones se presentan con frecuencia en los dedos de pies y manos, donde se presenta aumento de temperatura. (30)

Se pueden presentar otros signos que son asociados con la variación del metabolismo, resaltando la resequead vaginal, problemas en las articulaciones, enuresis, patologías cardiovasculares que no están vinculados con los años de la mujer. Incluso la mujer llega a estar irritable y puede presentar inapetencia de apetito sexual a causa de los cambios que está cruzando, lo cual permite la constante vulnerabilidad en su aspecto anímico en su vida cotidiana. (31).

Con respecto a la prevención del climaterio, es conocido que no es posible prevenirlo, por lo tanto se sugiere basarse en una vida saludable; como mantener una dieta balanceada con proteínas, grasas y carbohidratos, aumentar alimentos ricos en calcio, no adoptar hábitos nocivos como el alcoholismo y tabaquismo, conservar el peso corporal adecuado, realizar rutinas de ejercicios considerando edad y estado de salud, en la vida social de la mujer en etapa de climaterio es vital prevenir la exclusión de la persona y se debe motivar incorporar a la familia, comunidad, círculos de acorde a la edad, la finalidad es promover la salud mental,

como también velar por el bienestar de su sexualidad y acudir a controles médicos voluntariamente para prevenir y reducir los trastornos a tiempo (32)

De igual manera lo determinan generalmente los especialistas como: Ginecólogos y endocrinólogos conoedores en procreación, se toma especial importancia en su dieta balanceada diaria, las rutinas de ejercicios y eliminación de hábitos no saludables, como alcohol y tabaco. (33)

- Medicamentos: Incorpora terapias hormonales que ayudan a reducir los síntomas incómodos y así reducir la aparición de enfermedades venideras. Del mismo modo se puede realizar la terapia de remplazo hormonal, la cual es considerada la opción más eficaz para la disminución de los molestos síntomas. No es aceptada positivamente en todas las mujeres por el motivo que llega a aumentar el riesgo de enfermedades cancerígenas y enfermedades propias del corazón. – Fitoestrógenos: compuestos biológicos de plantas acoplándose a receptores de estrógenos, reducen la condensación de colesterol, moderan la aparición de la osteoporosis y reprime la aparición y desarrollo de células malas. – Métodos no farmacológicos: Se introduce a través de actividades físicas con cargas de peso y el consumo de suplemento como es el calcio. (24)

Años atrás, la menopausia se reflejaba como un mal o enfermedad al punto de considerar un problema indeseado, a tal extremo que la mujer aparentaba perder hasta su género. Por fortuna, esto se ha ido modificando y en este siglo, la menopausia no es producto de una enfermedad, más bien se acepta como una fase más de la vida. En primera instancia tenemos a enfermeras y matronas que son los profesionales idóneos para orientar a la mujer en esta transición y contribuir a resolver los problemas consecuentes. (34)

Autoestima: Se pueden determinar varios conceptos: Para Coopersmith es un concepto que se determina cada persona, de ahí surge la postura de rechazo o aceptación y mide la capacidad resolutive de la persona. Se entiende como un aprendizaje subjetiva que se imparte a los otros por transmisiones verbales o de conductas, se entiende que la autoestima negativa llevara a la percepción negativa

de sentimientos como la apatía, retraimiento, dificultad de amar y pasividad; en cambio el desarrollar una alta autoestima se relacionara con personas que presenten vidas más operantes, y presentaran sentimientos de mando sobre las eventos que acontecen, son en grado mínimo ansiosas y con mejores facultades en cuanto a resistir el estrés interior o exterior; las críticas no les afectan, mantienen una adecuada salud física, gozan de sus interacciones interpersonales y aman su libertad. (35)

Realizar una autovaloración es necesaria, porque conllevara a la realización de todo el potencial que se posee y también alcanzar logros en la vida. En la niñez exploramos que no poseemos similitud con los otros, y siempre habrá personas que no nos aceptan. De esas experiencias se crea un juicio por lo que valemos. (36)

La valoración de uno mismo es base en las personas que presentan climaterio, ya que esta comprende en conocerse sobre las potencialidades que se tiene de uno mismo y los logros que obtuvo a lo largo de la vida, este proceso incluye la vida de infancia hasta la actualidad porque desde niñez se experimenta situaciones donde algunos son valorados y otros son rechazados, esta experiencias en la infancia repercuten en la valoración de uno mismo, ya sea aceptación o rechazo a sí mismo, ideas que se generan de cuanto uno vale y por lo que son capaces de dar. (37)

Importancia de la autoestima: La autoestima se considera como una experiencia parte de uno mismo y muy personal que se encuentra al interior de uno mismo, se valora su importancia por qué; supera las barreras personales, fomenta la responsabilidad, determina la autonomía y forma una relación positiva. (38)

Dimensión: Autoestima Positiva: comprende en analizarse uno mismo, donde se descubre y explora su interior el grado de aceptación que posee, a satisfacción que tiene consigo mismo y comprende características propias de sí mismo, reconocer sus habilidades, potencialidades y sus capacidades de hasta dónde puede llegar y sobre todo el conservar actitudes positivas frente a diferentes situaciones buscando mejorar esta.

Se resalta que es bueno tener autoestima positiva ya que genera aspectos positivos de uno mismo, este hecho puede hacer que el individuo logre cumplir metas y objetivos personales conllevando entonces a acrecentar la calidad de vida, asimismo permite moldear la personalidad de uno misma con la que se encuentra muchas veces satisfecha, teniendo pensamientos y percepciones positivas aspectos que contribuyen a afrontar situaciones y circunstancias de la mejor manera posible, con creatividad y buena actitud de ver y observar las cosas.

Dimensión: Autoestima Negativa: este tipo de autoestima se enmarca en calificarse a uno mismo de manera devaluante y de desprecio, sin resaltar sus capacidades y habilidades, expresando nula valoración y escasa simpatía hacia sí mismo, comúnmente estas se expresan en poco orgullo, fracaso, respeto nulo y sentimientos de impotencia.

Se refiere que este tipo de autoestima contribuye de manera negativa en la salud de las personas, inclusive es causa de muchas enfermedades que se plasman de manera física. (36)

Niveles de Autoestima: Se enfoca en la capacidad de conocer nuestra conciencia acerca del potencial que se posee y habilidades. El nivel de autoestima se expresa a través de la actitud de aprobación o desaprobación, indicando el grado que cada persona se considera capaz, significativa competente y exitosa. (39)

Partiremos por un tema fundamental, se expone que la autoestima se expresa en tres diferentes niveles, ya que cada persona va desarrollando un tipo de autoestima de acuerdo a los sucesos que atraviesa, no obstante, existen hechos que intervienen en esta, el afecto y auto concepto que posibilitan dichas alteraciones en los individuos, que intervienen en la actitud y comportamiento de cada uno en el proceso que puede cambiar de acuerdo a cada contexto.

