



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Educación en salud menstrual para el desarrollo psicosocial en
estudiantes de séptimo en institución educativa Ecuador, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Lozano Vergara, Lorena Virginia (orcid.org/0009-0002-3323-7250)

ASESORES:

Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth (orcid.org/0000-0002-0950-7954)

Dr. Castillo Hidalgo, Efrén Gabriel (orcid.org/0000-0002-0247-8724)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo en la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus
niveles

PIURA – PERÚ

2023

Dedicatoria

A Dios por darme la vida. A mi padre por enseñarme a ser perseverante, a mi madre porque con su sabiduría me ha obsequiado fortaleza, a mis hermanas y hermanos por ser ejemplo en mi vida, a mi hijo y esposo por motivarme a llegar a la meta y darme la mano cuando sentía que el camino se terminaba.

Agradecimiento

A mi hijo Jared por apoyarme y ser mi motivación para continuar aprendiendo, a todos mis hermanos, familiares y amigos, en especial a Ceci que siempre me ha dado soporte en el proceso sin importar el tiempo y la hora, a mi colega Adriana por su fiel apoyo, a la Unidad Educativa Adventista Miguel De Cervantes y sus directivos a quienes recordaré con respeto y cariño, a la Universidad Cesar Vallejo y su selecto personal docente que con su profesionalismo me han permitido ampliar mis habilidades en este campo.

Lcda. Lozano Vergara Lorena Virginia

Declaratoria de Autenticidad de los Asesores



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad de los Asesores

Nosotros, CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesores de Tesis titulada: "EDUCACIÓN EN SALUD MENSTRUAL PARA EL DESARROLLO PSICOSOCIAL EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO EN INSTITUCIÓN EDUCATIVA ECUADOR, 2023", cuyo autor es LOZANO VERGARA LORENA VIRGINIA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 8.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

Hemos 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, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 15 de Agosto del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL DNI: 00328631 ORCID: 0000-0002-0247-8724	Firmado electrónicamente por: CHIDALGOEG el 15- 08-2023 12:28:44
LINARES PURISACA GEOVANA ELIZABETH DNI: 16786660 ORCID: 0000-0002-0950-7954	Firmado electrónicamente por: LPURISACAG el 15- 08-2023 12:29:06

Código documento Trilce: TRI - 0649234



Declaratoria de Originalidad del Autor



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, LOZANO VERGARA LORENA VIRGINIA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "EDUCACIÓN EN SALUD MENSTRUAL PARA EL DESARROLLO PSICOSOCIAL EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO EN INSTITUCIÓN EDUCATIVA ECUADOR, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
LOZANO VERGARA LORENA VIRGINIA CARNET EXT.: 1202959068 ORCID: 0009-0002-3323-7250	Firmado electrónicamente por: LLOZANOVE el 18-08- 2023 13:02:29

Código documento Trilce: INV - 1301525



Dedicatoria	i
Agradecimiento	ii
Declaratoria de Autenticidad de los Asesores	iv
Declaratoria de Originalidad del Autor.....	v
Índice de Contenidos.....	vi
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	9
III. METODOLOGÍA.....	18
3.1 Tipo y diseño de investigación	18
3.2. Categorías.....	18
3.3. Escenario de estudio.....	19
3.4. Participantes	20
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	20
3.6. Procedimientos	20
3.7 Rigor científico	21
3.8. Método de análisis de datos.....	21
3.9. Aspectos éticos	22
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	23
V. CONCLUSIONES	94
VI. RECOMENDACIONES	95
Referencias	96
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1. Subagrupación entrevistas a estudiantes	54
Tabla 2. Interpretación de entrevistas a estudiantes.....	56
Tabla 3. Subagrupación entrevistas de apoderados	88
Tabla 4. Interpretación de entrevistas apoderados	90

Índice de figuras

Figura 1. Logo de Talleres de capacitación en SALUD MENSTRUAL.....	105
--	-----

Resumen

Esta investigación denominada Educación en salud menstrual para el desarrollo psicosocial en estudiantes de séptimo en Institución Educativa Ecuador, 2023; presenta como objetivo general, desarrollar una educación en salud menstrual que favorezca el desarrollo psicosocial de las niñas del séptimo año; fue aplicada en un establecimiento educativo, ubicado al norte de la ciudad de Guayaquil-Ecuador.

Esta investigación de tipo básica utilizó un enfoque cualitativo, basándose en las experiencias del grupo implicado; el diseño del presente trabajo es investigación-acción, cimienta conocimiento impulsando reflexión, la entrevista fue la técnica seleccionada para recolectar información a través de la guía de entrevista, que se aplicó a 14 estudiantes con sus apoderados para obtener información del conocimiento en salud menstrual de los entrevistados.

Se concluye que, la falta de comunicación entre padres e hijas sobre salud menstrual, por tradición en algunos casos es heredada de sus antepasados, con indicaciones erróneas, mitos y tabúes transmitidos a través del tiempo de padres a hijas, alentaría la búsqueda de información por sí mismas, siendo poco apropiado al no ser información científica y ajustada a sus edades, en un entorno donde aún se concibe la menstruación como tema exclusivo de mujeres.

Palabras clave: Salud menstrual, desarrollo psicosocial, reflexión.

Abstract

This research, titled 'Menstrual Health Education for Psychosocial Development in Seventh Grade Students at an Ecuadorian Educational Institution, 2023,' aims to develop menstrual health education that promotes the psychosocial development of seventh-grade girls. The study was conducted at an educational establishment located in the northern part of the city of Guayaquil, Ecuador.

This foundational research employs a qualitative approach, drawing on the experiences of the participating group. The research design used is action research, which facilitates knowledge acquisition through reflective processes. The interview technique was chosen as the method for data collection, utilizing an interview guide. This guide was administered to 14 students along with their parents to gather insights into the interviewees' understanding of menstrual health.

The findings indicate that a lack of communication between parents and daughters regarding menstrual health, often rooted in ancestral traditions, results in the transmission of inaccurate information, myths, and taboos from parents to daughters over time. This situation leads young girls to independently seek information, which is unsuitable as it is not scientifically accurate and age-appropriate. This scenario persists in an environment where menstruation continues to be perceived as a subject exclusively pertinent to women.

Keywords: Menstrual health, psychosocial development, knowledge, reflection.

I. INTRODUCCIÓN

A través del tiempo la menstruación ha sido considerada un tabú, siendo una realidad que inquieta, pero de la que pocas personas dialogan, sea al interior de la familia como en la sociedad en general; esta situación ha provocado desconocimiento y un estigma social en torno al tema, niñas y adolescentes crecen sin poder hablar abiertamente sobre esta etapa de la vida y los cambios que les ocurren.

En el contexto actual se habla de pobreza menstrual (término acuñado por la ONU con la finalidad de reseñar el aislamiento de las mujeres cada mes que las alejaría gradualmente del sistema educativo y social) como una problemática poco informada y tratada en una sociedad poco empática con la mujer (Díaz Plaza & De Hoz Atero, 2022).

La poca o nula educación menstrual se entiende como el acceso insuficiente a insumos sanitarios, formación en salud menstrual, e infraestructura para la gestión de los desechos, como consecuencia de la pobreza económica y falta de comprensión de lo significativo que es el acceso a insumos de tratamiento menstrual como productos esenciales (Plan Internacional, 2021). Así mismo, de acuerdo con Tinoco (2020) en el Manual sobre salud menstrual, identifica factores que no favorecen la higiene menstrual en las instituciones educativas. La carencia de infraestructura apropiada que permita a las niñas y adolescentes cumplir con una higiene menstrual segura y adecuada (págs. 83-86).

Es un tema global que genera percepciones equivocadas; en Uganda inquieta al menos al 28% de la población de niñas y adolescentes puesto que es una huella notoria en su crecimiento y progreso personal y profesional. En las sociedades africanas a menudo las mujeres son educadas si cabe el término para convertirse en esposas y madres a una edad temprana, desde pequeñas se les imposibilita y dificulta el acceso a la educación, lo que paraliza su desarrollo humano, intelectual y profesional; su identidad sexual es vulnerada, impidiéndoles completar las fases naturales de su desarrollo físico, emocional y social y por ende realizarse como ser integral y completo (Rojas Gamboa, 2021).

Según Barone Zallocco (2020) las mujeres menstruantes que no utilizan productos desechables son de escasos recursos económicos y limitada información, padecerían de cólicos y enfermedades ginecológicas y con pocas oportunidades para ingresar al sistema de salud (pág. 11).

Así mismo en Japón y otros países desarrollados, en febrero de 2022, el Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar publicó los resultados de la primera encuesta sobre pobreza menstrual, donde se observó que al 8,1 % de las mujeres se les dificultaba el acceso a productos para el cuidado menstrual. Según el informe del gobierno, la Política Prioritaria de Participación e Igualdad de la Mujer (2022), prevé apoyar la compra de productos de higiene menstrual y crear un sistema de consejería para erradicar la pobreza menstrual. Algunos municipios, instituciones educativas y centros comerciales ya ofrecen estos productos de forma gratuita (pág. 1).

Es importantísimo conocer las cifras del consumo femenino diario de productos para higiene menstrual, según Prado, Doncel, Mosquera, y Guarnizo (2020) indican que se “puede utilizar entre 5 a 6 tampones/toallas sanitarias, en el mes entre 25 a 30, y por año entre 300 a 360; indicando que durante toda su vida fértil una mujer deberá utilizar entre 12.600-14.400 tampones/toallas sanitarias” (pág. 100).

A pesar de mejorar la conciencia de la importancia del ciclo menstrual para el bienestar y la salud, cuestiones relacionadas con el costo de los productos y el acceso a la información continúan siendo una preocupación a grandes escalas, la poca disponibilidad de datos sobre afecciones y trastornos, también lo es en la región europea aun cuando son países desarrollados. Hay que educar en salud menstrual aplicando una metodología específica, la que coincide con Builes y Carmona (2022), quienes indican que hay que educar para identificar el ciclo y la menstruación como parte esencial en la vida de la mujer.

La UNICEF, por medio de un taller aplicado en Bolivia, manifiesta que en los países donde existen mitos, la mayoría son negativos en cuanto a las menstruantes, lo cual limita realizar sus actividades con normalidad (UNICEF, 2016).

Para originar un cambio positivo es necesario aplicar una educación consiente lo argumenta en la teoría de Castro (2022), que para eliminar mitos y vencer los obstáculos que influyan en mejorar la educación en salud menstrual se requiere compromiso; como también hace mención en el documento de Pino y Segura (2022).

Se requiere producir contenidos que promueven conocimiento y pensamiento crítico (Rincón Rincón, 2021); forjando criterios que puedan ser aplicados por niñas y adolescentes en su vida diaria.

De acuerdo con Houghton, Troisi, Sommer, Katki, Booth, Choudhury y Hampshire (2020) la etapa puberal es el paso a la madurez, en esta fase se producen grandes cambios biosociales, como el crecimiento (altura y peso), luego de los cambios propios de la infancia. Estos cambios puberales pueden tener efectos duraderos, tales como el desarrollo precoz que tiene una estrecha relación con el padecimiento de enfermedades en las siguientes etapas de la adultez (pp. 1-2).

Nueva información presentada por la ONG PROYECTO WASH (Salas, 2021) revelan que, en Alemania, una de cada tres mujeres y dos hombres recibieron su primera información sobre la menstruación en la escuela.

En países Latinoamericanos como Venezuela, México y Brasil; niñas y jóvenes desconocen información elemental necesaria para comprender el ciclo menstrual y como cuidarse durante este importante periodo lo que incide en su posterior desarrollo. En México el 43% de las niñas y adolescentes optarían por mantenerse en la seguridad de sus hogares los días de menstruación, lo que interrumpe su educación, aumenta el oprobio y los tabúes relacionados con el período menstrual y la desigualdad a largo plazo (OCHA, 2021).

En Perú el 13% de las niñas en edad escolar son madres antes de completar su madurez física, emocional y educativa, además de su mayoría de edad; en Bolivia esta cifra se acrecienta al 34% para las mujeres que declararon alguna vez haberse embarazado. Este también es el caso de África, donde carecen de información esencial sobre la fisiología del período menstrual o de salud sexual y reproductiva. Agregado a esto, mujeres y niñas no tienen acceso a infraestructuras de higiene apropiada y eficaces, debido a la ya mundialmente

conocida falta de agua en la región; carecen también de la posibilidad de acceder a implementos de aseo menstrual. Sumamos a esto aquellos países como la India, donde aún en la actualidad se mantienen las tradiciones de que mujeres menstruantes no pueden ingresar a los templos religiosos debido a creencias culturales, y no es anormal que no accedan a la cocina en sus hogares o no coman en familia porque el período menstrual puede dañar los alimentos según sus saberes y tradiciones (Romero Ramos, 2021).

“Varios estudios sugieren que el suministro de agua, instalaciones de eliminación de residuos y la privacidad de las instalaciones afectan la higiene adecuada en las escuelas en condiciones de seguridad física y mental y con dignidad.” (Castro Bernal, 2020).

Como antecedente también encontramos que la educación en salud menstrual es un área de investigación que ha ganado importancia en los últimos años debido a su influencia en el bienestar general y el desarrollo psicosocial de las estudiantes en edad escolar. La menstruación es un proceso biológico natural, pero históricamente ha estado rodeada de mitos, tabúes y desinformación en muchas culturas. La falta de educación y apoyo adecuado puede tener efectos negativos en la salud física y emocional de las estudiantes, así como en su participación académica y su percepción de sí mismas.

En un mundo cada vez más público, la menstruación sigue siendo un tema del que no se habla. Las difusiones disponibles suelen ser negativas o incorrectas, inclusive las escuelas no siempre son suficientes para preparar a las niñas y adolescentes para tales experiencias de forma real o práctica sobre el ciclo menstrual que conlleva muchos procesos no tomados en cuenta como explica Cayetano y Salvador (2019) cuando baja el sangrado menstrual, debido a la descamación del endometrio empieza el ciclo menstrual. Es decir, el óvulo no ha sido fecundado (pág. 1).

En Ecuador el 49,3% de recién nacidos son de madres adolescentes, las niñas que viven situaciones de crisis tienen más posibilidades de alejarse de la escuela primaria y en un 90 % son mayores las probabilidades de abandonar la escuela secundaria, aquellas niñas que no acuden a los centros educativos tendrán menor probabilidad de educación adecuada y completa y por ende disminuirán

sus posibilidades de educación aumentando el riesgo de ser forzadas a casarse o vincularse de alguna forma, a un hombre. Además, la falta de educación al ausentarse de las aulas puede contribuir en sostener la concepción de que las mujeres deben conservar la función reproductiva en la sociedad y no la productiva. Esto debido a que se mantiene una percepción de que, si no se preparan y toman experiencia para adquirir conocimiento, poca será la capacidad para comprender el mundo desde un punto de vista cambiante y convulsionado como el actual (Benalcazar Mosquera, 2019).

En Guayaquil - Ecuador las estudiantes del séptimo año básico de la Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes, ubicada en el barrio popular Los Vergeles Mz 38A solar 1-2, cuentan con información básica sobre la menstruación, pero tienen poca oportunidad para hablar de esto dentro de los grupos familiares, donde son en ocasiones coartadas, sin la apertura para tratar este tema. Mientras no cuenten con un espacio para abrirse, formular sus ideas y expresar sus preocupaciones o necesidades, limitarán sus argumentos sintiéndose en desventaja y sin la información para cuidar de sí mismas, pudiendo convertirse en víctimas de la violencia porque el tema de la menstruación se considera tabú (Moya González, 2019).

Hay diversos elementos que inciden en esta problemática a estudiar, se puede acotar que a largo de la historia en la humanidad las mujeres, especialmente niñas y adolescentes, han tenido dificultades durante el periodo menstrual causados por los diferentes síntomas que se presentan; sin embargo no se le ha brindado la importancia debida y el cuidado necesario que requieren para que esta etapa sea menos difícil en las actividades que ellas realizan, esencialmente en la parte académica ya que la sintomatología que se presenta no les permite mantener su concentración, atención y cumplimiento en sus tareas escolares, dando como consecuencia un bajo rendimiento escolar en este lapso.

Según lo sugerido por SEXUS (2020) mediante fichas didácticas se pueden establecer formas de registro de información importantes, sobre el funcionamiento del ciclo menstrual y a su vez es una herramienta que permite medir el conocimiento propio y experiencia de cada menstruante (pág. 2).

La menstruación es parte del fenómeno reductor de posibilidades, hay que crear un ambiente favorable para las estudiantes y no promover el tabú, unido esto, a la falta de información estancando la salud, el bienestar y las oportunidades educativas para millones de niñas y jóvenes, por lo tanto, existe necesidad de crear recursos educativos sobre higiene menstrual y prestar atención a la salud de este grupo social.

Formulación del problema; ¿Cómo desarrollar psicosocialmente a las estudiantes del séptimo año de una Institución Educativa Ecuador, 2023, a través de una educación en salud menstrual?

Esta investigación se justifica, puesto que tuvo como prioridad evidenciar las repercusiones psicosociales que trae la menstruación en niñas y adolescentes, desarrollar el área psicosocial y establecer un protocolo de atención en la comunidad educativa del séptimo año de la Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes, para dar el apoyo requerido que les permita tener una adecuada formación sobre salud menstrual; reforzando conocimientos, atendiendo sus necesidades con empatía.

