



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE ENFERMERÍA
CÁTEDRA MATERNO INFANTIL

CONTENIDOS EDUCATIVOS SOBRE CLIMATERIO QUE DESEAN SABER LAS MUJERES ENTRE 35 A 39 AÑOS DE EDAD, QUE SE ENCUENTRAN EN LAS INMEDIACIONES DE LA TERMINAL DE ÓMNIBUS DE MONTEVIDEO

Autores:

Br. Chagas, Marcelo
Br. Gutierrez, Ana Paula
Br. Pintos, Yanine
Br. Rivero, Nadia
Br. Sayanes, María Pía

Tutor:

Prof. Adj. Lic. Enf. Luciana Piccardo
Prof. Asist. Cecilia Callorda

Facultad de Enfermería
BIBLIOTECA
Hospital de Clínicas
Av. Italia s/n 3er. Piso
Montevideo - Uruguay

Montevideo, 2014

AGRADECIMIENTOS

INDICE

AGRADECIMIENTOS.....	1
RESUMEN.....	2
INTRODUCCION.....	4
JUSTIFICACION.....	5
FUNDAMENTO TEÒRICO.....	7
PREGUNTA PROBLEMA/OBJETIVOS.....	17
DISEÑO METODOLOGICO.....	16
RESULTADOS.....	21
ANALISIS.....	33
CONCLUSIONES.....	39
SUGERENCIAS.....	41
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	42
ANEXOS.....	43

informes que desde el momento en que ha sido posible la realización de este trabajo se han ido realizando.

GRACIAS!

AGRADECIMIENTOS

El grupo investigador agradece a las siguientes personas por el apoyo y colaboración brindados, gracias a las cuales se pudo llevar a cabo nuestro trabajo:

- Tutoras responsables, Prof. Adj. Luciana Piccardo y la Asist. Lic. en Enf. Cecilia Callorda.
- Licenciada en Enfermería, Supervisora del Dpto. de Enfermería del CHPR, Laura Dupetit.
- Licenciada en Enfermería, Supervisora del Comité de Infecciones del CHPR, Docente, Marinella Zaccaroni.
- Licenciada en Enfermería, Supervisora de Policlínica Externa de "Climaterio" del CHPR, Lidia Torrens.
- A las mujeres encuestadas que colaboraron en nuestra investigación.
- Especialmente a nuestras familias, amigos, compañeros y a todas las personas que directa o indirectamente han hecho posible la realización de este trabajo de investigación final.

GRACIAS!!!

RESUMEN

A partir de una extensa revisión bibliográfica se observó que en nuestro País existe escasa evidencia de investigaciones en lo que respecta al Climaterio, lo cual nos sirvió como punto de partida para la realización de nuestro trabajo final de investigación. Dándose así el inicio de la concreción del tema, con el objetivo de conocer que contenidos educativos desean saber las mujeres de entre 35 a 39 años en cuanto a la etapa del Climaterio.

El trabajo de investigación se realizó en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo, debido a la afluencia de mujeres de todo el país que por allí transitan. Los datos fueron recabados a principios del mes de Octubre 2014, aplicándose un cuestionario elaborado previamente a 55 mujeres que representan un número abordable en el tiempo previsto para la realización de nuestro estudio. Las mismas fueron captadas ya que cumplieron con los criterios de inclusión (mujeres de 35 a 39 años de edad, que no presentaran signos y síntomas del climaterio ni amenorrea de ≥ 12 meses) y prestaron aprobación del consentimiento informado sobre la confidencialidad de los datos que nos proporcionaron.

En lo que refiere al diseño metodológico se realizó un estudio de carácter descriptivo, con enfoque cuantitativo, de corte transversal en el tiempo. La muestra (55 mujeres) se seleccionó mediante un muestreo intencional, no probabilístico.

Posteriormente a la aplicación del cuestionario, se procesaron y analizaron los datos obtenidos. De los cuales se destacó un amplio déficit de conocimiento por parte de las mujeres sobre el climaterio; ya que un 86% de las mismas desconocen a quienes afecta esta etapa; luego con un porcentaje igualitario representado por un 84% de las mujeres que no saben a qué edad aparece, ni si es el climaterio parte de un ciclo vital normal, por lo tanto podrían percibir los signos y síntomas desencadenados por la disminución de la función ovárica y cese de la función folicular, como un proceso patológico y no como un proceso vital normal por el que han de transitar a la brevedad.

Para la realización de nuestra investigación se tomó como referente la Teoría de Dorotea Orem, la misma abarca el Déficit de Autocuidado que se relaciona con el Déficit de conocimiento detectado en las mujeres, determinando que el autocuidado

no es innato, sino que debe aprenderse; siendo la Enfermera Profesional quien contribuirá a mejorar el déficit fomentando la participación activa en su autocuidado con el fin de que la mujer se sienta acompañada, escuchada y comprendida en esta etapa, minimizando así alteraciones que perjudiquen su equilibrio bio-psico-social.

Este trabajo se realizó a modo de tesis con el propósito de potenciar el nivel de calidad de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Fue elaborado por la Prof. Arj. Luzmila Piccolini de Fariña, Lic. en Enf. Cecilia Calvente de la Carrera de Materno Infantil en el año 2014.

Se propusieron cinco temas de las cuales el grupo seleccionó para la realización del estudio de investigación la temática Cáncer de mama, con el objetivo de conocer sus contenidos científicos sobre cáncer de mama donde se encuentran entre 35 a 39 años de edad, ya que esta constituye una etapa del ciclo vital normal de la mujer y por lo tanto hay que atravesar apropiadamente a partir de los 40 años de edad.

Metodológicamente, correspondió a un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal en el tiempo. Donde la muestra estará representada por 50 mujeres que cumplir con los criterios de inclusión (mujeres de 35 a 39 años de edad, que no presenten signos y síntomas del síndrome de menopausia de 2-12 meses). El estudio se realizó en la recolección de datos fue en las instalaciones de Terminal de Ómnibus cordones, debido a la influencia de mujeres que por ahí transitan, tanto de la ciudad de Montevideo, como de otras ciudades del Interior País. El instrumento para la recolección de los datos es la encuesta, se utilizó un cuestionario elaborado por un docente experto e informado de la temática la confiabilidad de los datos obtenidos a principios del mes de Octubre 2014.

Se pretende con este estudio de investigación, contribuir con la disciplina de Enfermería, en la elaboración de estrategias a futuro que contribuyan en la promoción del autocuidado de las mujeres por un sistema preventivo en la etapa de Cáncer de mama, ya que la menopausia constituye una etapa del ciclo vital normal de la mujer por el que hay que atravesar.

INTRODUCCION

El presente trabajo de investigación fue realizado por cinco estudiantes de la Universidad de la República, Facultad de Enfermería, cursando el cuarto ciclo de la carrera de Licenciatura en Enfermería, pertenecientes al plan de estudio '93. El mismo se llevó a cabo con el propósito de obtener el título de grado de la carrera de Licenciatura en Enfermería. Fue tutorado por la Prof. Adj. Luciana Piccardoy la Asist. Lic. en Enf. Cecilia Callorda de la Cátedra de Materno Infantil en el año 2014.

Se propusieron varios temas, de los cuales el grupo seleccionó para la realización del estudio de investigación la temática Climaterio, con el objetivo de conocer que contenidos educativos sobre climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, ya que esta constituye una etapa del ciclo vital normal de la mujer y por la cual han de atravesar aproximadamente a partir de los 40 años de edad.

Metodológicamente, corresponde a un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal en el tiempo. Donde la muestra estará representada por 55 mujeres que cumplan con los criterios de inclusión (mujeres de 35 a 39 años de edad, que no presentaran signos y síntomas del climaterio ni amenorrea de ≥ 12 meses). El campo en donde se realizó la recolección de datos fue en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida, debido a la afluencia de mujeres que por allí transitan, tanto de la ciudad de Montevideo, como de otras ciudades del Interior País. El instrumento para la recolección fue mediante la implementación de un cuestionario respaldado por un consentimiento informado que permitió la confidencialidad de los datos brindados, a principios del mes de Octubre 2014.

Se pretendió con este estudio de investigación, contribuir con la disciplina de Enfermería, en la elaboración de estrategias a futuro que intervengan en la promoción del autocuidado de las mujeres para una óptima inserción en la etapa de Climaterio, ya que la misma constituye una etapa del ciclo vital normal de la mujer por el que han de transitar.

JUSTIFICACION

Previo a la concreción del tema a investigar, se realizó una extensa revisión bibliográfica sobre Climaterio.

Se observó que Uruguay carece de investigaciones acerca del tema, así como la información que llega a las mujeres¹; generalmente por falta de difusión masiva de la misma.

Como punto de partida consideramos importante conocer el perfil Socio-Demográfico del País, destacándose según el Censo actualizado el 10/08/2012 del INE, un 51,99% (1. 708. 461mujeres) del total de la población corresponden al sexo femenino².

En lo que refiere a la Pirámide de Edad de la población femenina, destacamos que predominan las mujeres en el rango de 35 a 39 años, representadas por un total de 113. 817, que se encuentran cursando la etapa previa al Climaterio que comienza a partir de los 40 años.

La finalidad de esta investigación pretenderá conocer que contenidos educativos sobre Climaterio desean saber las mujeres de entre 35 a 39 años de edad, ya que ésta constituye una etapa del ciclo vital normal que la mujer debe afrontar, y se hace necesario prepararlas para su inserción a la misma, con la finalidad de evitar alteraciones relacionadas al equilibrio bio-psico-social que perturbe la integridad de la mujer. Conocer esto contribuirá para ampliar los horizontes de la enfermería y fortalecer el Rol de Cuidador de la enfermera en la identificación de problemas y necesidades de esta población, desde una óptica integral de atención a la salud, en conjunto con el equipo interdisciplinario; y en cuanto al rol de Educador en donde la Enfermera Profesional posee herramientas

¹(1) Lauz C, Pérez A, Rodríguez N, Sánchez E, Telleria C. Histerectomía y sexualidad [tesis]. Montevideo: Facultad de Enfermería, UdelaR; 2012.

² (2) Instituto Nacional de Estadística [Internet]. Montevideo. Disponible en:<http://www.ine.gub.uy/biblioteca/uruguayencifras2012/cap%C3%ADtulos/Poblaci%C3%B3n.pdf> [consulta: 8 agosto 2014].

metodológicas para realizar intervenciones educativas incidentales o programadas, que promuevan la salud y bienestar de las mujeres, con un abordaje individual y colectivo, que promueva el autocuidado de las mismas.

Se pretenderá obtenerla información en la zona seleccionada debido a la afluencia de mujeres de todo el País y la mayor accesibilidad de las mismas comprendidas en el rango etario definido para relevar la información.

Con la información obtenida se pretenderá plantear lineamientos en lo que refiere a la elaboración de estrategias a futuro en Prevención-Promoción de la Salud ya que en la población Uruguaya predominan las mujeres (1.708.461 Uruguayas, de las cuales 113.817 representan el rango etario de entre 35 a 39 años de edad) siendo el Climaterio un período de la vida por el cual las mujeres deben transitar y donde el abordaje de un equipo interdisciplinario de Salud, contribuye a comprender la etapa que se está viviendo, así como a ampliar el conocimiento de Enfermería.

Consideramos pertinente para analizar los datos obtenidos utilizar el Modelo de Dorotea Orem que postula la Teoría del Déficit de Autocuidado, compuesta por tres teorías relacionadas, que a lo largo de la etapa del climaterio la mujer podrá experimentar³. En esta etapa se producen signos y síntomas en la mujer, provocados por el descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular, que generan necesidades de autocuidado y déficit del mismo, requiriendo de una intervención de la Enfermera Profesional con el objetivo de que esa capacidad sea compensada en el intento de conservar su equilibrio bio-psico-social.

³ (3) Pérez M, Tejera M, Correa A, Menoni T, Sánchez V. Bases conceptuales para un cambio de modelo de atención de enfermería a la salud de la mujer. Montevideo: Icono Print-fanelcore; Junio 2009.

FUNDAMENTO TEORICO

Consideramos imprescindible para una mejor comprensión del tema de estudio, abordar conceptos básicos que permitan delimitar el tema a investigar.

Cabe destacar que el climaterio no constituye una patología en la mujer sino que forma parte del ciclo vital, por lo cual se encuentra relacionada íntimamente con la salud y el proceso salud-enfermedad de las mujeres, ya que la Salud⁴ ha sido definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un estado de completo de bienestar físico, mental y social, no limitándose tan solo a la ausencia de enfermedad. El estado de salud es un término que incluye todos aquellos elementos que forman parte integral de la persona y excluye los que existen de manera independiente a la misma, aunque puedan interactuar con ella.

Se define el Proceso Salud-Enfermedad⁵, según el Plan de estudios 1993 de la Facultad de Enfermería, UDELAR, como "Un proceso que constituye un producto social que se distribuye en las sociedades según el momento histórico y cultural en que el hombre se encuentra. En este proceso el hombre puede tener distintos grados de independencia de acuerdo a su capacidad reaccional y a la situación salud-enfermedad en que se encuentre. La salud es un derecho inalienable del hombre, que debe estar asegurado por el estado a través de políticas eficaces con la participación de la población y del equipo de salud, promoviendo la autogestión de los grupos".

Para articular el proceso salud-enfermedad por el que transcurre la mujer en la etapa del climaterio, es indispensable brindar una atención integral conformada por un equipo interdisciplinario, destacando la participación de la Enfermera Profesional⁶ "que desempeña su rol como fortalecedora de los aspectos sanos del individuo, así como para recuperarse de la enfermedad y afrontar las consecuencias de esta, promocionando el autocuidado. Desarrollando estrategias

⁴ (4) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. Material brindado en el año 2008.

⁵ (4) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. Material brindado en el año 2008.

⁶ (5) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. "Concepto de Salud- Enfermedad", "Concepto Enfermería y Enfermería Comunitaria". Montevideo: Udelar; 2009

que implican actividades independientes de la profesión como parte de un equipo multidisciplinario sin confundir sus roles, complementando acciones y potenciando los logros del equipo de salud. Es la enfermera, quien cumple una función primordial en la coordinación e integración entre los diferentes profesionales de un equipo y quien identifica las necesidades específicas de los usuarios y los diferentes profesionales para derivar, coordinar e integrar; destacándose las principales funciones de la enfermera profesional: asistencia, docencia, gestión e investigación”.

No obstante, la atención en salud durante el climaterio es crucial y debe ser encarada como un momento propicio para una atención personalizada de calidad y escucha, así como también para realizar actividades de Educación para la Salud⁷ transmitiendo conocimientos relativos a la salud individual o colectiva, cuyo objetivo es que el individuo, familia o comunidad adopten una actitud activa y responsable en todos los procesos (promoción, prevención, recuperación, rehabilitación, reinserción) de su propia salud. Es un proceso activo y planificado que tiende a elevar el nivel de salud. Las actividades educativas son el mejor medio, ya que buscan incitar a las personas a participar en la atención de salud. Es la enfermera quien a través del desempeño de su rol tiene como objetivos:

- a) Brindar información de conocimientos.
- b) Brindar prácticas y destrezas.
- c) Promover una actitud positiva (para esto es imprescindible la motivación)
- d) Promover la auto-responsabilidad individual y comunitaria.

Trasmitiendo la información al individuo y/o comunidad de forma planificada o incidental, ya que la Enfermera Profesional cuenta con la capacidad de brindar educación para la salud en cualquiera de los tres niveles de atención.