Autoestima alta: consiste en que uno mismo sabe y valora su potencial desarrollado, se manifiesta como eficaz, exitosa y expresiva en diferentes ámbitos de su vida, manteniendo un nivel de liderazgo alto e inclinado a las relaciones públicas. Asimismo, se resalta que los individuos con alta autoestima tienen a mostrar autodestrucción baja, demuestran confianza mayor, son dedicados y

centradas dando gracias por las oportunidades de la vida y son reconocidas de manera sociable.

Autoestima media: se caracteriza por conservar actitudes positivas, con esperanza y tolerancia frente a sus limitaciones, derrotas y negativismo se aceptan y valoran prestando atención a sus requerimientos sin embargo en situaciones dificultosas se presentarán rasgos de una autoestima baja, con dificultades para levantarse de ello.

Autoestima baja: Representada por la presencia mayor de estados de ánimos bajo y negativos, comúnmente se excluyen porque no se aceptan y siente que no son atractivos o creen que son incapaces para opinar por tanto no defienden ni expresan sus ideas y si lo hace es con miedo y temor, conteniendo sentimientos de debilidad por tanto no pueden enfrentar su propios temores, tienen preocupación mayor por las críticas del que dirán sus compañeros o su medio entorno, ponen en duda sus capacidades sumergiéndose en su mundo, presentando a menudo incompetencia y frustración. (36)

De acuerdo a estudios preliminares se encontró que las mujeres que tienen confianza en sí mismo, son satisfechas consigo mismo en el plano familiar, sexual y personal tienen a experimentar un climaterio con síntomas poco detectados debido que consideran que esta etapa es parte de sí mismas por tanto afrontar de manera favorable, a diferencia de aquellas que presentaron problemas de baja estima hacia sí mismas son quienes sufren y presentan síntomas con significancia mayor por tanto no pueden afrontar de manera favorable, repercutiendo en su personalidad del individuo, demostrando que a mayor estima en sí mismas mejor es la síntomas de climaterio. (40)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación: Básica porque solo prioriza acrecentar el conocimiento.

Diseño de Investigación: Este estudio se orientó desde el enfoque cuantitativo con diseño no experimental, descriptiva, correlacional, transeccional, porque se recopiló la información en un solo momento.

3.2. Variables y operacionalización

Variable independiente: Nivel de conocimiento del climaterio

Variable dependiente: Nivel de autoestima en el climaterio. (Anexo 1)

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: Estuvo compuesta usuarias que asisten al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca. Con características de 35 a 55 años que son programadas para las diferentes atenciones siendo un total de 2500 según la programación de población sujeto de programación para el año 2022.

Criterios de inclusión:

- Mujeres atendidas en los consultorios del Centro de Salud Santa Catalina de 35 años en adelante.
- Mujeres que autoricen participar de la investigación, mayores de 35 años de edad.
- Mujeres que participan de manera voluntaria en la investigación.

Criterios de exclusión

- Mujeres menores de 35 años.
- Mujeres que reciben tratamiento alguno para afrontar patologías infecciosas o crónico degenerativas.
- Mujeres que no den autorización.

Muestra: Se halló la muestra a través de la fórmula para población finita, obteniendo el resultado de 125 mujeres en etapa de climaterio en estudio.

Muestreo: El tipo de muestreo aplicado fue probabilístico.

Unidad de análisis: Compuesta por cada una de las mujeres que atraviesan el climaterio del Centro de Salud Santa Catalina de Juliaca.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

La técnica fue la encuesta.

Instrumento

Se utilizó un cuestionario, para la primera variable para medir el nivel de conocimiento denominado Nivel de conocimiento sobre climaterio, y para la segunda variable autoestima, se desarrolló la aplicación del test de Rosseberg.

3.5. Procedimientos

El procedimiento de recopilación de la información constó en los siguientes pasos:

- Primeramente se gestionó la autorización al director del Centro de Salud para poder realizar la investigación.
- Se realizó la presentación de la investigadora.
- Se seleccionó la muestra conformada por mujeres según los criterios de inclusión, se brindó pautas en qué consistía la investigación, como también se procedió al firmado del consentimiento informado.
- Se les entregó el cuestionario y test a cada participante, las cuales fueron respondidas en un periodo de 15 minutos, con el fin de conocer nivel de conocimiento y autoestima.
- Se aplicó una prueba de normalidad. (ver anexo).

3.6. Método de análisis de datos

La población objetiva del centro de salud Santa Catalina Juliaca, fue abordada en varios periodos de tiempo, para responder a los objetivos establecidos se requirió aplicar y valerse de la estadística descriptiva que permitió sistematizar en tablas y representaciones numéricas.

Asimismo, en el proceso de recopilación de información se pasó a tabular en tablas que permitieron trasladar datos a programa SPSS.

Para obtener el análisis estadístico e interpretación de datos se siguió los siguientes pasos:

Fase I: Se seleccionó programas estadísticos que son Microsoft Excel 2016, y SPSS® 23.0.

Fase II: Se obtuvieron los dos softwares para el análisis de datos, se dispusieron y se comprobaron su funcionalidad en la laptop para el desarrollo del estudio.

Fase III: Se procedió a la inspección respectiva de los datos recogidos por los instrumentos seleccionados. En el software Excel, se trabajó para transformar la valoración de los ítems de los instrumentos aplicados para cada variable, estas conversiones se realizaron con el propósito de agrupar las puntuaciones totales.

Fase IV: El software SPSS fue imprescindible para elaborar las medidas escalares a medidas ordinales obtenidas en el Excel, disponiendo estadística descriptiva y análisis de frecuencias mediante tablas.

Para la comprobación de hipótesis se recurrió a utilizar el coeficiente de correlación Rho de Spearman, prueba de medición que permite el nivel de relación estadística para las variables categóricas, en el cual los rangos giran alrededor de (-1) a más (+1), con el objetivo de medir la relación.

3.7. Aspectos éticos

Se trabajó rigiéndose en los mencionados aspectos:

Respeto a las personas: El respeto de la libertad de cada persona es inviolable, por tal motivo tienen que ser respetados sus derechos, por ello es importante reconocer y salvaguardar su independencia.

Beneficencia: Siempre salvaguardado la integridad físico mental de la participante.

Justicia: Siempre velando por el mejor trato e igualdad entre todas los participantes.

Consentimiento informado. El respeto por las demás personas exige que se dé a cada sujeto la posibilidad de participar o no, en la posibilidad de sus capacidades, Se garantiza el participar voluntariamente después de haber entendido la dinámica que la autora pretende lograr.

IV. RESULTADOS

TABLA 1

Datos demográficos generales.