Teniendo de base una visión con elementos realistas, se mejora la calidad de vida de este grupo social, dándole la importancia que esto requiere, haciendo que las menstruantes se sientan apoyadas y comprendidas, fortaleciendo su conocimiento sobre los cambios que va evidenciando su cuerpo; es menester brindarles la atención que les permita una participación activa e integral en el cumplimiento de sus actividades escolares, sin que esto se vea afectado por las molestias físicas y psicosociales que se les presentan en este periodo; tomando en cuenta también que cada señorita tiene un funcionamiento distinto del ciclo menstrual lo que provoca diversos males que pueden estar incluso ligados a enfermedades como la dismenorrea, que según Garro, Thuel y Robles (2019) es el malestar crónico en el bajo vientre debido a la etapa de menstruación por algún motivo en trasfondo (pág. 1); que de por si es complicado y que, sin embargo, no siempre se le da la consideración que requiere, para mantener un rendimiento académico apropiado en todo momento

Por medio de este proceso se ha fortalecido el cuidado del cuerpo de las estudiantes ya que, si se promueve supervisión, se evita adquirir enfermedades

por desconocimiento o por desaseo del cuerpo. Con educación en salud menstrual implementarán normas de higiene para mantener una vida activa y saludable; con este conocimiento las estudiantes han asimilado como reconocer su cuerpo, sus órganos y las señales que producen antes, durante y después de una menstruación, identificando su ciclo menstrual, tienen la capacidad de calcular y manejar los tiempos y prepararse para ello.

Como lo indica Judy (2021) “Los diferentes entornos en los que las personas participan influyen directamente en su cambio y en su desarrollo cognitivo, moral y relacional.” (pág. 1).

La menstruación desde siempre ha resultado un tema controversial, más cuando son niñas y adolescentes quienes están propensas a recibir discriminación, convirtiendo el tema en un episodio que en momentos les traumatiza, (Calafell Sala, 2021). Tomar en cuenta además que por desconocimiento en ocasiones es el sexo femenino quien promueve el poco involucramiento de los hombres convirtiéndoles en futuros padres expectantes, que sin ningún conocimiento previo no influirán y ayudarán a sus futuras hijas (Cahuasquí, 2022).

Se requiere fomentar la dignidad y consideración no solo con las compañeras en las instituciones educativas, sino también al interior la familia (Lifshitz Gudiño, 2021).

Siendo un tema poco estudiado, esta investigación demuestra que con una propuesta educativa centrada en educar para concienciar y mejorar el conocimiento del cuerpo y su funcionamiento se fortalece también la autoestima de las niñas, es fundamental la participación de todos en el desarrollo y conocimiento de este problema actual del que todos debemos ser responsables (Romero de Harb, Molina Espinoza, Espinoza Beraún, Mori Paredes , & Pasquel Caja, 2018).

Al realizar una modificación en el comportamiento y la conducta de las estudiantes se reducirá el problema paulatinamente, permitiendo que futuras generaciones continúen cambiando y se encuentren preparadas para afrontarlo (Amat San Martin & Torres Torres, 2019, págs. 43-44).

Es fundamental además el desarrollo de la empatía y la aceptación de su cuerpo como algo fisiológico y anatómicamente funcional y conocer las formas de sobrellevar situaciones que por la edad y falta de comunicación en su entorno impiden un desarrollo idóneo en su salud menstrual.

Esta investigación ofrece una directriz para futuros trabajos al reforzar las acciones que favorezcan el desarrollo psicosocial de niñas y adolescentes, y de esta forma niñas y adolescentes, desarrollen su transición hacia la pubertad de manera natural, sin limitar sus actividades y su forma de relacionarse con el entorno. Como un problema de salud pública que afecta a gran parte de la población, las mujeres jóvenes rara vez se ven en este contexto y serán mujeres en el futuro con privación de derechos, baja autoestima y poca conciencia sobre la salud menstrual en general, porque estos problemas no se abordan de forma rutinaria (Santiago Gómez, 2020).

Por ser una propuesta cualitativa no se formula hipótesis. En cuanto a los objetivos, estos mencionan:

El objetivo general fue desarrollar una educación en salud menstrual que favorezca el desarrollo psicosocial de las niñas del séptimo año en una institución educativa Ecuador 2023.

Los Objetivos específicos; Evaluar la educación en salud menstrual en las estudiantes del séptimo año en una institución educativa Ecuador 2023.

Fortalecer conocimientos de educación menstrual en las estudiantes del séptimo año en una institución educativa Ecuador 2023.

Diseño de un protocolo para acceder de forma segura y confiable a información e insumos menstruales para las estudiantes del séptimo año en una institución educativa Ecuador 2023.

II. MARCO TEÓRICO

Este documento plantea promover la seguridad y el respeto a la mujer, siendo primordial una educación digna, puesto que la menstruación sigue siendo vista como un símbolo de la sexualidad femenina que refleja el dominio y la opresión que históricamente ha sufrido.

La difusión de información errónea ha significado la perpetuación de esta, si bien en países desarrollados se está desmitificando, hay poca o ninguna educación general sobre la menstruación en países en vías de desarrollo como nuestro país; en los jóvenes existe necesidad de conciencia y conocimiento sobre el ciclo menstrual, siendo palpable la necesidad desde una perspectiva de empoderamiento de la mujer que cada establecimiento educativo sustente una educación menstrual integral donde se promueva la dignificación del proceso menstrual esto es lo que Castro (2022) nos dice en su estudio Intervención de enfermería en materia de educación menstrual en un centro educativo de Santiago de Compostela, España, cuyo objetivo fue proporcionar al alumnado de la ESO información sobre el ciclo menstrual de forma integral, así como indagar sobre la concepción que estos tienen de este proceso y solventar sus dudas e inquietudes, este análisis coincide con el hecho de que se necesita realizar un proceso real de empoderamiento en base al conocimiento.

Solo mediante la experiencia se puede aplicar el conocimiento, por este motivo se ha trabajado en la manifestación de experiencias y modificación de conceptos, para conseguir un conocimiento hay que educar a las adolescentes que identifiquen el ciclo menstrual y la menstruación como parte esencial en la vida de una mujer, pero sin que esto vaya en desmedro de su superación como ser humano y profesional, para alcanzar la apropiación del saber que mejora la toma de decisiones y conductas durante este periodo, para que su vida se desenvuelva de manera más desprendida es lo que nos indica Builes y Carmona (2022) en su tesis Pedagogía menstrual para la resignificación del ciclo menstrual y la menstruación como propuesta de un programa de promoción y prevención basado en aprendizaje experiencial, donde el objetivo fue diseñar una estrategia de promoción de la salud para la resignificación del ciclo menstrual y la menstruación, manejando la pedagogía para el aprendizaje experiencial, en estudiantes de una institución educativa de Colombia, para

obtener este logro hay que enseñar y educar en salud menstrual visibilizando lo que ocurre, las adolescentes pasan esta difícil etapa solas, con necesidades de apoyo e información, es aquí donde se requiere intervenir ante la discriminación con educación, que permita el respeto por parte de cada persona que conforma el entorno de una mujer ya sea en lo laboral como en la vida cotidiana.

Las actividades desarrolladas por mujeres menstruantes consienten la ejecución de acciones reservadas a inspirar y promover que niñas y adolescentes transiten esta etapa álgida de su vida de forma más natural, en este contexto, Obscura (2022) en su tesis publicada en México; Saberes y sentires de la menstruación y la menopausia, una aproximación psicosocial a la experiencia menstrual de las mujeres, indica igual que; este trabajo da a conocer y analizar las experiencias sensoriales y emocionales de la menstruación y la menopausia de mujeres que viven en contextos urbanos a través de sus biografías sensoriales; fue de tipo cualitativa, y se llegó a la conclusión que es necesario enseñar y educar en temas de salud menstrual para distinguir lo que ocurre alrededor, siendo un tabú arraigado, no se habla de esto; las jóvenes pasan este período solas, con la necesidades de información y soporte emocional, pasando de por si una etapa difícil entre la adolescencia y la menstruación, es doble el impacto, se requiere educar o continuará sucediendo si no se hace nada ante la discriminación que suele presentarse.

Con base en la experiencia de las entrevistas con adolescentes y sus tutores, se confirmó que los padres de hoy tienen una comprensión tradicional de los problemas asociados a la menarquia, influenciados por diferentes prácticas sociales, culturales y familiares que han condicionado sus modos de pensar y de entender el mundo relativo a la primera menstruación, si bien en otros países como Colombia que es vecino nuestro ya se ha iniciado un cambio; en nuestro país aún hay que caminar por este sendero, para terminar con el secretismo, hay que trabajar en instruir, el no hablar de ciertos temas entre padres e hijas refuerza tabúes existentes. El trabajo realizado se encamina a promover la educación en salud menstrual para adquirir conocimientos y fomentar la reflexión; este pensamiento es también expresado por Marsiglia (2023) en su artículo: Conocimientos sobre menarquía en padres de hijas adolescentes, cuyo objetivo fue desarrollar un estudio cualitativo

fenomenológico-hermenéutico, para explorar los conocimientos sobre menarquía que poseen los padres, de hijas adolescentes del corregimiento de Malagana (Bolívar-Colombia) donde se llevó a cabo esta investigación.

El contenido de cada actividad desarrollada durante la propuesta hizo más evidente que el entendimiento debe crearse a través de la experiencia, así como del conocimiento teórico; lo cual es comprensible dadas las disparidades en la educación sobre la menstruación en la sociedad, el hecho de que la menstruación sea tan natural, y existan tantas connotaciones negativas asociadas con los procesos normales profundamente arraigados en nuestra cultura; es importante crear nuevas narrativas positivas que analicen el tema desde una perspectiva más amplia, es lo expuesto por Rincón (2021) en el contexto ubicado en Subachoque del departamento de Cundinamarca, Colombia en su proyecto, Escarlata: Un ciclo menstrual consciente, donde el objetivo fue: crear una herramienta gráfica que brinde enseñanzas e historias positivas sobre la menstruación que acerquen la creación del conocimiento sobre la educación en salud menstrual y la menstruación promoviendo la autoconciencia.

Como propósito este trabajo ha buscado demostrar que la salud menstrual de la mujer solo se puede mejorar a través de la educación y el conocimiento, por lo que es necesario motivar que se relacione con aspectos de su naturaleza, desde un punto de vista fisiológico, pero reconociendo que somos energía y que estando en contacto con la naturaleza, se mantiene la armonía y el respeto por el correcto manejo de la salud menstrual, previniendo así que problemas de salud o psicológicos puedan surgir por desconocimiento e inadaptación de las jóvenes en este asunto tan natural, así que es menester promover el conocimiento de la ciclicidad del periodo menstrual, por ser un factor de contaminación que debemos educar tal como lo expresa Arízaga (2022) en su Libro fotográfico: La sabiduría ancestral de las mujeres andinas en Ecuador: la luna y su relación con el ciclo menstrual, cuyo objetivo fue exponer la sabiduría ancestral de las mujeres andinas en Ecuador y su relación con el ciclo menstrual, fue de tipo cualitativa, mediante entrevistas.

Mientras se progresaba en la investigación de esta temática se encuentra que es una constante la forma en que las adolescentes refieren sus conocimientos,

parcialmente basados en mitos lo que crea una barrera, porque se basan en prejuicios y creencias que no son sustentadas por un conocimiento profundo, pertinente y científico, creando y generando discriminación; al entenderse a la menstruación como uno de los mitos arraigados, la mujer no logra identificar la verdadera función que cumple la misma, para ser entendida de manera científica desde la realidad de un orden natural en el ciclo evolutivo. Pino y Segura (2022) lo exponen en su tesis: Los mitos de la menstruación y condiciones de vida de las mujeres llevada a cabo en Ambato-Ecuador, para optar el grado de Trabajadora Social cuyo objetivo fue: determinar los mitos de la menstruación y su influencia en las condiciones de vida de la mujer, que fue de tipo cualitativa y cuantitativa, aplicada en la ciudad de Guayaquil siendo una provincia del mismo país no existe gran diferencia entre los mitos lo que conlleva a pensar que los 'pensamientos del tesista, están dentro de la línea de trabajo que se determina en este estudio.

Durante el tiempo que se formuló esta experiencia se pudo palpar que a través del tiempo la mujer se ha tenido que distanciar de su cuerpo debido a mitos, tabúes e inflexiones, que por tradición se ha venido traspasando de padres a hijos de generación en generación, es importante instar a la comprensión y empoderamiento por parte de la mujer y al conocimiento por parte de su entorno familiar, las perspectivas desde las cuales se pueden promover los beneficios de los procesos corporales, psicológicos y sociales por los que la mujer tiene que pasar cada mes y cómo este proceso puede producirse en un cambio de estilo de vida, la misma que conllevará un mejoramiento emocional y físico y en el desarrollo psicosocial de las adolescentes, lo que beneficia la forma de ver su futuro; es por este motivo que el enfoque educativo desde el punto de vista fisiológico es imprescindible para la comprensión del funcionamiento adecuado de su cuerpo. Basada en esta premisa se analizó que el conocimiento que la mujer tenga de su cuerpo será determinante para su nivel de compromiso a mantenerlo sano, luchar por sus derechos a la libertad sobre él y aceptar la menstruación como algo que forma parte de su naturaleza femenina; un pensamiento coincidente con Arias y Díaz (2019) Quito-Ecuador, quien expresa en su tesis Autoconocimiento de la mujer a través del ciclo menstrual, para optar el grado de Licenciada en Comunicación Organizacional y Relaciones Públicas,

cuyo objetivo fue incentivar el autoconocimiento femenino a través de varios talleres y charlas enfocadas en el bienestar femenino.

En un país donde la crianza aún se mantiene con tintes machistas y se considera que lo vergonzoso de la mancha menstrual es que se ve la verdad sobre las imperfecciones del cuerpo menstrual de la mujer, resulta un tanto desafiante hacer que las adolescentes se expresen de manera espontánea, debido a que se expone la imperfección humana; existen relatos de estudiantes que vivieron su primera regla con poca información, o si la hubo fue en base a información incorrecta, según lo expresado en este documento descubren todo a través de los ojos de los demás, es una realidad que las mujeres viven cada mes y que todos evitan ver. El desconocimiento lleva a la falta de educación menstrual trayendo consigo temor e inconciencia, es aquí donde la apariencia tiene un efecto inquisidor sobre la contaminación social, como las llamadas manchas de discapacidad y manchas menstruales siendo esta teoría reforzada por lo que Carrillo (2022), Quito-Ecuador expone en su investigación; Cuerpos y manchas feminidades, menstruación y diversidad visual, para optar el grado de Maestría de Investigación en Comunicación Mención en Visualidad y Diversidades con el propósito de crear una teoría fundamentada en los relatos y las historias de vida de cuatro mujeres de la diversidad visual y trabajar junto a sus voces para generar conocimiento con ellas e identificar relación entre feminidad y menstruación esta investigación de tipo cualitativa. Basados en experiencias.

De acuerdo con lo aprendido durante este proceso referente de la fisiología del ciclo menstrual, se evidencia que es un indicador importante de nuestra salud en general, por lo que comenzar a menstruar puede tener enormes beneficios para la salud, ayudándonos a prevenir enfermedades. En el caso de Ecuador, rara vez se mencionan los problemas del ciclo menstrual debido a la poca difusión e importancia que se da a la mujer y su salud sexual, generando altos niveles de desinformación, induciendo que las mujeres no sepan cómo cuidarse en la menarquia, más allá en la adolescencia y la edad adulta es por esta razón que se enfatizó en cada taller la importancia del conocimiento del cuerpo femenino y su fisiología normal estableciendo como premisa que lo indicado por Naranjo (2019), durante el desarrollo de aplicativo móvil y agenda de monitoreo menstrual y de ovulación, para optar el grado de Licenciatura en Diseño Comunicacional

cuyo objetivo fue Introducir el concepto de autocuidado en adolescentes que inician sus ciclos menstruales, es válido y aplicativo para muchas sociedades con ideas y etnografía similares además de que como la nuestra esta tesis fue de tipo cuantitativa y utilizó como instrumento la encuesta.

Otro de los factores relevantes durante la aplicación de esta investigación fue que la relación entre el ciclo menstrual y la actividad física ha sido un problema frecuente en muchas niñas y adolescentes, lo que inhibe su desarrollo funcional e intelectual; por esto se ha venido dando especial atención durante la investigación en diferentes perspectivas, dado que estas relaciones son necesarias y propicias de una manera positiva. En tal virtud se refuerza el conocimiento de que las etapas del ciclo menstrual están caracterizadas por varios aspectos como los fisiológicos y psicosociales que determinan pautas para realizar tareas físicas específicas durante el periodo menstrual, conllevando a la lógica conclusión de que es importante que quienes se encargan de dirigir actividades físicas y de entrenamiento deportivo femenino deben tener la base sólida de conocimiento e implementación de estrategias y planificación para un mejor desempeño físico que mejore el estilo de vida de las mujeres que practican actividad física este análisis también lo realizo de manera magistral y relevante. Zurita y Ramos (2022), en su investigación; La mujer, el ciclo menstrual y la actividad física, cuyo objetivo fue analizar la relación del ciclo menstrual y la actividad física, utilizó como instrumento la revisión bibliográfica.

