

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



TESIS

**VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA ASOCIADA A
LA INTENSIDAD DEL SÍNDROME CLIMATÉRICO EN MUJERES
DE LA COMUNIDAD MOLLEPAMPA ALTA. CAJAMARCA, 2022.**

**PARA OPTAR POR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
OBSTETRA**

PRESENTADO POR LA BACHILLER:

Edris Evelyn Gonzales Chavez

ASESORA:

Obsta. Mg. Amanda E. Rodríguez Sánchez

Cajamarca – Perú

2023

Copyright © 2023 by
Edris Evelyn Gonzales Chavez
Derechos Reservados

Nada de lo que hay en nuestra vida debe ser temido; sólo debe ser comprendido
(Marie Curie)

Se dedica a:

Dios por brindarme salud y la oportunidad de tener al lado personas que han compartido conmigo su apoyo incondicional en mi formación profesional.

Mi madre, base fundamental de mi familia, imagen de valor, fortaleza y disciplina. Mi padre, por su tolerancia, amor y empatía, y mis hermanos por contribuir en mi estabilidad emocional.

Edris

Se agradece a:

Mi asesora, la Obstetra Amanda Rodríguez, por su gran apoyo en la realización de mi investigación.

Los profesionales del Centro de Salud La Tulpuna, por brindarme las facilidades para el desarrollo de la presente investigación.

Docentes de la Escuela Académico Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de Cajamarca, por la educación óptima que recibí durante mi formación profesional.

Edris

ÍNDICE DE CONTENIDOS

| | Pág. |
|--|-------------|
| DEDICATORIA | iii |
| AGRADECIMIENTO | iv |
| ÍNDICE DE CONTENIDOS | v |
| ÍNDICE DE TABLAS | vii |
| GLOSARIO DE ABREVIATURAS | viii |
| RESUMEN | ix |
| ABSTRACT | x |
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPÍTULO I | 2 |
| 1.1 Definición y delimitación del problema | 2 |
| 1.2 Formulación del problema | 3 |
| 1.3 Objetivos | 3 |
| 1.3.1 Objetivo general | 3 |
| 1.3.2 Objetivos específicos | 4 |
| 1.4 Justificación de la investigación | 4 |
| CAPÍTULO II | 6 |
| 2.1. Antecedentes | 6 |
| 2.1.1 Antecedentes Internacionales | 6 |
| 2.1.2 Antecedentes Nacionales | 7 |
| 2.1.3 Antecedentes Locales | 8 |
| 2.2 Bases teóricas | 9 |
| 2.2.1 Estado nutricional | 9 |
| 2.2.1.3 Estilos de vida | 11 |
| 2.2.2 Climaterio | 11 |
| 2.2.3 Síndrome metabólico en el climaterio | 13 |
| 2.2.4 Metabolismo de la glucosa en la posmenopausia. | 13 |
| 2.2.5 Distribución de grasa corporal en el climaterio | 13 |
| 2.2.6 Síndrome Climatérico | 14 |
| 2.2.7 Factores de riesgo para síntomas climatéricos | 14 |
| 2.2.8 Mediciones para la intensidad del Síndrome Climatérico | 15 |
| 2.3 Hipótesis | 16 |
| 2.4 Variables | 16 |

| | |
|--|----|
| CAPÍTULO III | 18 |
| 3.1 Tipo y Diseño de estudio | 18 |
| 3.2 Área de estudio | 18 |
| 3.3 Población | 19 |
| 3.4 Muestra | 19 |
| 3.6 Criterios de inclusión y exclusión | 20 |
| 3.7 Consideraciones éticas | 20 |
| 3.10 Validez y confiabilidad | 26 |
| 3.11 Procesamiento y análisis de datos | 27 |
| 3.11.1 Procesamiento | 27 |
| 3.11.2 Análisis de datos | 27 |
| 3.12 Control de calidad de datos | 27 |
| CAPÍTULO IV ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS | 28 |
| CONCLUSIONES | 39 |
| RECOMENDACIONES | 40 |
| REFERENCIAS BIBIOGRÁFICAS | 41 |
| ANEXOS | 45 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | Pág. |
|---|------|
| Tabla 1. Características sociales de mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 28 |
| Tabla 2. Características gineco-obstétricas de mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 31 |
| Tabla 3. Estilos de vida de mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 32 |
| Tabla 4. Valorización nutricional antropométrica (Índice de Masa Corporal y perímetro abdominal) en mujeres en etapa de climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 34 |
| Tabla 5. Intensidad del Síndrome Climatérico según dimensiones de las mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 35 |
| Tabla 6. Asociación entre el Índice de Masa Corporal y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 36 |
| Tabla 7. Asociación entre el Perímetro Abdominal y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. | 37 |

GLOSARIO DE ABREVIATURAS

| | |
|----------------|---|
| OMS | : Organización Mundial de la Salud. |
| MINSA | : Ministerio de Salud. |
| FLASOG | : Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología. |
| E2 | : Estradiol |
| FAO | : Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura |
| IMC | : índice de Masa Corporal. |
| PAB | : Perímetro abdominal. |
| OPS | : Organización Panamericana de salud. |
| FSH | : Hormona Folículo Estimulante. |
| FIGO | : Federación Internacional de Ginecología y Obstetricia. |
| REDLINC | : Red Latinoamericana de Investigación en Climaterio. |
| STRAW | : Grupo de Trabajo de los Estadios del Envejecimiento Reproductivo. |
| RIS | : Red Integrada de Salud. |
| IPRESS | : Institución Prestadora de Servicios de Salud. |
| ENDES | : Encuesta Demográfica y de Salud Familiar. |
| ENT | : Enfermedades no Transmisibles |

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la asociación entre valoración nutricional antropométrica e intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta – Cajamarca. **Metodología:** cuantitativa descriptiva, correlacional, transversal y no experimental. La muestra estuvo conformada por 191 mujeres de 40 a 59 años, que cumplieron con los criterios de inclusión. Se utilizó un instrumento para determinar la valoración nutricional y el cuestionario de Escala cubana (Pérez J – 2004) para la intensidad del Síndrome Climatérico. **Resultados:** respecto a las características sociales sobresalieron la edad entre 40 a 49 años (61,8%), convivientes (33%), secundaria (35,6%), amas de casa (72,3%); en las características gineco – obstétricas, destacaron la multiparidad (89,5%), y etapa posmenopáusica (63,4%); en estilos de vida, la actividad física (74,9%), no consumo de comida ultra procesada (49,7%), consumo de frutas y verduras 2 veces al día (48,7%), carnes 1 a 3 veces por semana (68.1%) y lácteos 4 a 5 veces por semana (52,9%). En la valoración nutricional antropométrica, predominó el IMC de 25 a < 30 (42,4%) y perímetro abdominal \geq 88 cm (61,3%). Referente al Síndrome Climatérico: se encontró una intensidad muy molesta (39,6%), siendo los síntomas psicológicos los más alterados (72,3%). Entre el índice de Masa Corporal y la intensidad del Síndrome Climatérico se encontró asociación altamente significativa (0,000), de igual forma sucedió con el perímetro abdominal y la intensidad del Síndrome Climatérico (0,000). **Conclusión:** se encontró asociación altamente significativa entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico en las mujeres de Mollepampa Alta – Cajamarca ($p = 0.000$).

Palabras claves: Valoración Nutricional Antropométrica, Síndrome Climatérico, climaterio.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the association between anthropometric nutritional assessment and intensity of the Climacteric Syndrome in women from the Mollepampa Alta – Cajamarca community. **Methodology:** quantitative, descriptive, correlational, cross-sectional and non-experimental. The sample consisted of 191 women between the ages of 40 and 59, who met the inclusion criteria. An instrument was used to determine the nutritional assessment and the Cuban Scale questionnaire (Pérez J-2004) for the intensity of the Climacteric Syndrome. **Results:** regarding the social characteristics, the age between 40 to 49 years (61,8%), cohabitants (33%), secondary (35,6%), housewives (72,3%) stood out; in the gynecological – obstetric characteristics, multiparity (89,5%), and postmenopausal stage (63,4%) stood out; in lifestyles, physical activity (74,9%), no consumption of ultra – processed food (49,7%), consumption of fruits and vegetables 2 times a day (48,7%), meat 1 to 3 times per week (68,1%) and dairy 4 to 5 times a week (52,9%). In the anthropometric nutritional assessment, the BMI of 25 to < 30 (42,4%) and waist circumference \geq 88 cm (61,3%) predominated. Referring to the Climacteric Syndrome: A very annoying intensity was found (39,6%), with psychological symptoms being the most altered (72,3%). Between the Body Mass Index and the intensity of the Climacteric Syndrome, highly significant association was found (0,000), in the same way between the Abdominal Perimeter and the intensity of the Climacteric Syndrome (0,000). **Conclusion:** a highly significant association was found between the anthropometric nutritional assessment and the intensity of the Climacteric Syndrome in the women of Mollepampa Alta – Cajamarca ($p=0,000$).

Key words: Anthropometric Nutritional Assessment, Climacteric Syndrome, climacteric.