Edad	N	%	Nivel de estudios	N	%	Estado civil	N	%	Ocupación	N	%
Entre 35 a 45 años	59	47,2%	Sin estudios	9	7,2%	Soltera	10	8,0%	Ama de casa	58	46,4%
Entre 46 a 55 años	66	52,8%	Primaria	28	22,4%	Casada	43	34,4%	Trabaja	51	40,8%
			Secundaria	68	54,4%	Conviviente	59	47,2%	Estudia	8	6,4%
			Técnica. Sup.	15	12,0%	Viuda	12	9,6%	Ninguno	8	6,4%
			Universitario	5	4,0%	Divorciada	1	0,8%			
Total	125	100%	Total	125	100%	Total	125	100%	Total	125	100%

Fuente: Aplicación de instrumento de recolección de datos sobre el nivel de conocimiento y autoestima en mujeres en etapa de climaterio.

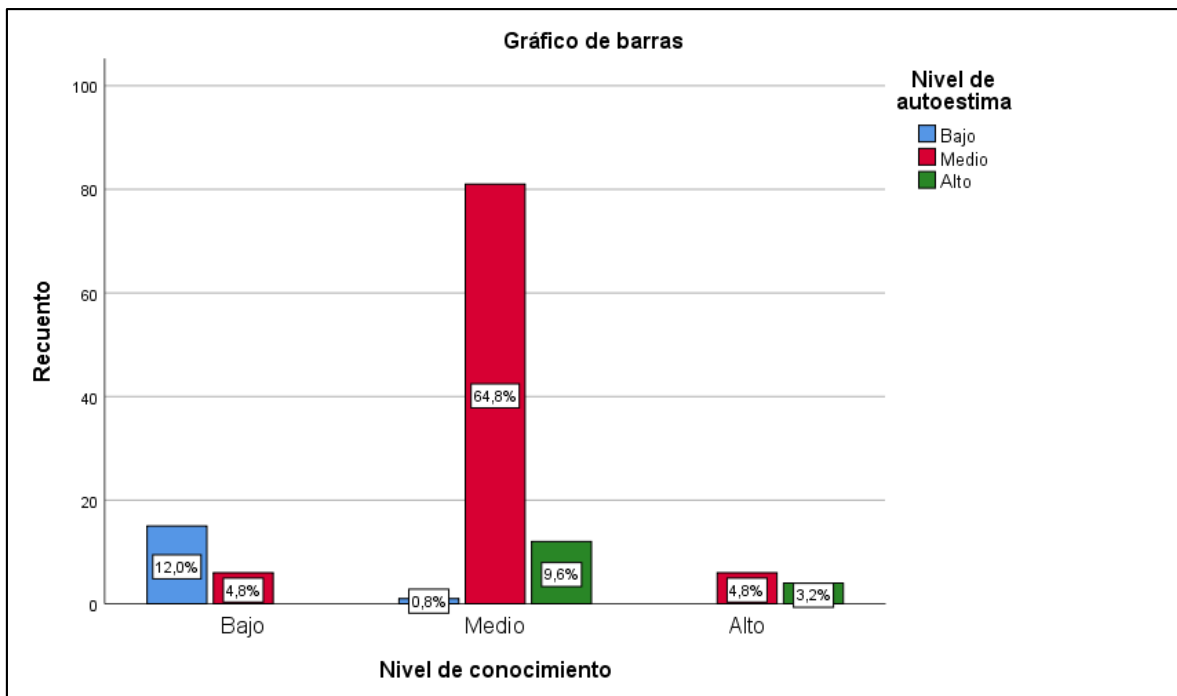
En la tabla 1 se muestran los datos sociodemográficos donde para la edad de la mujer el 52,8% obtuvo una edad predominante entre 46 a 55 años de edad, así mismo predominó con un 54,4% de nivel secundario respecto al grado de instrucción desarrollado por la mujer, como también el 47,2% con un estado civil conviviente y finalmente con un 46,4% de ocupación de ama de casa.

TABLA 2

Relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

Nivel de conocimiento	de	Nivel de autoestima			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Bajo	N	15	6	0	21
	%	12,0%	4,8%	0,0%	16,8%
Medio	N	1	81	12	94
	%	0,8%	64,8%	9,6%	75,2%
Alto	N	0	6	4	10
	%	0,0%	4,8%	3,2%	8,0%
Total	N	16	93	16	125
	%	12,8%	74,4%	12,8%	100,0%

Nota estadística: *Rho de Spearman* = 0,622; *Valor p* = 0.000



Fuente: Aplicación de instrumento de recolección de datos sobre el nivel de conocimiento y test de Rosenberg.

Figura 1. Relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

En la tabla 2 y figura 1 se muestran la relación entre el nivel de conocimientos y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de salud Santa Catalina de la ciudad de Juliaca, donde el 75,2% de las encuestadas tiene un nivel de conocimientos medio, de los cuales el 64,8% presenta un nivel de autoestima medio. Por otro lado, el 16,8% de las encuestadas tiene un nivel de conocimientos bajo de los cuales el 12,0% presenta un nivel de autoestima bajo. Finalmente, en 8,0% tiene un nivel de conocimientos alto, de los cuales el 4,8% presenta un nivel de autoestima medio.

Siendo los resultados del objetivo general Que está basado en la estadística inferencial es necesario realizar la prueba de hipótesis y en este caso lo realizamos mediante la prueba de Rho de Spearman, planteando las siguientes hipótesis de investigación.

Planteamiento de hipótesis

H_a Si existe relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

H_0 No existe relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

Regla de decisión:

Se acepta la H_a y se rechaza H_0 : $Rho \neq 0,000$; $Pvalue < 0,05$

Se acepta la H_0 y se rechaza H_a : $Rho = 0,000$; $Pvalue > 0,05$

Teniendo dichas reglas de decisión se determina los coeficientes de correlación mediante el programa estadístico SPSS