Ya que es de fundamental importancia desarrollar la capacidad de la población para que participe en forma activa en el fomento y atención de la salud, para que adquiera la capacidad de controlar, mejorar y tomar decisiones respecto a su salud o enfermedad.

⁷ (6) Ramos E. "Enfermería comunitaria: Material y Métodos". Brindado por Facultad de Enfermería. Plan de estudios 93. Montevideo: Udelar, 2008.

Considerando que se presenta una relación entre el proceso salud-enfermedad, educación para la salud, enfermería y autocuidado en el climaterio, optamos mencionar la Teoría General de Dorothea Orem⁸, ya que la misma menciona que el autocuidado no es innato se debe aprender, por lo tanto requiere que se enseñe, esto constituye una responsabilidad de todo profesional de la salud, uno de ellos el enfermero, donde la educación juega un papel importante en la medida que permite a las personas hacer frente a los problemas de salud.

Este modelo incluye aspectos valiosos para el análisis del rol de la Enfermera Profesional en nuestro trabajo de investigación.

Dicho Modelo postula la Teoría del Déficit del Autocuidado como Teoría general, compuesta por 3 Teorías:

- 1) Teoría del Autocuidado: expresa la práctica de actividades que los individuos realizan por sí y para sí mismos, para mantener la vida, la salud y el bienestar. Por tanto, es necesario dar respuesta a una serie de requisitos de autocuidado que pueden ser: Universales (satisfacen necesidades de agua, aire, alimentos, eliminación/excreción, actividad y reposo, soledad e interacción social, prevención de peligros y promoción del funcionamiento y desarrollo humano). De desarrollo (garantizan el crecimiento y desarrollo normal, desde la concepción hasta la senectud y el enfrentar situaciones que pueden afectarlo). Requisitos ante alteraciones o desvíos en el estado de salud (llevan a la persona a buscar asistencia médica segura, a atender los resultados molestos de una enfermedad, a seguir una terapia medicamentosa, a atender los efectos molestos de la alteración en el estado de salud, a aceptar una nueva imagen corporal y los cuidados necesarios para fortalecer el autoconcepto o a aprender a vivir con la patología).
- 2) Teoría del Déficit del Autocuidado: La Teoría del Autocuidado considera a este como una acción adquirida y aprendida por el

⁸(7)Marriner Tomey A, Raile Alligood M. Modelos y teorías en enfermería. 6ªed. Barcelona: Elsevier Science; 2007.

individuo dentro de un contexto socio-cultural. Si la demanda es superior a la capacidad de la persona, surge el déficit del autocuidado.

- 3) Teoría del Sistema de Enfermeros: En relación a la Teoría de Sistemas, es el Enfermero Profesional quien articula el cuidado con el déficit del mismo, porque señala la manera como la enfermería contribuirá para superar el déficit y que el individuo recupere el autocuidado. Los sistemas que se proponen son: el sistema totalmente compensatorio, el sistema parcialmente compensatorio y el sistema de apoyo educativo. El profesional de enfermería, al activar alguno de estos sistemas, considera los componentes de poder que la persona, comunidad o grupo posee. Durante el climaterio la mujer experimenta síntomas y manifestaciones variadas derivadas de este proceso fisiológico, el cual provoca necesidades de autocuidado y algún grado de déficit del mismo que deben ser atendidos o compensados.

La aplicación del Modelo de Orem, permite la identificación de los requisitos específicos de esta etapa, los grupos de operaciones requeridas y la necesidad de autocuidado que contribuye a establecer un punto de partida para la aplicación del Proceso de Atención de Enfermería, con especial énfasis en la capacitación y desarrollo de la capacidad de autocuidado de las propias mujeres y sus familias.

Entendiéndose al climaterio⁹ según su procedencia etimológica del griego "climacter" significa "escalera en descenso" haciendo referencia al descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular; el climaterio según la OMS, es el "período de transición de un estado reproductivo a uno no reproductivo".

Podemos decir que es una etapa natural en la vida de la mujer, que generalmente duplica en tiempo a la adolescencia o la niñez. Suele anteceder en varios años a la menopausia y la sucede hasta aproximadamente los 60 años de edad. Es el espacio vital que continúa al periodo reproductivo, con múltiples

⁹ (8) Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

cambios biológicos y psicológicos que algunas mujeres lo pueden evaluar como una disminución de la calidad de vida.

El término menopausia¹⁰ deriva del griego "men" (mes) y "pausis" (cesación), haciendo estricta referencia a la cesación natural de la menstruación en la mujer durante 12 meses consecutivos de ± 50 años de edad. Se trata por tanto de un concepto fisiológico y cronológico, y como tal permite delimitar etapas transitorias concretas alrededor de la misma, que constituirán de este modo la perimenopausia, lo cual de nuevo no es exactamente lo mismo que climaterio. Dichas etapas son:

- Premenopausia: período reproductivo anterior a la menopausia, durante el cual se producen cambios endocrinológicos muy significativos (OMS). Puede considerarse que dura unos diez años (dos a ocho según otros autores).
- Perimenopausia: Es el tiempo anterior a la menopausia, cuando comienzan los eventos endocrinológicos, biológicos y clínicos de aproximación a la menopausia, y el primer año después de la menopausia (OMS). Según otros informes (Figo, 1980), bastan seis meses sin menstruación para poder decir que una mujer está en la menopausia. Luego la menopausia sería una etapa de seis a doce meses de duración y que sigue a la última menstruación. Es por tanto un momento de difícil concreción y bastante confuso desde el punto de vista biológico, biográfico y epidemiológico.
- Postmenopausia: dura unos seis a ocho años (uno a seis según Comino, 1990), y que va desde el cese de las menstruaciones hasta el inicio de los procesos de involución que dan paso a la senectud. Puede dividirse en temprana (dos primeros años) y tardía (más de dos años). Este período es por tanto muy relativo y está sujeto a consideraciones sociológicas y demográficas cambiantes.

¹⁰(8)Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

Profundizando se puede decir que la menopausia es un hecho ineludible lo cual no quiere decir que deba ser necesariamente una crisis dolorosa.

Desde un punto de vista conceptual, menopausia y climaterio no son equivalentes.

Según la definición aceptada por la O.M.S. (1981), la menopausia es la "cesación permanente de la menstruación resultante de la pérdida de la actividad folicular ovárica".

En sentido estricto, según Carr y McDonald (1983), la menopausia se refiere al último episodio de sangrado menstrual, y las mujeres menopáusicas son, en general, las que se encuentran en una etapa postmenopáusica, es decir que no han experimentado sangrados menstruales durante el último año.

Además cabría considerar otros conceptos, como son el de Menopausia artificial, por contraposición a la natural o espontánea, habitualmente inducida por resecciones quirúrgicas, por radiación o por quimioterapia; y las Menopausias transitorias, inducidas por quimioterapia, o tratamientos con análogos de LH-RH (Taurelle y Tamborín, 1990).

Endocrinología del Climaterio¹¹

En el SNC, más específicamente en el hipotálamo, se secreta la hormona liberadora de gonadotrofinas, péptido que estimula la glándula hipófisis para la secreción de las gonadotrofinas FSH y LH (hormona luteinizante). Las mismas actúan sobre los ovarios y estimulan la secreción de las siguientes hormonas esteroides: estrógenos, progesterona y andrógenos, participando en la regulación del ciclo menstrual.

A continuación se describen cambios endocrinos que ocurren en el ovario

¹¹ (8)Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

durante la transición a la menopausia.

A lo largo de la vida se va produciendo una reducción marcada de los folículos primordiales en los ovarios. El ritmo de atresia puede verse influenciado por factores hormonales, genéticos y tóxicos (radiación, quimioterapia y tabaco).

A lo largo de la última década de la actividad ovárica se observa una franca aceleración en la pérdida de los folículos que coinciden con un aumento selectivo de la FSH ya que se va perdiendo el mecanismo de retroalimentación negativo desde el ovario ejercido por la inhibina. Además los pocos folículos que van quedando presentan disminuida la respuesta a las gonadotrofinas.

El primer evento bioquímico u hormonal que marca el comienzo de la perimenopausia es la disminución de la inhibina β que se evidencia en la primera fase del ciclo sin que se produzcan cambios significativos en la gonadotropina FSH.

Los niveles de FSH alterados se observan en general cuando aparecen las irregularidades del ciclo como primer evento clínico que marca el comienzo de la transición a la menopausia.

El aumento paulatino de la FSH favorece el crecimiento folicular acelerado generando la fase de hiperestrogenismo en la perimenopausia.

Hormonas hipofisarias:

- a) FSH: en el transcurso de la vida fértil su concentración normal oscila a lo largo del ciclo. Durante la transición a la menopausia va aumentando gradualmente hasta que en el momento de la menopausia trepa entre 10 y 20 veces su valor. Llegando a su nivel máximo en uno a tres años de la FUM.
- b) LH: también aumenta gradualmente y llega a tres veces su valor, aproximadamente 25mUI/ml.

Estrógenos: durante la vida reproductiva de la mujer el estrógeno predominante es el 17 β -estradiol y la relación estradiol/estrón es mayor a 1. Sin embargo luego

del cese de la función ovárica esta relación se invierte y la fuente más importante de estrógenos proviene de la conversión periférica, a partir de otros precursores hormonales, principalmente tejido adiposo, piel, hígado y cerebro.

Andrógenos: el más importante es la testosterona, pero también hay otros como la androstenediona y la dhdehidroepiandrosterona (hormona de la juventud) todas ellas disminuyen gradualmente a partir de los 40 años.

Síndrome climatérico¹²:

El síndrome climatérico se define como el conjunto de signos y síntomas que ocurren durante el climaterio relacionados con la carencia de estrógenos.

Los síntomas durante el climaterio se dan en diferentes plazos:

Síntomas a corto plazo¹³:

Surgen de manera inmediata a la menopausia o antes de que la menstruación haya desaparecido por completo.

Se producen por un descenso relativo en los valores de estrógenos que la mujer tiene, los más frecuentes son:

- Oleadas de calor.
- Sofocos y sudoraciones.
- Irritabilidad.
- Irregularidades del ciclo menstrual.
- Falta de concentración y pérdida de memoria.
- Desordenes del sueño.
- Síntomas vasomotores: el más precoz y característico es el bochorno, que se caracteriza por oleadas de calor, seguidas de sudación que compromete la cara, el cuello y el tórax, duran escasos minutos y desaparecen espontáneamente. Suelen

¹² (8) Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

¹³ (9) Ministerio de Salud Pública [Internet]. Montevideo. Disponible en: www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586 [consulta: 9 agosto 2014].

acompañarse de palpitaciones, con frecuencia muy variable.

Subsíntomas

Síntomas a mediano plazo¹⁴:

La falta de estrógenos afecta de forma directa a la piel y al aparato genitourinario.

Los síntomas más frecuentes son:

- a) Alteración de piel y faneras (adelgazamiento y pérdida de elasticidad, caída del cabello y fragilidad de las uñas).
- b) Alteración de aparatos genital y urinario (sequedad vaginal, ardor o escozor vaginal, incontinencia urinaria, disuria, poliuria, dispareunia).
- c) Disfunción sexual, disminución de la libido.

Síntomas a largo plazo¹⁵:

- Acentuación de los síntomas vasomotores.
- Acentuación de los síntomas urogenitales.
- Disminución de la calidad de vida.
- Enfermedades cardiovasculares: Después de la menopausia ocurre un cambio en las concentraciones de lipoproteínas sanguíneas, con aumento del colesterol total, los triglicéridos y la LDL, y se reduce el colesterol HDL, lo que podría explicar el aumento de la morbilidad y mortalidad cardiovascular.
- Predomina la presencia de síntomas óseos. Los síntomas se derivan de la pérdida acentuada de la masa ósea y de la disminución en la fuerza de los huesos se incrementa por tanto, el riesgo de fractura, siendo las más comunes las de cadera, muñeca y columna vertebral.

Otros síntomas frecuentes son:

- Aplastamiento de las vértebras.
- Fragilidad ósea.
- Elevación de la presión arterial.

¹⁴(9) Ministerio de Salud Pública [Internet]. Montevideo. Disponible en:

www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586 [consulta: 9 agosto 2014].

¹⁵Ministerio de Salud Pública [Internet]. Montevideo. Disponible en:

www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586 [consulta: 9 agosto 2014].

- Aumento del riesgo cardiovascular.

- Osteoporosis

PRESENTACIÓN

¿Qué contenidos educativos sobre Osteoporosis desearían ver las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de la Terminal de Ómnibus de Montevideo, en el periodo comprendido Octubre 2014?

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Conocer qué contenidos educativos sobre Osteoporosis desearían ver las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de Terminal de Ómnibus de Montevideo, a principios del mes de Octubre 2014.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer la Política de Estado.
- Desearían los contenidos educativos sobre Osteoporosis que desearían ver las mujeres.

PREGUNTA PROBLEMA

¿Qué contenidos educativos sobre Climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de la Terminal de Ómnibus de Montevideo, en el período comprendido Octubre 2014?

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Conocer que contenidos educativos sobre Climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo, a principios del mes de Octubre 2014.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar la Población de Estudio.
- Determinar los contenidos educativos sobre Climaterio que desean saber las mujeres.

DISEÑO METODOLÓGICO¹⁶

TIPO DE ESTUDIO:

El presente corresponde a un estudio cuantitativo, descriptivo: y según el periodo y secuencia del estudio, de corte transversal.

ÁREA DE ESTUDIO:

La investigación se llevó a cabo en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida de Montevideo. Delimitado por las calles Bv.Gral.Artigas, Goes, Acevedo Díaz y Dr. Salvador Ferrer Serra.

UNIVERSO Y MUESTRA:

El Universo de estudio estuvo representado por mujeres entre 35 a 39 años de edad. La muestra seleccionada fue de 55 mujeres dentro del rango etario preestablecido, que se captaron en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo, que cumplieron con los criterios de inclusión establecidos, a principios de Octubre de 2014. El tipo de Muestreo seleccionado fue no probabilístico e intencional.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

Estuvieron incluidas las mujeres entre 35 a 39 años de edad, ya que se encuentran en la etapa previa al Climaterio que comienza a partir de los 40 años de edad; y que no se encontraran cursando la etapa del Climaterio así como los signos y síntomas producidos por el mismo, dentro del periodo de investigación preestablecido; quienes otorgaron consentimiento previo para participar en el estudio.

UNIDAD DE OBSERVACIÓN:

Las mujeres dentro del rango etario de 35 a 39 años de edad que se captaron en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida y que cumplieron con los criterios de inclusión establecidos.

¹⁶(10) Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. 5^{ta} ed. México D.F: Mc Graw Hill/Interamericana editores; 2010.

CONTROLES ÉTICOS

A fin de cumplir con lo establecido en la declaración de Helsinki, se solicitó al personal participante su consentimiento informado. En el mismo se estableció quiénes éramos, que realizaremos, cuáles son nuestros objetivos, y se resaltó que los datos obtenidos serían utilizados con total confidencialidad.

Dicho consentimiento fue aprobado mediante la firma del mismo por las Mujeres, quedando de esta manera dispuestas a formar parte de la investigación.

PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos, se desarrolló un plan detallado, que implicó recabar la información proporcionada por las mujeres, en lo que refiere a lo que desean saber sobre Climaterio. Las mismas fueron encuestadas en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida, las cuales debieron cumplir con los criterios de inclusión; Para determinar si cumplían con los requisitos de inclusión se les preguntó de forma verbal ¿Qué edad tienen?, si ¿Ha presentado calores y sofocos?, si ¿Presenta una amenorrea \geq 12 meses consecutivos?, con el fin de no incluir a quienes presentaban los síntomas más destacados del climaterio.

Para comprobar la validez del instrumento de recolección de datos, se realizó previamente una prueba piloto. Esta se aplicó a 10 mujeres que cumplieron con los criterios anteriormente mencionados.

Luego se procedió a la recolección de la información mediante la aplicación del instrumento (ver anexo N° 3), el cual se presentó de forma escrita en donde el investigador desarrolló las preguntas del cuestionario y se encargó de transcribir la información proporcionada por la mujer. Los datos se recolectaron a principios del mes Octubre del año 2014, en el horario de 12:00 a 18:00 hs de lunes a viernes ya que se observó que en esta franja horaria predominaba una mayor afluencia de personas que transitan por la zona.

Para la aplicación del cuestionario y recolección de datos se estimó un

tiempo de duración de aproximadamente 10 a 15 minutos, el cual constó de 11 preguntas cerradas, de las cuales 4 aportaron para la caracterización de la población y las 7 restantes se orientaron a valorar los contenidos educativos que deseaban saber las mujeres. Cabe destacar que si en la pregunta N°6 del cuestionario se obtenía un "No" por respuesta por parte de la mujer, el mismo quedó finalizado, mientras que si respondía afirmativamente se procedió a completar la entrevista.

Previo a la aplicación del mismo se procedió a la presentación formal del investigador (Nombre, Institución a la que pertenece y finalidad de la investigación) encargado de la recolección de datos, y se presentó de forma escrita el consentimiento informado (ver anexo N° 2) el cual fue firmado por las mujeres como común acuerdo para la participación en la investigación; el mismo se implementó para la preservación de la identidad de la mujer en cuanto a los datos que aportaran, promoviendo la confidencialidad de las mismas.

Luego de recabada la información, se verificó que cada cuestionario estuviera completo, de lo contrario se anularía el mismo. Los datos obtenidos fueron procesados, tabulados y graficados mediante la utilización del programa Microsoft Office Excel el cual facilitó el procesamiento de los mismos.

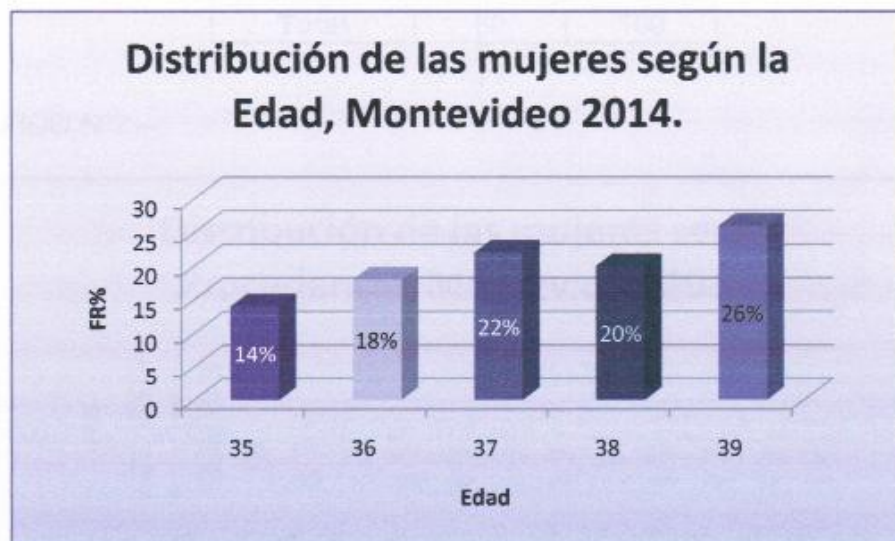
RESULTADOS

De la caracterización de la población de mujeres encuestadas se obtuvieron los siguientes resultados:

TABLA N°1- Distribución según Edad de las mujeres, Terminal de ómnibus, Montevideo 2014.

Edad	FA	FR%
35	7	14
36	9	18
38	10	20
37	11	22
39	13	26
Total	50	100

GRAFICO N°1-



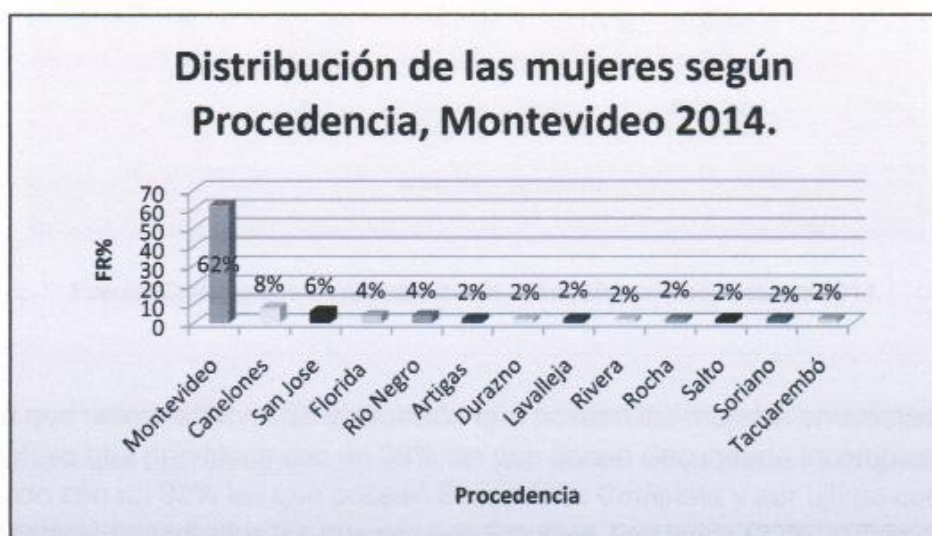
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

Se puede observar en esta variable que la edad predominante en las mujeres es de 39 años con un 26%, seguido a este con un 22% las que tienen 37 años, con un 20% se ven representadas las que tienen 38 años y con porcentajes minoritarios las que presentan 36 años (18%) y las que tienen 35 años (14%).

TABLA N°2 – Distribución según procedencia de las mujeres, Terminal de ómnibus, Montevideo 2014

Procedencia	FA	FR%
Montevideo	31	62
Canelones	4	8
San José	3	6
Florida	2	4
Rio Negro	2	4
Artigas	1	2
Durazno	1	2
Lavalleja	1	2
Rivera	1	2
Rocha	1	2
Salto	1	2
Soriano	1	2
Tacuarembó	1	2
Total	50	100

GRAFICO N°2 –



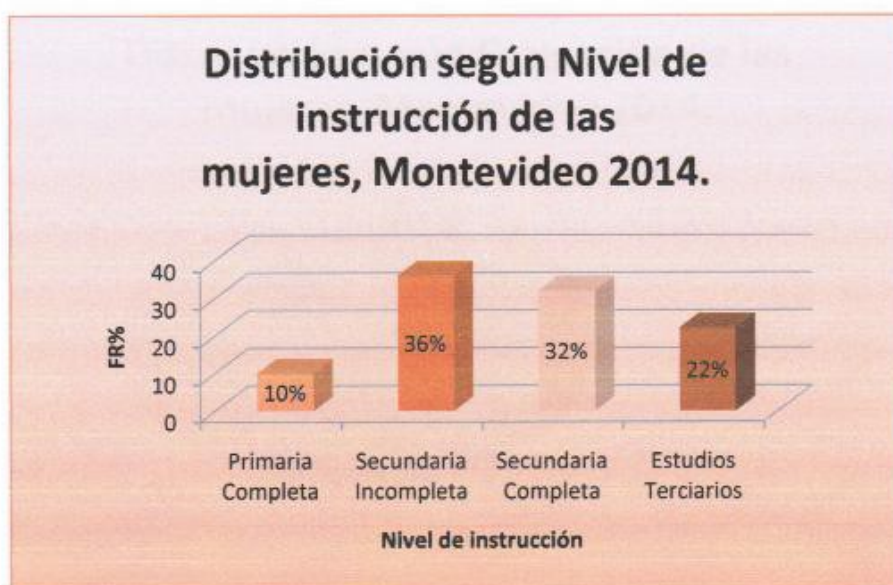
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

En lo que respecta a la procedencia de las mujeres encuestadas se obtuvo que la mayoría son de Montevideo representadas con un 62% , le continúan con porcentajes menores los Departamentos del Interior del País: Canelones (8%), San José (6%), Florida (4%), Rio Negro (4), Artigas (2%), Durazno (2%), Lavalleja (2%), Rivera (2%), Rocha (2%), Salto (2%), Soriano (2%) y Tacuarembó (2%).

TABLA N°3 – Distribución según Nivel de instrucción de las mujeres, Terminal de ómnibus, Montevideo 2014.

Nivel de Instrucción	FA	FR%
Primaria Incompleta	0	0
Primaria Completa	5	10
Secundaria Incompleta	18	36
Secundaria Completa	16	32
Estudios Terciarios	11	22
Total	50	100

GRAFICO N°3 -



Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

En lo que refiere al Nivel de Instrucción que poseen las mujeres encuestadas, se obtuvo que prevalece con un 36% las que tienen Secundaria Incompleta, seguido con un 32% las que poseen Secundaria Completa y por último con porcentajes minoritarios las que poseen Estudios Terciarios (22%) y Primaria Completa (10%). Cabe destacar que no se captaron mujeres en nuestro estudio que tuvieran Primaria Incompleta ni analfabetas.

TABLA N°4 – Distribución según Ocupación de las mujeres, Terminal de ómnibus, Montevideo 2014.

Ocupación	FA	FR%
Ama de casa	7	14
Trabajadora	38	76
Desempleada	5	10
Total	50	100

GRAFICO N°4 –



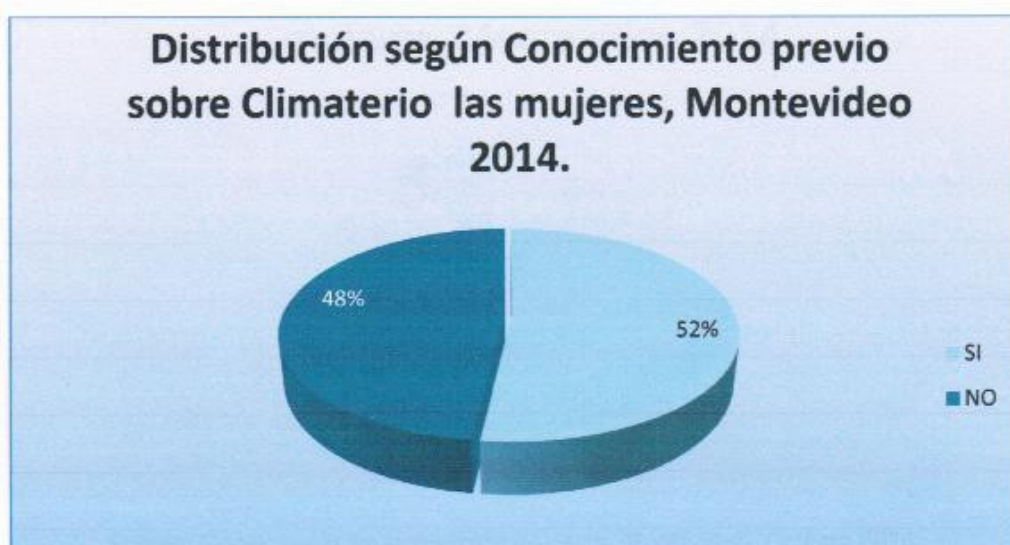
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

Respecto a la ocupación según las mujeres, predominan con un 76% las mujeres empleadas, con un 14% las amas de casa y un 10% de las mismas se encuentran desempleadas.

TABLA N°5 – Distribución según conocimiento previo sobre Climaterio según las mujeres, Terminal de ómnibus, Montevideo 2014.

Conocimiento previo	FA	FR%
SI	26	52
NO	24	48
Total	50	100

GRAFICO N°5 –



Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

Sobre el conocimiento previo se observa que un 52% de las mujeres encuestadas han escuchado hablar sobre el climaterio, mientras que un 48% no tiene conocimientos del mismo.

TABLA N° 6 – Distribución de interés de recibir la información sobre Climaterio según las mujeres, Terminal de Ómnibus, Montevideo 2014. N=55

Interés de recibir la información	FA	FR%
SI	50	91
NO	5	9

GRAFICO N° 6 –



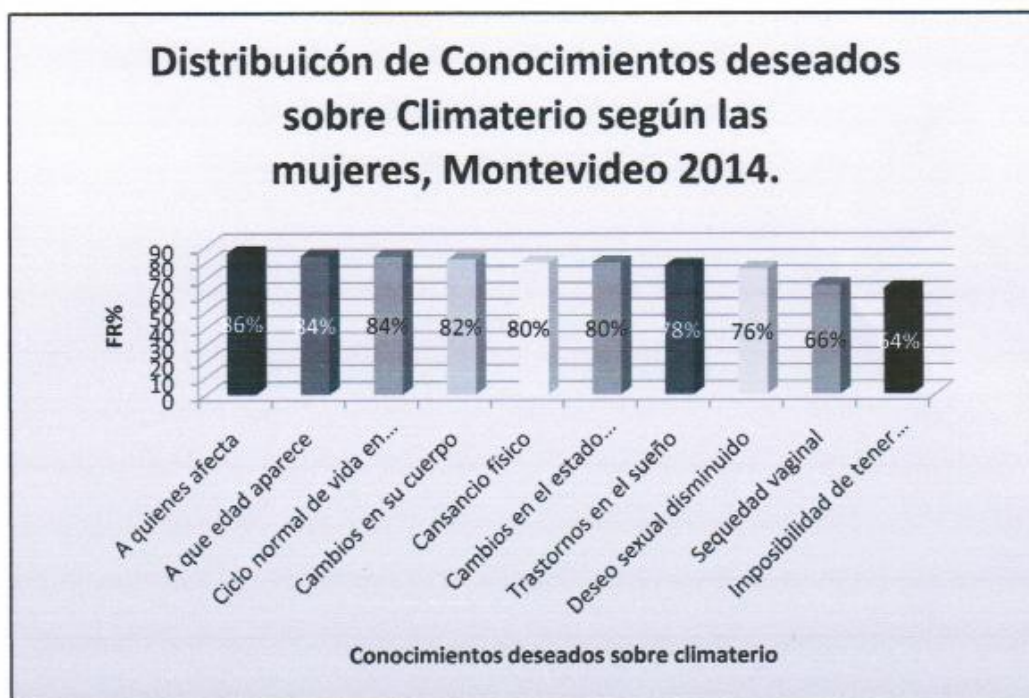
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

En lo que refiere al interés por parte de las mujeres encuestadas de recibir información sobre el climaterio, un 91% demuestran interés en recibir información acerca de esta temática, mientras que un 9% de las mismas no les interesaría recibirla.