INTRODUCCIÓN

Una etapa en la vida de la mujer que requiere una preocupación especial en su salud es el climaterio, razón por la que en los últimos años ha aumentado el interés en el estudio del Síndrome Climatérico y en la detección oportuna de diversos padecimientos que puedan deteriorar su calidad de vida, debido a que en este período hay una tendencia a la ganancia de peso, ya que la deficiencia estrogénica acentúa la disfunción metabólica que predispone a la obesidad, actualmente considerada como un problema de salud (1). Agregado a esto, ha habido cambios en el régimen alimentario a nivel mundial, reportándose que las personas consumen altas cantidades de alimentos industriales o ultra procesados y realizan una deficiente actividad física, agravando así su estado nutricional (2).

A nivel nacional, Cajamarca es uno de los departamentos que más investigaciones reporta respecto a la intensidad del Síndrome Climatérico, uno de ellos en el año 2021, reportó que el 63,2% de mujeres presentaban signos y síntomas climatéricos entre moderados y muy molestos (3). Por otro lado, no se encontró investigaciones relacionadas a la valoración nutricional antropométrica de mujeres en esta etapa de vida, es por ello que, la presente investigación es de gran importancia, al proporcionar un diagnóstico de la población en la comunidad de Mollepampa Alta – Cajamarca, encontrándose un porcentaje mayoritario al sobrepeso y perímetro abdominal elevado; asociándose con sintomatología muy molesta en mujeres en etapa del climaterio, siendo la dimensión psicológica la más alterada y con intensidad muy molesta.

La organización de esta investigación consta de cinco capítulos:

CAPÍTULO I: planteamiento, formulación del problema, objetivos y justificación de la investigación.

CAPÍTULO II: antecedentes, bases teóricas, hipótesis, variables y operacionalización de estas.

CAPÍTULO III: diseño y tipo de estudio, área de estudio, población, muestra, unidad de análisis, criterios de inclusión y exclusión, técnicas e instrumentos de recolección de datos, control de calidad de datos, procesamiento y análisis.

CAPÍTULO IV: resultados obtenidos en la investigación, junto al análisis y discusión de cada tabla presentada.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Definición y delimitación del problema

El climaterio es un periodo de vida de la mujer, en el cual, se presentan procesos de adaptación y transición desde la etapa reproductiva a la no reproductiva, trayendo consigo una serie de cambios fisiológicos como: síntomas vasomotores, psíquicos, urogenitales, clínicos entre otros (4). Existen estudios internacionales donde se reportó alto porcentaje de síntomas climatéricos entre moderados y severos en la población femenina, cuyos porcentajes en el año 2020 fueron: Chile 81%, Uruguay 67%, Cuba 44% y México 42,6% (5,6).

Perú, al igual que los demás países latinoamericanos, no es ajeno a esta problemática de salud; un estudio realizado en el año 2018 en el departamento de San Martín, encontró que el 42,2% de mujeres padecían de intensidad moderada del Síndrome Climatérico, donde la sintomatología más frecuente fue la dificultad para conciliar el sueño con 65,9% y problemas urinarios con 55,1% (7). Mientras que, en el departamento de Arequipa en 2020, la sintomatología psicológica fue la más alterada con 41,6% y 62,9% tenían una intensidad entre moderada y muy molesta de síntomas climatéricos (8).

Las causas que determinan la intensidad del Síndrome Climatérico son múltiples, entre ellas, uno de los factores de riesgo más importante según la Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología (FLASOG), es la alimentación excesiva en calorías y grasas saturadas (1), facilitando un incremento en los indicadores nutricionales antropométricos como el Índice de Masa Corporal (IMC) y Perímetro Abdominal (PAB). En América Latina, en mujeres la obesidad ha avanzado con mayor rapidez en los últimos 34 años; desde 1985 hasta 2019, donde el mayor porcentaje de mujeres obesas se localizó en República Dominicana y México, con 35,4

y 34%, respectivamente. Así mismo, en Perú se reportó 23,4% de obesidad en el grupo de 50 a 59 años de edad (9,10).

El mayor IMC se asocia con menores concentraciones de estradiol (E2) en el plasma sanguíneo, el cual, se relaciona con cambios fisiológicos y aumento de grasa abdominal. Es por ello, que la presencia de obesidad y sobrepeso son factores de mayor influencia sobre la evolución desfavorable del Síndrome Climatérico (1). Es así que, una investigación en Cuba en 2017, reportó la influencia del agravamiento del síndrome con el IMC elevado de 48,2% y aumento del PAB con 51,4% (11). Algo similar ocurrió en Perú, en la ciudad de Arequipa en 2020, donde se identificó que el IMC se relacionaba con la severidad de síntomas climatéricos (8).

En Cajamarca (2019), a nivel de región, se evidenció la prevalencia de obesidad en mujeres con 12,9% y 34,4% de obesidad abdominal (10). Y en 2020 se encontró que el 31,9% de la población femenina presentó una intensidad moderada de síntomas climatéricos, siendo la dimensión psicológica con 37,2% la más alterada (12). Aun cuando, en otros lugares existen reportes que la intensidad del Síndrome Climatérico se ve afectada por el estado nutricional en que se encuentre la mujer durante esta etapa, en Cajamarca no se ha encontrado alguna investigación que permita conocer la asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico, de allí la importancia del presente estudio realizado en la comunidad de Mollepampa Alta - Cajamarca durante el año 2022.

1.2 Formulación del problema

¿Existe asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar las características sociales, gineco-obstétricas y estilos de vida de las mujeres en etapa de climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022.
- Determinar la valoración nutricional antropométrica según Índice de Masa Corporal y Perímetro Abdominal en mujeres en etapa del climaterio.
- Identificar la intensidad del Síndrome Climatérico según dimensiones en las mujeres de la comunidad Mollepampa Alta.

1.4 Justificación de la investigación

El estado nutricional patológico ya sea por déficit o exceso de peso trae consigo una serie de problemas que afecta la salud de la persona, aún más a mujeres que están atravesando el periodo de climaterio, etapa donde se manifiesta una serie de síntomas, producto del cese de la función ovárica, que no sólo afecta a nivel psicológico, sino también de forma importante a nivel físico; reportándose una mayor frecuencia de síntomas climatéricos en mujeres con obesidad, es por ello que la Organización Panamericana de Salud (OPS) impulsa políticas y proyectos para incidir desde la salud pública promoviendo la alimentación saludable, actividad física y prevención de obesidad (13).

A pesar de la importancia del estado nutricional en el que se encuentra la población climatérica y la existencia de muchos estudios a nivel internacional; se encontró que, a nivel nacional los reportes son muy escasos y a nivel de región son nulos. Por ello, se consideró oportuna la elaboración de esta investigación, para conocer cómo influye la valoración nutricional antropométrica en la intensidad del Síndrome Climatérico; ya que, en esta edad es donde el IMC y PAB tienden a incrementar debido a factores fisiológicos que experimenta la mujer durante esta etapa de vida, ocasionando no sólo la evolución desfavorable en la intensidad del síndrome, sino también, riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) como hipertensión o diabetes, afecciones que actualmente pueden ser prevenibles o controladas de mejor forma si se detectan tempranamente (14,1).

Esta investigación aporta información sobre cómo se encontró el estado nutricional y el Síndrome Climatérico de la población femenina de 40 a 59 años, en la comunidad de Mollepampa Alta - Cajamarca, para que profesionales, docentes y estudiantes de Ciencias de la Salud, tengan datos de referencia y actualizados. Además, se espera que los resultados de esta investigación puedan ayudar para el desarrollo de futuras investigaciones relacionadas al tema; y así, sirvan para implementar nuevas estrategias/programas de salud dirigidas a este grupo etario, para ayudar a disminuir la intensidad de los síntomas climatéricos y por consiguiente mejorar los estilos de vida de la mujer durante esta etapa.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Fonseca et al. (Brasil, 2018), su estudio tuvo como objetivo identificar la relación entre IMC y factores sociodemográficos de mujeres climatéricas. Fue un estudio epidemiológico transversal, analítico, conformado por una muestra de 874 mujeres climatéricas seleccionadas por muestreo aleatorio simple. Los datos sociodemográficos fueron recogidos mediante cuestionarios estandarizados además de realizar la evaluación antropométrica. El análisis bi – variante se realizó mediante la prueba de chi – cuadrado, donde los resultados mostraron que el 43,9% fueron postmenopáusicas, 68,4% realizaban actividad física, pese a ello, reportó una alta prevalencia de la obesidad con 36%, sobrepeso 38,1% y el 84,7% de valores alterados en el perímetro abdominal (15).

Alcívar G. (Ecuador, 2018), su investigación tuvo como objetivo describir la intensidad del Síndrome Climatérico en las mujeres de 40 a 59 años en consultorios del centro de salud urbano Playas de Ecuador. Su metodología fue descriptiva, observacional, de corte transversal, prospectivo, con una muestra de 147 mujeres, donde se aplicó el cuestionario de la escala cubana. Sus resultados mostraron un predominio en las edades de 55 a 59 años, 43,5% de casadas, 65,3% amas de casa, en cuanto a la intensidad del Síndrome Climatérico, correspondió a la categoría muy molestos con 77,05%, siendo la dimensión de síntomas psicológicos de mayor intensidad con 90,5%, además, se reportó que la obesidad con 39% fue la afección que más se detectó en la población climatérica (16).

Lugones et al. (Cuba, 2017), en la investigación se planteó como objetivo determinar los factores de riesgo en la presencia de la intensidad y evolución del Síndrome

Climatérico, en mujeres de 40 a 59 años en la Habana. Fue un estudio prospectivo. Dando como resultado que los factores para la influencia de la evolución desfavorable del Síndrome Climatérico era el aumento del PAB con 51,4% y el IMC elevado con 48,2% (11).