Determinación de la Rho de Spearman

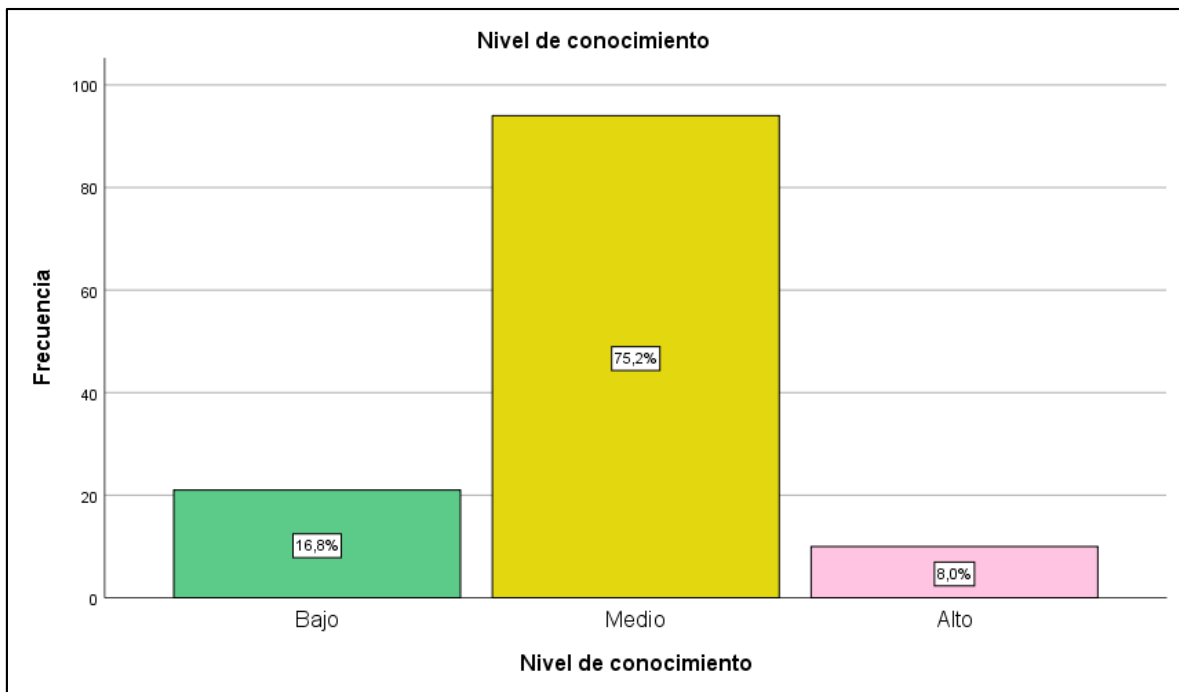
Medidas simétricas					
		Valor	Error estándar asintótico ^a	T aproximada ^b	Significación aproximada
Intervalo por intervalo	R de Pearson	,613	,068	8,602	,000 ^c
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	,622	,073	8,800	,000 ^c
N de casos válidos		125			
a. No se presupone la hipótesis nula.					
b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.					
c. Se basa en aproximación normal.					

Según la determinación del coeficiente de correlación Rho de Spearman, que tiene un valor de 0,622 que es diferente al 0,000 ($Rho \neq 0,000$), si un valor P o significación aproximada igual a 0,000 menor a 0,05 ($Pvalue < 0,05$), cumple la primera regla de decisión en lo cual se acepta la hipótesis de investigación (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_o), Si existe relación entre el nivel de conocimientos y la autoestima en mujeres etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022. Cabe recalcar que el valor del coeficiente de correlación Rho de Spearman De 0,622 significa una correlación positiva moderada lo cual se deduce que mientras mejor sea el nivel de conocimiento en las mujeres, moderadamente mejorará el nivel de autoestima que tienen ellas en la etapa del climaterio.

TABLA 3

Nivel de conocimiento en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

Nivel de conocimiento	Escala	N	%
Bajo	0 – 3	21	16,8%
Medio	4 – 8	94	75,2%
Alto	9 – 12	10	8,0%
Total		125	100,0%



Fuente: Aplicación de instrumento de recolección de datos sobre el nivel de conocimiento.

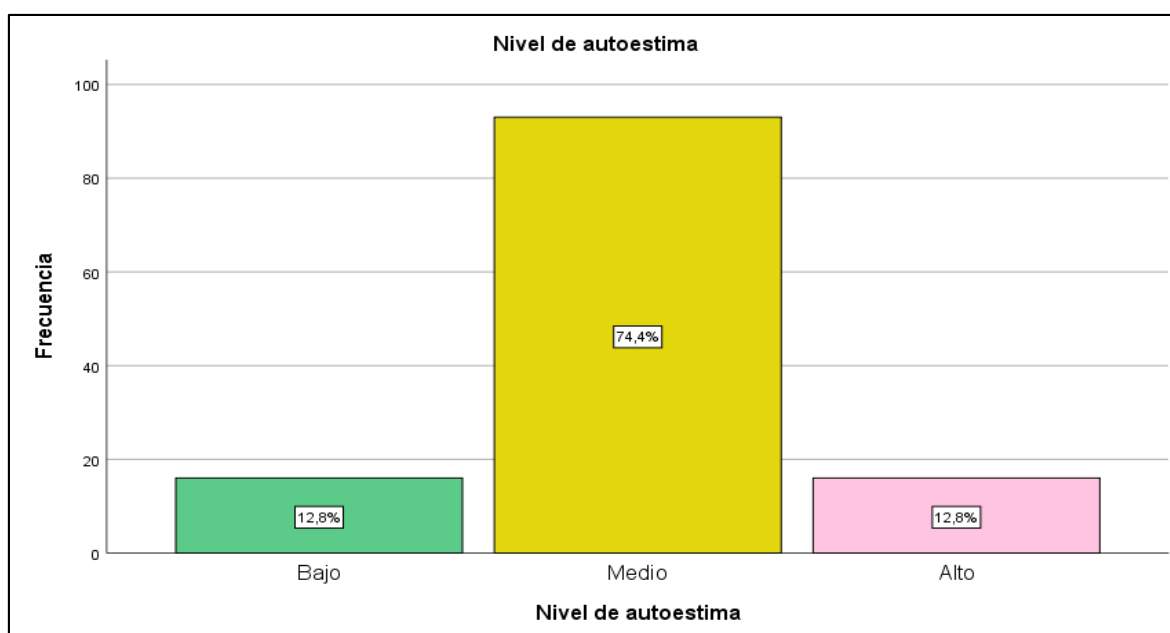
Figura 2. Nivel de conocimiento en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

En la tabla 3 y la figura 2 se muestra el nivel de conocimientos de las mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de salud Santa Catalina de la ciudad de Juliaca en el año 2022. del 100% de las encuestadas, el 75,2% tiene un nivel de conocimientos medio, seguido de un 16,8% que tiene un nivel de conocimientos bajo y el 8,0% tiene un conocimiento de nivel alto, cuyos datos fueron hallados mediante escalas valorativas de calificación (baremos) según la prueba de evaluación basado en 12 preguntas.

TABLA 4

Nivel de autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

Nivel de autoestima	Escala	N	%
Bajo	10 – 19	16	12,8%
Medio	20 – 29	93	74,4%
Alto	30 – 40	16	12,8%
Total		125	100,0%



Fuente: Aplicación del Test de Rosenberg.

Figura 3. Nivel de autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

En la tabla 4 y figura 3 se muestra el nivel de autoestima y mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de salud Santa Catalina de la ciudad de Juliaca en el año 2022. del 100% de las encuestadas, el 74,4% presenta un nivel de autoestima medio, seguido de un 12,8% que presenta un nivel de autoestima bajo, y el mismo porcentaje (12,8%) presenta un nivel de autoestima alto, recolectando

la información mediante un test de autoestima de Rossemberg con su respectiva escala valorativa.

V. DISCUSIÓN

El estudio orientado en determinar la relación entre el nivel de conocimiento y autoestima en mujeres en etapa de climaterio, con un diseño no experimental, descriptivo de carácter correlacional, lo cual garantizo que el investigador no manipule las variables.