TABLA N° 7 – Distribución de Conocimientos deseados sobre Climaterio según las mujeres, Terminal de ómnibus, Montevideo 2014. N=50

Conocimientos deseados sobre climaterio	FA	FR%
A quienes afecta	43	86
A qué edad aparece	42	84
Ciclo normal de vida en la mujer	42	84
Cambios en su cuerpo	41	82
Cansancio físico	40	80
Cambios en el estado de ánimo/humor	40	80
Trastornos en el sueño	39	78
Deseo sexual disminuido	38	76
Sequedad vaginal	33	66
Imposibilidad de tener hijos	32	64
Otros	0	0

GRAFICO N°7 –



Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

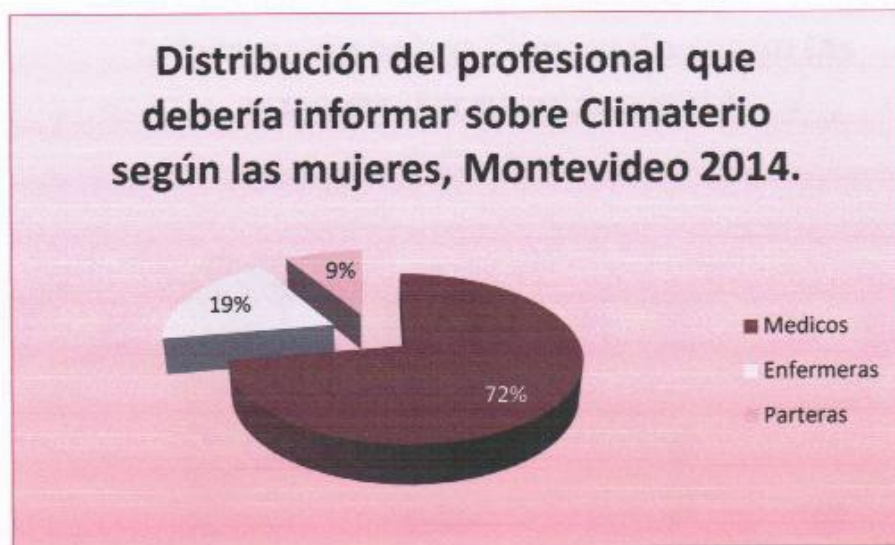
En cuanto a los conocimientos sobre climaterio que las mujeres desean recibir, se destacan los aspectos referidos a: quienes afecta con un 86%, con un porcentaje igualitario de un 84% respecto a la edad en la que aparece y si es un ciclo normal en la vida de la mujer; con un 82% si le provocara cambios en

su cuerpo; con un porcentaje igualitario de un 80% lo que refiere al cansancio físico y cambios en el estado de ánimo/humor que les pueda generar. Luego con porcentajes inferiores se encuentran los aspectos referidos a: trastornos en el sueño (78%), deseo sexual disminuido (76%), sequedad vaginal (66%), imposibilidad de tener hijos (64%). Cabe destacar que no se obtuvo por parte de las mujeres planteamientos de otras propuestas sobre el climaterio.

TABLA N°8 – Distribución del Profesional que debería informar sobre Climaterio según las mujeres. Terminal de ómnibus, Montevideo 2014. N=50

Profesional	FA	FR%
Médicos	42	84
Enfermeras	11	22
Parteras	5	10
Otros	0	0

GRAFICO N°8 –



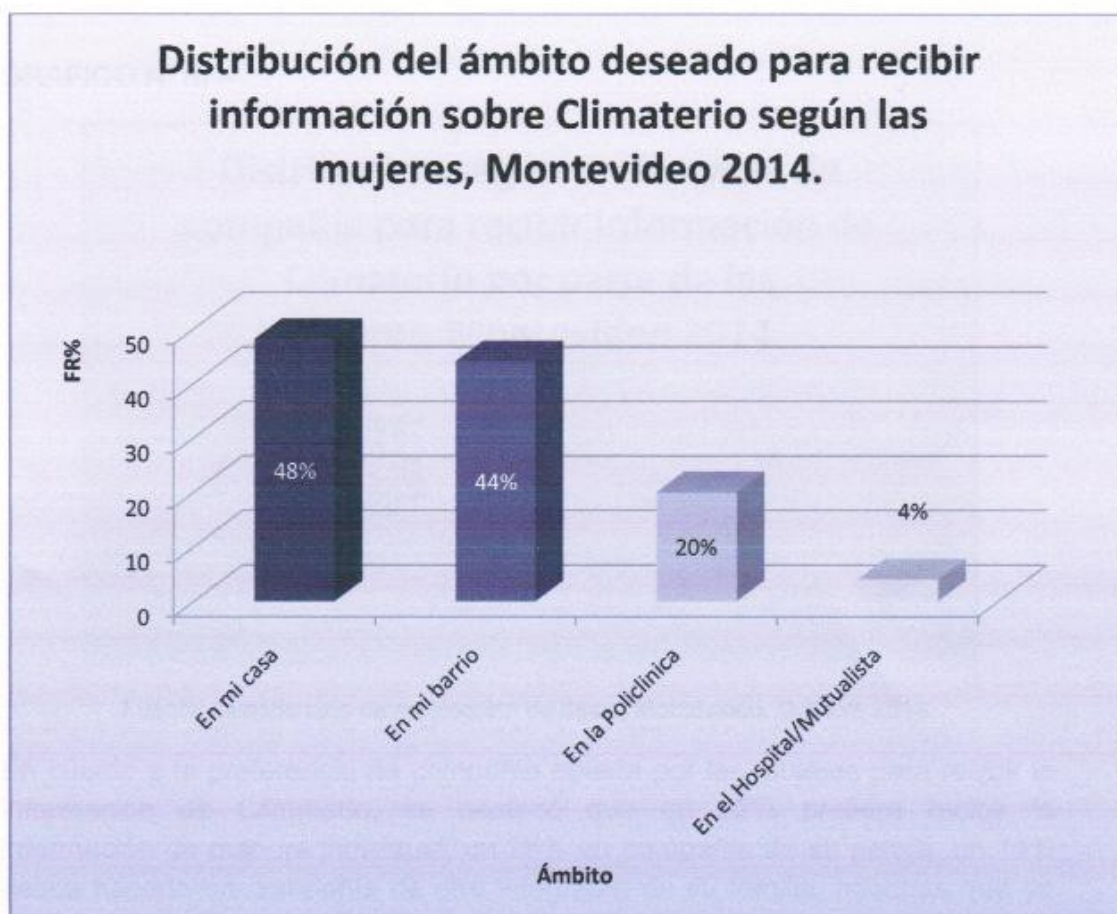
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

Respecto al profesional de la salud que las mujeres consideran que les debería de informar acerca del Climaterio, predomina con un 72% los Médicos, le continua con un 19% las Enfermeras y con un 9% las Parteras. Cabe destacar que las mismas no mencionaron otro profesional de salud.

TABLA N°9 – Distribución del ámbito deseado para recibir la información de Climaterio según las mujeres. Terminal de ómnibus, Montevideo 2014. N=50.

Ámbito deseado para recibir la información	FA	FR%
En mi casa	24	48
En mi barrio	22	44
En la Policlínica	10	20
En el Hospital/Mutualista	2	4

GRAFICO N°9 –



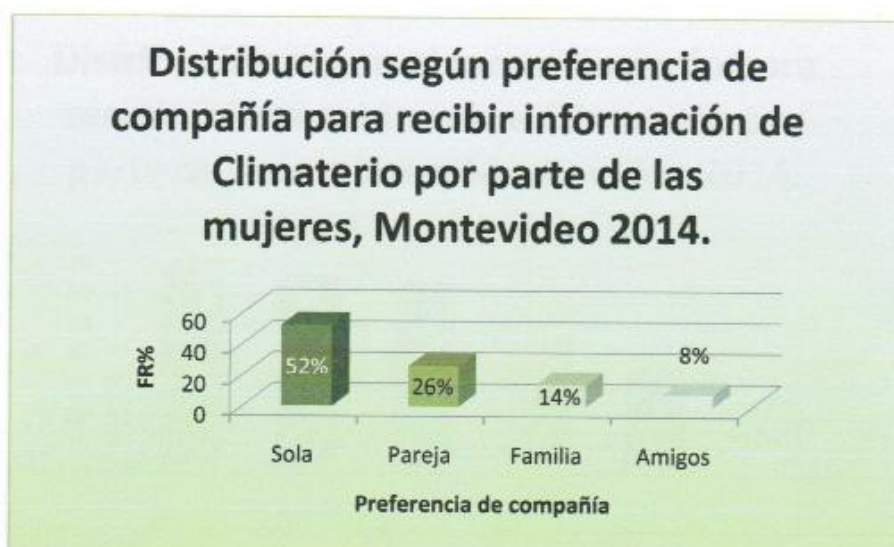
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

En cuanto al ámbito deseado por las mujeres para recibir la información acerca del Climaterio, se destacó que un 48% prefieren recibir la información en la comodidad de su casa, un 44% en las inmediaciones de su barrio, un 20% en la Policlínica zonal y con un 4% en el Hospital/Mutualista.

TABLA N°10 – Distribución según preferencia de compañía para recibir la información de Climaterio por parte de las mujeres. Terminal de ómnibus, Montevideo 2014.

Preferencia de compañía	FA	FR%
Sola	26	52
Pareja	13	26
Familia	7	14
Amigos	4	8
Total	50	100

GRAFICO N°10 –



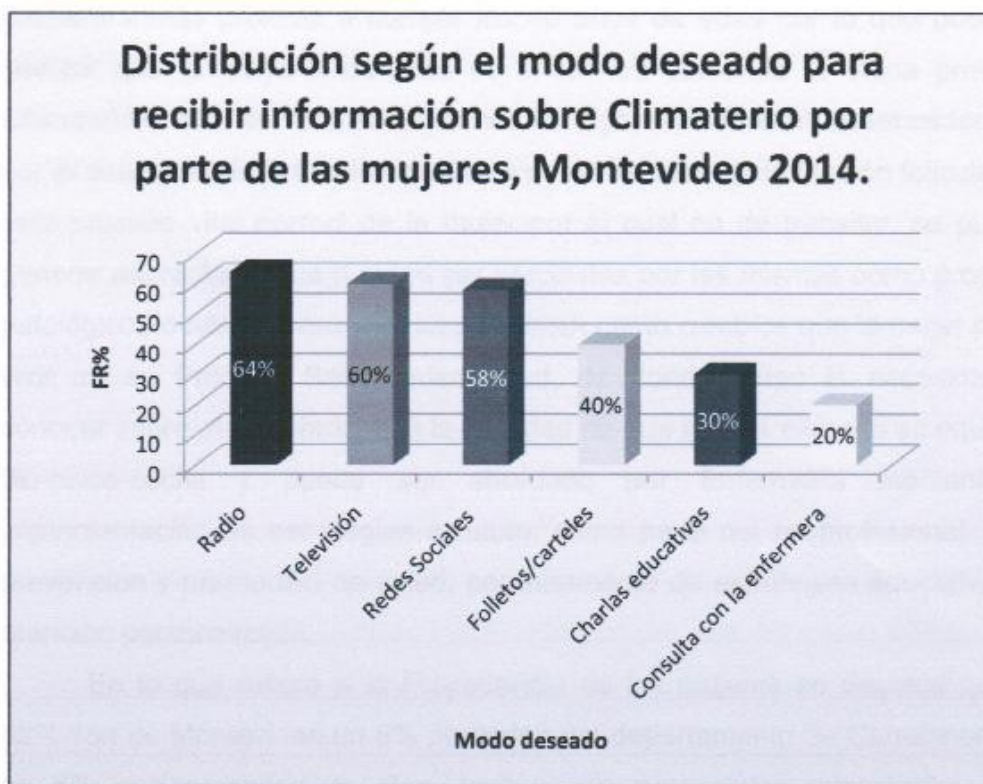
Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

En cuanto a la preferencia de compañía optada por las mujeres para recibir la información de Climaterio, se destacó que un 52% prefiere recibir la información de manera individual, un 26% en compañía de su pareja, un 14% desea hacerlo en compañía de otro integrante de su familia, mientras que un 8% prefiere recibir la información en presencia de amigos.

TABLA N°11 – Distribución según el modo deseado para recibir la información por parte de las mujeres. Terminal de ómnibus, Montevideo 2014. N=50

Modo deseado	FA	FR%
Radio	32	64
Televisión	30	60
Redes Sociales	29	58
Folletos/carteles	20	40
Charlas educativas	15	30
Consulta con la enfermera	10	20

GRAFICON°11 –



Fuente: Cuestionario de recolección de datos, Montevideo, Octubre 2014.

En referencia a los medios de comunicación se distinguieron con mayores porcentajes, la radio con un 64%, la televisión con un 60% y las redes sociales con un 58%. Y con porcentajes menores se hallan los folletos/carteles con un 40%, charlas educativas con un 30% y con un 20% durante la consulta de enfermería.

ANALISIS

En lo que refiere a la caracterización de la población, se procederá al análisis de los datos obtenidos de las siguientes variables: Edad, Procedencia, Nivel de Instrucción y Ocupación.

La población de estudio estuvo representada por un total de 50 mujeres (5 mujeres encuestadas no se incluyeron por manifestar no desear recibir información sobre Climaterio), de las cuales predominan con un 26% las de 39 años de edad, seguido por un 22% con 37 años, mientras que un 20% son de 38 años, un 18% pertenecen a 36 años y 14% son mujeres de 35 años de edad. Cabe destacar que de las mujeres encuestadas, la mayoría de ellas se encuentran más próxima a cumplir los 40 años de edad por lo que podemos deducir que la mayoría de ellas se encuentra cursando la etapa previa al Climaterio, la cual se verá acompañada de signos y síntomas desencadenados por el descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular. En este proceso vital normal de la mujer por el cual ha de transitar, se pueden generar alteraciones que pueden ser percibidas por las mismas como procesos patológicos o alteraciones que se presentan como cambios que la mujer puede vivir en su Proceso Salud-Enfermedad, de donde surge la necesidad de conocer sobre el climaterio, con la finalidad de que no sea alterado su equilibrio bio-psico-social y pueda ser abordado por Enfermería mediante la implementación de estrategias a futuro, como parte del rol profesional, en la prevención y promoción de salud, por intermedio de estrategias educativas en atención personalizada.

En lo que refiere a la Procedencia de las mujeres se destaca que un 62% son de Montevideo, un 8% proceden del departamento de Canelones, con un 6% que proceden de San José y con porcentajes minoritarios a los anteriores se encuentran los departamentos Florida (4%), Rio Negro (4%), Artigas, Durazno, Lavalleja, Rivera, Rocha, Salto, Soriano y Tacuarembó cada uno representado por un 2%. Consideramos favorable la realización de nuestro trabajo de investigación en la zona de Terminal de ómnibus concurrida de Montevideo, ya que obtuvimos datos de mujeres de gran parte del país lo que contribuye a nuestro interés por conocer las necesidades de la población sobre el Climaterio, más allá de que la muestra no sea representativa, pero permite al menos integrar respuestas de mujeres del interior del país.

En cuanto al Nivel de Instrucción se destaca que el 36% corresponde a mujeres que tienen secundaria incompleta, un 32% tienen secundaria completa, mientras que un 22% tienen estudios terciarios. Este dato es pertinente conocerlo ya que nos proporciona el nivel de estudio máximo alcanzado por las mismas, el cual se encontrará ligado a la capacidad de comprensión e interpretación, de los contenidos educativos que en estancias posteriores se puedan brindar sobre Climaterio en Educación para la Salud. Un dato que no es menor, es el referido al obtenido de las mujeres encuestadas representadas con un 10%, que tienen primaria completa. Es necesario destacar entonces que algunas de ellas tienen poca instrucción lo cual implica un desafío a la hora de planificar los contenidos educativos que se les han de brindar.