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Mamani K. (Arequipa, 2020), su investigación tuvo como objetivo: determinar los factores biológicos y socioeconómicos relacionados a la severidad del Síndrome Climatérico en mujeres de 40 a 59 años. Fue un estudio cuantitativo, correlacional de corte transversal. Sus resultados mostraron que el 60,7% a mujeres entre 40 a 49 años, 47,2% amas de casa, 51,7% tuvieron de 3 a más hijos, el 82% realizaba actividad física, sin embargo, el 37,1% presenta un Síndrome Climatérico moderado, seguido por el 25,8% con Síndrome Climatérico intenso, donde el síntoma más alterado fue el psicológico con 41,6%, en cuanto a los factores biológicos; encontró 46,1% de sobrepeso y 30,3% con obesidad, por otra parte, en cuanto a factores socioeconómicos, la variable de mayor influencia fue la ocupación, encontrándose 47,2% a amas de casa. Según la prueba de Chi cuadrado, el IMC y la ocupación presentan relación estadística significativa ($P=0.05$) con la severidad del Síndrome Climatérico. Por lo que la investigadora recomienda dar a conocer a las pacientes que el IMC normal disminuye la severidad del Síndrome Climatérico (8).

Navarro J. (Lima, 2020), la investigadora tuvo como objetivo evaluar los trastornos y las anomalías relacionadas con el Síndrome Climatérico. Una de las características metodológicas que utilizó fue analítica mediante casos (240) y controles (240). Donde los resultados fueron de 47% y 42% con sobrepeso, 21% y 17% con obesidad, y 61% y 57% con PAB > 85 cm (riesgo alto), tanto para los casos y controles, respectivamente. Concluyendo así que, más de la mitad de pacientes de ambos grupos de estudio, presentaron un alto riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares y casi la mitad de pacientes tenían sobrepeso. Por esto la investigadora recomendó que, cada médico que brinda atención ambulatoria en la unidad de climaterio coordine con el servicio de nutrición para una evaluación antropométrica y asesoría individualizada (17).

Acosta B y Pinchi G. (San Martín, 2018), su estudio se llevó a cabo en el Hospital II – 2 de Tarapoto, el cual tuvo como objetivo determinar la asociación entre el Síndrome Climatérico y el Funcionamiento Familiar en mujeres. La Muestra estuvo constituida por 370 mujeres entre 45 a 64 años; donde se encontró que el 89,9% de las mujeres

climatéricas oscilan entre 56 – 64 años, el 47,6% son convivientes, el 60,3% tuvieron un grado de instrucción secundaria y el 74,9% amas de casa, el 42,2% presentaron una intensidad moderada. Los autores recomiendan implementar en todo establecimiento de salud el Programas de Psicoprofilaxis en el Climaterio con personal especializado, a fin de informar, educar y concientizar a las mujeres previos a esa etapa la preparación física, biológica y psicológica, para disminuir la sintomatología climatérica (7).

2.1.3 Antecedentes Locales

Prado G. (Cajamarca, 2023), su objetivo fue determinar la relación entre el funcionamiento familiar e intensidad del síndrome climatérico de mujeres en La Tulpuna. Fue de tipo no experimental, de corte transversal y tipo correlacional; conformada por 194 mujeres en etapa de climaterio. Sus resultados fueron: predominio de mujeres entre 40 y 49 años con 69,6%, convivientes 73,7%, instrucción secundaria 44,8%, amas de casa 59,3%, antecedente de última menstruación hace menos de 1 año con 63,4%, más de 3 hijos con 43,8%; referente a la Intensidad del síndrome climatérico, predominó la intensidad moderada con 36,6%, donde la dimensión más alterada fueron los síntomas genitourinarios con 42,3% (18).

Carrasco J. (Cajamarca, 2021), su estudio se realizó en el Mercado San Antonio de Cajamarca para determinar el Síndrome Climatérico en mujeres comerciantes. Su estudio fue no experimental; de tipo descriptivo, correlacional y transversal; con una muestra de 125 mujeres, su instrumento para recolección de datos fue la Escala Cubana (Alfa de Cronbach = 0,949). Sus resultados fueron que el 54,4% de mujeres tenían de 40 a 49 años, 60% con grado de instrucción secundaria, en cuanto al síndrome climatérico el 37,6% presentó sintomatología muy molesta. Llegando a recomendar al personal de salud (obstetras, ginecólogos, psicólogos), hacer un trabajo en conjunto para identificar tempranamente síntomas de mujeres en etapa de climaterio con el fin de actuar oportunamente (3).

Campos V. (Cajamarca, 2020), su investigación tuvo como objetivo determinar el Síndrome Climatérico en el centro poblado de Shaullo Chico. Fue un estudio de tipo descriptivo correlacional, diseñado como no experimental de corte transversal, con una muestra de 94 mujeres, sus resultados mostraron que el 57,5% tuvieron educación primaria, 56,4% aún menstruaban, el 31,9% padecía de una sintomatología moderada y las dimensiones más reportadas fueron la psicológica con 37,2% y genitourinarios con 31,9%. Es por esto que una de las recomendaciones que dio la investigadora fue a los

alumnos de pregrado para realizar más investigaciones que aborden estos temas, a fin de obtener más resultados e información, favoreciendo a la creación de programas educativos para mujeres en etapa del climaterio (12).

Chicama F. (Cajamarca, 2018), realizó una investigación en el Hospital de Apoyo “Nuestra Señora del Rosario” en la ciudad Cajabamba. Se planteó como objetivo determinar la intensidad del Síndrome Climatérico. El estudio fue observacional, analítico correlacional, prospectivo y transversal. Utilizó como instrumento a “La Escala Cubana”, cuestionario sobre sintomatología del climaterio. Los resultados mostraron que el 55,4% fueron convivientes, en cuanto a la ocupación el 87,1% fueron ama de casa, 46,8% con educación primaria, 38,9% con una menstruación irregular, 91,4% fueron múltiparas, mientras que la intensidad del Síndrome Climatérico se encontró que el 35,3% presenta intensidad moderada, siendo los síntomas genitourinarios con 73,3% los más padecidos. La autora recomendó la utilización de un ambiente para brindar información sobre los diversos temas que son propios de la etapa del climaterio, a través de charlas y sesiones educativas (19).

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Estado nutricional

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), “es la condición física que presenta una persona, como resultado del balance entre sus necesidades e ingesta de energía y nutrientes” (20).

2.2.1.1 Valoración nutricional antropométrica: también conocida como evaluación nutricional, son útiles y prácticas, que, al compararlas con un patrón de referencia, permiten evaluar a la persona, determinando si tiene un estado nutricional deficiente, normal, sobrepeso u obesidad. La determinación se da mediante las mediciones de variables como el peso, la talla, perímetro abdominal y otras (20).

2.2.1.2 Indicadores para el diagnóstico del estado nutricional

- 1. Índice de Masa Corporal (IMC):** Conocido como índice de Quetelet, es uno de los indicadores más utilizados para la determinación del estado nutricional. Viene a ser la relación entre el peso corporal y la talla. Su fórmula de cálculo es (1):

$$IMC = \frac{Peso (Kg)}{Talla (cm)^2}$$

Al no encontrarse información dentro de la normativa vigente se ha considerado la Guía Técnica para la Valoración Nutricional Antropométrica de la Persona Adulta MINSA del año 2012, donde considera a una persona adulta cuya edad esta entre los 30 y 59 años 11 meses y 29 días. Y la interpretación del estado nutricional según IMC es (14):

- **IMC < 18,5 (Delgadez):** la persona dentro de esta valoración nutricional, se caracterizan por presentar un riesgo bajo de comorbilidad en ENT. Sin embargo, presentan un alto riesgo de enfermedades pulmonares, digestivas, entre otras. (14).
- **IMC 18,5 a < 25 (Normal):** las personas adultas con estos parámetros presentan un nivel muy bajo de riesgo tanto en morbilidad como mortalidad (14).
- **IMC 25 a < 30 (Sobrepeso):** significa la existencia de riesgo de comorbilidad en personas adultas, primordialmente de ENT como: enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, cáncer, enfermedad coronaria, entre otras (14).
- **IMC ≥ de 30 (Obesidad):** existe un elevado riesgo de comorbilidad en personas adultas, principalmente de ENT (14).

2. Perímetro Abdominal (PAB): en personas adultas para el MINSA, se utiliza para identificar el riesgo de ENT (18). Además de ello, este indicador antropométrico tiene mayor sensibilidad para determinar el riesgo del síndrome metabólico, siendo en las mujeres el riesgo más elevado que en los varones (21). Para la persona femenina, de acuerdo a los valores obtenidos por el MINSA, se clasifica en:

- **< 80 cm,** representa bajo riesgo de comorbilidad de ENT como diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cardiovasculares incluida la hipertensión arterial, enfermedad coronaria, entre otras (14).
- **≥ 80 cm,** constituye alto riesgo de comorbilidad de padecer ENT (14).
- **≥ 88 cm,** da a conocer un muy alto riesgo de comorbilidad, de presentar ENT (14).

2.2.1.3 Estilos de vida

Es una información en el modo de vida de cada individuo o grupo social, intervienen las características personales y los patrones de comportamiento personal como condiciones de vida y aspectos socioculturales. Cada ser humano, tiene diferentes estilos de vida, existiendo conductas de riesgo y protectoras para su salud (22).