En el climaterio cada mujer independientemente de otras vive y hace frente de manera diferente de acuerdo a las características que esta tiene, es decir la intensidad y duración de los síntomas que presentan cada una, en el proceso de transición climática, ya que surgen distintos cambios en el organismo de la mujer, esto también está incidido por diferentes determinantes socioculturales del entorno donde se encuentra inserta la mujer.

Con respecto a los datos sociodemográficos se muestra que para la edad de la mujer el 52,8% obtuvo una edad predominante entre 46 a 55 años de edad, así mismo predominó con un 54,4% de nivel secundario respecto al grado de instrucción desarrollado por la mujer, como también el 47,2% con un estado civil conviviente y finalmente con un 46,4% de ocupación de ama de casa. Con respecto al estudio de Esquia⁶ donde se determinó que el 43% de mujeres tenían edades de 39 a 45 años, teniendo estado civil de conviviente con 40%, con secundaria concluida con 46%; en comparación con este trabajo podemos afirmar que se encuentra una similitud casi total.

En cuanto al nivel de conocimiento para el climaterio se obtuvo un 75,2 % con un conocimiento medio, seguido de un 16,8% que tiene un nivel de conocimientos bajo y el 8,0% tiene un conocimiento de nivel alto, con respecto al trabajo de Esquia⁶ en el 2017 donde coincide que el 46.9% (68) de mujeres presentó un nivel medio de conocimiento sobre climaterio, mientras que el 29% (42) nivel alto y no coincide y el 24.1% (35) nivel bajo que tampoco coincide.

En cuanto al nivel de autoestima en mujeres del Centro de Salud Santa Catalina que están enfrentando la etapa del climaterio se evidencio resultados del 100% de las encuestadas, donde el 74,4% presenta un nivel de autoestima medio, seguido de un 12,8% que presenta un nivel de autoestima bajo, consecuentemente el mismo porcentaje de 12,8% presenta un nivel de autoestima alto, recolectando la información mediante un test de autoestima de Rossemberg con su respectiva escala valorativa, mientras comparamos con el trabajo de investigación de Maquera³⁹ se observa resultados con un desacuerdo total en los porcentajes ya que no se encuentran coincidencias en alguno de los porcentajes; donde el 55% demostró tener baja autoestima, seguido del 21% con autoestima moderado y solo el 9% tuvo autoestima alta, demostrando que la autoestima es fundamental en el proceso climaterio debido que influirá significativamente en el fortalecimiento emotivo que permite afrontar de manera favorable todo este proceso, sus síntomas como sus consecuencias.

El poseer conocimientos sobre climaterio será de gran ayuda para afrontar la travesía del climaterio y su impacto en la autoestima, los resultados presentados tanto para el nivel de conocimiento y nivel de autoestima pueden llegar a niveles altos, con la colaboración del personal de salud adecuado y sobre todo con el apoyo del entorno familiar y social, ya que se evidencia un conocimiento medio, y esto propicia a una información inadecuada.

En el Perú, en algunos de sus departamentos se cuenta con el servicio exclusivo de climaterio, pero esto sucede solo en algunos departamentos, en la Provincia de San Román no se cuenta con dicho servicio, entonces por lo mencionado no se realiza promociones y prevenciones para el climaterio, tampoco se brinda la preparación psicológica a la mujer climatérica ya que en estos tiempos se aborda la salud mental, pero no en su totalidad.

En cuanto a lo antes mencionado. Se puede afirmar que a mayor nivel de conocimiento sobre el climaterio mayor será la autoestima que presenten las mujeres que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.

VI. CONCLUSIONES

PRIMERO: La presente investigación concluye que existe correlación, por lo cual, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Cabe recalcar que el valor del coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0,622 significa una correlación positiva moderada lo cual se deduce que mientras mejor sea el nivel de conocimiento en las mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de salud santa Catalina, Juliaca 2022, moderadamente mejorará el nivel de autoestima que tienen ellas en la etapa del climaterio.

SEGUNDO: En función de la variable relacionada con la identificación del nivel de conocimiento del climaterio en mujeres que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022 .Se distribuyó de la siguiente manera: el 75,2% contaba con un nivel de conocimiento medio, el 8,0% se encontró en el nivel alto y un 16,8%, se ubicó en un nivel bajo, por lo cual, se deduce que el nivel de conocimiento de las mujeres que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022 es de un nivel medio.

TERCERO: En función de la variable relacionada con la identificación del nivel de la autoestima en mujeres que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022 .Se distribuyó de la siguiente manera: el 74,4% contaba con un nivel de autoestima media, el 12,8% se encontró en el nivel de autoestima alta y 12,8%, se ubicó en un nivel bajo, por lo cual, se deduce que el nivel de autoestima de las mujeres que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022 es de un nivel medio.

VII. RECOMENDACIONES

PRIMERO: Se recomienda al núcleo familiar (pareja, hijos y demás) transmitir respeto, empatía, orientación, comunicación frecuente y sobre todo apoyo emocional, así la mujer climatérica fortalecerá su nivel de autoestima y logrará llegar a la plenitud como mujer.

SEGUNDO: Se recomienda a la DIRESA Puno implementar el consultorio de climaterio en cada establecimiento de salud, ya que es evidente el conocimiento sesgo, y la mujer al no tener la información más adecuada llega a confundir todo el proceso con una enfermedad. De igual manera se recomienda al personal de enfermería brindar confianza y una orientación de acuerdo a la edad y nivel de conocimiento sobre climaterio en cada mujer.

TERCERO: Se recomienda a los futuros tesisistas profundizar la investigación, como también brindar clases modelos informativas, y llegar al diagnóstico de enfrentamiento de la mujer Juliaqueña en etapa de climaterio.

REFERENCIAS

1. Peña C. Calidad de vida de mujeres en etapa de climaterio en una unidad del primer nivel de atención de salud Manchay. Tesis de pregrado. Lima: Escuela de enfermería padre Luis Tezza afiliada a la universidad Ricardo Palma; 2016.
2. Dalbert D. Enfoque Holístico del Climaterio. Rev Nuestro Hospital [Publicación periódica en línea]. 1997 [citada: 2022 mayo 20]; 1 (2): 1-5 Disponible en: <https://es.scribd.com/document/451819553/Dalbert-D-Enfoque-holistico-del-climaterio>
3. Aldana E, Mota C. Presencia, severidad y frecuencia de síntomas en mujeres climatéricas pacientes del Instituto Nacional de Perinatología. Psicología y Salud. [Publicación periódica en línea]. 2020 Julio- Diciembre [citada: 2022 mayo 28]; 30(2): 207-216. Disponible en: <https://doi.org/10.25009/pys.v30i2.2655>
4. Llanos F. Conocimientos, actitudes y sintomatología referida a la menopausia en mujeres de un distrito rural de la sierra peruana. Rev Med Hered [Publicación periódica en línea]. 2004 Ene [citada: 2022 julio 09]; 15(1): 24-29. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2004000100006&lng=es.
5. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta demográfica y de salud familiar – ENDES 2015. Nacional y Departamental. [Publicación periódica en línea] 2015. [citada: 2022 mazo 20]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1199/libro.pdf
6. Esquia J. "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 de pregrado. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2018.
7. Torres A. Conocimientos y prácticas sobre el autocuidado en la premenopausia en las usuarias de un centro de salud de Lima, 2017. Tesis de pregrado. Lima. Universidad Mayor de San Marcos; 2018.