Al indagar sobre la Ocupación de las mujeres se pudo observar que predominan con un 76% las trabajadoras, con un 14% las amas de casa, mientras que un 10% se encuentran desempleadas. Consideramos que estos datos podrían estar influenciados por la zona de recolección de los mismos ya que esta es una zona comercial en diversos rubros los cuales prestan puestos de trabajo. Esto refleja el rol que cumple la mujer en la sociedad contemporánea en lo que respecta al nivel socio-económico, en cuanto a la prestación de obligaciones, las cuales se pueden ver afectadas indirectamente, si se encuentra alterado su equilibrio bio-psico-social durante la etapa del Climaterio.

Al profundizar en nuestro trabajo de investigación en lo que refiere a los Contenidos Educativos sobre Climaterio que desean saber las mujeres, se procederá a continuación con el análisis de los resultados obtenidos.

Al preguntar sobre contenidos educativos previos que han adquirido en el transcurso del tiempo acerca del Climaterio, se obtuvo que un 52% de las mujeres refieren tener conocimiento sobre climaterio, mientras que el 48% restante manifiesta que no los posee. Cabe destacar que el grupo de mujeres que no posee información acerca del climaterio alcanzaría prácticamente el 50% de la muestra, siendo este dato trascendente ya que ellas tendrían que ser abordadas mediante estrategias educativas, que promuevan el autocuidado para una óptima inserción en esta etapa que forma parte del ciclo vital normal de la mujer.

Si extrapoláramos este dato a la realidad de la población de mujeres a nivel Nacional, consideramos que se deberían de implementar estrategias educativas por parte de Enfermería, las cuales serían de alcance masivo y que generen un gran impacto, promoviendo el autocuidado de las mismas.

En lo que respecta al interés por conocer acerca del climaterio, un 91% de las mujeres encuestadas desean recibir información. Este dato demuestra el interés en adquirir contenidos educativos en cuanto al climaterio por parte de las mismas. Esto se relaciona al postulado de Dorotea Orem el cual considera que el autocuidado no es innato si no que hay que aprenderlo y debe ser enseñado por parte de los Profesionales de la Salud. Continuando con el análisis en contraste con la Teoría de Dorotea Orem, la cual formula también que si la demanda es superior a la capacidad de la persona, surge el Déficit del Autocuidado por lo que el restante 9% de las mujeres que no desea saber sobre Climaterio, constituye el desinterés un factor predisponente que repercutirá en su Proceso Salud-Enfermedad de forma desfavorable, y será la Enfermera quien contribuya con ese déficit en la implementación de estrategias que promuevan el autocuidado de las mismas.

En cuanto a los conocimientos que las mujeres desean adquirir sobre el Climaterio, se brindó la posibilidad de que optaran por más de una opción como respuesta. Analizamos que, en orden decreciente de frecuencia los contenidos que más interesan son:

Con un 86% se destacan las mujeres que desean saber a quienes afecta el Climaterio; deducimos que es un dato relevante y sugestivo, ya que denota que las mujeres no tienen conocimiento de que el Climaterio es una etapa que han de transitar como parte del proceso vital normal, con signos y síntomas característicos, desencadenados por la disminución de la función ovárica y cese de la función folicular.

Con un porcentaje igualitario de un 84%, las mujeres encuestadas desean saber a qué edad aparece el Climaterio, y si este corresponde a un ciclo normal vital en la vida de las mismas. Estas se encuentran en la etapa previa al Climaterio (35 a 39 años de edad), y este porcentaje refleja que no tienen conocimiento de que forman parte de la misma, la cual tomara inicio a partir de los 40 años de edad y se verá acompañada de signos y síntomas, percibidos o no, como parte de su ciclo normal vital.

Esto refleja un déficit de conocimientos de las mujeres en cuanto a esta etapa, lo cual promueve a un déficit de autocuidado contrastado con la Teoría de Dorotea Orem. Por ello consideramos que es oportuno en esta instancia educarlas como forma de contribuir a mejorar su autocuidado.

Un 82% desea saber si el Climaterio le provocara cambios en su cuerpo. Como es de nuestro conocimiento esta etapa constituye parte del ciclo normal vital de la mujer el cual será acompañado por signos y síntomas del mismo desencadenados por el descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular. Esto generara cambios en la mujer que podrán ser percibidos quizás como un proceso patológico y no como parte de un proceso vital normal por el que han de transitar, producto del déficit de conocimientos. El cual podría ser abordado desde el ámbito de la Enfermería mediante intervenciones educativas, fortaleciendo el rol de "cuidador" en educación para la salud.

Con un porcentaje igualitario de un 80%, se encuentran las mujeres que desean saber si el climaterio les provocara cansancio físico, y cambios en su estado de ánimo/humor. Seguido a este con un 78%, las que desean saber si presentarían trastornos en su sueño. A partir de estos datos deducimos que las mujeres les interesarían saber si el climaterio les afectara su vida de relación y a su vez su entorno bio-psico-social. El Climaterio les provocará cambios biológicos así como también psicológicos, que algunas mujeres lo pueden evaluar como una disminución de la calidad de vida y no como determinantes característicos del Síndrome Climatérico, debido a la disminución en los valores de estrógenos, por lo cual se hace crucial abordarlas desde la perspectiva de Enfermería, transmitiendo conocimientos tanto en el ámbito individual como en el colectivo, promoviendo su autocuidado.

Por último con un 76% se encuentran representadas las mujeres que desean saber si el Climaterio les provocará disminución de su deseo sexual; con un 66% si el mismo les provocará sequedad vaginal y con un 64% si les imposibilitara tener hijos. Consideramos que estos datos se pudieron haber visto influenciados más allá de que se pretendió conservar la intimidad de la mujer, dado el contexto en donde se realizó la investigación (vía Pública) y al contenido de las preguntas, que infieren en la intimidad de la mujer, pudiendo haber generado pudor al momento de la respuesta. Cabe destacar que es en la etapa del Climaterio en donde se producen como síntomas a mediano plazo,

las alteraciones a nivel de la piel y del aparato genitourinario, a consecuencia de la falta de estrógenos; por lo que es necesario que la mujer tenga conocimiento de los cambios que esta etapa le provocará, y sea informada sobre el advenimiento de los mismos para contribuir con su proceso salud-enfermedad.

En lo que respecta a la opción de que otros contenidos sobre climaterio desean saber, no mencionaron otros temas de interés.

Consideramos que el Déficit de Conocimientos detectado en las mujeres encuestadas se articula con el Déficit del Autocuidado de acuerdo a la Teoría propuesta por Dorotea Orem. Esta determina que el autocuidado no es innato si no que hay que aprenderlo, por eso ha de enseñarse por parte de la Enfermera Profesional en conjunto con el equipo interdisciplinario, donde será crucial brindar una atención de calidad y un espacio escucha, para la realización de actividades de Educación para la Salud, contribuyendo de esta forma para mejorar el Déficit.

Un 72% de las mujeres encuestadas, considera que el Médico es el profesional que les debe brindar información sobre el Climaterio, mientras que un 19% optó por considerar a la Enfermera como referente de información. Esto determina que la Enfermera en su rol de Educadora en contrapuesta con la disciplina médica, fue menos percibida por las mujeres como profesional referente de información en Climaterio. Sin embargo es fortaleza en la formación profesional en enfermería, la instrucción en la capacidad para realizar actividades en educación para la salud, en contraposición al profesional referente de información según las encuestadas. Por lo cual pretendemos mediante la elaboración de estrategias a futuro favorecer el reconocimiento de la población, de la labor enfermera como profesional capacitado para brindar contenidos educativos en salud. Además se considera oportuno que todos los integrantes del equipo interdisciplinario de salud sean capacitados para brindar información referente al Climaterio a las mujeres en todos los niveles de atención a la salud.

Las mujeres desean recibir información sobre el Climaterio en un 48% en la comodidad de su hogar, mientras que un 44% considera oportuno recibirla en las inmediaciones de su barrio. Esto determina lineamientos para la implementación de actividades que se desarrollen a futuro en estos contextos

de mayor accesibilidad, considerados por las mujeres, como forma de obtener información sobre Climaterio.

Un 52% de las mujeres encuestadas, prefieren obtener la información sobre el Climaterio de forma individual, un 26% en compañía de su pareja, y un 14% en el ámbito familiar y de amigos (8%). En estas instancias consideramos que la información debe ser proporcionada tanto en el ámbito individual (como forma de preservar la intimidad y comodidad de las mujeres), así como también en el colectivo (pareja, familia, amigos), para que los individuos informados también puedan ser referentes de información para otras personas. Reflexionamos que es importante que la mujer se sienta acompañada, escuchada y comprendida en la etapa del Climaterio, minimizando alteraciones que perjudiquen su equilibrio bio-psico-social, mediante acciones orientadas en la modalidad de ofrecer información para que se sientan a gusto.

En cuanto a los medios por los cuales las mujeres desean recibir la información sobre el Climaterio, se brindó la posibilidad de optar por más de una opción. Los medios de comunicación cumplen con el propósito de brindar información debido a su gran alcance y accesibilidad. Los medios de comunicación que obtuvieron mayor porcentaje de respuesta corresponden a medios masivos Radio (64%) y Televisión (60%); las redes sociales (58%) cumplen con el rol contemporáneo de difusión de información. Los medios tradicionales como los folletos/carteles (40%) se caracterizan por ser de gran impacto visual e informativo. Un 30% de las mujeres encuestadas prefiere que la información se le sea proporcionada mediante Charlas Educativas las cuales también se pueden brindar en el contexto de la Consulta de Enfermería (20% de las mujeres encuestadas optaron por este medio recibir la información). Notamos que nuestra población de estudio no reconoce a la consulta de enfermería como medio de recibir información, lo cual no contribuye al desempeño del rol de la enfermera profesional en educación para la salud, siendo este un aspecto a fortalecer. Consideramos la consulta de enfermería como medio de comunicación ya que brinda la posibilidad de generar un intercambio bidireccional y de mayor resolución de evacuación de dudas que se les puedan generar a las mujeres y sean abordadas por el profesional de enfermería.

CONCLUSIONES

Mediante la implementación del cuestionario elaborado, se obtuvieron datos que nos permitieron caracterizar la población de estudio cumpliendo con el objetivo planteado, lo cual se vio reflejado en la captación de mujeres comprendidas en el rango etario previo a la etapa del Climaterio.

Se logró captar mujeres de gran parte del país en Terminal de Ómnibus concurrida lo cual determinó la integración de las diversas opiniones en relación a las necesidades de la población en cuanto a Climaterio.

Se obtuvo que de las mujeres encuestadas ninguna es analfabeta, esto refleja que cuentan con un nivel de instrucción básico que favorecerá a la implementación de estrategias en Educación para la Salud.

Logramos determinar los contenidos educativos que desean saber las mujeres sobre el Climaterio.

Al indagar sobre los contenidos educativos, se detectó un Déficit de conocimiento en las mujeres representado por aproximadamente la mitad de las encuestadas. A su vez, cabe destacar que un gran número de ellas desea obtener más información sobre Climaterio.

Estas mujeres se encuentran en la etapa previa al Climaterio (35 a 39 años de edad) y desconocen que es un proceso por el cual han de transitar como parte del ciclo vital normal, y que forman parte de la misma.

El Climaterio iniciará a partir de los 40 años de edad y se verá acompañado de signos y síntomas (desencadenados por el descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular), que podrán ser percibidos o no por las mujeres, quizás como un proceso patológico y no como determinantes característicos del Síndrome Climatérico. Las encuestadas desconocen si este le provocará cambios físicos y psicológicos en su vida de relación, sexual y de reproducción/concepción.

Se observó que las mujeres no consideran a la Enfermera Profesional como referente en educación para la salud, tampoco reconocen a la Consulta de Enfermería como un ámbito oportuno para obtener información, siendo estos aspectos a fortalecer para obtener el reconocimiento por parte de la población.

Para la realización de nuestra investigación se tomó como referente la Teoría de Dorotea Orem, la misma abarca el Déficit de Autocuidado que se relaciona con el Déficit de conocimiento detectado en las mujeres, determinando que el autocuidado no es innato, sino que debe aprenderse; siendo la Enfermera Profesional quien contribuirá a mejorar el déficit fomentando la participación activa en su autocuidado.

Consideramos la elaboración de nuestro trabajo final de investigación como una experiencia enriquecedora en lo que refiere a la integración como grupo desde el inicio de la carrera. También motivó a identificar el rol como Licenciado en Enfermería potenciando nuestro desempeño en la función de investigador permitiéndonos identificar necesidades reales de la población articulando los conocimientos adquiridos con la aplicación de los mismos.

SUGERENCIAS

Elaborar estrategias de Enfermería que promuevan el autocuidado en relación al Climaterio destinadas a mejorar el déficit de conocimientos.

Crear ámbitos desde la óptica de Enfermería de mayor accesibilidad para la mujer que establezcan lineamientos en Educación para la salud en las inmediaciones del barrio y en la comodidad de su hogar.

Lograr el reconocimiento de la población en cuanto a Enfermería como referente de información en salud en contextos de niveles de atención e integrando la consulta de enfermería como ámbito de intercambio.

Establecer metas relacionadas a la capacitación de todo el personal de salud en cuanto a climaterio.

Implementar actividades de intervención de alcance Nacional.

Integrar a la Familia y la Comunidad en la elaboración de estrategias educativas.

Consideramos oportuno que se tenga en cuenta nuestro estudio de investigación para posteriores trabajos que contribuyan a ampliar los conocimientos en relación a enfermería.

Difundir a través de Medios de comunicación (masivos y tradicionales) información referida a Climaterio.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

OTROS:

- (1) Lauz C, Pérez A, Rodríguez N, Sánchez E, Telleria C. Histerectomía y sexualidad [tesis]. Montevideo: Facultad de Enfermería, UdelaR; 2012.

FUENTES ELECTRÓNICAS

- (2) Instituto Nacional de Estadística [Internet]. Montevideo. Disponible en: <http://www.ine.gub.uy/biblioteca/uruguayencifras2012/cap%C3%ADtulos/Poblaci%C3%B3n.pdf> [consulta: 8 agosto 2014].
- (9) Ministerio de Salud Pública [Internet]. Montevideo. Disponible en: www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586 [consulta: 9 agosto 2014].

LIBROS

- (10) Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. 5^{ta} ed. México D.F: Mc Graw Hill/Interamericana editores; 2010.
- (7) Marriner Tomey A, Raile Alligood M. Modelos y teorías en enfermería. 6^a ed. Barcelona: Elsevier Science; 2007.
- (3) Pérez M, Tejera M, Correa A, Menoni T, Sánchez V. Bases conceptuales para un cambio de modelo de atención de enfermería a la salud de la mujer. Montevideo: Icono Print-fanelcore; Junio 2009.
- (8) Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1^a ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

TEÓRICOS DE FACULTAD DE ENFERMERÍA

- (5) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. "Concepto de Salud-Enfermedad", "Concepto Enfermería y Enfermería Comunitaria". Montevideo: Udelar; 2009
- (4) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. Material brindado en el año 2008.
- (6) Ramos E. "Enfermería comunitaria: Material y Métodos". Brindado por Facultad de Enfermería. Plan de estudios 93. Montevideo: UdelaR; 2008.

ANEXO N° 1

PROTOCOLO DE INVESTIGACION

TÍTULO DEL PROYECTO

ANEXOS

ANEXO N° I

PROTOCOLO DE INVESTIGACION

TITULO DEL PROYECTO

¿Qué contenidos educativos sobre Climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de la Terminal de Ómnibus de Montevideo, en el período comprendido Octubre 2014?