Los estilos de vida de cada persona constan de la toma de decisiones, influenciados por diferentes condiciones como: conocimientos, condiciones y voluntad. Tanto los conocimientos como la voluntad son factores internos de cada individuo y las condiciones corresponden al medio externo de la persona. Si estos factores se relacionan de manera favorable, se logra una buena calidad de vida (22).

2.2.2 Climaterio

La Federación Internacional de Ginecología y Obstetricia (FIGO), determinan que el climaterio es una etapa en la que la mujer inicia el proceso de envejecimiento, pasando de una etapa reproductiva a una no reproductiva. Empezando aproximadamente a los 40 años y terminando alrededor de 59 años de edad, comenzar la senectud (1).

Este periodo está caracterizado por las variaciones de E2 en el plasma, no se considera una entidad patológica debido a que no existen bases científicas que permitan considerarlo como tal. Sin embargo, trae consigo una serie de sintomatologías que interfieren en la calidad de vida de la mujer durante esta etapa de vida, los síntomas más descritos son vasomotores, psíquicos y atrofia urogenital, sin embargo, se ha reportado el incremento de enfermedades cardiovasculares. Por ello, no es suficiente diagnosticar un síntoma particular, sino que también interese la apreciación personal de los estilos de vida de la mujer (4).

2.2.2.1 Menopausia

El cese definitivo de la actividad folicular ovárica, marca la menopausia ocurriendo la última menstruación espontánea, y se establece como diagnóstico retrospectivamente cuando se ha transcurrido un período de amenorrea de seis meses (FIGO) o de doce meses (OMS) (23).

Asimismo, la menopausia también es producto de procedimientos quirúrgicos que conllevan la extirpación de ambos ovarios o de intervenciones médicas que detengan la

función ovárica (radioterapia o quimioterapia). Determinados factores demográficos, sanitarios o genéticos se relacionan con la edad para presentar la menopausia, sin embargo, es imposible predecir en qué momento experimentará una mujer en particular este acontecimiento (24).

La edad media de la menopausia varía según la ubicación geográfica, por ejemplo, en Europa ocurre de los 50,1 a 52,8 años; Norteamérica de 50,5 a 51,4 años y Asia de 42,1 a 49,5 años aproximadamente. Por otro lado, en América Latina, según el estudio de la Red Latinoamericana de Investigación en Climaterio (REDLINC), la edad promedio de la menopausia es de 48,6 años. Mientras que, en el Perú la edad promedio es de 47 años, en Lima ubicada a 150 msnm es de 47,1 años, Cuzco (3400 msnm) 45 años, Cerro de Pasco (4340 msnm) 42 años (23). Debido a que no se encontró información referente a la edad promedio de menopausia en Cajamarca, se trabajará de acuerdo a la edad promedio del Perú; es decir, 47 años, considerándose una edad mínima de 40 a 46 años y una edad máxima de 48 a 59 años de edad (23).

2.2.2.2 Clasificación del climaterio

Los diferentes cambios endocrinos que atraviesa la mujer al aproximarse al final de la etapa reproductiva, genera cambios menstruales y ovulatorios, apareciendo metrorragias disfuncionales y síntomas propios de este periodo. Según los criterios del Grupo de Trabajo de los Estadios del Envejecimiento Reproductivo+10 (STRAW+10 por sus siglas en inglés) delimitan en etapas como (20,8):

- a) **Etapa reproductiva tardía:** esta etapa se caracteriza por una disminución de la fertilidad, sin embargo, se mantiene la duración y regularidad de los ciclos menstruales. Al evaluar la fertilidad de la mujer, hay alteración hormonales que evidencian los cambios en la ciclicidad menstrual posterior (1).

- b) **Transición a la menopausia o Perimenopausia:** se caracteriza por ciclos menstruales irregulares de ciclos cortos o largos que generalmente están asociados con concentraciones hormonales variables y elevadas de FSH en la fase folicular temprana. En el STRAW: diferencia de aproximadamente siete días en la duración de ciclos consecutivos, persistente; y la persistencia se determina como la recurrencia en los diez ciclos posteriores al primero que tuvo variación (1).

- c) **Posmenopausia:** el hito marcador de la posmenopausia es la última menstruación; esta etapa se inicia después de dicho evento y acompaña a la mujer durante el resto de su vida (1).

2.2.3 Síndrome metabólico en el climaterio

La característica que se ve más alterada en la etapa de posmenopausia que en la etapa reproductiva, es el incremento de la distribución de la grasa corporal en el abdomen de la mujer. Para su diagnóstico se requiere de medidas como relación cintura/cadera o el perímetro abdominal. La existencia de estudios en la composición corporal de mujeres, indican que en las posmenopáusicas el aumento de grasa abdominal es mayor que en las premenopáusicas, incrementando el riesgo cardiovascular, concluyendo así, que se atribuye a la deficiencia de estrógenos durante esta etapa de vida (21).

En la mujer, la distribución corporal de grasa tiende a distribuirse en los glúteos, muslos y depósitos subcutáneos. Durante la posmenopausia, ocurren cambios en la distribución de la grasa corporal, asemejándose hacia un fenotipo masculino, atribuyéndose a los estrógenos como reguladores de la repartición de la grasa (1).

2.2.4 La glucosa y los lípidos en la posmenopausia.

El metabolismo de estos compuestos se ven influenciados por una importante reducción de estrógenos en el plasma sanguíneo, pero también, se suele relacionar con los cambios propios del envejecimiento y del estilo de vida de cada persona (ejercicio físico y dieta), que podrían tener consecuencias importantes en estos criterios, ya que, el aumento del riesgo de morbilidad y mortalidad cardiovascular se ve asociada más a las mujeres que a los varones, y es repercusión del metabolismo de lípidos y de carbohidratos (1).

2.2.5 Distribución de grasa corporal en el climaterio

Existen diferentes estudios que valoran los distintos indicadores más sensibles para determinar la grasa intra – abdominal, las cuales son: imágenes radiológicas o análisis de composición corporal, estas técnicas han demostrado aumento de la grasa troncular y visceral durante la menopausia (1).

Estos cambios no se relacionan con la edad sino con la deficiencia de esteroides sexuales en el plasma. El tejido adiposo no sintetiza esteroides, sin embargo, son responsables en la captación, almacenamiento, entre otras de hormonas sexuales. Expresa enzimas que metabolizan hormonas sexuales y glucocorticoides, además de tener receptores para estrógenos, andrógenos y glucocorticoides, hormonas que ejercen una fuerte influencia en el crecimiento de tejido adiposo regional (1).

2.2.6 Síndrome Climatérico

Es un conjunto de signos y síntomas que preceden y continúan a la menopausia, como consecuencia de la disminución o cese de la función ovárica (23). Incluye manifestaciones diversas como: circulatorios o vasomotores, psicológicos y sociales, genitourinarios, generales, entre otros. Síntomas que se presentan de manera diferente en cada persona, debido a la intervención de elementos mediadores como: el propio individuo, la familia y la comunidad en que se encuentra (20, 8).

Aproximadamente, el 75% de mujeres en etapa del climaterio se ve afectada por bochornos, los cuales pueden ser intensos y frecuentes, afectando la calidad de vida y la salud mental; ya que, los síntomas psicológicos se ven amplificados por el aumento de intensidad y frecuencia de sintomatología circulatoria, provocando alteraciones en el sueño, fatiga e irritabilidad. Por otro lado, la sintomatología genitourinaria se ve afectada por disminución de estrógenos y otros esteroides sexuales que provocan cambios en la vulva, vagina, uretra y vejiga (1).

2.2.6.1 Intensidad del Síndrome Climatérico

Está clasificado según la intensidad y manifestación de síntomas percibidos por las mujeres, donde se obtiene: asintomática (síntomas ausentes), leve, moderada y severa (18).

2.2.7 Factores de riesgo para síntomas climatéricos

Existen diferentes tipos de factores, entre los modificables del Síndrome Climatérico según FLASOG son múltiples, dentro de los cuales son:

- Nivel sociocultural
- Población urbana
- Categoría laboral

- Altitud mayor de 2,400 msnm
- Vida sedentaria
- Alimentación excesiva en calorías, predominio de grasas y proteínas de origen animal
- Tabaquismo
- Prescripción de anticonceptivos hormonales
- Alteraciones urogenitales
- Índice de masa corporal alto (mayor de 30)
- Factores psicológicos
- Antecedente de alteraciones de conducta
- Antecedente de síndrome de ansiedad – depresión (1).

2.2.8 Mediciones para la intensidad del Síndrome Climatérico

Existen diversos instrumentos para medir la intensidad del Síndrome Climatérico, para la presente investigación se utilizó:

Escala cubana

Es un instrumento cubano cuya finalidad es identificar la frecuencia y niveles de intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres, de forma general y en relación con variables biológicas, socioeconómicas y de estilo de vida. Los síntomas que evalúa son: circulatorios o vasomotores, psicológicos, genitourinarios, generales y signos clínicos (25):

- a) Síntomas circulatorios: conformado por oleadas de calor, sudoraciones nocturnas, palpitaciones, parestesias y cefaleas. Síntomas clínicos propios del climaterio, presentándose variadamente, desde unos pocos segundos hasta varios minutos, con intensidad y frecuencia inconstantes. Estas manifestaciones suelen comenzar en la etapa de perimenopausia y desapareciendo de forma gradual con los años (25).
- b) Síntomas psicológicos: incluyen manifestaciones como: insomnio, irritabilidad, labilidad emocional, apatía, pérdida de la capacidad de memoria y disminución del interés sexual. Para su aparición intervienen factores como los culturales, sociales y ambientales que van a hacer que todas los síntomas del climaterio y la menopausia se vuelvan complejos y variados (18).