8. Ticona I. Prácticas de autocuidado y calidad de vida en mujeres en la etapa de climaterio del Establecimiento de Salud i-2 9 de Octubre Juliaca. Tesis de pregrado. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2019.
9. Monterrosa A, Durán L, Salgado M. Manifestaciones menopaúsicas y calidad de vida en afrocolombianas. Valoración con escala Cervantes*. Iatria [Internet]. Diciembre de 2017 [citada: 2022 julio 13]; 30(4): 376-390. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-07932017000400376&lng=en. <https://doi.org/10.17533/udea.iatreia.v30n4a03> .
10. Fuentes C. Climaterio y morbilidad en mujeres de edad mediana trabajadoras del Hospital González Coro. 2017-2018. Tesis de Científico de master en investigaciones en climaterio y menopausia. La Habana: Universidad de Ciencias Médicas de la Habana; 2019.
11. Díaz J, López N. Conocimientos y prácticas interculturales de autocuidado en las mujeres menopaúsicas en Nuevo Triunfo provincia de Morona Santiago, 2017". Tesis de pregrado. Cuenca: Universidad de Cuenca; 2018.
12. Ibrahim A. Desarrollo del conocimiento en Enfermería. Teoría de las transiciones Colombia: Blogger; [Publicación periódica en línea]. [citada: 2022 marzo 09]. Disponible en: http://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-las-transiciones_1.html Martínez P. Calidad de vida de las mujeres durante el periodo climatérico. Tutores: Pérez J. Arias O. [Disertación] León 2015.
13. García F, López V, Toronjo A, Toscano T, Contreras A. Valoración de conocimientos sobre el climaterio en mujeres andaluzas. Aten Primaria [Publicación periódica en línea]. 2000 [citada: 2022 marzo 29]; 26(7): 476–481. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656700787075?via%3DiHub>
14. Carranza S. Atención integral del Climaterio [en línea]. México: Interamericana McGraw-Hill; 1998. [citada: 2022 julio 20] (pp. 30). Disponible en: <https://www.laleo.com/atencion-integral-del-climaterio-p-9022.html>
15. Ministerio de Sanidad y consumo. Efectividad y uso adecuado de las intervenciones en el manejo de los problemas que aparecen en el climaterio.

AETSA [Publicación periódica en línea]. [Acceso el 18 de marzo del 2022].
Disponible en:
https://www.aetsa.org/download/publicaciones/antiguas/AETSA_2006-29_Climaterio.pdf

16. Capote M, Segredo A, Gómez O. Climaterio y menopausia. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2011 Dic [citada: 2022 julio 10]; 27(4): 543-557. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252011000400013&lng=es

17. Navarro J, Calaf J, Comino R, Ferrer J, Magnani E, Parrilla J, et al. "El climaterio". Barcelona: Masson; 1999.

18. Salvador J. Climaterio y menopausia: epidemiología y fisiopatología. Rev. Peru. Ginecol. Obstet. [Publicación periódica en línea]. 2008 [citada: 2022 abril 18]. 54:61-78. Disponible en: http://www.spog.org.pe/web/revista/index.php/RPGO/article/viewFile/1092/pdf_115

19. Testa R. Ginecología. "Fundamentos para la práctica clínica". [en línea] 2ª edición. México. Editorial. Panamericana; 2011. [citada: 2022 mayo 09] Págs.: 312-320. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/410176535/Ginecologia-Fundamentos-para-la-practica-clinica-Testa-booksmedicos-org-pdf>

20. Torres A, Torres J. Climaterio y menopausia. Rev. Fac. Med. (Méx.) [Publicación periódica en línea]. 2018 Abr [citada: 2022 Julio 13]; 61(2): 51-58. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422018000200051&lng=es.

21. Shayo S. ¿Es lo mismo Climaterio que Menopausia? [Internet]. Argentina. Asociación Argentina Para el Estudio del Climaterio. [Acceso 09 Marzo 2022]. Disponible en: <http://www.aapec.org/index.php/comunidad/generalidades/394-es-lo-mismo-climaterio-que-menopausia>

22. Vega S. Cuidados y abordaje de enfermería en el climaterio. Trabajo de fin de grado. Universidad de Valladolid; 2016/17.

23. Qué es la menopausia y cuáles son sus etapas. [Internet]. [citada: 2022 marzo 09]. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/salud-y-bienestar/menopausia>
24. Cárdenas P. “Estilos de vida en mujeres en etapa menopáusica. Consultorio de obstetricia del Puesto de Salud los Quechuas – Independencia 2018”. Tesis de pregrado. Perú: Universidad César Vallejo; 2018.
25. Chalco N. Cuidado integral a la mujer en la etapa del climaterio. 2009th ed. JCMC, editor. Lima: universitaria UNAC; 2009.
26. Heras M, Recalde A, Rodríguez A, Bone L, Álava G, de la Cruz L. Menopausia y actividad física: manual para la atención físico-educativa. Rev Cubana Invest Bioméd [Internet]. 2017 Jun [citada: 2022 agosto 11]; 36(2): 138-149. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200012&lng=es.
27. Blanco D, Aristizabal G, Sanchez A, Ostiguin R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Researchgatenet. 2018. [Revista virtual] [citada: 2022 abril 20]. Enferm. univ vol.8 no.4 Ciudad de México oct./dic. 2011. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es.
28. Pinkerton J. Menopausia. MSD Salud [Publicación periódica en línea]. 2021. [citada: 2022 mayo 20]. Disponible en: <https://www.msdmanuals.com/es-pe/professional/ginecolog%C3%ADa-y-obstetricia/menopausia/menopausia>
29. Monsalve C, Reyes V, Parra J, Chea R. Manejo terapéutico de la sintomatología climatérica. Rev. peru. ginecol. obstet. [Internet]. 2018 Ene [citada: 2022 Agosto 11]; 64(1): 43-50. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-51322018000100007&lng=es.
30. La menopausia. Síntomas del climaterio [Internet]. 2016 [citada: 2022 febrero 19]. Disponible en: <https://queeslamenopausia.org/sintomas-del-climaterio>