Con este trabajo se demuestra que es importante el conocimiento para una correcta exigibilidad de derechos como son los básicos en una etapa de la vida donde se requiere de las normas mínimas de aseo personal es por eso que se hace relevante el postulado de la Oficina de la ONU para la Coordinación de Asuntos Humanitarios, en el Día de la Higiene Menstrual, que se celebra el 28 de mayo, la OMS/Europa solicitó a los países que provean productos apropiados de agua y saneamiento en los centros educativos, incluidas mejores infraestructuras de higiene menstrual y educación sobre la salud menstrual. La inadecuada higiene menstrual puede provocar infecciones del tracto urinario y afectar la salud de las estudiantes. Al mantener el ciclo de talleres se forma un conocimiento solido de manera puntual en un tema álgido como es la menstruación, se fomenta el conocimiento previendo que las niñas pueden

evadir la escuela durante la menstruación por temor a la intimidación y las instalaciones sanitarias no adecuadas y enseñándoles una forma adecuada de cuidarse se puede llegar en un futuro a disminuir la deserción escolar en estos días del ciclo. La falta de intimidad y las puertas o cubículos de baño inadecuados son desafíos para las niñas y adolescentes, en muchos países de la Región Europea de la OMS (UNICEF, 2020), esta es la premisa en la que se mantiene una coherencia ideológica con esta importante institución mundial.

Durante esta intervención se ha evidenciado que incrementando el desarrollo psicosocial se va fomentando el cambio y la identidad propia relacionándose con el entorno que les rodea, en la interacción continua y progresiva entre un individuo y el entorno en el que crece y se desarrolla, a través del cual aprenden habilidades para hacer frente a muchos contextos de la vida cotidiana (Gaete, 2015).

En cada una de las interacciones y con cada día de aprendizaje se deja notar la importancia de la salud menstrual coadyubando a que niñas y adolescentes hagan la transición a la madurez de una manera feliz, natural y responsable. De esta manera, pueden continuar explorando esta nueva etapa de la vida con una conciencia más natural de sus cuerpos y ciclos, siendo un paso importante hacia la igualdad de género e incentivará a mejorar la educación, así como los servicios de agua y saneamiento; niñas y adolescentes en la actualidad enfrentan necesidades para controlar sus períodos con dignidad, una adecuada salud menstrual puede ayudarles a menstruar con dignidad (Philippa, 2021).

Niñas y adolescentes viven desafíos originados por los cambios sin precedentes que ocurren a nivel físico, fisiológico, social y emocional, además del ineficiente servicio del sistema sanitario producto de la falta de atención médica y poca información de acuerdo con Ariza, Espinosa y Rodríguez (2017) (p. 1).

Este trabajo hace relevante el impacto de la salud menstrual debido a que influye positivamente en los resultados de empoderamiento y confianza, si mejora el conocimiento de este tema ya sea en funcionalidad del organismo mejora el manejo de la salud menstrual en el hogar y en la escuela. Aunque la salud e higiene menstrual no son derechos humanos, están estrechamente

relacionados con la capacidad de las personas para ejercerlos es por eso que se remarca en cada acercamiento realizado el hecho de que se debe llegar a un empoderamiento real. La buena salud y la higiene menstrual permite que las niñas y adolescentes ejerzan y disfruten sus derechos humanos en igualdad de condiciones; la mala salud e higiene menstrual e incapacidad para controlar sus cuerpos incluyendo el estigma y las restricciones a las prácticas sociales, culturales o religiosas, pueden afectar negativamente el disfrute de ciertos derechos, incluidos los relativos a la educación, al trabajo y la salud (MHD2023, 2021), esta es la base de los mensajes que se entregaron a cada adolescente en cada acercamiento que se realizó relevar la importancia de cada una para lograr masificar el conocimiento en futuras generaciones.

Según Amat y Torres (2019) mencionan que se encontró que los tabúes generaban sentimientos de rechazo y padecimiento de restricciones a nivel afectivo, cognitivo y emocional en diversos ámbitos de su vida; concluyendo que los mitos hacían que las mujeres se sintieran marginadas y con restricciones (pág. 28).

Según Calafell (2021) una de las principales características que comparten quienes deciden ocupar por afinidad el lugar de “educadoras menstruales” es el reconocimiento de la educación popular como clave en la articulación de un recorrido formativo personal (a veces realizado en el ámbito formal universitario, en carreras como Educación Infantil, Psicopedagogía o Trabajo Social) (pág. 9).

La educación en salud menstrual es aprender a manejar un estado de salud completo, incluyendo los dominios físico, mental y social, y no solo la ausencia de trastornos o enfermedades relacionadas con el ciclo menstrual (Hennegan & Montgomery, 2021). González (2022) expresa que el desarrollo integral de las estudiantes no debe ser limitado por razones exógenas a la educación, como su vestimenta, formas de peinarse y en este caso la fisiología natural de la mujer con su menstruación (pág. 17).

De acuerdo con Barone (2020) la información reducida impide que se comprenda en su totalidad el proceso del ciclo menstrual, debido a que se da énfasis a los órganos del sistema reproductor. Sin embargo, es conocido que otros sistemas forman parte del período menstrual, sobre todo los que se encargan de la

composición y circulación de la sangre. Esto confirma que las mujeres somos un organismo vivo complejo y sinestésico (pág. 11).

Sin embargo, es necesario dar visibilidad a la higiene menstrual teniendo en cuenta que no todos los ciclos tienen la misma duración, la modificación urgente y necesaria del cualitativo “higiene” por salud, como así también la creencia de dicha temática, da cuenta de la necesidad de visibilizar el ciclo menstrual no sólo un día en el año, sino durante todo el año (Barona Zallocco, 2020).

La salud e higiene menstrual, abarca tanto el manejo de la higiene menstrual como los factores sistémicos más amplios que vinculan la menstruación con la salud, el bienestar, la igualdad de género, la educación, la equidad, el empoderamiento y los derechos. (MEJOR, 2021). “El estigma menstrual puede afectar significativamente el bienestar personal, social y económico.” (Olson, Alhelou, Kavattur, Rountree, & Winkler, 2022).

A lo largo de la historia, las mujeres han jugado el papel de madres, esposas y miembros de la sociedad sin mayor relevancia, debido a que se han visto envueltas en prácticas sociales que la discriminan. En tiempos prehistóricos se pueden notar diferencias entre hombres y mujeres, no solo en lo que respecta la apariencia; sino también de género siendo el hombre la figura dominante. En aquellos tiempos eran consideradas sólo como compañía u objeto sexual, cuya función era la reproducción; aunque su presencia y aporte muchas veces son invisibles, la jerarquía de la figura femenina se explica a lo largo de la historia humana; la mujer siempre ha estado en una situación humana, presente apta como mujer, con sus características corporales, psicológicas y afectivas especiales; como miembro del entorno social, y por motivos culturales, sus derechos a menudo no son respetados y son tratados injustamente (Diaz Dumont & Ledesma Cuadros, 2022).

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Este trabajo de investigación fue de tipo básica puesto que promueve la recopilación de información sin manipular las categorías para lograr de ellas sólidos conocimientos, favoreciendo el empoderamiento con la educación en salud menstrual a través de la reflexión para influir en el comportamiento y la forma como se relacionan mejor con su entorno (Sánchez Flores, 2019).

El estudio utilizó un enfoque cualitativo basándose en las experiencias de los grupos implicados niñas, adolescentes y sus apoderados, por medio de la observación y entrevistas a profundidad; manejando para las conclusiones el método inductivo de lo particular a lo general, esto permitió además el inicio de una nueva investigación científica encaminada a comprender las leyes que rigen la realidad o para realizar predicciones desde la experiencia a través de la reflexión durante el proceso.

El diseño del presente trabajo es investigación-acción, porque cimentó el conocimiento impulsando la reflexión a través de la práctica que origina la transformación, mejorando la realidad y empoderando en las estudiantes sobre su sexualidad a través de la educación en salud menstrual (Yáñez, 2022).

3.2. Categorías

Categoría; Educación en salud menstrual

subcategorías; hábitos saludables en alimentación, cuidado del cuerpo e higiene, anatomía, fisiología.

Categoría; Desarrollo psicosocial

Subcategorías; Fortalecimiento de un ambiente saludable, tabúes o prejuicios

- Educación en salud menstrual; Aprender a manejar un estado de bienestar integral que incluye los ámbitos físico, mental y social y no solo la ausencia de molestias o enfermedad en relación con el ciclo menstrual.

- Desarrollo psicosocial: Relación entre las personas y su medio ambiente, tomando en cuenta todas las interacciones y contextos en las que estas interacciones pueden incidir parcialmente en su desarrollo.
- Hábitos saludables en alimentación; Mantener una dieta saludable que proporciona al cuerpo los alimentos que requiere para andar correctamente, conservar o reponer la salud y reducir el riesgo de enfermedades.
- Fortalecimiento de un ambiente saludable: Suministrar los elementos precisos para mejorar nuestra salud física y espiritual, nuestro bienestar formativo y nuestra tranquilidad.
- Cuidado del cuerpo e higiene: Son las habilidades, métodos y prácticas concernientes con el cuidado propio, que determinan de forma positiva en el bienestar previniendo posibles enfermedades.
- Anatomía: Análisis de las estructuras de los seres humanos.
- Fisiología: Funcionamiento del cuerpo humano.
- Mejorar un entorno saludable: Proporcionando ingredientes esenciales para nuestra salud física y mental, el bienestar cultural y la felicidad.
- Tabúes y prejuicios: Prohibición de cualquier contenido social, generalmente religioso, económico, político, social o cultural, que resulte extraño o inapropiado por una razón que habitualmente no se justifica o no es necesario comprender.

3.3. Escenario de estudio

La intervención se ejecutó, en la Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes, ubicada en Ecuador, provincia del Guayas, ciudad Guayaquil, barrio los Vergeles Mz 38A solar 1-2; está ubicado al noreste, originalmente se extendió como asentamiento informal; por la ausencia de planificación urbana, su rápido crecimiento demográfico ha provocado aumento de inseguridad, existe gran cantidad de negocios informales, aspectos que contribuyen al desorden urbano, social y paisajístico. La intervención se realizó con las estudiantes del sexo femenino del séptimo año de esta institución, que acuden a clases de lunes a viernes en horario de 07h00 am a 12h45 pm. Esta institución es de tipo mixta y

como parte de su educación se incluyen los preceptos, creencias religiosas y normas de comportamiento de la comunidad adventista.

3.4. Participantes

La población está determinada por las adolescentes de sexo femenino del séptimo año de la Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes, con las que se ha trabajado las actividades.

Participaron las estudiantes que pertenecían y se encuentran matriculadas en el séptimo año de educación básica, con sus representantes quienes autorizaron su participación en la propuesta.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Como técnica para la recolección de información se utilizó la entrevista a través de la guía de entrevista que en su interior contenía 10 preguntas muy útiles en este tipo de investigación, a través de la entrevista aplicada a 14 estudiantes con sus apoderados, se identificó el grado de conocimiento en salud menstrual que poseían las entrevistadas y se establecieron los puntos a fortalecer mediante una conversación de diálogo común. Esta técnica e instrumento fueron claves para evidenciar los temas de educación menstrual que se requerían reforzar para el desarrollo psicosocial.

3.6. Procedimientos

En primera instancia se procedió a establecer contacto en una primera reunión con la Rectora de la Institución Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes para dar a conocer la propuesta.

Entrega del documento emitido por la universidad para autorizar el desarrollo de la intervención.

Reunión con la rectora, representante del Departamento de Consejería Estudiantil o con el tutor del séptimo año, según lo disponían y se coordinaba con las autoridades para presentar la propuesta y el cronograma de trabajo.

Reunión con padres de familia para socializar propuesta y lograr acuerdos para la intervención y el consentimiento escrito informado de los padres de familia.

Presentación de las herramientas que se aplicarían a las estudiantes participantes en la investigación para aprobación institucional. Coordinación de las fechas para reunión con el/la responsable, y establecer la fecha y hora de uso práctico de la herramienta.

3.7 Rigor científico

Durante la presente investigación se aplica la credibilidad, a través de la validación de los instrumentos por personal altamente calificado y en base a los datos recopilados, extraídos directamente de los participantes y basados en sus experiencias; también se tiene a la similaridad proximal para que la información sea confiable, teniendo en concordancia los participantes, los resultados y los procedimientos empleados. Se utiliza la interpolación para discernir la influencia positiva o negativa en la población, se aplica la imparcialidad y la honradez, ya que los datos presentados, están basados en la espontaneidad de las respuestas de los entrevistados, presentados sin manipulación de contenidos, respetando el anonimato de los participantes y aplicando la imparcialidad.

3.8. Método de análisis de datos

En este proceso, se emplearon las entrevistas como el método principal para obtener información clave de los participantes, utilizando una herramienta estructurada como lo es la guía de entrevistas; aplicándola a través de preguntas abiertas, basadas en el tema de investigación y los problemas identificados. Se entrevistó a las 14 estudiantes del séptimo año de educación básica de la institución educativa y sus apoderados.

El método de análisis de la información consistió en codificar a cada uno de los entrevistados para luego transcribir por separado las respuestas obtenidas de acuerdo con las preguntas que se incluían en la guía de entrevistas, verificando las coincidencias para luego reagruparlas. Finalmente, cada pregunta y su respectivo subgrupo de investigación se analizó para que posibilite la exposición de resultados, obteniendo una idea clara que permitió plantear las conclusiones y recomendaciones.

3.9. Aspectos éticos

Niñas y adolescentes copartícipes de este proceso recibieron un trato respetuoso e igualitario, garantizando su integridad física y psicológica, para obtener información de calidad aplicado los principios de no maleficencia, autonomía y justicia.

Se garantizó la calidad ética de la información, se aseguró su confidencialidad y la información personal de todos los participantes en el proceso.

En todo momento se cuidó y protegió la información recabada, los resultados de la investigación son entregados a las autoridades de la Institución educativa para la toma de decisiones, siempre orientados a mejorar la calidad de vida del grupo intervenido.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para promover una educación en salud menstrual que favorezca el desarrollo psicosocial de niñas y adolescentes, es necesario dar prioridad a mejorar la calidad de los contenidos en la información que se provee sobre salud menstrual, porque aún en estos tiempos donde la tecnología está al alcance de todos y permite fácil acceso a toda clase de información, poco se da prioridad a temas trascendentales que solo concierne a una minoría escasamente visibilizada; es lo que expresa (Arias Baldeón & Díaz Pacheco, 2019), en su investigación donde identifica que el conocimiento de las menstruantes es determinante para su desarrollo psicosocial.

De acuerdo con el primer objetivo específico; necesidad de evaluar la educación en salud menstrual en las estudiantes del séptimo año, se estableció el tipo de conocimientos e información que referían ellas y sus tutores. En el marco de las primeras entrevistas realizadas en esta intervención, aplicada a las 14 estudiantes y sus apoderados, se identificó que al interior de los grupos familiares si poseen la apertura para hablar sobre este tema procurando aconsejar a las estudiantes, sin embargo, esta información era insuficiente, con contenidos y explicaciones sesgadas y de escaso nivel científico, basados en mitos, tabúes y tradiciones transmitidas de padres a hijos a través de varias generaciones. Esto coincide con lo expresado por (Marsiglia López, 2023) en su teoría para explorar los conocimientos sobre menarquía que poseen los padres, de hijas adolescentes.

Un hallazgo relevante es la apertura para hablar del tema en grupos familiares en el contexto de la comunicación familiar sobre cuestiones sensibles, es alentador observar que existe una disposición para abordar esta temática en revisión. Esto podría sugerir un avance en la ruptura de ciertos tabúes o estigmas que anteriormente podrían haber dificultado estas conversaciones, sin embargo, esta apertura inicial también plantea: calidad y profundidad de las discusiones que se están llevando a cabo, información insuficiente, presencia de mitos y tabúes. Esto sugiere que, las familias están dispuestas a abordar el tema, pero, la información disponible resulta ser insuficiente, lo que puede indicar que carecen de los recursos necesarios para comprenderlo.

Este resultado plantea preguntas sobre la fuente de esta información y cómo podría mejorarse para proporcionar un conocimiento más completo y preciso.

Al evaluar el segundo objetivo específico se evidencia la necesidad de fortalecer conocimientos de educación menstrual en las estudiantes del séptimo año, estudiantes y padres de familia coinciden, en que una forma de mejorar su entorno familiar inmediato durante la menstruación era fortaleciendo conocimientos para crear confianza, por lo que se elabora un plan de capacitación priorizando los temas más relevantes que coadyuvaran alcanzar el conocimiento requerido, a través de una enseñanza eficaz, el objetivo es disipar los tabúes y promover un conocimiento claro y pertinente, para identificar el ciclo y la menstruación como parte esencial en la vida de la mujer. En este contexto, (Obscura Torres, 2022) en su investigación expresa que es necesario conocer y analizar las experiencias sensoriales y emocionales de la menstruación para enseñar y educar sin tabúes.