- c) Síntomas genitourinarios: dispareunia, disminución del placer sexual, incontinencia urinaria, polaquiuria y disuria, son complicaciones que se encuentran con mayor frecuencia en el tracto urinario en mujeres que atraviesan esta etapa (18).
- d) Síntomas generales: dolores musculares, osteo – articulares, aumento o pérdida de peso, mareos, sequedad de la mucosa oral y astenia son las principales manifestaciones (25).
- e) Signos clínicos: adelgazamiento de piel, sequedad y atrofia genital; debido a la disminución de las fibras de colágeno y declive progresivo de estrógenos (25).

2.3 Hipótesis

H_a: Existe asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres climatéricas de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca en 2022.

H₀: No existe asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres climatéricas de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca en 2022.

2.4 Variables

Variable 1:

Valoración nutricional antropométrica

Variable 2:

Intensidad del Síndrome Climatérico

2.5 Operacionalización de variables

| VARIABLES | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | ESCALA |
|--|--|---|--------------------------|---|----------------|
| Variable 1: Valoración nutricional antropométrica | Determinación nutricional de la persona adulta, mediante la medición de variables como el peso, talla y perímetro abdominal (14) | La valoración nutricional se evaluó teniendo en cuenta el Índice de Masa Corporal y perímetro abdominal. | Índice de Masa Corporal | < 18,5 Delgadez | Ordinal |
| | | | | 18,5 a < 25 Normal | |
| | | | | 25 a < 30 Sobrepeso | |
| | | | | ≥ de 30 Obesidad | |
| | | | Perímetro abdominal | < 80 cm Bajo riesgo. | |
| | | | | ≥ 80 cm Alto riesgo. | |
| ≥ 88 cm Muy alto riesgo. | | | | | |
| Variable 2: Intensidad del Síndrome Climatérico | Determinación de la gravedad del daño o enfermedad que afecta a una mujer climatérica (25). | La intensidad se calculó a través del instrumento cubano para la identificación en las distintas dimensiones del síndrome en mujeres. | Síntomas circulatorios | Asintomático/muy leve: 0 a 6 pts. Leve: 7 a 14 pts. Moderado: 15 a 23 pts. Muy molesto: 24 o más pts. | Ordinal |
| | | | Síntomas genitourinarios | Asintomático/muy leve: 0 a 1 pts. Leve: 2 a 7 pts. Moderado: 8 a 16 pts. Muy molesto: 17 o más pts. | |
| | | | Síntomas psicológicos | Asintomático/muy leve: 0 a 9 pts. Leve: 10 a 19 pts. Moderado: 20 a 32 pts. Muy molesto: 33 o más pts. | |
| | | | Síntomas generales | Asintomático/muy leve: 0 a 3 pts. Leve: 4 a 6 pts. Moderado: 7 a 11 pts. Muy molesto: 12 o más pts. | |
| | | | Signos clínicos | Ausencia: 0 a 6 pts. Presencia: 7 a más pts. | |

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 Tipo y Diseño de estudio

El diseño de la presente investigación fue de tipo cuantitativa descriptiva, correlacional, no experimental, de corte transversal.

- **Descriptivo:** porque pretendió especificar las características sociales, gineco-obstétricas y estilos de vida de las mujeres en etapa del climaterio (26)
- **Correlacional:** debido a que esta investigación demostró la existencia de una asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico (26).
- **No experimental:** ya que no se manipuló deliberadamente ninguna de las dos variables (26).
- **De corte transversal:** debido a que los datos se recolectaron en un sólo momento, sin hacer cortes en el tiempo (26).

3.2 Área de estudio

La investigación se desarrolló en la comunidad de Mollepampa Alta, perteneciente al distrito de Cajamarca, se encuentra ubicado en la ciudad de Cajamarca; las calles que la limitan son: Av. La Paz, de la cuadra 14 a la 22; Jr. Jesús de Nazareth: de la cuadra 1 a la 6; Jr. Alfonso Ugarte de la cuadra 14 a la 23 y la Quebrada Cruz Blanca. Dicha comunidad es netamente zona urbana y cuenta con un total de 3 656 habitantes según de la Red Integrada de Salud (RIS) Cajamarca y la Institución Prestadora de Servicios de Salud (IPRESS) de La Tulpuna en el documento Población Real por Comunidad Grupos Etarios y Sexo - 2022, debido a que la comunidad de Mollepampa Alta es una de las nueve comunidades que pertenecen a dicha jurisdicción de salud.

3.3 Población

Estuvo constituida por mujeres 381 mujeres entre 40 a 59 años, en etapa de climaterio, con residencia en la comunidad de Mollepampa Alta, según datos obtenidos por la RIS Cajamarca durante el año 2022.

3.4 Muestra

3.4.1 Tamaño de la muestra

Para calcular la muestra de la investigación se empleó la fórmula para variable población finita, porque la población mantuvo las mismas características; es decir, es una población homogénea. Tuvo como nivel de confianza el 95%, nivel de error del 5%; además, una probabilidad de éxito del 50% y un nivel de error del 50%.

$$n \geq \frac{Z^2 * N (p * q)}{E^2(N - 1) + Z^2(p * q)}$$
$$\frac{(1.96)^2 * 381 (0.5)(0.5)}{(0.05)^2(380) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n \geq 191$$

Donde:

N = Tamaño de la población

n = tamaño de la muestra

Z = 1.96 (nivel de confianza)

p = (0.5) probabilidad de éxito

q = (0.5) nivel de error

E = (0.05) Máximo error permitido.

Muestreo

Se realizó mediante muestreo no probabilístico por conveniencia; debido a que el Centro de Salud no tuvo un registro único para las mujeres en etapa del climaterio; sin embargo, se contó con la información mediante la revisión de las fichas familiares de la población

objetivo de la comunidad de Mollepampa Alta, con jurisdicción de la IPRESS La Tulpuna según el marco muestral proporcionado por la Oficina de Estadística de la Institución.

3.5 Unidad de análisis

La unidad de análisis estuvo representada por cada una de las mujeres en etapa del climaterio que reside en la comunidad de Mollepampa Alta y cuenta con ficha familiar registrada del Centro de Salud La Tulpuna. Además de que cumplan con los criterios de inclusión.

3.6 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

Mujeres de 40 a 59 años.

Mujeres con residencia en la comunidad de Mollepampa Alta, con ficha familiar en el Centro de Salud La Tulpuna.

Mujeres que aceptaron participar voluntariamente en el estudio.

Criterios de exclusión

Mujeres que estuvieron recibiendo Terapia Hormonal de Reemplazo o métodos anticonceptivos hormonales.

Mujeres con diagnóstico de hipotiroidismo.

3.7 Consideraciones éticas

El presente trabajo de investigación se realizó bajo los principios bioéticos, por lo que se consideró la autorización de la Institución de Salud.

- **No maleficencia.** Debido a que no se infringió daño intencional, es decir, la información se obtuvo sin dañar a las mujeres climatéricas (27).
- **Privacidad.** Ya que, se respetó en anonimato, desde el inicio de la investigación, hasta el final (27).
- **Justicia.** Porque se trató con equidad y respeto a cada una de las mujeres en etapa del climaterio (27).

- **Confidencialidad.** Con ayuda del consentimiento informado, la información obtenida de cada mujer no fue revelada, utilizándose sólo para fines de investigación (27).
- **Autonomía.** Debido a que se respetó la opinión de cada participante, al saber cómo se encuentra su estado nutricional (27).

3.8 Procedimientos para la recolección de datos

Para la recolección de datos se solicitó permiso para acceder a las fichas familiares a la IPRESS La Tulpuna (Anexo 4), ya que, la comunidad de Mollepampa Alta pertenece a este Establecimiento de Salud.

Antes de aplicar el instrumento se solicitó la participación voluntaria de la paciente, haciéndole firmar el consentimiento informado (Anexo 3). La aplicación de la entrevista fue en su domicilio, al igual que la toma del peso, talla y perímetro abdominal. Para ello la investigadora contó con dos cintas métricas y una balanza calibrada siguiendo los protocolos para la prevención del Covid-19.

3.9 Técnicas de procesamiento de datos

Las técnicas de recolección de datos consideradas fueron: la observación; mediante una guía para la valoración nutricional antropométrica que se utilizó para determinar el IMC mediante la toma de peso y talla; así como también, del PAB. Y la entrevista, para determinar el Síndrome Climatérico.

En una primera parte del instrumento estuvieron las características personales de la población, como: las características sociales, gineco-obstétricas y los estilos de vida (Anexo 1), creado por la autora.

La segunda parte constó de la valoración nutricional antropométrica, que se realizó según la normativa actual para la valoración nutricional antropométrica de la Persona Adulta – MINSA, para determinar el IMC y PAB. Guía Técnica que se viene empleando desde hace 11 años, aprobada con Resolución Ministerial N° 184-2012/MINSA. (Anexo 1).