31. San Hipólito A. Climaterio y menopausia: diferencias [Internet]. 2020 [citada: 2022 febrero 18]. OnSalus. Disponible en: <https://www.onsalus.com/climaterio-y-menopausia-diferencias-19682.html>
32. Rojas J, Gonzales G, Olavide J, Pacora P. Atención del climaterio y menopausia en la mujer peruana. Diagnóstico [Publicación periódica en línea] 2013 Abril/Junio citada: 2022 julio 25]; 52(2): [80-99]. Disponible en: <http://repebis.upch.edu.pe/articulos/diag/v52n2/a4.pdf>
33. La menopausia. Síntomas del climaterio [Internet]. 2016 [citada: 2022 febrero 19]. Disponible en: <https://queeslamenopausia.org/sintomas-del-climaterio>
34. Gonzales R. Enfermería, mucho que aportar a la mujer a la menopausia. Diario el enfermero. [Internet]. 2017 Agosto 19, [citada: 2022 marzo 23]. Disponible en: <http://diarioenfermero.es/enfermeria-mucho-aportar-la-mujer-la-menopausia/>
35. Lara C, Verduzco M, Acevedo M, Cortés J. Validez y confiabilidad del inventario de autoestima de Coopersmith para adultos en población Mexicana. Rev Latinoam Psicol. [Publicación periódica en línea]. 1993 [citada: 2022 julio 20]; 25 (2): 247-255. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525207>
36. Vidal, E. Autoestima y estilos de afrontamiento en estudiantes de 3° de secundaria de la Institución Educativa 2095 Herman Buse de la Guerra –Los Olivos, 2018. Tesis para Magister: Lima: Universidad César Vallejo; 2019.
37. Sanchez M. Autoestima Familiar. Lima: Ediciones Mirbet S.A.C., Perú; 2011.
38. Vildoso J. Influencia de la Autoestima, satisfacción con la profesión elegida y la formación profesional en el coeficiente intelectual de los estudiantes del tercer año de la Facultad de educación. Tesis para Magister: Lima: Universidad Mayor de San Marcos; 2002.
39. Maquera P. Calidad de vida y nivel de autoestima en mujeres climatéricas del hospital Hipólito Unanue de Tacna, julio-diciembre, 2012. [Tesis de pregrado]. Tacna: Universidad Jorge Basadre Grohmann; 2013.

40. Jarita F, Tarqui E. Autocuidado y Calidad de vida en la etapa de climaterio en enfermeras del Hospital Regional Honorio Delgado. [Tesis de Licenciatura]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín; 2016.

ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Nivel de conocimiento	Hace mención al nivel de información a la que ha llegado la persona como la interpretación de una idea atravesado en una experiencia. (13)	Se evaluó a través de un cuestionario de 12 preguntas que nos ayudara a medir el nivel de conocimiento en aspectos generales del climaterio.	Aspectos cognitivos	- Definición - Fases - Sintomatología - Prevención - Tratamiento	Ordinal/Razón Alto (9-12) Medio (4-8) Bajo (0-3)
Autoestima	Evaluación que el individuo hace de sí mismo, la cual expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica el grado en que el individuo se cree capaz, significativo, exitoso y valioso. (39)	Se evaluó a través de un test de 10 preguntas que nos ayudara a medir la autoestima de las mujeres en etapa del climaterio.	Emocional: expresado de forma positiva	-Soy digna de afecto -Tengo buenas cualidades -Hago las cosas tan bien como las demás -Actitud positiva hacia mí misma. -Satisfacción de mí misma.	Ordinal/Razón Alto (30-40) Medio (20-29) Bajo (10-19)

			Emocional: expresado de forma negativa	-No tengo mucho de que estar orgullosa. -Pienso que soy fracasada -Respeto por mí misma -Pensar que soy inútil. -Pensar que no soy buena persona.	
--	--	--	---	---	--

Anexo 2. Cálculo de la muestra

$$n = \frac{Z^2 \cdot P \cdot (1-P) \cdot N}{e^2(N-1) + Z^2 P \cdot (1-P)}$$

Ajuste muestral

$$n = \frac{n_o}{1 + \frac{n_o}{N}}$$

Dónde:

n es el tamaño de muestra buscado

N es el tamaño de la población o universo (2500)

Z es el parámetro estadístico que depende el nivel de confianza (1,96)

e es el error de estimación máximo aceptado (0,05)

p es la probabilidad de que ocurra el evento estudiado (éxito) (0,6)

q es la probabilidad de que no ocurra el evento estudiado (0,4)

Obteniéndose, de ese modo, un tamaño de muestra de 125 mujeres en etapa de climaterio.

Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
Instrumento de recolección de datos**

NIVEL DE CONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA EN MUJERES EN ETAPA DE
CLIMATERIO QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SANTA CATALINA,
JULIACA 2022

Nivel de conocimiento sobre climaterio

Autor: Bach. Marleny Condori Vilca

Año: 2022

INSTRUCCIONES:

Marque con una (X) la alternativa de las siguientes preguntas, de acuerdo a aquella que crea la adecuada.

La encuesta es confidencial y será manipulada solo por la investigadora (responsable del estudio de investigación), por lo que el anonimato está garantizado.

I. DATOS GENERALES

1. Edad:

- Entre 40 a 55 años ()
- Entre 56 a 60 años ()

2. Nivel de estudios:

- sin estudios ()
- Primarios ()
- Secundarios ()
- Técnica superior ()
- Universitarios ()

3. Estado civil

- Soltera ()
- Casada ()
- Conviviente ()
- Viuda ()
- Divorciada ()

4. Ocupación

- Ama de casa ()
- Trabaja ()
- Estudia ()
- Ninguno ()

II. CONOCIMIENTOS SOBRE CLIMATERIO

1. ¿Qué entiende por climaterio?

- a) Es el aumento de los niveles de azúcar en la sangre.
- b) Etapa donde la mujer pasa de la vida reproductiva a la no reproductiva.
- c) Es una infección de la vagina.

2. ¿Porque se produce el climaterio?

- a) Porque la menstruación es irregular.
- b) Por la disminución de hormonas en los ovarios de la mujer.
- c) Por infecciones vaginales.

3. ¿Cuánto tiempo dura el climaterio?

- a) 8 a 12 años
- b) 10 a 14 años
- c) 10 a 12 años

4. ¿Cuál es la edad normal en la que aparece el climaterio?

- a) A los 40 años
- b) A los 50 años
- c) A los 55 años

5. ¿Cuáles son las fases del climaterio?

- a) Perimenopausia (Tiempo donde la mujer comienza a dejar de producir óvulos) y Menopausia (Es la última menstruación de la mujer).
- b) Postmenopausia (Fase que ocurre después de la última menstruación).
- c) Todas las anteriores.

6. ¿Cuáles son los síntomas más comunes del climaterio?

- a) Alteraciones en la menstruación, bochornos, sudoraciones nocturnas, sequedad vaginal., problemas urinarios, trastornos psicológicos (insomnio, depresión, irritabilidad).
- b) Sudoraciones nocturnas, dolores de cabeza, vómitos, náuseas, gripe.
- c) Dolores musculares, Cansancio, falta de apetito, debilidad general.