Se detectó que la información insuficiente y tabúes han contribuido a la incomprensión y al estigma que rodea a la menstruación por ello la importancia de la educación en salud menstrual para tener impacto directo en la salud y el bienestar de las personas. Al comprender los procesos biológicos y emocionales detrás de la menstruación, las personas pueden tomar decisiones con conocimiento de causa y gestionar mejor su salud. La menstruación es un proceso biológico natural que afecta a una gran parte de la población en todo el mundo. A pesar de su universalidad, persiste la misma, mitos y tabúes, la falta de información precisa y científica puede tener impactos negativos en la salud física y emocional, además de contribuir a la estigmatización y el desconocimiento generalizado.

El tercer objetivo específico evalúa la necesidad de diseñar un protocolo que permita acceder de forma segura y confiable a información e insumos menstruales para las estudiantes del séptimo año; dadas las dificultades que las estudiantes pasan durante el proceso menstrual en su estadía en las instalaciones de la unidad educativa, es también lo que sostiene (Barone Zallocco, 2020)

Los resultados obtenidos en esta investigación confirman la existencia de una problemática en relación con el acceso a información e insumos menstruales, refuerzan la importancia de abordar el tema a profundidad. Se identifican varias barreras que van desde la falta de acceso a productos menstruales adecuados hasta la insuficiencia de información confiable sobre la menstruación. Estas barreras pueden contribuir a una sensación de incomodidad, vergüenza y estrés entre las estudiantes durante su ciclo menstrual.

Las expresiones de las propias estudiantes manifiestan que estas dificultades experimentadas, son una realidad palpable y que existe un espacio para la mejora en términos de cómo se aborda la menstruación en el entorno educativo, necesidad de apoyo y soluciones; resulta esencial escuchar las voces de las estudiantes, el acceso a información y suministros menstruales confiables es un aspecto crucial en su salud y el bienestar.

**Transcripción de 14 entrevistas realizadas a las estudiantes con
codificación**

1.- Entrevista estudiantes – Blusa blanca parche verde.

Fecha 07- 07-23 Edad 11años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

(Se sorprende con la primera pregunta) es una mujer cuando llega a la parte adulta, crece en el sentido que le cambia el cuerpo.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Si, a los 10 años.

**¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas,
¿Qué crees que sentirías?**

Me asuste empecé a llorar porque pensaba que me estaba pasando algo malo.

**¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu
respuesta.**

Sí, porque los hombres no pueden menstruar porque tienen el aparato reproductor diferente.

**Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas
que forman parte de tu entorno.**

Sí, mi mamá mi papá y mi hermana y la maestra, de casi todos.

**¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para
conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?**

Con la psicóloga, el año pasado hablo de la menstruación y del aparato reproductor.

**¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la
Institución Educativa a la que perteneces?**

Que ayuda a las niñas a seguir para que no se asusten porque eso es súper traumático y no teman y no pasen lo mismo que yo pase.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Traer toallas sanitarias y que los baños haya siempre papel para que las niñas se puedan limpiar y que siempre se puedan cambiar la toalla.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallas femeninas.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

No, siempre he venido y no he tenido problemas.

2. Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche azul.

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Es cuando comienzas a botar la sangre mala de tu cuerpo como para desarrollarte esto no sucede a los hombres, pero las mujeres tienen ese proceso.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Ya a los 10, me dolía la espalda en la mañana horrible por la menstruación.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Sí, se sentía como una cosa medio rara con la toalla sanitaria. Yo me ponía antes por curiosidad por lo que leí, se siente como orinar.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Sí, porque en los hombres ocurre diferente, para el hombre es de diferente manera no hay menstruación.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Mi mamá, mi maestra dice que puede ser con mucho flujo, con poco flujo regular o irregular.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

No recibí nada, recibí recién este año información del periodo menstrual.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Es importante para estar informada.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Que haya toallas sanitarias para las mujeres.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toalla sanitaria.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Siempre asisto a la escuela en este período.

3.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche amarillo.

Fecha 07- 07-23 Edad 10 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

No lo tengo muy claro.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, hace poco tiempo, una vez a los 10.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Preocupada, si he escuchado de mis amigas, me habían dicho que se siente horrible.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Un papá puede saber y te puede ayudar.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Sí, de mi mamá.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

En la escuela pasada si he recibido información.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Si me sirvió, no lo tenía tan claro, no me han explicado tanto yo he leído.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Que haya papel higiénico.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallas sanitarias.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Asisto siempre a la escuela.

4.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche celeste.

Fecha 07- 07-23 Edad 10 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Es cuando a una chica le baja la sangre que esta acumulada.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Si a los 10 años, me dio cólicos dolor de barriga fuerte estaba de viaje, y después ya no me vino más.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Sí, porque es una información para las mujeres porque la familia le debe informar a la chica para que tenga la información de los que es.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Sí, de mi familia.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

A los cuantos años te puede bajar la menstruación.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

A los cuantos años te puede bajar la menstruación.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Está bien que den esa información.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Que los baños estén más limpios y que haya papel y a una chica le puede dar la menstruación y no tiene como limpiarse.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallas sanitarias.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

No poder ir al baño rápido.

5.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche rosa

Fecha 07- 07-23 Edad 10 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

No tengo muy clara la idea, que eso le da a todas las mujeres que es un sangrado por la parte íntima.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a los 10 años

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Rara y un poco dolorosa por los cólicos.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Sí, porque somos las únicas que nos da y ya.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Sí, me dijeron que eso es normal que nos da a las niñas de mi edad y que confíe en ellos cuando me pase esto.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

Sobre cómo es la menstruación.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

La información recibida es muy buena ya que me instruyeron para saber.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Muchas veces tiran las toallas sanitarias en el baño y hay que botarlas directamente en el basurero.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toalla sanitaria.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Me dan cólicos, pero siempre asisto.

6.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche negro

Fecha 07- 07-23 Edad 10 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Que es como a lo que las mujeres les pasa cuando ya son señoras, pero tienen que cuidarse para que no se dañe ese proceso.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a los 10.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

De una forma rara, extraña porque es algo que no había experimentado.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Yo creo que sí, porque es solo a las mujeres que les da, porque ellas solo hacen ese proceso.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

De que no debo tener miedo porque es algo normal, es un nuevo ciclo de la vida.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

De que necesitamos tener seguridad cuando hablemos de eso que no tengamos miedo de hablar porque es algo normal.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Que es bueno para prepararme para estar lista en cualquier momento y lugar que esté.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Que como que si tú te olvidas de las toallas sanitaria haya un paquete para que te puedas poner y que sean más limpios y que todas tengan un lugar para desechar las toallas sanitarias.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallas sanitarias.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Dolor en el estómago.

7.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche rojo

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Cuando eres más mayor, más de 9 o más ya te comienza a bajar y si te comienza a bajar ya tienes que cuidarte muy bien porque ya puedes tener hijos y cada mes te toca.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a los 10 años.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Ya me tocaron porque no sé ya a mi hermana le había bajado, era obvio.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Sí, porque solo a las mujeres les pasa eso a los hombres no les sucede entonces solo las mujeres menstrúan.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

O sea que me han dicho ellos me han dicho todo lo que se, que tengo que cuidarme muy bien que me pueden pasar muchas cosas y eso.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

Recibimos clases de sexualidad en el curso.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Si tengo información, pero no de la escuela.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

O sea que pondría en los baños, este yo cuando fui al colegio de mi hermana vi que en el colegio de niñas había una cajita donde había toallas sanitarias y por si acaso te llega y no te das cuenta podrías coger de allí y aquí no hay.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Pañitos, toallas sanitarias y nada más.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

No, a mí no, a mi hermana le pasó eso, ella vomita, se marea, le da todo eso, yo si soporto nomás, me tomo una pastilla y ya.

8.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche gris

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Es cuando las mujeres ya están empezando su etapa de señorita y ya va dando un paso adelante en su vida.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, ya tuve mi proceso a los 9.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Me sentí sorprendida porque pensé que me iba a pasar después.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Sí, para comprender también debería saber.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Dijo mi madre que la menstruación es algo muy normal en las mujeres y mis tías dijeron que también estaba bien que no se alteren cuando me llegue.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

En sexualidad me dijeron que eso les pasa a todas las mujeres.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Me parece de verdad muy bien; en las otras escuelas no me enseñaron nada.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Yo diría que un poco la puerta, debido a que estaba en el baño y me abrían la puerta y eso era bien incómodo, yo cambiándome y ellas me abren la puerta.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Las toallas y también y traigo una toalla de repuesto por si me mancho mucho.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Que los primeros 3 días o 2 días me mancho mucho y no puedo ir a la escuela.

9.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche naranja

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Está muy bien porque las mujeres tienen período y esto es normal que todas las mujeres tengan.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Yo la tuve a los 9 años.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas,

¿Qué crees que sentirías?

Y me asusté mucho, me sentí rara, porque eso no me había pasado a mí.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

No, porque los hombres deberían saber lo que nos da por si acaso se asusten.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Usemos toallitas sanitarias para no mancharnos.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

Que usemos toallitas sanitarias, pañitos y llevemos chompa para que no nos manchemos.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Que está muy bien porque todas las mujeres tienen el período.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Que haya toallitas sanitarias y que el baño esté aseado y que la puerta tenga privacidad.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallitas sanitarias y pañitos y lavarnos bien.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

No realmente no, inconveniente no.

10.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche morado

Fecha 07- 07-23 Edad 12 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Que es una etapa de las mujeres que viene cada mes y uno tiene que cuidarse.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a los 11 años y le avisé a mi abuelita y ella fue la que me ayudó.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Pues nerviosa pues había llegado en un momento cuando estaba en la escuela, pero me di cuenta cuando llegué a mi casa.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

No, porque debe ser conocido para tener en cuenta que es algo normal.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Tengo que cuidarme porque si no me cuido puedo llegar a tener una infección es importante porque debo tener cuidado con mis partes íntimas.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

Nos dan clases de sexualidad a todos en el curso.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Es bueno saber.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Nada, me siento bien con lo que tenemos aquí porque me siento segura.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallas sanitarias, pañitos húmedos.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Si, los cólicos menstruales.

11.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche café

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Que una persona se tiene que cuidar respecto a eso.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a los 10 años.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Tranquila porque mi mamá ya me había hablado sobre eso.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

No, porque a veces las demás personas también deben de conocer.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Que debo cuidarme y debo usar correctamente las toallas sanitarias.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

Sí, sobre que nos desarrollamos a los 10 o a los 11.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Que está bien.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Que haya dispensadores.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallas.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

No.

12.-Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche lila

Fecha 07- 07-23 Edad 12 años

Transcripción de la entrevista

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Que es algo normal que les da a las mujeres cuando ya tienen 11 años.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a la edad de 11 años.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Me sentí normal porque mi mami me explicó.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

No, ya que los hombres también deben saber de ese tema.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Mi mami me había hablado sobre el tema de la menstruación que, si me daba eso, iba a comenzar a ser una señorita.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

En clase de sexualidad nos han explicado que debemos usar toallas sanitarias, aunque estemos cerca de la menstruación, tener precaución.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Me dijeron que era buena, eso les daba a todas las mujeres.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Nada.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Uso toallas sanitarias y una chompa para taparme por si me mancho.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

A veces he menstruado siempre y me ha dado miedo que en la escuela me de mucha.

13.-Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche fucsia

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Que no hay que asustarnos si nos da.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, ya lo experimenté a los 10 años.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Bueno, cuando me desperté y me asusté un poquito y le dije a mi mamá y me dijo que no esté asustada que es algo normal.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

Para los hombres porque si acaso tengan hijas o novias y ya sepan que les puede comprar.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Bueno mi mamá me dijo que esté tranquila y no me asusté tanto que es normal y que yo me estaba convirtiendo en señorita.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

En sexualidad nos enseñaron que tenemos que llevar toallitas y que no dejemos que ningún hombre nos vaya a tocar cuando ya estamos menstruando porque podemos salir embarazadas.

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

Sí, está bien.

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

La verdad es que nada, si hay higiene por lo menos ahí y si puedo cambiarme con toda seguridad.

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Uso las toallitas, una chompa y también traigo pañitos húmedos.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

Es que algunas veces me baja mucho y otras veces me baja poco, pero voy con temor.

14.- Entrevista estudiantes - Blusa blanca parche dorado

Fecha 07- 07-23 Edad 11 años

Transcripción de la entrevista:

¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?

Algo relacionado de la menstruación.

¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?

Sí, a los 10 años.

¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?

Me sentí alegre porque ya era una señorita, me emocioné.

¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.

No, porque los hombres también deben saber.

Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.

Eso no es nada malo, que eso es algo normal entre las mujeres, que viene para ser una señorita.

¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?

No tengo,

¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?

No,

¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?

Nada, que no es nada incómodo,

¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?

Toallitas sanitarias para no mancharnos.

¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?

No.

Tabla 1. Subagrupación de entrevistas realizadas a las estudiantes

Criterio	Subagrupación
1. ¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?	A.- Proceso normal B.- Evento que le ocurre a la mujer. C. Poco conocimiento científico D.- Ideas erróneas (mitos)
2. ¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?	A.- 9 años B.-10 años C.-11 años
3. ¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?	A.- Poca preparación para su primera menstruación B.- Asombro ante la menarquia C.- Proceso natural D.- Alegría al asumir nuevos retos
4. ¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.	A.- Tema exclusivo de mujeres B.- Promover integración de los hombres C. Toda la familia debe involucrarse
5. Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.	A.- El entorno cercano proporciona información práctica B.- Entorno familiar expone que es un proceso normal C.- Busca información y el entorno le entrega información para prevenir infecciones
6. ¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?	A.- Si recibió información del periodo menstrual B.- No recibió información C.- Clases de sexualidad para todos en el curso

7. ¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?	A.- Necesidad de fortalecer conocimiento B.- Enfatizar conceptos básicos
8. ¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?	A.- Contar con elementos básicos para usar durante la menstruación B.- Comodidad en las instalaciones C.- Contar con elementos básicos para aseo personal D.- Mejoras en las seguridades de las puertas en los baños
9. ¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?	A.- Toallas sanitarias
10. ¿Qué inconvenientes se te han presentado durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?	A.- Presentan inconvenientes, pero igual asisten a clases B.- No siempre asisten

Tabla 2. Interpretación de entrevistas realizadas a las estudiantes

Criterio	Subagrupación	Interpretación
1. ¿Qué conoces con relación al término salud menstrual?	A.- Proceso normal B.- Evento que le ocurre a la mujer. C. Poco conocimiento científico D.- Ideas erróneas (mitos)	Hay una percepción de que es un proceso normal, pero el mensaje que se les ha transmitido no es claro, otras estudiantes entrevistadas respondieron con conceptos erróneos que habían leído y que confirmaban la necesidad de reforzar estos contenidos, también se refirieron a los mitos y algunas expresaron desconocimiento en tema demostrando poca disertación científica, lo que hizo que la propuesta sea aún más relevante.
2. ¿Ya experimentaste tu primera menstruación (menarquia) a qué edad?	A.- 9 años B.-10 años C.-11 años	Se identificó que las estudiantes entrevistadas experimentaron su primera menarquia entre los 9 y 11 los años.
3. ¿Cómo te sentiste con tu primera menstruación? Si aún no menstrúas, ¿Qué crees que sentirías?	A.- Poca preparación para su primera menstruación B.- Asombro ante la menarquia C.- Proceso natural D.- Alegría al asumir nuevos retos	Las respuestas dan a entender que la información si es transmitida, pero que se requiere fortalecer estos temas para que tengan herramientas y puedan manejar esta etapa con mayor seguridad y confianza.