En la tercera parte se utilizó el cuestionario “Escala Cubana” (Anexo 2) instrumento creado y validado en Cuba, por Julia Silvia Pérez Piñero (2007), para clasificar la

intensidad del Síndrome Climatérico, el cual ha sido utilizado en diferentes investigaciones nacionales e internacionales; como es el caso de Mamani K. (Arequipa, 2020) y Alcívar G. (Ecuador, 2018). La entrevista fue realizada mediante visita domiciliar a las mujeres que cumplieron con los criterios de inclusión.

3.10 Descripción del instrumento

- a) **Características personales:** los cuales constan de características sociales de la población (Edad, estado civil, grado de instrucción y ocupación), características gineco-obstétricas (Paridad y etapa del climaterio) y estilos de vida (realización de actividad física, consumo de alimentos ultra procesados, de frutas y verduras, carnes y lácteos a la semana).
- b) **Valoración nutricional antropométrica:** la cual estuvo conformada por la toma del peso y talla para el IMC, y medida del PAB:

Toma del peso

Balanza mecánica de plataforma (sin tallímetro incorporado): con resolución de 100 g y con una capacidad ≥ 140 kg. (14) Para el estudio se utilizó una balanza *Smart personal Yeshua*, digital, con una capacidad de hasta 180 kg, la cual se calibró cada vez que se utilizó con ayuda de un botón en la parte posterior de esta, haciendo que la balanza se reinicie e instale todos sus valores en cero.

Procedimiento:

1. Se informó a la mujer climatérica acerca de los procedimientos a realizar para la toma del peso.
2. Luego se verificó la ubicación y condiciones de la balanza. La balanza fue ubicada en una superficie lisa, horizontal y plana, sin desnivel o presencia de algún objeto extraño bajo esta, para luego ajustar la balanza en 0 (cero) antes de la toma de peso.
3. Posteriormente se solicitó a la mujer adulta que se quite los zapatos o sandalias, y el exceso de ropa.
4. Luego se solicitó a la mujer en etapa del climaterio, se coloque en el centro de la plataforma de la balanza, en posición erguida y relajada, mirando al frente, con los brazos a los costados del cuerpo, con las palmas descansando sobre los muslos, los talones ligeramente separados formando una "V" con los pies.

5. Se leyó el peso en kilogramos y la fracción en gramos, y se descontó el peso de las prendas con la que se le pesó a la persona.
6. Posteriormente se registró el peso obtenido en kilogramos (kg), con un decimal que corresponda a 100 g, en el formato correspondiente. Y por último se indicó a la participante a bajarse de la balanza, para reiniciar a esta y así se encuentre lista para la siguiente toma (14).

Medición de talla

Para el estudio se contará con una cinta métrica, la cual se colocará en la pared de la casa y se pasará a medir según las indicaciones.

Procedimiento:

1. Primero se informó a la mujer en etapa del climaterio acerca del procedimiento a realizar
2. Se verificó la ubicación y condiciones de la cinta métrica a fin de dar una lectura correcta.
3. Luego se explicó a la participante el procedimiento para la toma de medida de la talla, de manera pausada, con paciencia, y solicitando su colaboración.
4. Se solicitó que se quite los zapatos o sandalias, el exceso de ropa y los accesorios u otros objetos en la cabeza que interfieran con la medición.
5. Posteriormente se indicó y ayudó a ubicarse de espaldas a la pared donde está la cinta métrica, en posición erguida, mirando al frente, con los brazos a los costados del cuerpo, con las palmas de las manos descansando sobre los muslos, los talones juntos y las puntas de los pies ligeramente separados.
6. Se aseguró que los talones, pantorrillas, nalgas, hombros, y parte posterior de la cabeza se encuentren en contacto con la pared.
7. Luego con ayuda de un tope móvil se descendió con la mano derecha hasta hacer contacto con la superficie superior de la cabeza (vertex craneal), comprimiendo ligeramente el cabello; luego se deslizó el tope móvil hacia arriba. Este procedimiento (medición) fue realizado tres veces en forma consecutiva, acercando y alejando el tope móvil. Cada procedimiento tiene un valor en metros, centímetros y milímetros.
8. Por último, se leyó las tres medidas obtenidas, para luego obtener el promedio y registrarlo en centímetros (14).

Medición del perímetro abdominal

- 1) De primer momento se informó del procedimiento a realizar.
 - 2) Se solicitó a la participante que se ubique en posición erguida, sobre una superficie plana, con el torso descubierto, y con los brazos relajados y paralelos al tronco.
 - 3) Luego se aseguró que la persona se encuentre relajada y, de ser el caso, solicitar se desabroche el cinturón o correa que pueda comprimir el abdomen.
 - 4) Los pies debían de estar separados por una distancia de 25 a 30 cm, de tal manera que su peso se distribuya sobre ambos miembros inferiores.
 - 5) Posteriormente se palpó el borde inferior de la última costilla y el borde superior de la cresta iliaca, ambos del lado derecho, determinando así la distancia media entre ambos puntos; se realizó este mismo procedimiento para el lado izquierdo.
 - 6) Luego se colocó la cinta métrica horizontalmente alrededor del abdomen, tomando como referencia las marcas de las distancias medias de cada lado, sin comprimir el abdomen de la persona.
 - 7) Se realizó la lectura en el punto donde se cruzan los extremos de la cinta métrica.
 - 8) Se tomó la medida en el momento en que la persona respiraba lentamente y expulsaba el aire (al final de una exhalación normal). Este procedimiento se realizó tres veces en forma consecutiva, acercando y alejando la cinta, tomando la medida en cada una de ellas.
 - 9) Por último, se leyó en voz alta las tres medidas, para luego obtener el promedio (14).
- c) **Cuestionario Escala cubana:** inicialmente, se informó a la mujer que se le realizaran preguntas de síntomas que ha sentido últimamente para determinar la intensidad del Síndrome Climatérico. Esta escala se puede utilizar para mujeres con o sin pareja, consta de 28 ítems, divididos a su vez en 5 subescalas (18):
- Síntomas circulatorios (5 ítems)
 - Síntomas psicológicos (9 ítems)
 - Síntomas genitourinarios (5 ítems)
 - Síntomas generales (6 ítems)
 - Signos clínicos (3 ítems)

Del cuestionario, 25 ítems corresponden a los síntomas propios del climaterio y el grado de molestia que provocan según la apreciación personal de la mujer, se midieron usando una escala ordinal con las categorías:

- Ausente: 0 puntos
- Leve: 1 puntos
- Moderado: 2 puntos
- Intenso: 3 puntos

Además 3 ítems sobre signos clínicos, que se evaluaron en una escala dicotómica según estuviesen:

- Ausente: 0 puntos
- Presente: 2 puntos

Esta calificación se multiplicó por el peso respectivo de cada ítem y fue registrado en la casilla correspondiente, la suma dio lugar a un puntaje para cada sub escala y para el total. Una vez obtenidos los puntajes, se clasificó a la mujer de acuerdo a la intensidad del Síndrome (18):

Para el Puntaje Total:

- Asintomático / muy leve: 0 a 24 puntos
- Leve: 25 a 50 puntos
- Moderado: 51 a 80 puntos
- Muy molesto: 81 a 170 puntos

Para síntomas Circulatorios:

- Asintomático / muy leve: 0 a 6 puntos
- Leve: 7 a 14 puntos
- Moderado: 15 a 23 puntos
- Muy molesto: 24 a 39 puntos

Para síntomas Psicológicos:

- Asintomático / muy leve: 0 a 9 puntos
- Leve: 10 a 19 puntos
- Moderado: 20 a 32 puntos
- Muy molesto: 33 a 66 puntos

Para síntomas Genitourinarios para mujeres con pareja:

- Asintomático / muy leve: 0 a 1 punto

- Leve: 2 a 7 puntos
- Moderado: 8 a 16 puntos
- Muy molesto: 17 a 39 puntos

Para Sub escala de Síntomas Generales para mujeres sin pareja:

- Asintomático / muy leve: 0 a 1 punto
- Leve: 2 a 4 puntos
- Moderado: 5 a 14 puntos
- Muy molesto: 16 a 21 puntos

Para Sub escala de Síntomas Generales para mujeres con pareja:

- Asintomático / muy leve: 0 a 3 puntos
- Leve: 4 a 6 puntos
- Moderado: 7 a 11 puntos
- Muy molesto: 12 a 26 puntos

Para signos Clínicos:

- Presencia: 6 puntos
- Ausencia: 0 a 6 puntos

3.10 Validez y confiabilidad

3.10.1 Validez

Para garantizar la validez del instrumento se aplicó el método de agregados individuales; es decir, por juicio de expertos, de los cuales se consideró a tres profesionales de Salud; dos Obstetras y una Nutricionista (Anexo 5). De las que después de haber obtenido las cartillas de validación se procedió a realizar la prueba piloto.

3.10.2 Confiabilidad

Se aseguró con ayuda de la prueba piloto, que se realizó a un grupo de 20 mujeres en etapa del climaterio en la comunidad de la Tulpuna por características semejantes a la población del estudio, procedimiento de gran utilidad, debido a que permitió modificar algunos ítems. Posteriormente, se procesaron los datos obtenidos a través de la prueba estadística Alfa de Cronbach (Anexo 6), de la cual se obtuvo 0,895 para la Escala Cubana, indicando que el instrumento es bueno y confiable.