RESUMEN

El presente trabajo de investigación se realizará por cinco estudiantes de la Universidad de la República, Facultad de Enfermería, cursando el cuarto ciclo de la carrera de Licenciatura en Enfermería, pertenecientes al plan '93. El mismo se llevará a cabo con el propósito de obtener el título de grado de la carrera de Licenciatura en Enfermería.

El objetivo de este trabajo pretenderá determinar que contenidos educativos sobre climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, a principios del mes de Octubre de 2014.

Metodológicamente, será un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal en el tiempo. La muestra estará representada por 55 mujeres que serán abordadas en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida, debiendo cumplir con los criterios de inclusión (mujeres de 35 a 39 años de edad, que no presentaran signos y síntomas del climaterio ni amenorrea de ≥ 12 meses). El muestreo será de carácter no probabilístico e intencional. El instrumento metodológico utilizado para la recolección de datos será mediante la implementación de un cuestionario, respaldado por un consentimiento informado previo a la implementación del mismo.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación será realizado por cinco estudiantes de la Universidad de la República, Facultad de Enfermería, cursando el cuarto ciclo de la carrera de Licenciatura en Enfermería, pertenecientes al plan '93. El mismo se llevará a cabo con el propósito de obtener el título de grado de la carrera de Licenciatura en Enfermería. El mismo estará tutorado por la Prof. Adj. Luciana Piccardo y la Asist. Lic. en Enf. Cecilia Callorda de la Cátedra de Materno Infantil en el año 2014.

Se propusieron varios temas, de los cuales el grupo seleccionó para la realización del estudio de investigación la temática Climaterio, con el objetivo de conocer que contenidos educativos sobre climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, ya que esta constituye una etapa del ciclo vital normal de la mujer y por la cual han de atravesar aproximadamente a partir de los 40 años de edad.

Metodológicamente, será un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal en el tiempo. Donde la muestra estará representada por 55 mujeres que cumplieron con los criterios de inclusión (mujeres de 35 a 39 años de edad, que no presentaran signos y síntomas del climaterio ni amenorrea de ≥ 12 meses). El campo en donde se realizará la recolección de datos será en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida, debido a la afluencia de mujeres que por allí transitan, tanto de la ciudad de Montevideo, como de otras ciudades del Interior del País. El instrumento para la recolección de datos será un cuestionario respaldado por un consentimiento informado que permitirá la confidencialidad de los datos brindados y posterior acceso a la implementación del mismo. A principios del mes de Octubre de 2014.

Se pretenderá con este estudio de investigación, contribuir con la disciplina de Enfermería, en la elaboración de estrategias a futuro que intervengan en la promoción del autocuidado de las mujeres para una óptima inserción en esta etapa del ciclo vital normal.

JUSTIFICACION

Previo a la concreción del tema a investigar, se realizó una extensa revisión bibliográfica (libros, TFI anteriores, páginas web, artículos científicos, revistas; siendo las bases bibliográficas: "Ginecología: Fundamentos para la Práctica Clínica"; "Guías en Salud Sexual y Reproductiva" del MSP; "Bases conceptuales para un cambio de modelo de Atención en Enfermería a la Salud de la Mujer" del Departamento de Materno Infantil de la Facultad de Enfermería; "Metodología de la Investigación" de Hernández Sampieri) sobre los lineamientos propuestos por la Cátedra de Materno-Infantil sobre Climaterio y Menopausia.

Se observó que Uruguay carece de investigaciones acerca del tema, así como la información que llega a las mujeres¹; generalmente por falta de difusión masiva de la misma.

Como punto de partida consideramos importante conocer el perfil Socio-Demográfico del País, destacándose según el Censo actualizado el 10/08/2012 del INE, un 51,99% (1. 708. 461mujeres) del total de la población corresponden al sexo femenino².

En lo que refiere a la Pirámide de Edad de la población femenina, destacamos que predominan las mujeres en el rango de 35 a 39 años, representadas por un total de 113. 817, que se encuentran cursando la etapa previa al Climaterio que comienza a partir de los 40 años.

La finalidad de esta investigación pretenderá conocer que contenidos educativos sobre Climaterio desean saber las mujeres de entre 35 a 39 años de edad, ya que ésta constituye una etapa del ciclo vital normal que la mujer debe afrontar, y se hace necesario prepararlas para su inserción a la misma, con la

¹ Trabajo de Investigación Final N° 452 "Histerectomía y Sexualidad"

² (2) Instituto Nacional de Estadística [Internet]. Montevideo. Disponible en: <http://www.ine.gub.uy/biblioteca/uruguayencifras2012/cap%C3%ADtulos/Poblaci%C3%B3n.pdf> [consulta: 8 agosto 2014].

finalidad de evitar alteraciones relacionadas al equilibrio bio-psico-social que perturbe la integridad de la mujer. Conocer esto contribuirá para ampliar los horizontes de la enfermería y fortalecer el Rol de Cuidador de la enfermera en la identificación de problemas y necesidades de esta población, desde una óptica integral de atención a la salud, en conjunto con el equipo interdisciplinario; y en cuanto al rol de Educador en donde la Enfermera Profesional posee herramientas metodológicas para realizar intervenciones educativas incidentales o programadas, que promuevan la salud y bienestar de las mujeres, con un abordaje individual y colectivo, que promueva el autocuidado de las mismas.

Se pretenderá obtenerla información en la zona seleccionada debido a la afluencia de mujeres de todo el País y la mayor accesibilidad de las mismas comprendidas en el rango etario definido para relevar la información.

Con la información obtenida se pretenderá plantear lineamientos en lo que refiere a la elaboración de estrategias a futuro en Prevención-Promoción de la Salud ya que en la población Uruguaya predominan las mujeres (1.708.461 Uruguayas, de las cuales 113.817 representan el rango etario de entre 35 a 39 años de edad) siendo el Climaterio un período de la vida por el cual las mujeres deben transitar y donde el abordaje de un equipo interdisciplinario de Salud, contribuye a comprender la etapa que se está viviendo, así como a ampliar el conocimiento de Enfermería.

Consideramos pertinente para analizar los datos obtenidos utilizar el Modelo de Dorotea Orem que postula la Teoría del Déficit de Autocuidado, compuesta por tres teorías relacionadas, que a lo largo de la etapa del climaterio la mujer podrá experimentar³. En esta etapa se producen signos y síntomas en la mujer, provocados por el descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular, que generan necesidades de autocuidado y déficit del mismo, requiriendo de una intervención de la Enfermera Profesional con el objetivo de que esa capacidad sea compensada en el intento de conservar su equilibrio bio-psico-social.

³ (3) Pérez M, Tejera M, Correa A, Menoni T, Sánchez V. Bases conceptuales para un cambio de modelo de atención de enfermería a la salud de la mujer. Montevideo: Icono Print-fanelcore; Junio 2009.

FUNDAMENTO TEORICO

Consideramos imprescindible para una mejor comprensión del tema de estudio, abordar conceptos básicos que permitan delimitar el tema a investigar.

Cabe destacar que el climaterio no constituye una patología en la mujer si no que forma parte del ciclo vital, por lo cual se encuentra relacionada íntimamente con la salud y el proceso salud-enfermedad de las mujeres, ya que la Salud⁴ ha sido definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un estado de completo de bienestar físico, mental y social, no limitándose tan solo a la ausencia de enfermedad. El estado de salud es un término que incluye todos aquellos elementos que forman parte integral de la persona y excluye los que existen de manera independiente a la misma, aunque puedan interactuar con ella.

Se define el Proceso Salud-Enfermedad⁵, según el Plan de estudios 1993 de la Facultad de Enfermería, UDELAR, como "Un proceso que constituye un producto social que se distribuye en las sociedades según el momento histórico y cultural en que el hombre se encuentra. En este proceso el hombre puede tener distintos grados de independencia de acuerdo a su capacidad reaccional y a la situación salud-enfermedad en que se encuentre. La salud es un derecho inalienable del hombre, que debe estar asegurado por el estado a través de políticas eficaces con la participación de la población y del equipo de salud, promoviendo la autogestión de los grupos".

Para articular el proceso salud-enfermedad por el que transcurre la mujer en la etapa del climaterio, es indispensable brindar una atención integral conformada por un equipo interdisciplinario, destacando la participación de la Enfermera Profesional⁶ "que desempeña su rol como fortalecedora de los aspectos sanos del individuo, así como para recuperarse de la enfermedad y afrontar las consecuencias de esta, promocionando el autocuidado. Desarrollando estrategias que implican

⁴ (4) Plan de Estudios 93, Facultad de Enfermería, Udelar. Material brindado en el año 2008.

⁵ (4) Plan de Estudios 93, Facultad de Enfermería, Udelar. Material brindado en el año 2008.

⁶ (5) Plan de Estudio 93, "Concepto de Salud- Enfermedad", "Concepto Enfermería y Enfermería Comunitaria". Montevideo: Udelar; 2009.

actividades independientes de la profesión como parte de un equipo multidisciplinario sin confundir sus roles, complementando acciones y potenciando los logros del equipo de salud. Es la enfermera, quien cumple una función primordial en la coordinación e integración entre los diferentes profesionales de un equipo y quien identifica las necesidades específicas de los usuarios y los diferentes profesionales para derivar, coordinar e integrar; destacándose las principales funciones de la enfermera profesional: asistencia, docencia, gestión e investigación”.

No obstante, la atención en salud durante el climaterio es crucial y debe ser encarada como un momento propicio para una atención personalizada de calidad y escucha, así como también para realizar actividades de Educación para la Salud⁷ transmitiendo conocimientos relativos a la salud individual o colectiva, cuyo objetivo es que el individuo, familia o comunidad adopten una actitud activa y responsable en todos los procesos (promoción, prevención, recuperación, rehabilitación, reinserción) de su propia salud. Es un proceso activo y planificado que tiende a elevar el nivel de salud. Las actividades educativas son el mejor medio, ya que buscan incitar a las personas a participar en la atención de salud. Es la enfermera quien a través del desempeño de su rol tiene como objetivos:

- a) Brindar información de conocimientos.
- b) Brindar prácticas y destrezas.
- c) Promover una actitud positiva (para esto es imprescindible la motivación)
- d) Promover la auto-responsabilidad individual y comunitaria.

Trasmitiendo la información al individuo y/o comunidad de forma planificada o incidental, ya que la Enfermera Profesional cuenta con la capacidad de brindar educación para la salud en cualquiera de los tres niveles de atención.

Ya que es de fundamental importancia desarrollar la capacidad de la población para que participe en forma activa en el fomento y atención de la salud, para que adquiera la capacidad de controlar, mejorar y tomar decisiones respecto a su salud o enfermedad.

⁷ (6) Ramos E. "Enfermería comunitaria: Material y Métodos". Brindado por Facultad de Enfermería. Plan de estudios 93. Montevideo: Udelar; 2008.

Considerando que se presenta una relación entre el proceso salud-enfermedad, educación para la salud, enfermería y autocuidado en el climaterio, optamos mencionar la Teoría General de Dorothea Orem⁸, ya que la misma menciona que el autocuidado no es innato se debe aprender, por lo tanto requiere que se enseñe, esto constituye una responsabilidad de todo profesional de la salud, uno de ellos el enfermero, donde la educación juega un papel importante en la medida que permite a las personas hacer frente a los problemas de salud.

Este modelo incluye aspectos valiosos para el análisis del rol de la Enfermera Profesional en nuestro trabajo de investigación.

Dicho Modelo postula la Teoría del Déficit del Autocuidado como Teoría general, compuesta por 3 Teorías:

- 1) Teoría del Autocuidado: expresa la práctica de actividades que los individuos realizan por sí y para sí mismos, para mantener la vida, la salud y el bienestar. Por tanto, es necesario dar respuesta a una serie de requisitos de autocuidado que pueden ser: Universales (satisfacen necesidades de agua, aire, alimentos, eliminación/excreción, actividad y reposo, soledad e interacción social, prevención de peligros y promoción del funcionamiento y desarrollo humano). De desarrollo (garantizan el crecimiento y desarrollo normal, desde la concepción hasta la senectud y el enfrentar situaciones que pueden afectarlo). Requisitos ante alteraciones o desvíos en el estado de salud (llevan a la persona a buscar asistencia médica segura, a atender los resultados molestos de una enfermedad, a seguir una terapia medicamentosa, a atender los efectos molestos de la alteración en el estado de salud, a aceptar una nueva imagen corporal y los cuidados necesarios para fortalecer el autoconcepto o a aprender a vivir con la patología).
- 2) Teoría del Déficit del Autocuidado: La Teoría del Autocuidado considera a este como una acción adquirida y aprendida por el individuo dentro

⁸ (7) Marriner Tomey A, Raile Alligood M. Modelos y teorías en enfermería. 6ªed. Barcelona: Elsevier Science; 2007.

de un contexto socio-cultural. Si la demanda es superior a la capacidad de la persona, surge el déficit del autocuidado.

- 3) Teoría del Sistema de Enfermeros: En relación a la Teoría de Sistemas, es el Enfermero Profesional quien articula el cuidado con el déficit del mismo, porque señala la manera como la enfermería contribuirá para superar el déficit y que el individuo recupere el autocuidado. Los sistemas que se proponen son: el sistema totalmente compensatorio, el sistema parcialmente compensatorio y el sistema de apoyo educativo. El profesional de enfermería, al activar alguno de estos sistemas, considera los componentes de poder que la persona, comunidad o grupo posee.

Durante el climaterio la mujer experimenta síntomas y manifestaciones variadas derivadas de este proceso fisiológico, el cual provoca necesidades de autocuidado y algún grado de déficit del mismo que deben ser atendidos o compensados.

La aplicación del Modelo de Orem, permite la identificación de los requisitos específicos de esta etapa, los grupos de operaciones requeridas y la necesidad de autocuidado que contribuye a establecer un punto de partida para la aplicación del Proceso de Atención de Enfermería, con especial énfasis en la capacitación y desarrollo de la capacidad de autocuidado de las propias mujeres y sus familias.

Entendiéndose al climaterio⁹ según su procedencia etimológica del griego "climacter" significa "escalera en descenso" haciendo referencia al descenso de la función ovárica y posterior cese de la función folicular; el climaterio según la OMS, es el "período de transición de un estado reproductivo a uno no reproductivo".

Podemos decir que es una etapa natural en la vida de la mujer, que generalmente duplica en tiempo a la adolescencia o la niñez. Suele anteceder en varios años a la menopausia y la sucede hasta aproximadamente los 60 años de edad. Es el espacio vital que continúa al periodo reproductivo, con múltiples cambios biológicos y psicológicos que algunas mujeres lo pueden evaluar como una disminución de la calidad de vida.