<p>4. ¿Crees que la menstruación es un tema sólo para mujeres? Explica tu respuesta.</p>	<p>A.- Tema exclusivo de mujeres B.- Promover integración de los hombres C. Toda la familia debe involucrase</p>	<p>Al tener los conceptos errados consideran que la menstruación es solo un tema de mujeres, hay que trabajar en la reflexión de que todo el entorno debe involucrarse, para crear un ambiente saludable donde las estudiantes se puedan desarrollar con seguridad.</p>
<p>5. Indica que información has recibido sobre la menstruación de las personas que forman parte de tu entorno.</p>	<p>A.- El entorno cercano proporciona información práctica B.- Entorno familiar expone que es un proceso normal C.- Busca información y el entorno le entrega información para prevenir infecciones</p>	<p>La información se presenta a las estudiantes de forma breve, por lo que se requiere una pedagogía con temática efectiva para dejar un conocimiento claro que permita la reflexión.</p>
<p>6. ¿Qué temas recibiste mediante clases, talleres o material educativo para conocer acerca de la menstruación en la Institución Educativa?</p>	<p>A.- Si recibió información del periodo menstrual B.- No recibió información C.- Clases de sexualidad para todos en el curso</p>	<p>Las estudiantes han recibido nociones de salud menstrual en clases de sexualidad de diversa índole junto a todos sus compañeros, pero de forma breve sin embargo hay un grupo que no ha recibido o comprendido la información, lo que sustenta la necesidad de fortalecer el conocimiento en salud menstrual.</p>

7. ¿Qué opinas de la información impartida sobre la menstruación en la Institución Educativa a la que perteneces?	A.- Necesidad de fortalecer conocimiento B.- Enfatizar conceptos básicos	Todas las estudiantes transmiten en sus respuestas la necesidad de establecer una idea clara, es necesario dilucidar conceptos y fortalecer el conocimiento
8. ¿Qué mejorarías de las instalaciones sanitarias en tu Institución educativa para favorecer tu proceso menstrual?	A.- Contar con elementos básicos para usar durante la menstruación B.- Comodidad en las instalaciones C.- Contar con elementos básicos para aseo personal D.- Mejoras en las seguridades de las puertas en los baños	Un grupo de estudiantes manifiesta sentir incomodidad porque no hay implementos específicos para la menstruación tales como; toallas sanitarias y de aseo personal como el papel higiénico. Además, sugieren mejorar las seguridades de las puertas en los baños.
9. ¿Qué productos usas para mantener tu higiene durante la menstruación?	A.- Toallas sanitarias	Se puede identificar que las estudiantes utilizan un único método de protección en la menstruación que es la toalla sanitaria, por lo que en las inducciones se incluirá la enseñanza de otros métodos de control menstrual existentes en el mercado y su forma de utilizarlas.
10. ¿Qué inconvenientes se te han presentado	A.- Presentan inconvenientes, pero igual asisten a clases	A pesar de presentar inconvenientes, asisten en su mayoría a clases, por lo que es menester tomar en cuenta lo que

<p>durante la menstruación que no te han permitido asistir a la Institución Educativa?</p>	<p>B.- No siempre asisten</p>	<p>opinan las estudiantes y el compromiso que tienen con sus estudios aplicando estrategias de mejoras en su ambiente escolar.</p> <p>El segundo grupo no siempre asiste al presentar problemas de adaptación durante los primeros días de la menstruación, por lo que se le enseñará formas de cuidado para prevenir posibles eventualidades que dificulten su integración escolar en este periodo.</p>
--	-------------------------------	--

Según los antecedentes planteados, del análisis de las entrevistas a las estudiantes, se desprendió que se necesita información auténtica y científica para promover el conocimiento, pues la falta de educación al ausentarse de las aulas contribuye en sostener la concepción de que las mujeres deben conservar la función reproductiva en la sociedad y no la productiva. Esto debido a que, si no se preparan y toman experiencia para adquirir conocimiento, poca será la capacidad para comprender el mundo desde un punto de vista cambiante y convulsionado como el actual. (Benalcazar Mosquera, 2019), esta teoría coincide con lo demostrado en esta investigación.

Transcripción de las entrevistas realizadas a los apoderados

1. Entrevista apoderados – Corbata lazo verde

Fecha 11 -07-23 / Edad 39 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

Oiga yo le voy a decir que en el colegio a la edad de 13 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Bueno ahora si ya con más confianza se habla para enseñarle y explicarle.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

¡No, oiga! Porque el papá ha tenido que aprender porque él es quien le compra todas las cosas a la niña.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Ella sigue siendo una niña no porque ya menstrue es mujer, es una niña.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Bueno, es muy bueno que ustedes le enseñen porque aprenderá más cosas y será más fácil para ella el periodo.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Casi últimamente no le han dicho nada en el colegio, lo que ustedes van a hacer es nuevo porque van a estar más informadas.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Bueno el papá le compra todo lo que ella necesita, toallas, sus paños húmedos todo es el quien compra.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Pediría que tengan funditas en los baños para que las niñas depositen sus toallas cuando se cambien y estén pendientes en clases de educación física.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Antes sentía vergüenza, pero ahora ya no, tratamos de que ella lo lleve normal.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Estoy pendiente cuando le da cólicos.

2. Entrevista apoderados – Corbata lazo azul

Fecha 11 -07-23 / Edad 80 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

Quando ya conocí la regla a los 11 años.

**Quando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.
¿Cómo se siente?**

Yo sentí mucho cólico desde la primera vez, y estaba preocupada, pensé que a ella también iba a sentir lo mismo por eso no sabía cómo hablarle.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Los padres también deben saberlo, pero en mi tiempo eso no era posible.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Ella ya va a ser señorita, son unas señoritas de más cuidado.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Yo creo que sería aceptarlo y seguir relacionándose con eso para aprender más.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Que haya apoyo en el momento que le dé cólico, haya una medicina que les apoyen.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Toallas sanitarias que ahora usan y cualquier otra medicina que le atienda y le cada bien.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Que haya atención, que haya remedio para que le faciliten una mejor atención.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Se ha de sentir mal, pero es algo que todos conocemos que pasan las mujeres y a veces las personas se burlan.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Apoyarla que estudie en los momentos que estén así necesita cuidado.

3. Entrevista apoderados – Corbata lazo amarillo

Fecha 11 -07-23 / Edad 45 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

Más o menos a los 17 años en el colegio.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Me siento muy bien porque mi niña tiene confianza y le hemos dado la apertura de su menstruación y de su ciclo menstrual.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Yo pienso que no, en el tema también se involucra el papá, le hicimos algo bonito cuando pasó.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Mi niña siempre será mi niña.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Pienso que tendría más confianza ya no sentiría tanto temor al venir la menstruación, estaría más segura.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Que le hablen profesionales que conozcan, y se hable con confianza como es y lo que es, que no es enfermedad si no algo normal.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Claro, con ella asistimos a la tienda y escoge las toallas sanitarias y lo que necesita.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Si se puede asignar un baño privado para las niñas en menstruación.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

En la familia se habla libremente sobre el tema y lo que sucede.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Ya, desde que menciona que está sintiendo malestares estoy pendiente de que tenga lo necesario, que no esté saltando demasiado o comiendo cosas con sal.

4. Entrevista apoderados – Corbata lazo celeste

Fecha 11 -07-23 / Edad 43 años / Sexo masculino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A los 15 años en el colegio.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Como que falta información adicional.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

De mujeres sí, porque ovulan, pero deben involucrarse también los hombres.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Un inicio de la etapa en la vida.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Ya tendría un conocimiento más claro sobre ello que inicia en el nuevo ciclo, aclarar las dudas.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

De que le den los datos que va a suceder de aquí en adelante y que tengan una contingencia para lo que suceda porque ellas no saben.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Se le da facilidades en lo que más se puede en lo que uno está a su alcance.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

El asunto es que cuando suceden esas eventualidades debe ser más privada, debe ser un espacio para estas situaciones, un baño donde las niñas se hagan los cambios necesarios para este ciclo, no en el baño común.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

El desconocimiento del tema hace que sucedan comentarios ofensivos sobre el tema, si las personas supieran un poco más serían más cautos.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

En lo que más tengo conocimiento le digo lo que va a suceder sobre esa cuestión, pero no se mucho.

5. Entrevista apoderados – Corbata lazo rosa

Fecha 11 -07-23 / Edad 38 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

Cuando tuve mi primera regla a los 12 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Bueno, yo le explique sobre cómo era la menstruación sin problemas.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Sí, porque las mujeres son las que se enferman.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Es de niña a señorita, para ser niña a señorita.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Bueno, yo creo que, si tiene información porque si le enseñan en el colegio, pero si conoce más, sería mejor para ella.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Bueno que le den más materia y que les den a los compañeros de clase porque a ella le da vergüenza ir y que se manche porque los compañeros la molestan.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Yo le compro las toallas.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Bueno yo creo que deben hacer un baño solamente para eso, cuando uno va a los baños públicos no todas las niñas se saben asear y dejan botado que se les enseñe como usarlo.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Bueno la verdad que antiguamente había más cosas antes no se hablaba del tema y si le enseñan más podrá conversar y entender cosas.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Yo le llevo las cuentas y yo le controlo cuantos días y todo eso.

6. Entrevista apoderados – Corbata lazo negro

Fecha 11 -07-23 / Edad 37 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

Yo como a los 12 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija. ¿Cómo se siente?

Bien porque siempre le estuve preparando la fecha de su menstruación nos sentimos cómodas.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Noo! Yo lo hablo delante del papa también con ella para que no le de vergüenza incluso anoche hablamos de eso firmando el papel de autorización.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Opino que también la frase deja las muñecas, están más pendiente del teléf. de su imagen de su vestir, no lo veo normal porque a mí me duele

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

De prevención sobre la salud, con respecto a sus partes íntimas porque muchas veces puede ser molesto para las adolescentes el cambio de toalla, pero si reciben información se van a dar cuenta porque es necesario la higiene de las partes íntimas.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Yo creo que debería ser más abiertos, aun en la actualidad para muchas de las adolescentes es un poco cohibido hablar de la menstruación o de los cambios hormonales de su cuerpo, si deberían expresarse abiertamente para ellas sentirse libres.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Facilidades como toallas sanitarias porque como mujer, sé lo necesarias que son las toallitas.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Un dispensador de toallas sanitarias talvez, un botiquín también porque muchas sufren de cólicos o dolores cuando la menstruación baja, entonces si sería bueno para que puedan servirse de aquellos implementos.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Con respecto a los tabú no, yo trato de ser muy abierta, cuando le baja la menstruación ella me lo dice y con respecto a no te puedes bañar nada, y del aseo de sus partes íntimas estoy pendiente por salud.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Trato de estar un poquito más al pendiente porque como mujer estamos propensas a la lloradera o al mal humor trato de estar más al pendiente porque se las necesidades que tenemos como mujeres.

7. Entrevista apoderados – Corbata lazo rojo

Fecha 11 -07-23 / Edad 40 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A los 13 años, les llega la menstruación muchas veces cuando llegan a esta etapa, sufren algunos cambios que afecta en los físicos o en lo emocional y muchas veces se sienten cohibidas.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija. ¿Cómo se siente?

Me siento tranquila, lo hablo abiertamente con ella porque es algo natural.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Yo pienso que no solo es de mujeres porque el hombre tiene que estar pendiente también, tiene que conocer también las etapas de su esposa.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Ese es el cambio brusco que tienen las niñas que pasan de su etapa de niñez, cambios mentales porque no todas aceptan se sienten cohibidas temerosas y a veces no cuentan que ya les llegó su primera menstruación.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Yo creo que cambiaría mucho si como a todas las niñas se les informara porque les coge desprevenidas, se debería dar charla para que estén preparadas.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

En la institución si se aborda porque se da sexualidad a las niñas y conocen las funciones de sus cuerpos y conforme pasan los años siempre bueno capacitarles sobre este tema.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Bueno en el tiempo que nosotros compramos se compra para todas, aquí somos algunas mujeres y si tienen facilidades de comprar sus productos.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Implementar que todos los baños deberían tener llavecitas de lavarse, el cajetín no debe faltar papel higiénico y toallas sanitaria implementar por lo menos en un baño.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Antes si había muchos tabúes yo me recuerdo que mi abuelita me decía eso, pero ahora ya no tanto ahora ya no se cuidan por eso tantos miomas que hay.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Ver que si le da cólico tener a la mano la pastillita con tiempo tener comprado estar prevenida.

8. Entrevista apoderados – Corbata lazo gris

Fecha 11 -07-23 / Edad 41 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A los 10 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija. ¿Cómo se siente?

Bien porque ya estábamos preparadas, y hablando del momento que a ella le iba a tocar eso.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Sí, porque solo hemos escuchado que entre mujeres nos hemos enfermado.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Como el carácter cambio, claro está bien porque pasa a ser una señorita poco a poco va a dejar la niñez y debe comportares mejor.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Actuaría en otra manera.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Soy mala madre de familia que no me doy cuenta.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Compro las toallas, le he enseñado como las debe utilizar.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Que haya un botiquín con pastillitas, toallitas de pronto si mi hija no llevo porque a ella le paso y le ayudo a una amiga.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Cólicos.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Comprar la pastillita decirle que tome agua helada cosas que no debe consumir.

9. Entrevista apoderados – Corbata lazo naranja

Fecha 11 -07-23 / Edad 37 años / Sexo masculino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A los 14 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Siento que aún no puedo dar respuestas a muchas dudas que ella tiene.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Sí, porque las mujeres son las que llevan el proceso menstrual.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Las niñas empiezan una nueva etapa.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Va a tener más soltura con conocimiento claro de los que percibe físicamente.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Incluirlo en las materias para dar acompañamiento.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Se le compra cuando requiere las toallas que necesita.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Que cuando le suceda eso pueda tener acceso a un baño limpio y con implementos para asearse.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Los tabúes no permiten que las niñas hablen libremente, pero mi hija si sabe que hacer.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Se encarga la madre.

10. Entrevista apoderados – Corbata lazo morado

Fecha 11 -07-23 / Edad 41 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A los 11 años cuando me enferme.

**Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.
¿Cómo se siente?**

Tranquila, lo que yo se le digo, para que tenga los mismos cuidados.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Sí, porque son las que están menstruando.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Que es un cambio que tienen al momento de la menstruación.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Mejorar en algunas cosas que yo no le he enseñado por desconocimiento.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Que enseñen que es algo natural que les sucede a las mujeres y que marca un nuevo ciclo.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

A ella se le compra lo que necesita.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Mejorar las seguridades de las puertas para que se cambien con tranquilidad.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

En la escuela me dice que los compañeros a veces se burlan y les llaman la atención.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Siempre que le a dar la menstruación me hija me dice y yo estoy pendiente.

11. Entrevista apoderados - Corbata lazo café

Fecha 11 -07-23 / Edad 40 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

9 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Natural, muy natural.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Claro, es solo cosa de mujeres todavía no se ha probado que ocurre en otro sexo.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Yo creo que eso es solo una frase en mi caso yo menstrúe a los 9 años por supuesto que se van viendo cambio a medida que uno va menstruando.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Bueno, antes o por lo menos que piensan en menstruación es bueno porque saben que no están embarazadas, pero es un poco complicado y diferente a mi época ahora se entienden que los cuidados son exagerados, en mi conocimiento hay que tener máximo cuidado y ahora no es así.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Ahora eso no es un tabú antes era un tabú, ahora o no opinan lo mismo que uno, pero es más natural.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Todas las facilidades que necesita para ese momento.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Es un poco complicado, pero en vista de que los profesores modernos no necesitan cambios, pero si se necesitara un baño más limpio aseado y que de repente haya un dispensador de toallas sanitaria.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Bueno a ella le causa molestia que no puede andar en moto o no se puede bañar en el río, porque la idea es cuidarla.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Las agüitas aromáticas para las molestias de cólicos, las pastillas, se le evita la es.

12. Entrevista apoderados – Corbata lazo lila

Fecha 11 -07-23 / Edad 37 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A partir de los 8 años.

**Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.
¿Cómo se siente?**

Bien porque si ella escucha lo que le hablo le aconsejo toda mujer pasa por eso y es algo normal.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

No, también es cosa de hombres sobre todo por la comprensión.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Que dejan de ser niñas, dejan esa etapa para ser adolescentes.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Estar más preparada para la ocasión.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Día a día aconsejando de que es algo normal.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Sus toallas sanitarias, pañitos húmedos se le compra, yo como mamá.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Que no falten toallas sanitarias, todo lo higiénico para estar limpias.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

No, no hay ningún tabú, no creo yo.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Que se muere de cólico, que compra una pastilla, le doy tecito nomás no hay que automedicarse.

13. Entrevista apoderados – Corbata lazo fucsia

Fecha 11 -07-23 / Edad 39 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A la edad de 10 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Emocionada y con pena porque la niña empieza a ser señorita.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Creo que si prácticamente porque desde que uno inicia prácticamente a ser mujer a uno le hablan de la menstruación.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Que las niñas empiezan a cambiar y empiezan a ser señoritas.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

Claro que sí, deben tener una mejor higiene allí prácticamente empiezan a evaluarse como señoritas.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Que debería más higiene para las señoritas, más cuidado para las señoritas.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Prácticamente nosotras las madres uno ve lo que les conviene.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

En primer lugar, un botiquín las toallas sanitarias, aparte de eso sus cuidados íntimos.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Yo creo que eso son creencias nomas porque a uno como padre lo han criado así, entonces todo eso, son creencias nomás.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Se le acompaña se le dice que tenga más cuidado en su ciclo menstrual.

14. Entrevista apoderados – Corbata lazo dorado

Fecha 11 -07-23 / Edad 35 años / Sexo femenino

Transcripción de las entrevistas

¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?

A los 12 años.

Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija.

¿Cómo se siente?

Bueno yo no tengo dificultad para poder abordar estos temas con mi hija yo creo que la experiencia que tuve ha servido para orientar a mi hija en este aspecto.

¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.

Bueno, le comento estos temas en lo que es el desarrollo de los chicos y las chicas considero que no solo tendría que ver con el tema de las niñas sino también con los varones, si es importante que ambos puedan conocer.

¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?

Bueno eso es interesante porque en su momento cuando abordábamos estos temas con mi hija ella no quería que habláramos y luego con los cambios sintió necesidad de participar de otras actividades, se siente una mujercita más grande.

¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?

No creo que mayores cambios, porque si hemos abordado estos temas.

¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?

Bueno considero que la institución en la que mi hija está estudiando llevan a cabo una materia importante como es la materia de sexualidad a través de esta materia abordan el tema con los estudiantes.

¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?

Bueno, normalmente siempre que se hacen las compras lo hacemos quincenalmente y compramos lo que usa cada mes sus toallitas incluso pastillas en una cartuchería.

¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?

Uno de los comentarios hechos por la beba es que se pueda mejorar la seguridad en las puertas.

¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?

Bueno, eso de siempre las prohibiciones cuando tu estas menstruando no tiene que barrer, ir al rio, tienes que andar aseándote, en cierto modo les incomoda considera que es abstenerse de aquello que le gusta hacer.

¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?

Me gusta estar pendiente, que este constantemente cambiándose de la toalla, controlarle en eso por lo demás no he tenido inconveniente.

Tabla 3. Subagrupación de las entrevistas realizadas a los apoderados

Criterio	Subagrupación
1. ¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?	A.- 13 años B.- 12 años C.- 11 años D. 14 años E.- 15 años F.- 17 años G.- 9 años H.- 8 años I.- 10 años
2. Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija. ¿Cómo se siente?	A.- Promueve confianza entre padres e hijos B.- Desconocimiento causa incomodidad
3. ¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.	A.- Deben involucrarse los hombres B.- Solo es un tema de mujeres
4. ¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?	A.- Cambio de niña adolescente B.- La niña sigue siendo niña
5. ¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?	A.- Preparación y mayor conocimiento da seguridad. B.- Considera está preparada.
6. ¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?	A.- Que se incluya más información B.- Últimamente no se ha capacitado en el tema

	<p>C.- Desconocen si le hablan información del tema</p> <p>D.- La institución le ofrece a su hija información base</p>
7. ¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?	<p>A. Los padres compran insumos</p> <p>B.- Sus apoderadas tienen la posibilidad de elegir los insumos que requiere</p>
8. ¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?	<p>A.- Privacidad, baño exclusivo para niñas menstruantes</p> <p>B.-Dispensador de toallas sanitarias</p> <p>C.- Mayor seguridad en las puertas</p> <p>D.- Botiquín</p>
9. ¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?	<p>A.- Se empiezan a romper tabúes</p> <p>B. Por desconocimiento mezclan ciencia y tabúes</p> <p>C. Se mantienen tabúes en ciertos aspectos del cuidado personal</p>
10. ¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?	<p>A.- La madre siempre está pendiente</p> <p>B. Dar información y promover el estudio</p> <p>C. Proveer información</p>

Tabla 4. Interpretación de las entrevistas realizadas a los apoderados

Criterio	Subagrupación	Interpretación
1. ¿A qué edad escuchó hablar de menstruación por primera vez?	A.- 13 años B.- 12 años C.- 11 años D. 14 años E.- 15 años F.- 17 años G.- 9 años H.- 8 años I.- 10 años	Se identifica que entre 13 y 12 años es la edad que empiezan a conocer del tema, un poco tarde luego de que se ha iniciado la primera menarquia. Durante las entrevistas los representantes manifestaron en conjunto que la información recibida en su momento era menos abierta a la que reciben en la actualidad sus representadas.
2. Cuando habla sobre la menstruación o algo relacionado a ella con su hija. ¿Cómo se siente?	A.- Promueve confianza entre padres e hijos B.- Desconocimiento causa incomodidad	De los representantes entrevistados se concluye que, si han tenido confianza para conversar sobre estos temas con sus representadas, pero existe un grupo a quienes se le dificulta interactuar con ellas quizás por el poco conocimiento del tema.
3. ¿Cree usted que la menstruación es solo cosa de mujeres? Explique su respuesta.	A.- Deben involucrarse los hombres B.- Solo es un tema de mujeres	Sostienen que son las mujeres quienes están involucradas, pero instan a que los hombres deben incluirse porque si queremos vencer estas barreras es

		importante el involucramiento de este grupo, para sensibilizarlos y fomentar la reflexión; de allí nace la relevancia que ocupa el padre en este proceso puesto que también es parte del entorno y debe conocer sobre estos temas desde su adolescencia.
4. ¿Qué opina sobre la frase "de niña a mujer" con respecto al cambio que tienen las niñas cuando inician su período menstrual?	A.- Cambio de niña adolescente B.- La niña sigue siendo niña	La opinión generalizada es que, sí hay cambio, pero no a mujer sino a adolescencia, aunque existen también respuestas de que la menstruación no es un cambio sino una etapa diferente de la vida.
5. ¿Qué actitudes cree que cambiarían en su hija, adquiriendo más información sobre salud menstrual?	A.- Preparación y mayor conocimiento da seguridad. B.- Considera está preparada.	En general coinciden que si se necesita más información para crear mejor ambiente y más confianza en sus hijas. Algunos argumentan que les han explicado todo.
6. ¿Qué cambios propondría en la forma en que se aborda los temas de salud menstrual en la Institución Educativa?	A.- Que se incluya más información B.- Últimamente no se ha capacitado en el tema C.- Desconocen si le hablan información del tema	Si bien es cierto ya tienen información, hay representantes cuya opinión es que, mientras más efectiva sea esta, las estudiantes tendrán mejores argumentos para su desarrollo intelectual; también hay representantes

	D.- La institución le ofrece a su hija información base	que desconocen los temas de salud menstrual que se dan en la escuela.
7. ¿Qué facilidades le da a su hija para adquirir productos de higiene menstrual?	A. Los padres compran insumos B.- Sus apoderadas tienen la posibilidad de elegir los insumos que requiere	Se verifica una vigilancia sobre los insumos que adquieren sus representadas, principalmente toallas sanitarias.
8. ¿Qué mejoras sugiere usted que se deben implementar en las instalaciones sanitarias de la Institución Educativa para favorecer el proceso menstrual de su hija?	A.- Privacidad, baño exclusivo para niñas menstruantes B.-Dispensador de toallas sanitarias C.- Mayor seguridad en las puertas D.- Botiquín	Se privilegia por parte de los padres requerir seguridad y privacidad para que sus hijas tengan la comodidad de asearse en esta etapa.
9. ¿Cómo los prejuicios y tabúes de su entorno familiar afectan la intimidad de su hija durante el periodo menstrual?	A.- Se empiezan a romper tabúes B. Por desconocimiento mezclan ciencia y tabúes C. Se mantienen tabúes en ciertos aspectos del cuidado personal	Los tabúes se están empezando a romper a través del conocimiento y la enseñanza, pero falta trabajo por hacer y personas que involucrar.
10. ¿Qué tipo de acompañamiento le da a su hija durante el periodo menstrual?	A.- La madre siempre está pendiente B. Dar información y promover el estudio C. Proveer información	Los representantes comentan que dan apoyo emocional a sus hijas durante el periodo menstrual, aunque hay limitaciones en conocimiento efectivo por su parte.

Luego de concluir con la sistematización de información, se evidencia una vez más la necesidad de fortalecer conocimientos, esto coincide plenamente con los resultados de las entrevistas realizadas a los padres y refuerza la teoría de que en un mundo cada vez más público, la menstruación sigue siendo un tema del que no se habla. Las difusiones de información disponibles suelen ser negativas o incorrectas, inclusive en las escuelas no siempre son suficiente para preparar a las niñas y adolescentes para tales experiencias, ya sea de forma real o práctica el estudio del ciclo menstrual conlleva procesos no tomados en cuenta como explica (Rogel Cayetano & Salvador, 2019), el contar con información concreta sobre su higiene, ciclo menstrual, ciclo ovárico, les permite tener idea clara y los conocimientos apropiados para reconocerse y saber cómo mantener un cuidado en este periodo tan significativo para niñas, adolescentes y mujeres en general.

V. CONCLUSIONES

Acorde al primer objetivo específico, se concluye que, con la experiencia adquirida, es recomendable realizar una entrevista completa y sin sesgos para obtener datos concretos, correctos y adecuados a cada establecimiento educativo, con una valoración previa de las debilidades y fortalezas que pueda tener el grupo de estudiantes. A través de entrevistas y exploración de casos experienciales con las participantes, fue posible deducir la organización y técnicas para el aprovechamiento de los talleres.

La planificación adecuada permitió aplicar en cada taller una metodología efectiva de trabajo de acuerdo con el tema, con lo que se obtuvieron resultados óptimos durante las capacitaciones enriquecidos con vivencias y prácticas de las adolescentes promoviendo la reflexión a partir de las experiencias vividas siendo más asimilable las vivencias como alternativa de educación participativa. Es necesario entonces permitir e impulsar la expresión de cada uno de los de los jóvenes que admite un aprendizaje y empoderamiento desde la experiencia; es importante para estas investigaciones contar con personal capaz y con experticia en el tema que genere alianzas e involucre a toda la comunidad educativa; según lo que señala el segundo objetivo específico.

Finalmente se llega a la conclusión de que es necesario estandarizar el proceso de enseñanza aprendizaje y dotar de una guía de capacitación para soporte al interior de la institución. Dentro de esta guía de talleres se incluye el protocolo de atención a emergencias menstruales elaborado en conjunto con las estudiantes que promoverá el empoderamiento mediante el conocimiento y aplicación de sus derechos a expresarse; como lo indica el tercer objetivo específico.

VI. RECOMENDACIONES

Se recomienda a la institución educativa que los talleres de salud menstrual se establezcan como parte del pensum académico con lapso de permanencia durante el periodo lectivo, como estrategia para incrementar la aprehensión del conocimiento y eliminar dudas respecto del tema.

Involucrar en futuros proceso de capacitación a los niños y adolescentes con el objetivo de sensibilizarlos en las sesiones de salud menstrual para que aprendan a reconocer que es un proceso natural que influye en el desarrollo de la sexualidad y es parte fundamental de su ciclo de la vida.

Se recomienda a la entidad educativa que en futuras investigaciones los padres, junto a sus representados participen en los talleres para que puedan fortalecer conocimientos en conjunto y dar soporte experiencial, desde donde se obtengan diferentes perspectivas que los aliente a romper mitos y tabúes.

Otra de las recomendaciones para la institución educativa está centrada en la necesidad que se efectúen adecuaciones en los baños, instalando seguridades para que las niñas puedan cambiarse con tranquilidad además de la posibilidad de tener acceso a toallas sanitarias mediante dispensadores.

Referencias

- Amat San Martín, S. F., & Torres Torres, V. M. (2019). *Repositorio Digital UCSP*. Obtenido de <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/16018>
- Arias Baldeón, D. R., & Díaz Pacheco, K. E. (2019). *Repositorio USFQ*. Obtenido de <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/8853>
- Arízaga Alvarado, J. S. (2022). *Repositorio UPS*. Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/21931/1/UPS-CT009587.pdf>
- Ariza-Ruiz, L. K., Espinosa-Menéndez, M. J., & Rodríguez-Hernández, J. M. (2017, Noviembre). *Portal de Revistas UN*. doi:<https://doi.org/10.15446/rsap.V19n6.71741>
- Barona Zallocco, O. (2020). Se derrama sangre por nuestras vulvas. *Revista de Aparición Esporádica*, 1. Obtenido de <http://rededitorial.com.ar/revistaignorantes/se-derrama-sangre-por-nuestras-vulvas/>
- Barone Zallocco, O. (2020). Teñir la ESI de rojo menstrual. *Praxis Educativa*, 11. doi:<https://doi.org/10.19137/praxiseducativa-2021-250117>
- Benalcazar Mosquera, J. (29 de Marzo de 2019). Que sean niñas y no madres antes de tiempo. *EL PAÍS*, pág. 1. Obtenido de https://elpais.com/elpais/2019/03/14/planeta_futuro/1552583323_660140.html
- Builes Montes, S. E., & Carmona Sánchez, V. (11 de Marzo de 2022). *REDICES*. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10946/5788>
- Cahuasquí, K. (2022). *Repositorio Puce*. Obtenido de http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/21506/CAHUASQ_UI%20GAONA%20KIMBERLY%20ANAHY.pdf?sequence=1
- Calafell Sala, N. (2021). LA EDUCACIÓN MENSTRUAL COMO PROYECTO FEMINISTA DE INVESTIGACIÓN / ACCIÓN. *Revista Pedagógica*, 13. doi:<https://doi.org/10.22196/rp.v22i0.6500>

- Carrillo-Camacho, C. (2022). *Repositorio UASB*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10644/8991>
- Castro Bernal, L. (Noviembre de 2020). *Repositorio UNIANDES*. Obtenido de <https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/50754/23917.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castro Pérez, L. (Junio de 2022). *Repositorio Institucional da USC*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10347/29747>
- Díaz Dumont, J. R., & Ledesma Cuadros, M. J. (6 de Enero de 2022). Portal de Revistas Científicas y Humanísticas de la Universidad del Zulia. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*, 127-143. Obtenido de <https://doi.org/10.52080/rvgluz.27.97.9>
- Díaz Plaza, M., & De Hoz Atero, A. (2022). Plan de comunicación del Plan Integral. *Biblioteca Complutense*, 5.
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 1.
- Garro Urbina, V., Thuel Gutiérrez, M., & Robles Arce, V. (2019). Dismenorrea primaria en las adolescentes: manejo en la atención primaria. *Revista Médica Sinergia*, 1. doi:<https://doi.org/10.31434/rms.v4i11.296>
- González Quintero, K. (Noviembre de 2022). *Repositorio Uniminuto*. Obtenido de <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/15715>
- Hennegan, J., & Montgomery, P. (2021). Do Menstrual Hygiene Management Interventions Improve Education and Psychosocial Outcomes for Women and Girls in Low and Middle Income Countries? A Systematic Review. *PLOS ONE*, 1.
- Houghton, L. C., Troisi, R., Sommer, M., Katki, H. A., Booth, M., Choudhury, O. A., & Hampshire, K. R. (2020). "No soy una novata" Choque cultural, pubertad y crecer como niñas británico-bangladeshíes. *Ciencias Sociales y Medicina (1982)*, 1-2.
- Iglesias Benavides, J. L. (2016). *Repositorio Académico Digital UANL*. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/8525>

- Judy, H. (2021). Modelo Ecológico de Bronfenbrenner: sistemas e críticas. *Revista Informática* , 1.
- Lifshitz Gudiño, L. (Agosto de 2021). *Repositorio UMSNH*. Obtenido de http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/6262
- Marsiglia López, D. C. (2 de Febrero de 2023). *Revistas de la Universidad Autónoma de Zacatecas*. Obtenido de <https://revistas.uaz.edu.mx/index.php/eic/article/view/1270>
- MEJOR, H. U. (2021). HACIA UNA MEJOR INVERSIÓN EN LA SALUD Y LA HIGIENE MENSTRUAL. *Revista Informativa*. Obtenido de <https://thecaseforher.com/wp-content/uploads/2021/02/making-the-case-spanish.pdf>
- MHD2023. (2021). HACIA UNA MEJOR INVERSIÓN EN LA SALUD Y LA HIGIENE MENSTRUAL. *MHD* .
- Moya González, D. P. (2019). *Repositorio Institucional UMNG*. Obtenido de <https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/32118/MoyaGonzalezDanielaPatricia2019.pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Naranjo Jurado, J. N. (2019). *Repositorio Universidad San Francisco de Quito*. Obtenido de <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/8103>
- Nippon. (12 de Abril de 2022). El 8,1 % de las mujeres japonesas ha sufrido dificultades para adquirir productos de higiene menstrual. *Nippon*, pág. 1. Obtenido de <https://www.nippon.com/es/japan-data/h01288/>
- Obscura Torres, G. A. (2022). *Repositorio Institucional de UAM*. Obtenido de <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/26757>
- OCHA. (6 de Octubre de 2021). *OCHA*. Obtenido de <https://www.unocha.org/research-and-reports>
- Olson, M. M., Alhelou, N., Kavattur, P. S., Rountree, L., & Winkler, I. T. (2022). The persistent power of stigma: A critical review of policy initiatives to break the menstrual silence and advance menstrual literacy. *Revista PLOS*, 1.