3.11 Procesamiento y análisis de datos

3.11.1 Procesamiento

En el procesamiento de datos, primero se recolectó de manera manual, para posteriormente ser registrados en la base de datos del paquete estadístico de SPSS versión 25, con ayuda de Microsoft Excel 2018, seguidamente, después de haber obtenido los datos, fueron presentados en tablas simples y de contingencia. Los análisis estadísticos se realizaron mediante estadística descriptiva con los datos por proporciones, para las características sociales, gineco-obstétricas, estilos de vida, valoración nutricional y dimensiones del Síndrome Climatérico; y estadística inferencial, mediante la prueba no paramétrica Chi-cuadrado para la comprobación de la hipótesis.

3.11.2 Análisis de datos

Se realizó de la siguiente manera:

Fase descriptiva: los resultados resaltantes se describieron y compararon con diferentes antecedentes y teorías.

Fase inferencial: se utilizó la prueba estadística Chi cuadrado para la comprobación de la significancia entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad de Síndrome Climatérico, donde los resultados mostraron confiabilidad del estudio.

3.12 Control de calidad de datos

Para un mejor control de calidad de datos y evitar datos perdidos, la entrevista lo realiza la propia investigadora, por tanto, los ítems fueron preguntados y llenados por la misma durante la entrevista; así como, la valoración nutricional antropométrica, mediante la toma del peso y talla para el IMC y PAB datos. Para posteriormente pasar a la base de datos de cada instrumento realizado al día.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Tabla 1. Características sociales de mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022

| Características sociales | N° | % |
|-----------------------------------|-----------|----------|
| Edad | | |
| 40 – 49 | 99 | 51,8 |
| 50 – 59 | 92 | 48,2 |
| Edad mínima :40 años | | |
| Edad promedio \bar{X} : 47 años | | |
| Edad máxima: 59 años | | |
| Estado civil | | |
| Soltera | 53 | 27,7 |
| Casada | 52 | 27,2 |
| Conviviente | 63 | 33,0 |
| Divorciada/viuda | 23 | 12,1 |
| Grado de instrucción | | |
| Sin estudios | 24 | 12,6 |
| Primaria | 58 | 30,4 |
| Secundaria | 68 | 35,6 |
| Superior | 41 | 21,4 |
| Ocupación | | |
| Ama de casa | 138 | 72,3 |
| Trabajo independiente | 36 | 18,8 |
| Trabajo dependiente | 17 | 8,9 |
| Total | 191 | 100.0 |

Fuente: Cuestionario elaborado por la autora.

En la presente tabla se incluye las características sociales de la muestra en 191 mujeres en etapa de climaterio entre 40 a 59 años de la comunidad de Mollepampa Alta de Cajamarca. En cuanto a la edad, se encontró predominio de mujeres entre 40 a 49 años (51,8%), algo similar ocurrió con lo reportado por Carrasco (2021), quien encontró predominio de mujeres entre este grupo etario con 54,4% (3); de igual forma, Mamani (2020) (8) y Prado (2023) (18), reportaron resultados similares. Mientras que, Alcívar (2018), en su estudio encontró mayor porcentaje entre las edades de 55 a 59 años con 28,6% (16); así como la investigación de Acosta y Pinchi (2018), quienes reportaron predominio de mujeres de 50 a más años (7). La edad promedio en el Perú para la menopausia es de 47 años aproximadamente (23), no obstante, depende mucho las condiciones en que se encuentre la mujer, como la altitud geográfica, estilos de vida e incluso la etnia, alterando no sólo en la edad para la menopausia, sino también en la presencia de los síntomas climatéricos (1).

Por otra parte, en el estado civil, se encontró que el 33% fueron convivientes; resultados que coinciden con Acosta y Pinchi (2018) donde el 47,6% de su muestra fueron convivientes (7); asimismo, Chicoma (2017) y Prado (2023) mostraron resultados similares (15,19). Sin embargo, Alcívar (2018), reportó un mayor porcentaje a mujeres casadas, con 43,5% (16). El incremento de mujeres convivientes en el Perú, fue evidenciado por la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) en 2020, donde reportó que, en la sierra y selva del Perú, hay una mayor cantidad de mujeres en situación conyugal de convivencia (29). La causa no se ha determinado, sin embargo, puede deberse a muchos factores personales, familiares e incluso sociales que determinan el estado conyugal.

En el grado de instrucción, se determinó que el mayor porcentaje corresponde a un nivel educativo secundario con 35,6%. A su vez, Prado (2023), dio a conocer que el 44,8% de su población tenían grado de instrucción secundario (19), de igual forma que para, Acosta y Pinchi (2018) y Carrasco (2021) (6,16). En cambio, Chicoma (2017) y Campos (2020), reportaron un mayor porcentaje en el nivel primario con 46,8% y 57,5% respectivamente (15,12). El mayor porcentaje obtenido en el presente estudio, a diferencia de las dos últimas investigaciones mencionadas, se debería a que se desarrolló en una zona urbana, haciendo de alguna forma más accesible la educación para esta población.

Referente a la ocupación, la mayoría fueron amas de casa en un 72,3%, algo similar ocurrió con los estudios de investigación de Alcívar (2018), Acosta y Pinchi (2018) y

Prado (2023), quienes también encontraron predominio en las amas de casa (7,16,18). Resultados similares con Mamani (2020), quien concluyó que las mujeres amas de casa presentaban Síndrome Climatérico intenso con 25,8% (8). De ahí que, FLASOG resalta la existencia de algunos estudios donde señalan que las mujeres que trabajan tienen menos síntomas específicos de la menopausia en comparación con las amas de casa (1).

Tabla 2. Características gineco-obstétricas de mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022.

| Características gineco-obstétricas | N° | % |
|---|------------|--------------|
| Paridad | | |
| Nulípara | 3 | 1,6 |
| Primípara | 17 | 8,9 |
| Múltipara | 171 | 89,5 |
| Etapas del climaterio | | |
| Reproductiva tardía | 31 | 16,2 |
| Perimenopausia | 35 | 18,3 |
| Posmenopausia (natural o postquirúrgica) | 125 | 65,5 |
| Total | 191 | 100,0 |

Fuente: Cuestionario elaborado por la autora.

En la presente tabla se describen las características gineco-obstétricas de las mujeres en etapa del climaterio, correspondiente a la paridad, el 89,5% fueron mujeres múltiparas, es decir, mujeres con dos o más partos (30); resultado que coincide con Prado (2023), quien reportó que el 43,8%; tenía más de tres hijos (18). Algo similar ocurrió con Chicoma (2017) y Mamani (2020), quienes evidenciaron un predominio de mujeres múltiparas (8,19). Ahora bien, FLASOG no ha descrito que el número de hijos influya en los síntomas climatéricos; sin embargo, señala que en esta etapa de la mujer, los hijos empiezan a abandonar el hogar, estando propensa de padecer síntomas psicológicos, sobre todo si es ama de casa, se siente sin misión ni cometido, conllevando así a una situación que afectaría su salud mental (1).

En cuanto a la etapa del climaterio, sobresalió la posmenopausia con 65,5%; de forma similar ocurrió con Fonseca et al. (2018), donde el 43,9% se encontraban en la etapa posmenopáusica (15); mientras que en la investigación de Chicoma (2017), Campos (2020) y Prado (2023) predominaron las mujeres en etapa reproductiva tardía o premenopausia (12,18,19). Los datos encontrados en la muestra, evidencian que más de la mitad de la población se encuentran en la última y más extensa de las etapas del climaterio, la cual está conformada por una posmenopausia temprana y tardía (1).

Tabla 3. Estilos de vida de las mujeres en etapa de climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022.

| Estilos de vida | N° | % |
|--|-----------|----------|
| Realiza actividad física | | |
| Si | 143 | 74,9 |
| No | 48 | 25,1 |
| Consumo de comida ultra procesada por día | | |
| No consume | 95 | 49,7 |
| 1 vez al día | 77 | 40,3 |
| 2 a más veces al día | 19 | 10,0 |
| Consumo de frutas y verduras al día | | |
| 0 a 1 vez al día | 85 | 44,5 |
| 2 veces al día | 93 | 48,7 |
| 3 o más veces al día | 13 | 6,8 |
| Consumo de carnes a la semana: | | |
| 1 a 3 veces por semana | 130 | 68,1 |
| 4 a 6 veces por semana | 40 | 20,9 |
| 7 a más veces por semana | 21 | 11,0 |
| Consumo de lácteos a la semana | | |
| 1 a 3 veces por semana | 20 | 10,5 |
| 4 a 5 veces por semana | 101 | 52,9 |
| 6 a más veces por semana | 70 | 36,6 |
| Total | 191 | 100,0 |

Fuente: Cuestionario elaborado por la autora.

En la tabla 3, se aprecia los estilos de vida de las mujeres entrevistadas en etapa de climaterio, se encontró que el 74,9% realizaba actividad física, resultados semejantes a las investigaciones realizadas por Fonseca J, et al. (2018) (15) y Mamani K (2020) quienes reportaron que más de las tres cuartas partes realizan actividad física con 82%; sin embargo, el 29,2% presentaron sintomatología moderada del climaterio (8). Si bien existe diversos factores que contribuyen al aumento de peso, la actividad física es clave para disminuir la ganancia de peso, reduciendo la obesidad y mejorando la salud de la mujer durante esta etapa (1).