El término menopausia¹⁰ deriva del griego "men" (mes) y "pausis" (cesación), haciendo estricta referencia a la cesación natural de la menstruación en la mujer durante 12 meses consecutivos de ± 50 años de edad. Se trata por tanto de un

⁹ (8)Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

¹⁰ (8)Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

concepto fisiológico y cronológico, y como tal permite delimitar etapas transitorias concretas alrededor de la misma, que constituirán de este modo la perimenopausia, lo cual de nuevo no es exactamente lo mismo que climaterio. Dichas etapas son:

- **Premenopausia:** período reproductivo anterior a la menopausia, durante el cual se producen cambios endocrinológicos muy significativos (OMS). Puede considerarse que dura unos diez años (dos a ocho según otros autores).
- **Perimenopausia:** Es el tiempo anterior a la menopausia, cuando comienzan los eventos endocrinológicos, biológicos y clínicos de aproximación a la menopausia, y el primer año después de la menopausia (OMS). Según otros informes (Figo, 1980), bastan seis meses sin menstruación para poder decir que una mujer está en la menopausia. Luego la menopausia sería una etapa de seis a doce meses de duración y que sigue a la última menstruación. Es por tanto un momento de difícil concreción y bastante confuso desde el punto de vista biológico, biográfico y epidemiológico.
- **Postmenopausia:** dura unos seis a ocho años (uno a seis según Comino, 1990), y que va desde el cese de las menstruaciones hasta el inicio de los procesos de involución que dan paso a la senectud. Puede dividirse en temprana (dos primeros años) y tardía (más de dos años). Este período es por tanto muy relativo y está sujeto a consideraciones sociológicas y demográficas cambiantes.

Profundizando se puede decir que la menopausia es un hecho ineludible lo cual no quiere decir que deba ser necesariamente una crisis dolorosa.

Desde un punto de vista conceptual, menopausia y climaterio no son equivalentes.

Según la definición aceptada por la O.M.S. (1981), la menopausia es la "cesación permanente de la menstruación resultante de la pérdida de la actividad folicular ovárica".

En sentido estricto, según Carr y McDonald (1983), la menopausia se refiere al último episodio de sangrado menstrual, y las mujeres menopáusicas son, en

general, las que se encuentran en una etapa postmenopáusica, es decir que no han experimentado sangrados menstruales durante el último año.

Además cabría considerar otros conceptos, como son el de Menopausia artificial, por contraposición a la natural o espontánea, habitualmente inducida por resecciones quirúrgicas, por radiación o por quimioterapia; y las Menopausias transitorias, inducidas por quimioterapia, o tratamientos con análogos de LH-RH (Taurelle y Tamborín, 1990).

Endocrinología del Climaterio¹¹

En el SNC, más específicamente en el hipotálamo, se secreta la hormona liberadora de gonadotrofinas, péptido que estimula la glándula hipófisis para la secreción de las gonadotrofinas FSH y LH (hormona luteinizante). Las mismas actúan sobre los ovarios y estimulan la secreción de las siguientes hormonas esteroides: estrógenos, progesterona y andrógenos, participando en la regulación del ciclo menstrual.

A continuación se describen cambios endocrinos que ocurren en el ovario durante la transición a la menopausia.

A lo largo de la vida se va produciendo una reducción marcada de los folículos primordiales en los ovarios. El ritmo de atresia puede verse influenciado por factores hormonales, genéticos y tóxicos (radiación, quimioterapia y tabaco).

A lo largo de la última década de la actividad ovárica se observa una franca aceleración en la pérdida de los folículos que coinciden con un aumento selectivo de la FSH ya que se va perdiendo el mecanismo de retroalimentación negativo desde el ovario ejercido por la inhibina. Además los pocos folículos que van quedando presentan disminuida la respuesta a las gonadotrofinas.

El primer evento bioquímico u hormonal que marca el comienzo de la perimenopausia es la disminución de la inhibina β que se evidencia en la primera

¹¹ (8)Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica.1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

fase del ciclo sin que se produzcan cambios significativos en la gonadotropina FSH.

Los niveles de FSH alterados se observan en general cuando aparecen las irregularidades del ciclo como primer evento clínico que marca el comienzo de la transición a la menopausia.

El aumento paulatino de la FSH favorece el crecimiento folicular acelerado generando la fase de hiperestrogenismo en la perimenopausia.

Hormonas hipofisarias:

- a) FSH: en el transcurso de la vida fértil su concentración normal oscila a lo largo del ciclo. Durante la transición a la menopausia va aumentando gradualmente hasta que en el momento de la menopausia trepa entre 10 y 20 veces su valor. Llegando a su nivel máximo en uno a tres años de la FUM.
- b) LH: también aumenta gradualmente y llega a tres veces su valor, aproximadamente 25mUI/ml.

Estrógenos: durante la vida reproductiva de la mujer el estrógeno predominante es el 17β -estradiol y la relación estradiol/estrón es mayor a 1. Sin embargo luego del cese de la función ovárica esta relación se invierte y la fuente más importante de estrógenos proviene de la conversión periférica, a partir de otros precursores hormonales, principalmente tejido adiposo, piel, hígado y cerebro.

Andrógenos: el más importante es la testosterona, pero también hay otros como la androstenediona y la dhdehidroepiandrosterona (hormona de la juventud) todas ellas disminuyen gradualmente a partir de los 40 años.

Síndrome climatérico¹²:

El síndrome climatérico se define como el conjunto de signos y síntomas que ocurren durante el climaterio relacionados con la carencia de estrógenos.

Los síntomas durante el climaterio se dan en diferentes plazos:

¹² (8) Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

Síntomas a corto plazo¹³:

Surgen de manera inmediata a la menopausia o antes de que la menstruación haya desaparecido por completo.

Se producen por un descenso relativo en los valores de estrógenos que la mujer tiene, los más frecuentes son:

- Oleadas de calor.
- Sofocos y sudoraciones.
- Irritabilidad.
- Irregularidades del ciclo menstrual.
- Falta de concentración y pérdida de memoria.
- Desordenes del sueño.
- Síntomas vasomotores: el más precoz y característico es el bochorno, que se caracteriza por oleadas de calor, seguidas de sudación que compromete la cara, el cuello y el tórax, duran escasos minutos y desaparecen espontáneamente. Suelen acompañarse de palpitaciones, con frecuencia muy variable.

Síntomas a mediano plazo¹⁴:

La falta de estrógenos afecta de forma directa a la piel y al aparato genitourinario.

Los síntomas más frecuentes son:

- a) Alteración de piel y faneras (adelgazamiento y pérdida de elasticidad, caída del cabello y fragilidad de las uñas).
- b) Alteración de aparatos genital y urinario (sequedad vaginal, ardor o escozor vaginal, incontinencia urinaria, disuria, poliuria, dispareunia).
- c) Disfunción sexual, disminución de la libido.

Síntomas a largo plazo¹⁵:

- Acentuación de los síntomas vasomotores.
- Acentuación de los síntomas urogenitales.

¹³ (9) Ministerio de Salud Pública [Internet]. Montevideo. Disponible en: www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586 [consulta: 9 agosto 2014].

¹³ www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586

¹⁴ www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586

¹⁵ www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586

- Disminución de la calidad de vida.
- Enfermedades cardiovasculares: Después de la menopausia ocurre un cambio en las concentraciones de lipoproteínas sanguíneas, con aumento del colesterol total, los triglicéridos y la LDL, y se reduce el colesterol HDL, lo que podría explicar el aumento de la morbilidad y mortalidad cardiovascular.
- Predomina la presencia de síntomas óseos. Los síntomas se derivan de la pérdida acentuada de la masa ósea y de la disminución en la fuerza de los huesos se incrementa por tanto, el riesgo de fractura, siendo las más comunes las de cadera, muñeca y columna vertebral.

Otros síntomas frecuentes son:

- Aplastamiento de las vértebras.
- Fragilidad ósea.
- Elevación de la presión arterial.
- Aumento del riesgo cardiovascular.
- Osteoporosis.

DISEÑO METODOLÓGICO

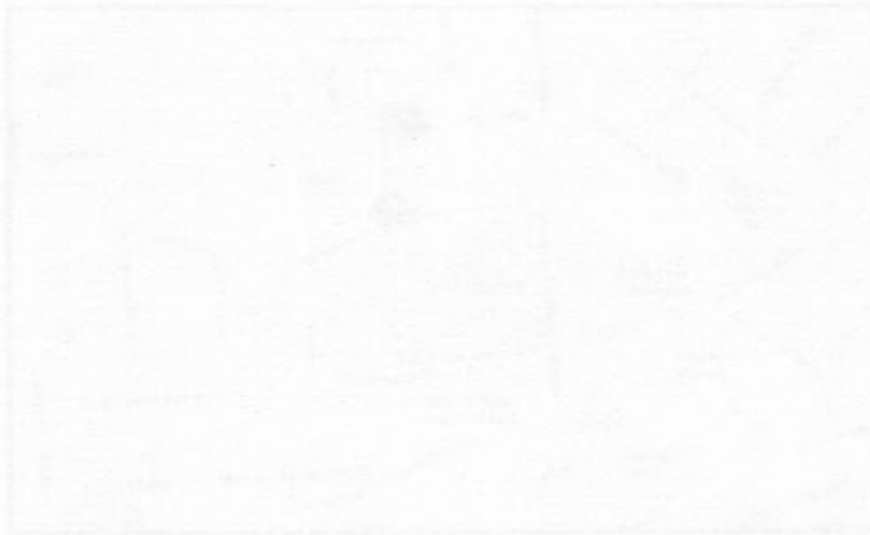
OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Conocer que contenidos educativos sobre Climaterio desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo, a principios del mes de Octubre 2014.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar la Población de Estudio.
- Determinar los contenidos educativos sobre Climaterio que desean saber las mujeres.



UNIVERSO Y MUESTRA

El Universo de estudio estará comprendido por 35 mujeres entre 35 a 39 años de edad, que serán contactadas en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo, cumpliendo con el criterio de inclusión establecido a principios del mes de Octubre de 2014. El tipo de Muestra seleccionada será no probabilística e intencional.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Según criterios las mujeres entre 35 a 39 años de edad ya que se encuentran en la etapa previa al Climaterio que comienza a partir de los 40 años y

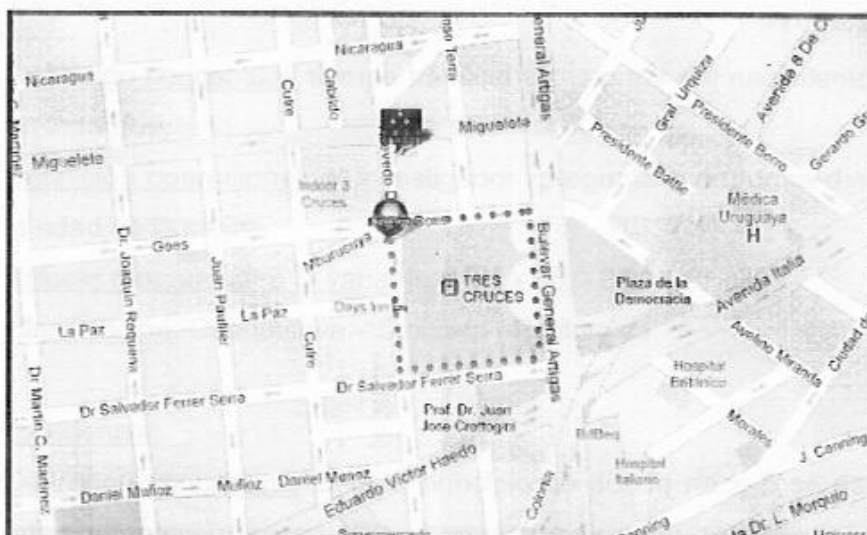
DISEÑO METODOLÓGICO¹⁶

TIPO DE ESTUDIO:

El presente corresponderá a un estudio cuantitativo, descriptivo: y según el periodo y secuencia del estudio, de corte transversal.

ÁREA DE ESTUDIO:

La investigación se llevará a cabo en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo. Delimitado por las calles Bv.Gral.Artigas, Goes, Acevedo Díaz y Dr. Salvador Ferrer Serra.



UNIVERSO Y MUESTRA:

El Universo de estudio estará comprendido por 55 mujeres entre 35 a 39 años de edad, que serán captadas en las inmediaciones de Terminal de ómnibus de Montevideo, cumpliendo con el criterio de inclusión establecido a principios del mes de Octubre de 2014. El tipo de Muestreo seleccionado será no probabilístico e intencional.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

Serán incluidas las mujeres entre 35 a 39 años de edad ya que se encuentran en la etapa previa al Climaterio que comienza a partir de los 40 años; y

¹⁶ Hernández Sampieri Roberto, Fernández Collado Carlos, Baptista Lucio Pilar. Metodología de la Investigación. 5^{ta} Ed. México D.F: Mc Graw Hill/Interamericana editores, S.A. De .C.V; 2010.

que no se encontraran cursando la etapa del climaterio así como los signos y síntomas producidos por el mismo, dentro del periodo de investigación preestablecido; quienes otorgaron consentimiento para participar en el estudio.

UNIDAD DE OBSERVACIÓN:

Las mujeres dentro del rango etario de 35 a 39 años de edad que serán captadas en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida y que cumplan con los criterios de inclusión establecidos para el estudio.

OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES:

1) Edad:

Definición conceptual: tiempo transcurrido a partir del nacimiento de un individuo.

Definición operacional: el investigador preguntara de forma directa la edad de la mujer.

Valores que adquiere la variable: - 35; - 36; - 37; - 38; - 39.

Clasificación: Cuantitativa – Discreta - Politémica.

2) Procedencia:

Definición conceptual: Origen, principio de donde nace o se deriva una persona.

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas (Montevideo-Departamentos del Interior País) en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: Montevideo; - Departamentos Interior del País.

Clasificación: Cualitativa – Nominal – Dicotómica.

3) Nivel de Instrucción:

Definición conceptual: Máximo nivel de escolaridad alcanzado

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable:- Primaria Incompleta; - Primaria

Completa; - Secundaria Incompleta; - Secundaria Completa; -
Estudios Terciaria

Clasificación: Cualitativa – Nominal – Politémica.

4) Ocupación:

Definición conceptual: Actividad diferenciada, condicionada al tipo de estrato social y al grado de división del trabajo alcanzado por una determinada sociedad, caracterizada por un conjunto articulado de funciones, tareas y operaciones, que constituyen las obligaciones atribuidas al trabajador, destinadas a la obtención de productos o prestación de servicios.

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: - Ama de Casa; - Trabajadora;
- Desempleada.

Clasificación: Cualitativa – Nominal - Politémica.

5) Conocimiento previo sobre Climaterio:

Definición conceptual: Información que recibe la mujer en algún momento de su vida, sobre el periodo de transición de un estado reproductivo a uno no reproductivo (climaterio).

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: -Si; -No.

Clasificación: Cualitativa -Nominal - Dicotómica.

6) Interés en recibir información sobre Climaterio:

Definición conceptual: Voluntad expresada por la mujer con el fin de obtener conocimiento, sobre el periodo de transición de un estado reproductivo a uno no reproductivo (climaterio).

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y

completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: -Si; -No.

Clasificación: Cualitativa - Nominal- Dicotómica.

7) Contenidos educativos deseados sobre climaterio:

Definición conceptual: Voluntad expresada por la mujer, con el fin de conocer el tema o asunto del que se habla o escribe (climaterio).

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: a) A quienes afecta; b) A qué edad aparece; c) Desearía saber si es un ciclo normal que forma parte de la vida en la mujer; d) Si le provocará cambios en su cuerpo; e) Si le provocará cansancio físico; f) Si le provocará cambios en su estado de ánimo/humor; g) Si le provocará trastornos en el sueño; h) Si se verá disminuido su deseo sexual; i) Si le provocará sequedad vaginal; j) Si le provocará la imposibilidad de tener hijos; l) Otros.

Clasificación: Cualitativa- Nominal- Politémica, no excluyente.

8) Profesional de la Salud que debería informar sobre Climaterio:

Definición conceptual: Voluntad expresada por la mujer de recibir un conjunto organizado de datos, por medio de una persona que posee formación académica e integre el equipo de salud.