- Philippa, L. (2021). La menstruación es importante... Es reglamentaria. *UNICEF*.
- Pino Loza, E. D., & Segura Amaluisa, C. D. (Marzo de 2022). *Repositorio UTA*.
Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/34752>
- Plan Internacional. (2021). Obtenido de <https://planinternational.org/es/latin-america/pobreza-menstrual>
- Prado-Galarza, M., Doncel C, W. A., Mosquera B, O. O., & Guarnizo-Tole, M. (2020). La copa menstrual, una alternativa de higiene femenina. Revisión de la Literatura. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 99-109. doi:<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75262020000100099>
- Rincón Rincón, L. C. (30 de Noviembre de 2021). *Repositorio Unipiloto*.
Obtenido de <http://repository.unipiloto.edu.co/bitstream/handle/20.500.12277/11231/Escarlata%20-%20Un%20ciclo%20menstrual%20consciente.pdf?sequence=1&isAllowed=n>
- Rogel Cayetano, S., & Salvador, Z. (2019). El ciclo menstrual: ¿qué ocurre en cada una de sus fases? *Revista Médica Reproducción Asistida*, 1.
- Rojas Gamboa, J. N. (2021). Higiene e información: La fórmula para alcanzar la dignidad. *Fidélitas*, 34.
- Romero de Harb, D. P., Molina Espinoza, S., Espinoza Beraún, J. C., Mori Paredes, M., & Pasquel Caja, A. F. (2018). Dinámica familiar y desarrollo psicosocial en estudiantes de educación primaria. *Redalyc*, 1.
- Romero Ramos, S. R. (Diciembre de 2021). *Repositorio Autónoma del Perú*.
Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1454>
- Salas, M. A. (Mayo de 2021). *PLAN*. Obtenido de <https://plan.org.ec/wp-content/uploads/2017/03/Informe-Diagnostico-WASH-4-UEM.pdf>
- Sánchez Flores, F. A. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Scielo*, 110.
doi:<http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

- Santiago Gómez, S. E. (2020). *Repositorio Institucional de UAM*. Obtenido de <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/37029>
- SEXUS. (2020). Conoce el CICLO MENSTRUAL. *SEXUS*, 2.
- Tinoco, A. (Septiembre de 2020). *UNICEF MEXICO*. Obtenido de <https://www.unicef.org/mexico/media/4701/file/Gu%C3%ADa%20para%20facilitadoras%20y%20facilitadores.pdf>
- UNICEF. (2016). *Manejo de higiene menstrual higiene menstrual para la pubertad*. Obtenido de <https://www.savethechildren.org.bo/wp-content/uploads/2018/08/Manejo-de-Higiene-Menstrual-y-Educacio%CC%81n-para-la-Pubertad.pdf>
- UNICEF. (Septiembre de 2020). *UNICEF*. Obtenido de <https://www.unicef.org/mexico/media/4701/file/Gu%C3%ADa%20para%20facilitadoras%20y%20facilitadores.pdf>
- Yáñez, P. P. (1 de Diciembre de 2022). Etnografías críticas de acción participativa. *Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*, 12. Obtenido de <https://doi.org/10.24215/18537863e114>
- Zurita-Roldan, C. J., & Ramos-Villacís, R. A. (2022). La mujer, el ciclo menstrual y la actividad física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 187-194.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de categorización

Categoría de estudio	Definición conceptual	Categorías	Subcategoría	Códigos
Educación en salud menstrual	Es el aprendizaje para manejar un estado de bienestar completo, que incluye los ámbitos físico, mental y social y no solamente la ausencia de un trastorno o enfermedad en relación con el ciclo menstrual” (Hennegan et al., 2021)	Educación	Cuidado del cuerpo e higiene	Color Verde
			Hábitos saludables en alimentación	Color Amarillo
		Salud menstrual	Anatomía	Color Rojo
			Fisiología	Color Rojo
Desarrollo psicosocial	(Dayalí Pastora Romero de Harb, 2018) El desarrollo psicosocial, es la relación entre el individuo y el ambiente, que estima las interacciones y condiciones de estas interacciones que pueden afectar en alguna medida al ser en desarrollo; una persona se define en base a sus características biológicas, cognitivas, emocionales y conductuales.	Desarrollo psicosocial	Fortalecimiento del ambiente saludable	Color Azul
			Tabúes y prejuicios	Color Naranja

Anexo 2: Autorización para realizar la investigación en el centro educativo.

POSGRADO

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la Unidad, la paz y el Desarrollo"

Piura, 31 De Mayo del 2023

SEÑORA
MSC. VERÓNICA GUAMÁN
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA ADVENTISTA MIGUEL DE CERVANTES

ASUNTO : Solicita autorización para realizar investigación
REFERENCIA : Solicitud del interesado de fecha: 30 de Mayo del 2023

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo augurarle éxitos en la gestión de la institución a la cual usted representa.

Luego para comunicarle que la Unidad de Posgrado de la Universidad César Vallejo Filial Piura, tiene los Programas de Maestría y Doctorado, en diversas menciones, donde los estudiantes se forman para obtener el Grados Académico de Maestro o de Doctor según el caso.

Para obtener el Grado Académico correspondiente, los estudiantes deben elaborar, presentar, sustentar y aprobar un Trabajo de Investigación Científica (Tesis).

Por tal motivo alcanzo la siguiente información:


- 1) Apellidos y nombres de estudiante: LOZANO VERGARA LORENA VIRGINIA
- 2) Programa de estudios : Maestría
- 3) Mención : Docencia Universitaria
- 4) Ciclo de estudios : Tercer ciclo
- 5) Título de la investigación : "EDUCACIÓN EN SALUD MENSTRUAL PARA EL DESARROLLO PSICOSOCIAL EN ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ECUADOR, 2023."

Debo señalar que los resultados de la investigación a realizar benefician al estudiante investigador como también a la institución donde se realiza la investigación.

Por tal motivo, solicito a usted se sirva autorizar la realización de la investigación en la institución que usted dirige.

Atentamente,




Dr. Edwin Martín García Ramírez
Jefe UPG-UCV-Piura



Anexo 3: Acta de entrega - recepción del Kit menstrual

ACTA DE ENTREGA – RECEPCIÓN

En la ciudad de Guayaquil a los 21 días del mes de Julio del año 2023, previa la elaboración y socialización del protocolo de acceso a insumos básicos de higiene menstrual, se realiza la entrega a la Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes de un KIT DE HIGIENE MENSTRUAL que consta de:

- 3 PAQUETES DE TOALLAS SANITARIAS
- 3 UNIDADES DE ROPA INTERIOR
- 1 PAQUETE DE PAÑITOS HUMEDOS
- 1 LIBRETA
- 1 ESFEROGRAFICO
- 1 FRASCO DE JABON LIQUIDO PH NEUTRO

Considerando que las partes manifiestan su total conformidad, se ratifica y aceptan todo su contenido, entendiendo su alcance y significado por lo que firman en dos ejemplares.

Entrega conforme:	Recibe conforme:
<p data-bbox="331 1249 694 1310"><i>Lorena Lozano V</i></p> <p data-bbox="331 1406 694 1478">REALIZA LA ENTREGA Lorena Virginia Lozano Vergara</p>	<p data-bbox="890 1249 1189 1310"><i>Shirley León Vera</i></p> <p data-bbox="826 1370 1279 1601">CUSTODIO RESPONSABLE Shirley Katuska León Vera Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes</p>

Anexo 4: Protocolo de aplicación para emergencia menstrual

PROTOCOLO DE ACCESO A INSUMOS BÁSICOS DE HIGIENE MENSTRUAL

En la ciudad de Guayaquil a los 21 días del mes de Julio del año 2023, se socializa el protocolo de acceso a insumos básicos de higiene menstrual, que a continuación, se detalla:

1. Ilustrarse e identificar su ciclo menstrual (Días menstruales)
2. Identificar las señales premenstruales
3. Gestionar kit menstrual de acuerdo con necesidad (Toallas sanitarias, ropa interior, jabón íntimo, toallas húmedas, libreta y esferográfico)
4. Designar lugar y persona responsable para el manejo y gestión del kit menstrual para las emergencias dentro de la institución educativa

Nota: se considera emergencia menstrual en la institución, sangrado excesivo, manchado del uniforme.

5. Acceso de las estudiantes al kit menstrual
6. Gestionar la reposición del material utilizado en el kit menstrual
7. Actualizada lista de las estudiantes con números de contactos de su representante
8. Aplicación del protocolo por emergencia menstrual.
9. Periódicamente socializar el protocolo para que estudiantes conozcan procedimiento en caso de emergencia menstrual.
10. Verificación del cumplimiento de la aplicación del protocolo.

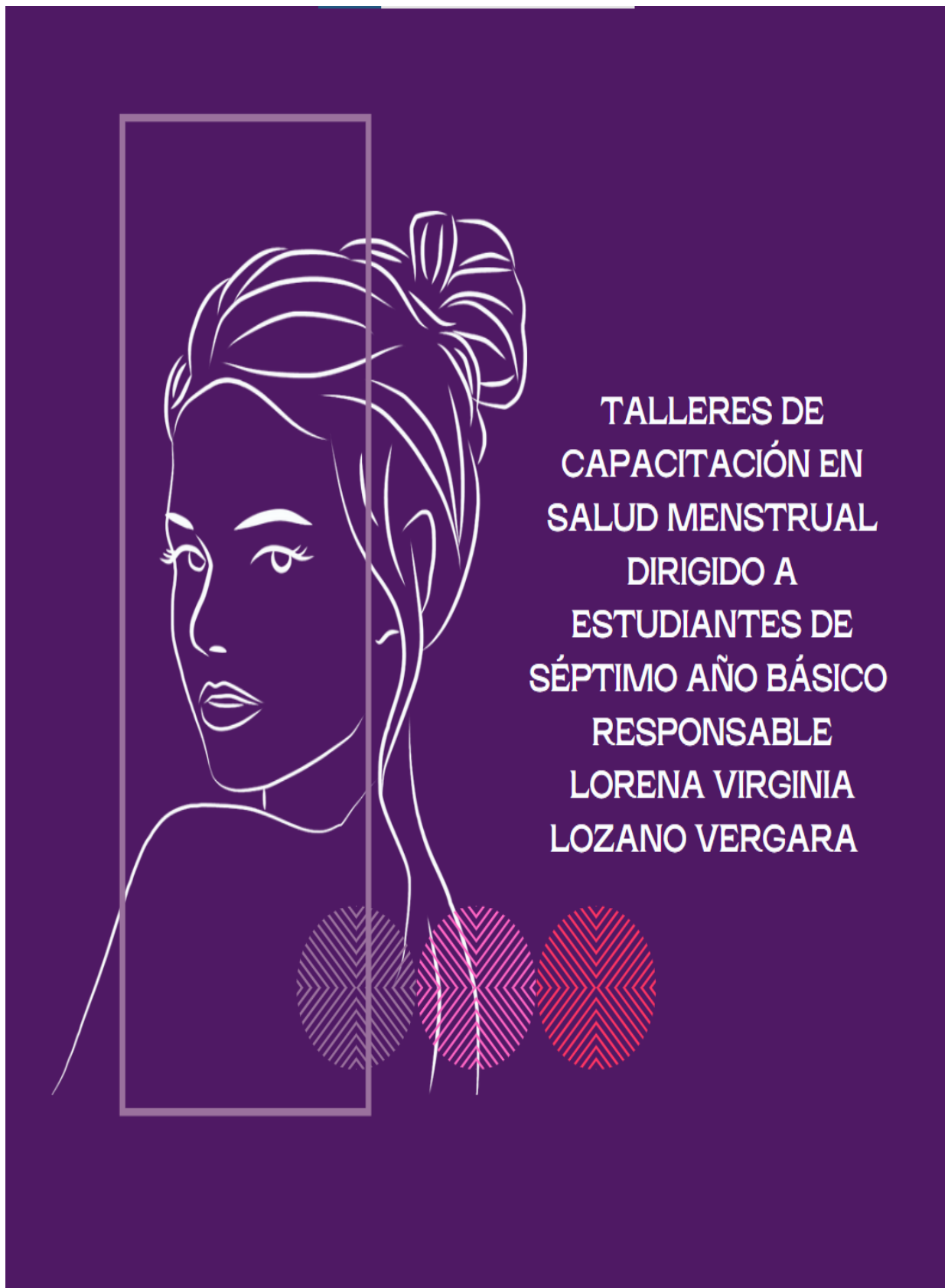
Lorena Lozano V

FACILITADORA
Lorena Virginia Lozano Vergara

Shirley León Vera

RESPONSABLE
Departamento de Consejería Estudiantil
DECE
Shirley Katuska León Vera
Unidad Educativa Adventista Miguel de
Cervantes

Anexo 5: Logo de Talleres de capacitación en SALUD MENSTRUAL



Talleres de capacitación en Salud Menstrual

Dirigido a estudiantes de séptimo año básico

1. Datos informativos

Institución: Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes

Rectora: Magister. Verónica Micaela Guamán Prieto

Curso/paralelo: Séptimo año de educación básica

Jornada: Matutina

Medio: Presencial

Responsable: Lcda. Lorena Lozano Vergara

Facilitadora colaboradora: Lcda. Adriana Pineda

Soporte técnico: Magister. Cecilia Lozano

2. Fundamentación

De las entrevistas realizadas se puede establecer que las estudiantes cuyas edades fluctúan en edades de 9 a 11 años, tienen conocimiento básico en salud menstrual, con ciertos conceptos erróneos, esto muestra que sí recibieron información pero que quizás no fue completa o con bases científicas; en las entrevistas a sus representantes se puede entrever que de madres a hijas se transmitieron ciertos mitos y tabúes, por tal motivo se requiere fortalecer estos temas con la finalidad de que tengan herramientas y manejen esta etapa con mayor seguridad y confianza.

El concepto más afianzado es que la menstruación es solo cosa de mujeres excluyendo así a una parte de la familia que son los integrantes masculinos, ya sean estos padres o hermanos quienes deben tener conocimiento para moldear el respeto y la capacidad de involucrarse. Al tener conceptos errados consideran que la menstruación es solo un tema de mujeres, hay que trabajar en la reflexión de que todos debemos conocer e implicarnos para originar espacios saludables

en familia donde niñas y adolescentes se puedan desarrollar con el apoyo de sus seres más cercanos.

Con este motivo se pretende mediante talleres crear espacios de capacitación en salud menstrual, que permitirán realizar una intervención de manera eficaz en el que se promueva la temática, aplicando actividades prácticas, vivenciales y de esta manera lograr un entendimiento claro por parte de las estudiantes.

3. Objetivos

Objetivo general:

Promover destrezas pedagógicas a través de capacitaciones que fortalezcan los conocimientos en salud menstrual para la reflexión en las estudiantes del séptimo año básico.

Objetivos específicos

- Ejecutar talleres para fortalecer conocimientos en salud menstrual
- Actualizar conocimientos en salud menstrual
- Promover el desarrollo psicosocial para su crecimiento personal

4. Metodología

El taller se compone de 10 sesiones que se llevarán a cabo de manera presencial, cada sesión tendrá una duración de 40 minutos y se realizará en las instalaciones de la unidad educativa, en el séptimo año básico de la sección matutina; en las fechas establecidas del 18 al 22 de julio 2023. En estos espacios se utilizará un lenguaje sencillo y claro que permita a las estudiantes una participación abierta, se aplicará una metodología teórico - práctica donde puedan compartir experiencias para la reflexión y el aprendizaje diario.

5. Alcance

Esta actividad será implementada y aplicada con las estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa Adventista Miguel de Cervantes.

6. Presupuesto

PRESUPUESTO DEL PROGRAMA

Rubros	Cantidad
Recargas de telefonía celular para coordinar acciones	\$ 20,00
Movilización de Capacitadores	\$ 40,00
Kit de insumos didácticos (hojas, lápices, esferográficos, tijera, lápices de colores, cartulina)	\$ 20,00
Copias	\$ 10,00
Kit menstrual (toallas sanitarias, tampones, ropa interior nueva, paños húmedos, libreta de anotaciones, esferográfico)	\$ 20,00
Total	\$ 125.00

7. Cronograma

Cronograma						
No	Nombre de la sesión	Objetivo	Recursos	Fecha	Lugar	Tiempo
1	Salud menstrual	Reflexionar sobre la importancia de la salud menstrual por propia iniciativa y a su manera para expresar sus ideas o emociones en torno al tema.	Pizarra Marcador Papelotes Colores	17-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
2	Adolescencia y menstruación	Reseñar el ciclo menstrual, identificando diversos síntomas físicos y sentimientos que las estudiantes puedan advertir en este proceso	Pizarra Marcador cartulina	17-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos

3	Cuidado del cuerpo e higiene	Exponer estrategias positivas que promuevan el cuidado del cuerpo y su higiene	Pizarra Marcador frutas	18-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
4	Hábitos saludables en alimentación	Reflexionar la importancia de desarrollar hábitos saludables en alimentación que contribuyan a mejorar el estilo de vida	Pizarra Marcador Hojas Colores	18-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
5	Fisiología del ciclo menstrual	Conceptuar cómo funciona el ciclo menstrual	Pizarra Marcador Hojas Colores Tabla ciclo menstrual	19-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
6	Fisiología del ciclo ovárico	Enseñar cómo funciona el ciclo ovárico	Pizarra Marcador Hojas Colores Tabla ciclo ovárico	19-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
7	Anatomía menstrual	Explicar la anatomía	Pizarra Marcador	20-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos

		menstrual, promoviendo el conocimiento	Copias Colores			
8	Uso correcto de productos para la higiene menstrual	Describir como acceder, usar y desechar los productos básicos para la higiene menstrual	Pizarra Marcadores Toalla sanitaria Tampones Jabón con pH neutro	20-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
9	Tabúes y prejuicios	Promover que el conocimiento contribuye a desmitificar prejuicios y tabúes	Pizarra Marcador Hojas Colores	21-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos
10	Componentes del kit menstrual – Elaboración de protocolo para acceso	Trabajar en la elaboración de un protocolo que permita a las estudiantes acceder en forma ordenada y de acuerdo con la necesidad de productos menstruales	Pizarra Marcador Hojas Colores	21-07-23	Instalaciones UEMC	40 minutos

Sesión n°1		
Contenido Temático: Salud menstrual		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Reflexionar sobre la importancia de la salud menstrual por propia iniciativa y a su manera para expresar sus ideas o emociones en torno al tema.	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes.</p> <p>Exponer el propósito del taller.</p> <p>Presentar las reglas del taller.</p> <p>Dinámica: "Objeto especial"</p> <p>Generar clima de confianza.</p> <p>Desarrollo</p> <p>El docente inicia dialogando y preguntando sobre lo que conocen sobre salud menstrual, identificando cuan abiertas o cerradas se encuentran las estudiantes frente a este tema.</p> <p>Se invita a las participantes a reflexionar de lo que sienten al hablar de menstruación; se solicita la intervención de reflexiones y experiencias previas sobre el tema.</p> <p>Organizar grupos de trabajo para exponer y revisar conceptualizaciones y aclarar dudas.</p> <p>Cierre</p> <p>Felicitar a los estudiantes por sus participaciones.</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con los niños para que se expresen sobre:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. ¿qué aprendieron hoy? b. ¿tuvieron alguna dificultad? c. ¿por qué? <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	<p>Pizarra</p> <p>Marcador</p> <p>Papelotes</p> <p>Colores</p>

<p>advertir en este proceso</p>	<p>Se solicita armar dos grupos de trabajo para el foro de discusión, A cada grupo se le asignara un tema (Adolescencia y menstruación) sobre lo que se expondrán resultados; existe la posibilidad de que no todos compartan los mismos valores e ideas por lo que es importante que la facilitadora advierta que están en un espacio seguro donde debe primar el respeto.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	
---------------------------------	---	--

Anexos de la sesión 2

Adivinanzas

- 1.- Andrés, Andrés a las chicas les viene cada mes, ¿quién soy?
- 2.- Me abrigo es un paño, luzco blanca mi cabellera y por causa mía, llora hasta la misma cocinera, ¿quién soy?
- 3.- Las manos limpias y el cuerpo también, tengo mil aromas y burbujas hare, ¿quién soy?