7. ¿Cuáles son las causas a largo plazo en el climaterio?

- a) Dolores de cabeza, bajo peso, mareos y vómitos.
- b) Descalcificación de los huesos y enfermedades del corazón.
- c) Todas las anteriores

8. ¿Se asocia el climaterio con el envejecimiento de la mujer?

- a) Si se asocia
- b) No se asocia
- c) No sé

9. ¿Cuál es la prevención del climaterio?

- a) Seguir una dieta equilibrada, dejar de fumar y reducir el consumo de alcohol, mantener el peso corporal saludable.
- b) Practicar ejercicio, evitar el aislamiento, promover el bienestar mental, incluyendo atención a la sexualidad, acudir a las revisiones médicas.
- c) Todas las anteriores.

10. ¿Durante el climaterio porque es importante realizar ejercicios?

- a) Disminuye el riesgo de presentar asma.
- b) Disminuye el envejecimiento de la piel.

c) Disminuye el riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares.

11. ¿Para usted cuál es el tratamiento indicado durante el climaterio?

a) Consumir alimentos ricos en hierro.

b) Dieta balanceada, practica de ejercicios, suspensión hábitos dañinos, hormonas, suplemento de calcio, vitaminas.

c) Ninguna de las anteriores.

12. ¿Es necesario realizarme controles médicos, aunque no presente los síntomas del climaterio?

a) Si es necesario

b) No es necesario

c) A veces

Validez: Por Heredia Zuñiga Ceyly del Rocio en el 2018 se sometió al juicio de expertos, conformado por 3 profesionales calificados de la carrera de enfermería

Confiabilidad: Para el Conocimiento sobre climaterio de 0.711 resultado estadístico Alfa de Crombach.

TEST DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

Conteste las presentes oraciones con la afirmación que crea más apropiada:

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

ÍTEMS	A 4	B 3	C 2	D 1
	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Siento que soy una persona digna de afecto, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencida de que tengo buenas cualidades.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí misma.				
5. En general me siento satisfecha de mí misma.				
ÍTEMS	A 1	B 2	C 3	D 4
	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
6. Siento que no tengo mucho de que estar orgullosa.				
7. En general, me inclino a pensar que soy una fracasada.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí misma.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces pienso que no soy buena persona.				

Test de Rosseberg

Validez: Por Perú fue validado por Schmitt y Allik en el 2005.

Confiabilidad: Con un alfa de Cronbach =0.966,

Anexo: Consentimiento informado



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimada Sra: Tenga Ud. Buen día mi nombre es Marleny Condori Vilca, soy bachiller de enfermería, autora del trabajo titulado “Nivel de conocimiento y autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.”

A continuación se le presenta dos cuestionarios cuyos objetivos son recopilar datos para la investigación, siendo de carácter anónimo confidencial. Esperando adquirir sus respuestas con veracidad, agradezco encarecidamente su valiosa participación.

Para ser partícipe del estudio Ud. tendrá que llenar los cuestionarios de manera anónima, el cual se le brindara un tiempo promedio de 15 a 30 minutos. Su participación es voluntaria y si alguna pregunta durante la encuesta le parece incómoda, tiene el derecho de hacerle el alcance al investigador u obviarlas.

Yo....., identificado(a) con DNI N°..... He leído, analizado y entendido la información requerida y mis dudas han sido resueltas. He sido informada correctamente y comprendo que la información que brinde a esta investigación es de carácter confidencial y pueden ser publicados o difundidos con fines científicos y no permito usarla para otro propósito fuera de estudio. Accedo a participar voluntariamente para esta investigación.

Firma

Encuestado

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Nivel de conocimiento	,403	125	,000	,665	125	,000
Nivel de autoestima	,372	125	,000	,684	125	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Anexo: Matriz de consistencia

TÍTULO	FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	POBLACION Y MUESTRA	TIPO DE INVESTIGACION
Nivel de conocimiento y autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.	¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima de mujeres en etapa de climaterio que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022?	El objetivo general: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.	H _a Si existe relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022. H ₀ No existe relación entre el nivel de conocimiento y la autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.	V. Independiente: Nivel de conocimiento del climaterio	Aspectos cognitivos	- Definición - Fases - Sintomatología - Prevención - Tratamiento	P: mujeres que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca. 2500 según la programación sujeto para el año 2022 M: 125 mujeres climatéricas en estudio.	Descriptivo-correlacional
		Los objetivos específicos serian: - Identificar el nivel de conocimiento en mujeres en etapa		V. Dependiente: Nivel de autoestima en el climaterio	Emocional: expresado de forma positiva	-Soy digna de afecto -Tengo buenas cualidades -Hago las cosas tan bien como las demás		

		<p>de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.</p> <p>- Identificar el nivel de autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.</p>			<p>Emocional: expresado de forma negativa</p>	<p>-Actitud positiva hacia mí misma. -Satisfacción de mí misma.</p> <p>-No tengo mucho de que estar orgullosa. -Pienso que soy fracasada -Respeto por mí misma -Pensar que soy inútil. -Pensar que no soy buena persona.</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--	--



Universidad
César Vallejo

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

Callao, 17 de mayo de 2022

Señor(a)
DR. HENRY DAVID TORRES CORIMAYA
JEFE DEL ESTABLECIMIENTO
CENTRO DE SALUD SANTA CATALINA
JR. CONDORCANQUI MZ V-4

Asunto: Autorizar para la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted, para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo Filial Callao y en el mío propio, desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo solicitar su autorización, a fin de que el(la) Bach. MARLENY CONDORI VILCA, con DNI 70212729, del Programa de Titulación para universidades no licenciadas, Taller de Elaboración de Tesis de la Escuela Académica Profesional de Enfermería, pueda ejecutar su investigación titulada: **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA EN MUJERES EN ETAPA DE CLIMATERIO QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SANTA CATALINA, JULIACA 2022."**, en la institución que pertenece a su digna Dirección; agradeceré se le brinden las facilidades correspondientes.

Sin otro particular, me despido de Usted, no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente,



Dr. Henry David Torres Corimaya
C.O.P. 34770
C.S.I-3 Santa Catalina
Cirujano Dentista

Mg. YEIDY SUSAN FAJARDO VIZQUERRA
COORD. NACIONAL DE INVESTIGACIÓN
ESCUELA DE ENFERMERÍA

cc: Archivo PTUN.

www.ucv.edu.pe





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PAYDA MARY TUESTA RIOS, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Nivel de conocimiento y autoestima en mujeres en etapa de climaterio que acuden al Centro de Salud Santa Catalina, Juliaca 2022.", cuyo autor es CONDORI VILCA MARLENY, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 15.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 15 de Febrero del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
PAYDA MARY TUESTA RIOS DNI: 08503795 ORCID: 0000-0002-6486-4882	Firmado electrónicamente por: PTUESTAR el 15-02- 2023 11:20:14

Código documento Trilce: TRI - 0533371