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: - Médicos; - Parteras; - Enfermeras; - Otros.

Clasificación: Cualitativa - nominal- politémica, no excluyente.

9) Ámbito deseado para recibir información sobre Climaterio:

Definición conceptual: Voluntad expresada por la mujer de recibir un conjunto organizado de datos, en un espacio y/o grupo de personas en que se desarrolla un individuo.

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: - En mi casa; - En mi barrio; - En la policlínica; - En el Hospital/Mutualista.

Clasificación: Cualitativa – nominal – politómica, no excluyente.

10) Preferencia de compañía para recibir la información:

Definición conceptual: Voluntad expresada por la mujer de recibir un conjunto organizado de datos, por medio de un individuo o grupo de personas de su interés.

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: - Sola; - Pareja; - Familia; - Amigos.

Clasificación: Cualitativa – Nominal - Politómica.

11) Modo deseado por las mujeres para recibir la información:

Definición conceptual: Voluntad expresada por la mujer de recibir un conjunto organizado de datos, a través de un instrumento o forma de contenido por el cual se realiza el proceso de comunicación.

Definición operacional: El investigador preguntara a la mujer de acuerdo a las opciones preestablecidas en el cuestionario y completara el mismo.

Valores que adquiere la variable: - Radio;- Televisión; - Redes Sociales; - Folletos/Carteles;- Charlas Educativas;- Durante la consulta con la Enfermera.

Clasificación: Cualitativa – Nominal – Politómica, no excluyente.

CONTROLES ÉTICOS

A fin de cumplir con lo establecido en la declaración de Helsinki, se solicitara al personal participante su consentimiento informado. En el mismo será establecido quienes somos, que realizaremos, cuáles son nuestros objetivos, y se resalta que

los datos obtenidos serán utilizados con total confidencialidad.

Dicho consentimiento será aprobado mediante la firma del mismo por las Mujeres, quedando de esta manera dispuestas a formar parte de la investigación.

PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos, se desarrollará un plan detallado, que consistirá en recabar la información proporcionada por las mujeres, en lo que refiere a lo que desean saber sobre climaterio. Las mismas serán encuestadas en las inmediaciones de Terminal de ómnibus concurrida y deberán cumplir con los criterios de inclusión; Para determinar si cumplen con los requisitos de inclusión se preguntará de forma verbal ¿Qué edad tiene?, ¿Ha presentado calores y sofocos?, ¿Presentan una amenorrea \geq 12 meses consecutivos?, con el fin de no incluir a quienes presenten los síntomas más destacados del climaterio.

Para comprobar la validez del instrumento para la recolección de datos, se realizó previamente una prueba piloto. Esta se aplicará a 10 mujeres que cumplan con los criterios anteriormente mencionados. Y en caso que fuera pertinente se realizaran las modificaciones necesarias (comprensión, redacción, duración de aplicación, intereses y aportes) del mismo.

Luego se procederá a la recolección de la información mediante la aplicación del instrumento (ver anexo N° 2), el cual se presentará de forma escrita y el investigador desarrollará las preguntas del cuestionario y se encargará de transcribir la información proporcionada por la mujer. Los datos se recolectaran a principios del mes Octubre de 2014, en el horario de 12:00 a 18:00 hs de lunes a viernes ya que se observó que en esta franja horaria predominaba una mayor afluencia de personas que transitan por la zona.

Para la aplicación del cuestionario y recolección de datos se estimará un tiempo de duración de aproximadamente 10 a 15 minutos, el mismo consta de 11 preguntas cerradas, de las cuales 4 aportaran para la caracterización de la población y las 7 restantes se orientan a valorar los contenidos educativos que desean saber las mujeres. Cabe destacar que si en la pregunta N°6 del cuestionario

se obtiene un "No" por respuesta por parte de la mujer, el mismo quedará finalizado, mientras que si responde afirmativamente se procederá a completar la entrevista.

Previo a la aplicación del mismo se procederá a la presentación formal del investigador (Nombre, Institución a la que pertenece y finalidad de la investigación) encargado de la recolección de datos, y se presentará de forma escrita el consentimiento informado (ver anexo N° 1) el cual será firmado por las mujeres como común acuerdo para la participación en la investigación; el mismo será implementado para la preservación de la identidad de la mujer en cuanto a los datos que aportará, promoviendo la confidencialidad de las mismas.

Luego de recabada la información, se verificará que cada cuestionario se encuentre completo, de lo contrario se anulará el mismo. Los datos obtenidos serán procesados, tabulados y graficados mediante la utilización del programa Microsoft Office Excel el cual facilitará el procesamiento de los mismos.

Temática	Modalidad	Frecuencia	Diagrama de Barras
Percepción de la violencia física	Cuantitativa - Nominal Polinómica	Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Percepción de la violencia psicológica	Cuantitativa - Nominal Polinómica	Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Percepción de la violencia sexual	Cuantitativa - Nominal Polinómica	Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Percepción de la violencia económica	Cuantitativa - Nominal Polinómica	Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Percepción de la violencia política	Cuantitativa - Nominal Polinómica	Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Percepción de la violencia cultural	Cuantitativa - Nominal Polinómica	Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras

PLAN DE ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS:

VARIABLE	CLASIFICACION	MANEJO ESTADISTICO	REPRESENTACION GRAFICA
Edad	Cuantitativa-Discreta	Media-Moda	Diagrama de Barras
Procedencia	Cualitativa-Nominal-Politómica.	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Nivel de Instrucción	Cualitativa-Nominal- Politómica	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Ocupación	Cualitativa-Nominal- Politómica	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama Circular
Conocimiento previo sobre climaterio	Cualitativa-Nominal- Politómica	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama Circular
Interés en recibir información sobre climaterio	Cualitativa-Nominal- Politómica	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama Circular
Contenidos educativos deseados sobre climaterio	Cualitativa-Nominal- Politómica, no excluyente.	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama de Barras
Profesional de la salud que debería informar sobre climaterio	Cualitativa-Nominal- Politómica, no excluyente.	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama Circular
Ámbito deseado para recibir información sobre climaterio	Cualitativa-Nominal- Politómica, no excluyente.	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama en Barras
Preferencia de compañía para recibir información	Cualitativa-Nominal- Politómica	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama en Barras
Medio de comunicación deseado por las mujeres para recibir la información	Cualitativa-Nominal- Politómica, no excluyente.	Frecuencia Relativa % y Frecuencia Absoluta	Diagrama en Barras

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

DIAGRAMA DE GANTT

ACTIVIDADES	MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Revisión bibliográfica			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■																
Selección del tema a investigar													■	■	■													
Autorías												■								■				■	■			
Protocolo del trabajo de investigación														■	■	■	■	■	■									
Prueba piloto del cuestionario																											■	
Aplicación del cuestionario																											■	
Procesamiento y Análisis de los datos obtenidos																											■	
Conclusión y sugerencias																											■	
Impresión de TFI																											■	
Solicitud de Tribunal de Defensa de TFI																											■	
Defensa TFI																											■	

RECURSOS Y COSTOS: (Período Mayo- Noviembre 2014):

Recursos Humanos:

- 5 Estudiantes de la Facultad de Licenciatura en Enfermería.

Recursos Materiales:

➤ **De uso:**

- ✓ Computadoras
- ✓ Impresora

➤ **De consumo:**

- ✓ Transporte: \$2304 por semana; TOTAL= \$11520 mensuales.
- ✓ Hojas A4: \$500.
- ✓ Bolígrafos: \$100.
- ✓ Tarjetas de Celulares: \$1000 (Ahorro de costos mediante el manejo de grupo vía "WhatsApp").
- ✓ Impresiones: \$2200.
- ✓ Cartuchos de impresora: \$500.
- ✓ Encuadernaciones: \$ 600.
- ✓ Alimentación: \$10.600.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

OTROS:

- (1) Lauz C, Pérez A, Rodríguez N, Sánchez E, Telleria C. Histerectomía y sexualidad [tesis]. Montevideo: Facultad de Enfermería, UdelaR; 2012.

FUENTES ELECTRÓNICAS

- (2) Instituto Nacional de Estadística [Internet]. Montevideo. Disponible en: <http://www.ine.gub.uy/biblioteca/uruguayencifras2012/cap%C3%ADtulos/Poblaci%C3%B3n.pdf> [consulta: 8 agosto 2014].
- (9) Ministerio de Salud Pública [Internet]. Montevideo. Disponible en: www2.msp.gub.uy/andocasociado.aspx?5684,21586 [consulta: 9 agosto 2014].

LIBROS

- (10) Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. 5^{ta} ed. México D.F: Mc Graw Hill/Interamericana editores; 2010.
- (7) Marriner Tomey A, Raile Alligood M. Modelos y teorías en enfermería. 6^aed. Barcelona: Elsevier Science; 2007.
- (3) Pérez M, Tejera M, Correa A, Menoni T, Sánchez V. Bases conceptuales para un cambio de modelo de atención de enfermería a la salud de la mujer. Montevideo: Icono Print-fanelcore; Junio 2009.
- (8) Testa R. Ginecología: Fundamentos para la práctica clínica. 1^a ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.

TEÓRICOS DE FACULTAD DE ENFERMERÍA

- (5) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. "Concepto de Salud-Enfermedad", "Concepto Enfermería y Enfermería Comunitaria". Montevideo: Udelar; 2009
- (4) Plan de estudios 93. Facultad de Enfermería. Material brindado en el año 2008.

- (6) Ramos E. "Enfermería comunitaria: Material y Métodos". Brindado por Facultad de Enfermería. Plan de estudios 93. Montevideo: UdelaR;2008.

TERMINOS DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por este consentimiento demuestro que fui informado debidamente sobre el objeto de la investigación acerca de los CONTENIDOS EDUCATIVOS QUE DESEAN SABER LAS MUJERES ENTRE 25 A 35 AÑOS DE EDAD SOBRE CLIMATERIO, con la finalidad de acceder a conocer los horizontes de la Enfermería.

En recibiendo información detallada acerca de la justificación de la investigación y de los instrumentos para la recolección de datos, se otorga un cuestionario que consta de 11 preguntas de múltiple opción, el cual se presentará de forma escrita en donde el sujeto que responde proporciona la información y el investigador la transcribe.

Entre informante sobre los siguientes aspectos:

- Podrá retirar su consentimiento en cualquier momento, y no participará del trabajo en que implique ningún perjuicio.
- No será identificada y la información relacionada con su vida privada se mantendrá confidencial.
- Se mantendrá estricta la confidencialidad de los datos recolectados y después del final de la investigación.
- Podrá acceder a la información en cualquier fase del trabajo y a los resultados, aunque esto pueda afectar mi voluntad de seguir participando.

Nombre y firma del participante:

Lugar y Fecha:

Investigador/Responsable:

ANEXO N° II

TÉRMINOS DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por este consentimiento, declaro que fui informada, claramente sobre el objetivo de la investigación acerca de los **CONTENIDOS EDUCATIVOS QUE DESEAN SABER LAS MUJERES ENTRE 35 A 39 AÑOS DE EDAD SOBRE CLIMATERIO**; con la finalidad de contribuir a ampliar los horizontes de la Enfermería.

He recibido información detallada acerca de la justificación de la investigación y de los instrumentos para la recolección de datos, es decir, un cuestionario que consta de 11 preguntas de múltiple opción, el cual se presentará de forma escrita en donde el sujeto que responde proporciona la información y el investigador la transcribe.

Estoy informada sobre los siguientes aspectos:

- Podré retirar mi consentimiento en cualquier momento, y no participar del trabajo sin que implique ningún perjuicio.
- No seré identificada y la información relacionada con mi vida privada se mantendrá confidencial.
- Se mantendrán todos los preceptos de la ética-legal durante y después del final de la investigación.
- Podré acceder a la información en todas las fases del trabajo y a los resultados, aunque esto pueda afectar mi voluntad de seguir participando.

Nombre y firma del participante:

Lugar y Fecha: _____

Investigador Responsable:



ANEXO N° III

Contenidos educativos sobre climaterio que las mujeres desean saber.

Estudio descriptivo realizado en Montevideo, 2014.

INSTRUMENTO DE RECOPIACION DE DATOS

CUESTIONARIO

N° de formulario:

1) EDAD:

2) PROCEDENCIA:

a) Montevideo.

b) Interior del País. Departamento:.....

3) NIVEL DE INSTRUCCIÓN:

a) Primaria Incompleta.

b) Primaria Completa.

c) Secundaria Incompleta.

d) Secundaria Completa.

e) Estudios Terciarios.

4) OCUPACION:

a) Ama de Casa.

b) Trabajadora.

c) Desempleada.

5) ¿Ha escuchado hablar sobre el Climaterio?

a) Si.

b) No.

6) ¿Desearía saber que es el Climaterio?

a) Si.

b) No.

7) ¿Que desea saber sobre el climaterio?

a) A quienes afecta

b) A qué edad aparece.

c) Desearía saber si es un ciclo normal que forma parte de la vida en la mujer.

d) Si le provocará cambios en su cuerpo.

e) Si le provocará cansancio físico.

f) Si le provocará cambios en su estado de ánimo/humor

g) Si le provocará trastornos en el sueño

h) Si se verá disminuido su deseo sexual

i) Si le provocará sequedad vaginal

j) Si le provocará la imposibilidad de tener hijo.

k) Otros:.....

8) En el ámbito de la salud: ¿Quién cree que le debe informar acerca del Climaterio?

a) Médicos.

b) Parteras.

c) Enfermeras.

d) Otros:.....

9) Si desea informarse sobre el Climaterio, ¿En qué ámbito le gustaría recibirla información?

a) En mi casa.

b) En mi barrio.

c) En la Policlínica.

d) En el Hospital/Mutualista.

10) En caso de recibir la información: ¿con quién desearía recibirla?

- a) Sola
- b) Pareja
- c) Familia
- d) Amigos

11) ¿A través de qué medio de comunicación le gustaría saber sobre el Climaterio?:

- a) Radio.
- b) Televisión.
- c) Redes Sociales facebook, twitter, Gmail, Hotmail, entre otros).
- d) Folletos/Carteles.
- e) Charlas educativas
- f) Durante la consulta con la Enfermera



UNIVERSIDAD DE LA REPUBLICA
FACULTAD DE ENFERMERIA
CATEDRA DE MATERNO-INFANTIL



ANEXO N°4

Carta de solicitud a tribunal

Montevideo, 3 de Noviembre de 2014

Departamento de Educación
Lic. Enf. Prof. Adj. Luciana Piccardo

Por intermedio de la presente, nos dirigimos a Uds. para solicitar conformación de Tribunal de Defensa para Trabajo Final de Investigación.

El mismo fue desarrollado en la Cátedra de Salud de Materno-Infantil, siendo tutora Lic. Enf. Prof. Adj. Luciana Piccardo.

El título del estudio es "Contenidos Educativos sobre Climaterio que desean saber las mujeres entre 35 a 39 años de edad, que se encuentran en las inmediaciones de Terminal de Ómnibus de Montevideo".

Queremos dejar expresa nuestra renuncia a los 10 días hábiles con los que se cuenta por reglamento para fijar fecha de defensa.

Sin otro particular le saludan cordialmente.

Chagas, Marcelo

Cl: _____

Gutierrez, Ana Paula

Cl: _____

Pintos, Yanine

Cl: _____

Rivero, Nadia

Cl. _____

Sayanes, María Pia

Cl: _____