Disipando dudas y realizando trabajos grupales con las estudiantes

Sesión n°3		
Contenido Temático: Cuidado del cuerpo e higiene		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
<p>Que las estudiantes conozcan cómo mantener, normas la higiene tanto en la vida personal como en la vida familiar, así como en la escuela.</p>	<p>Inicio Bienvenida y saludo a los estudiantes. Exponer el propósito del taller. Presentar las reglas del taller. Generar clima de confianza. Dinámica: Juego de memoria.</p> <p>Desarrollo El docente ayuda al grupo para iniciar la conversación explicando sobre reconocer la importancia de la higiene del cuerpo y se solicita que cada una de las estudiantes intervenga en el tema. En hojas blancas con marcador las estudiantes escribirán notas de como cuidan su cuerpo, estas hojas las pegarán en la pared en un lugar visible. Organizar grupos de trabajo para exponer y revisar las diversas perspectivas grupales sobre el tema, tomando como referencia lo escrito en las notas de la pared. Al finalizar las exposiciones la facilitadora aclarará dudas por medio de conceptualizaciones.</p> <p>Cierre Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	<p>Pizarra Marcador Papelotes Hojas blancas Artículos varios</p>

Anexos de la sesión 3

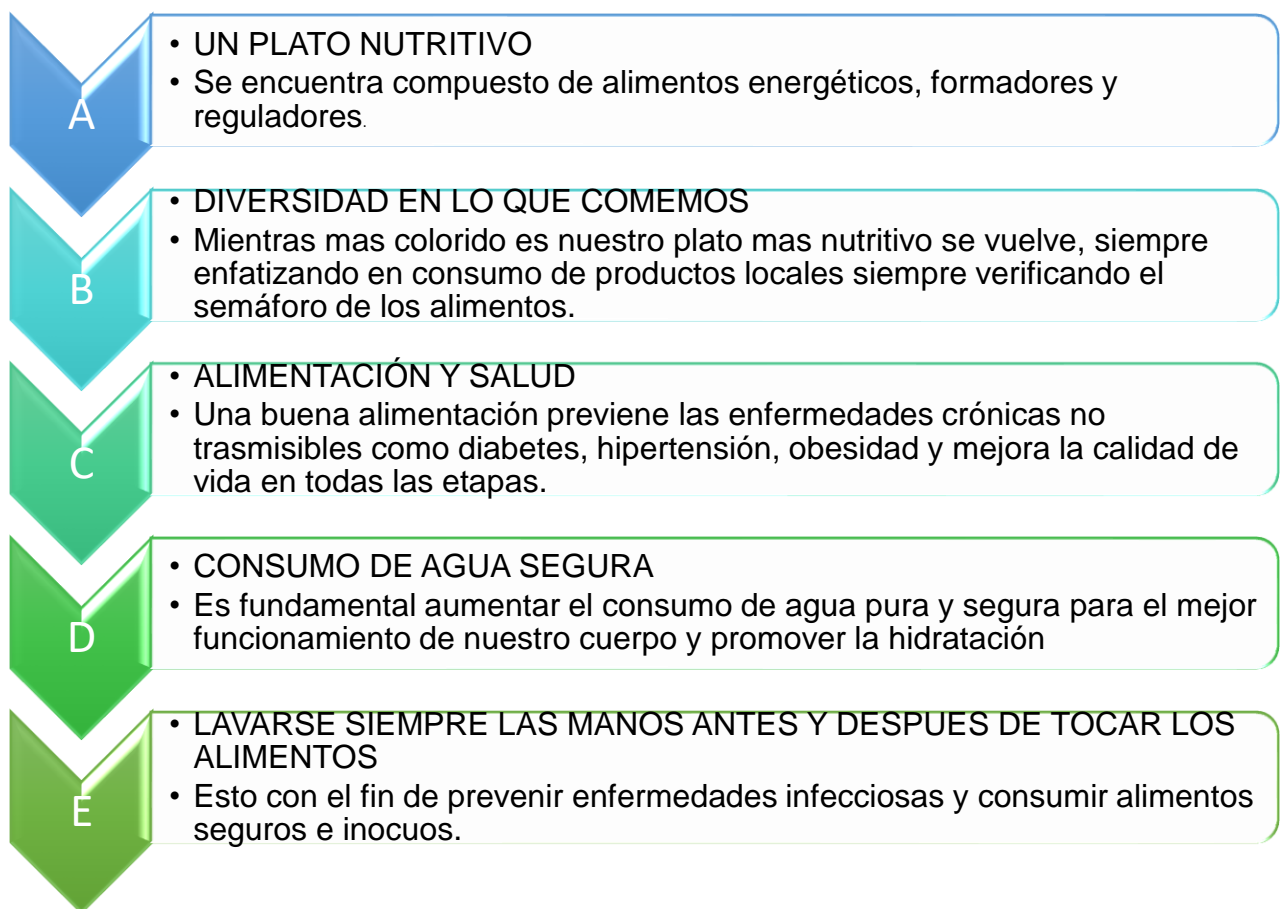


Realizando trabajos grupales con las estudiantes

Sesión n°4		
Contenido Temático: Hábitos saludables en alimentación		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Que las estudiantes conozcan como mantener, normas la higiene tanto en la vida personal como en la vida familiar,	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a las estudiantes. Exponer el propósito del taller. Presentar las reglas del taller. Generar clima de confianza. Dinámica: Descripción positiva de personas.</p> <p>Desarrollo</p> <p>El docente inicia con una lluvia de ideas, preguntando sobre su platillo saludable favorito. Invita a que intervengan indicando los diferentes síntomas que presentan durante el periodo menstrual.</p>	<p>Pizarra Marcador Hojas Tarjetas de cartulina</p>

<p>así como en la escuela.</p>	<p>Al azar, se entregará al grupo diversos tips de alimentación saludable y se les invitará a reflexionar sobre la importancia de alimentarse de forma saludable, a la vez que se refuerza este tema.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	
--------------------------------	---	--

Anexos de la sesión 4



Mensajes de hábitos saludable

Sesión n°5**Contenido Temático: Fisiología del ciclo menstrual****Tiempo: 40 minutos**

Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Conceptuar cómo funciona el ciclo menstrual	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes.</p> <p>Exponer el propósito del taller.</p> <p>Presentar las reglas del taller.</p> <p>Generar clima de confianza.</p> <p>Dinámica: Ordenar palabras</p> <p>Desarrollo</p> <p>Se iniciará explicando al grupo que no se espera que sean expertas pero que es importante contar con información adecuada y científica que nos permita un aprendizaje claro del tema en revisión.</p> <p>Se realiza una lluvia de ideas que se escribirán en la pizarra, estas ideas promoverán grupos de discusión que expondrán sus conceptos.</p> <p>Se aclararán dudas por medio de conceptualizaciones del ciclo menstrual.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	Pizarra Marcador Hojas Colores

Sesión n°6		
Contenido Temático: Fisiología del ciclo ovárico		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Enseñar cómo funciona el ciclo ovárico	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes.</p> <p>Exponer el propósito del taller.</p> <p>Presentar las reglas del taller.</p> <p>Generar clima de confianza.</p> <p>Dinámica: Ronda de preguntas con la ruleta del ciclo menstrual.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Se realizarán conceptualizaciones del tema y se revisarán las fases del ciclo ovárico.</p> <p>Luego del desarrollo conceptual de esta actividad se armarán 3 grupos de trabajo para que expongan lo aprendido respecto del las fases del ciclo ovárico (Folicular, ovulatoria, lútea).</p> <p>Se aclararán dudas del tema.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	<p>Pizarra</p> <p>Marcador</p> <p>Hojas</p> <p>Colores</p>

Anexos de la sesión 6



Conceptualizando y disipando dudas con las estudiantes

Sesión n°7		
Contenido Temático: Anatomía menstrual		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Explicar la anatomía menstrual, promoviendo el conocimiento	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes.</p> <p>Exponer el propósito del taller.</p> <p>Presentar las reglas del taller.</p> <p>Generar clima de confianza.</p> <p>Dinámica: Lectura / La menstruación un asunto sobre la luna, venenos y flores (Se invita a leer y reflexionar sobre la lectura)</p> <p>Desarrollo</p>	<p>Pizarra</p> <p>Marcador</p> <p>Copias</p> <p>Colores</p>

	<p>Se inicia con una lluvia de ideas sensibilizando a las estudiantes la importancia de aprender a conocer nuestro cuerpo e identificar señales de alerta.</p> <p>Conceptualización de las funciones de los órganos que intervienen en el ciclo menstrual.</p> <p>Se utilizan copias para identificar y colorear en diferentes colores los órganos que intervienen en este proceso.</p> <p>Se realiza una ronda de pregunta para aclarar el tema.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	
--	---	--

Anexos de la sesión 7

Lectura: La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores (Iglesias Benavides, 2016)

A cierta edad, la mujer llega al periodo de la pubertad que se hace manifiesto por una descarga sanguínea proveniente del útero, y que se llama menstruación. Su principal característica es su periodicidad, razón por la cual también se le conoce como regla, y como sucede cada mes, se asoció al ciclo lunar manifestando la influencia de este astro a la mujer. Se cree que la idea de considerar a la menstruación como un peligro se inició en la época de la prehistoria, cuando se asoció la contaminación con sangre menstrual con la atracción de animales hambrientos contra los cazadores; luego, en Grecia, fue considerada como una forma de eliminación de sustancias dañinas al cuerpo de la mujer y al paso del tiempo este concepto se mezcló con las ideas populares y mágicas de la medicina romana, convirtiéndose en un elemento peligroso para las personas,

plantas y animales. La relación con la fertilidad de la mujer también fue evidente desde tiempos remotos, porque cuando la mujer no menstruaba o dejaba de menstruar, su capacidad de engendrar se interrumpía. Las ideas médicas griegas acerca de la menstruación perduraron hasta mediados del siglo XIX, en que una serie de descubrimientos lograron determinar la influencia del ovario sobre la menstruación, como un proceso fisiológico de preparación mensual del útero para un posible embarazo.

Sesión n°8		
Contenido Temático: Uso correcto de productos para la higiene menstrual		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Describir como acceder, usar y desechar los productos básicos para la higiene menstrual	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes.</p> <p>Exponer el objetivo del taller.</p> <p>Presentar las reglas del taller.</p> <p>Generar clima de confianza.</p> <p>Dinámica: Describe tu nombre</p> <p>Desarrollo</p> <p>Se motiva a lluvia de ideas para que las estudiantes compartan los diferentes insumos de higiene menstrual con los que están familiarizadas.</p> <p>Se conceptualiza que los insumos para el manejo de la menstruación son los que se usan para absorber o recoger el flujo menstrual, tales como: paños de tela reutilizable, toallas sanitarias desechables, tampón, copa menstrual, etc.</p> <p>Se arman 2 grupos de trabajo para que en papelotes cada grupo pueda compartir</p>	<p>Pizarra</p> <p>Marcadores</p> <p>papelotes</p> <p>Toalla sanitaria</p> <p>Tampones</p> <p>Jabón con pH neutro</p>

	<p>características del insumo de protección que utilizan.</p> <p>A continuación, la facilitadora mostrará la forma correcta de uso y la forma correcta de eliminarlos y solventará dudas.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para la participación del próximo taller.</p>	
--	---	--

Anexos de la sesión 8



Disipando dudas durante los trabajos grupales y exposición

Sesión n°9		
Contenido Temático: Tabúes y prejuicios		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Promover que el conocimiento contribuye a desmitificar prejuicios y tabúes	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes.</p> <p>Exponer el objetivo del taller.</p> <p>Presentar las reglas del taller.</p> <p>Generar clima de confianza.</p> <p>Dinámica: Dramatización Creencias y prácticas menstruales locales.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Invitar a las estudiantes para que se sienten en el piso en forma de ronda para conversar sobre circunstancias o experiencias que hayan vivido por comentarios negativos sobre la menstruación y expresen lo que sintieron en su momento.</p> <p>Concienciar a las alumnas que es necesario romper el silencio; confrontar mitos peligrosos, tabúes y prácticas nocivas, desafiando la imagen negativa de las niñas y adolescentes que están menstruando. Explicar la importancia de hablar con naturalidad sobre estos temas y brindar información clara y con base científica que es la única manera de terminar con prejuicios y tabúes.</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida.</p>	<p>Pizarra</p> <p>Marcador</p> <p>Hojas</p> <p>Colores</p>

Anexos de la sesión 9

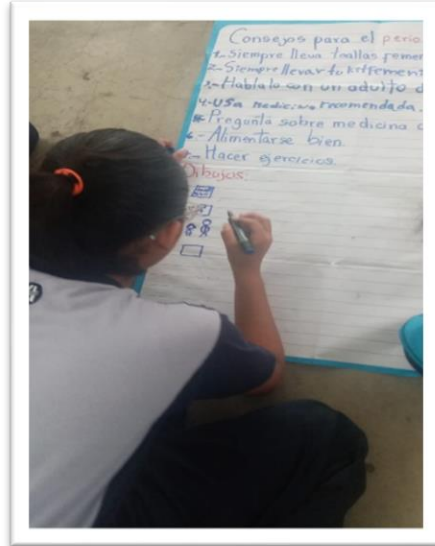
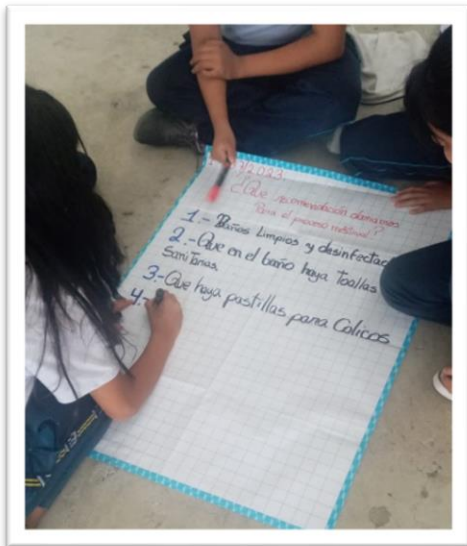


Disipando dudas con las estudiantes

Sesión n°10		
Contenido Temático: Componentes del kit menstrual – Elaboración de protocolo para acceso		
Tiempo: 40 minutos		
Objetivo del aprendizaje	Momentos del aprendizaje	Recursos
Trabajar en la elaboración de un protocolo que permita a las estudiantes acceder en forma ordenada y de acuerdo con la necesidad de productos menstruales	<p>Inicio</p> <p>Bienvenida y saludo a los estudiantes. Exponer el objetivo del taller. Presentar las reglas del taller. Generar clima de confianza.</p> <p>Dinámica: Lluvia de ideas respecto de que son las reglas o normas.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Luego de las sesiones de capacitación realizadas, se comparte que es necesario contar su participación para diseñar un protocolo que permita acceder de forma segura y confiable a información e insumos menstruales. Participarán en esta actividad, además, la coordinadora del DECE y la rectora,</p>	<p>Pizarra</p> <p>Marcador</p> <p>Hojas</p> <p>papelotes</p> <p>Colores</p>

	<p>Se realiza acta de entrega - recepción para firmar la entrega un kit de higiene menstrual que consta de:</p> <p>Cierre</p> <p>Para la retroalimentación, haremos una evaluación oral de la actividad, dialogando con las estudiantes para que se expresen sobre: ¿qué aprendieron hoy?; ¿tuvieron alguna dificultad?</p> <p>Despedida y motivación para hacer un correcto uso del kit de higiene menstrual.</p>	
--	--	--

Anexos de la sesión 10



Elaboración del protocolo para acceso al kit de emergencia menstrual junto a las estudiantes y entrega del kit de higiene menstrual.