Por otro lado, el 49,7% de la muestra no consume comida ultra procesada o industrial; sin embargo, 50,3% consumen comida ultra procesada o también conocida como comida industrial o chatarra, entre 1 a más de 2 veces al día, cifra preocupante; ya que, en Guías Alimentarias para la Población Peruana del 2019, se recomendó evitar el consumo diario de este tipo de alimentos procesados, debido a que el consumo excesivo de azúcares favorece el incremento de sobrepeso, obesidad y riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se ha comprobado que la ingesta de alimentos y bebidas ricas en azúcares puede ser una fuente importante de calorías innecesarias para el organismo, especialmente en las mujeres durante la etapa del climaterio, las cuales están propensas a la ganancia de peso (1,31).

En cuanto al consumo de frutas y verduras, el 48,7% de la muestra consume 2 veces al día; ración inferior a la recomendada por el MINSA; la cual debe contener aproximadamente 400 g de frutas y verduras al día, para prevenir el sobrepeso, y así reducir el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes y diversos tipos de cáncer claramente asociados a esa condición (31).

En el consumo de carnes a la semana, se encontró que el 68,1% de la muestra consumía más de 1 a 3 veces por semana. Y sólo el 11% de la población, consume carnes de 7 a más veces por semana, cantidad recomendada en las Guías Alimentarias para la Población Peruana del 2019 por el MINSA, cuyo consumo de este tipo de alimentos debe ser casi diario entre carnes rojas, pescado y carne de aves, puesto que contienen altas cantidades de proteínas, vitaminas, minerales y ácidos grasos como el omega-3, que contribuye a la disminución del riesgo cardiovascular (31).

Finalmente, el consumo de lácteos por semana se encontró que el 52,9% consumía de 4 a 5 veces por semana, importe inadecuado para el MINSA, pues recomienda el consumo diario de productos lácteos debido a su alto contenido de proteínas y calcio; nutrientes que se necesita a lo largo de la vida del individuo, pero aún más en mujeres en etapa del climaterio, pues ayudan en gran medida a la disminución de un riesgo cardiovascular, el cual se puede dar si se presenta sobrepeso u obesidad (31).

Tabla 4. Valoración nutricional antropométrica (Índice de Masa Corporal y perímetro abdominal) en mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022.

| Valoración nutricional antropométrica | N° | % |
|--|------------|--------------|
| Índice de Masa Corporal (IMC) | | |
| 18,5 a < 25 (Normal) | 57 | 29,8 |
| 25 a < 30 (Sobrepeso) | 81 | 42,4 |
| ≥ de 30 (Obesidad) | 53 | 27,7 |
| Perímetro abdominal (PAB) | | |
| < 80 cm (Bajo riesgo) | 34 | 17,8 |
| ≥ 80 cm (Alto riesgo) | 40 | 20,9 |
| ≥ 88 cm (Muy alto riesgo) | 117 | 61,3 |
| Total | 191 | 100,0 |

Fuente: Valoración nutricional antropométrica.

En la presente tabla se plasma la valoración nutricional antropométrica de la muestra estudiada, donde se evidenció en el IMC que el 42,4% de mujeres en etapa del climaterio presentaron un IMC 25 a < 30 (sobrepeso) y 27,7% IMC ≥ de 30 (obesidad); algo similar ocurrió con Mamani K (2020), quien reportó que el 76,1%, tenían obesidad y sobrepeso (8); así también, Lugones et al. (2017); Fonseca et al. (2018) y Navarro (2020) obtuvieron resultados semejantes (13 – 15).

En cuanto al PAB, el 61,3% de mujeres tenían una circunferencia ≥88 cm, demostrando riesgo muy alto de presentar enfermedades no transmisibles como hipertensión arterial y diabetes mellitus, resultado que, para Lugones et al. (2017), Fonseca et al. (2018) y Navarro (2020) fueron de manera similar (13–15). Para FLASOG, el origen del aumento de peso durante la menopausia no está totalmente aclarado; pues, algunas causas no tienen relación directa con ella, sino más bien con la edad y otras dependen, claramente, de la disminución de estrógenos endógenos. El hipoestrogenismo se relaciona con cambios fisiológicos que serán, en parte, responsables de la ganancia de peso durante este periodo. Es por ello que, recomienda cambios en el estilo de vida durante el climaterio, e incluso antes de esta etapa, realizando mejoras en la alimentación, consumo de verduras, frutas, productos lácteos bajos en grasa, granos enteros, pollo y pescado (1).

Tabla 5. Intensidad del Síndrome Climatérico según dimensiones en mujeres en etapa del climaterio de la comunidad de Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022.

| Intensidad del Síndrome Climatérico | Asintomático/ muy leve | | Leve | | Moderado | | Muy molesto | | Total | | |
|-------------------------------------|---------------------------|------|----------|------|------------------|------|-------------|------|-----------|-------|----------|
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % | |
| - Síntomas Circulatorios | 38 | 19,9 | 45 | 23,6 | 39 | 20,4 | 69 | 36,1 | 191 | 100,0 | |
| -Síntomas Psicológicos | 2 | 1,0 | 13 | 6,8 | 38 | 19,9 | 138 | 72,3 | 191 | 100,0 | |
| -Síntomas Genitourinarios | 53 | 27,8 | 43 | 22,5 | 69 | 36,1 | 26 | 13,6 | 191 | 100,0 | |
| -Síntomas Generales | 13 | 6,8 | 35 | 18,3 | 52 | 27,2 | 91 | 47,6 | 191 | 100,0 | |
| | Ausencia | | | | Presencia | | | | | | |
| -Signos clínicos | N° | | % | | N° | | % | | N° | | % |
| | 74 | | 38,7 | | 117 | | 61,3 | | 191 | | 100,0 |
| Síndrome Climatérico global | 24 | 12,6 | 45 | 23,6 | 46 | 24,1 | 76 | 39,8 | 191 | 100,0 | |

Fuente: Cuestionario Escala cubana para clasificar la intensidad del Síndrome Climatérico.

En la tabla 5 se evidencia la intensidad del síndrome climatérico en las diferentes dimensiones y en el global. Las dimensiones en su mayoría fueron de intensidad muy molesta, sobresaliendo los síntomas psicológicos con 72,3%; así mismo, con intensidad muy molesto de 39,8% del Síndrome Climatérico. Porcentajes que coinciden con Alcívar (2018), quien reportó un nivel muy molesto en todos los síntomas, siendo el síntoma Psicológico el más afectado con 90,5% (16); así mismo, Carrasco (2021) quien en su investigación reportó resultados similares (3). Sin embargo, para Acosta y Pinchi (2018), Chicoma (2018), Mamani (2020) y Prado (2023); el porcentaje más sobresaliente fue la intensidad moderada (7,8,18,19).

Esto evidencia que, con el paso del tiempo, el Síndrome Climatérico en las mujeres ha ido aumentando de intensidad y frecuencia; para FLASOG estos síntomas climatéricos se expresan de manera diferente en cada persona, pues intervienen elementos mediadores como: el propio individuo, la familia y la comunidad en que se desenvuelve. Cabe añadir, que en la menopausia se producen alteraciones hormonales, las cuales producen a un desbalance a nivel biopsicológico, que para algunas se vuelve muy complicado de sobrellevar, debido a aspectos sociológicos y culturales propios de cada individuo (1).

Tabla 6. Asociación entre el Índice de Masa Corporal y el Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022

| Síndrome Climatérico | Índice de Masa Corporal | | | | | | | | Chi-Cuadrado | |
|---------------------------|--------------------------|------|------------------------|------|------------------|------|-------|------|----------------|---------|
| | Normal 18.5 a < 25 | | Sobrepeso 25 a < 30 | | Obesidad ≥ 30 | | Total | | X ² | p-value |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % | | |
| Asintomático/ muy leve | 15 | 26,3 | 5 | 6,2 | 4 | 7,5 | 24 | 12,6 | 54,686 | 0,000 |
| Leve | 25 | 43,9 | 17 | 21,0 | 3 | 5,7 | 45 | 23,6 | | |
| Moderado | 10 | 17,5 | 25 | 30,9 | 11 | 20,8 | 46 | 24,1 | | |
| Muy molesto | 7 | 12,3 | 34 | 42,0 | 35 | 66,0 | 76 | 39,8 | | |

Fuente: Recolección de la valoración nutricional antropométrica y del cuestionario Escala cubana.

En la presente tabla se expone la asociación entre una de las medidas antropométricas, el Índice de Masa Corporal y la intensidad del Síndrome Climatérico, donde se encontró el mayor porcentaje de mujeres con obesidad tuvieron un Síndrome Climatérico muy molesto con 66%; así mismo, un IMC normal se asocia a una intensidad del Síndrome Climatérico leve con 43,9%. Resultados que coinciden con Lugones et al. (2017), quien evidenció que el IMC elevado influía en la evolución desfavorable de dicho síndrome con 48,2%, datos similares fueron los de Alcívar (2018), y Navarro (2020) (11,3,15).

La prueba estadística que se realizó en la investigación fue Chi cuadrado, en la cual se obtuvo un p – value = 0.000 ($p < 0.05$), evidenciando que el Índice de Masa Corporal y la intensidad del Síndrome Climatérico se asocian significativamente.

Tabla 7. Asociación entre el Perímetro Abdominal y Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022

| Indicadores del Síndrome Climatérico | Perímetro abdominal | | | | | | | | Chi-Cuadrado | |
|--------------------------------------|---------------------|------|---------------------|------|-------------------------|------|-------|------|----------------|---------|
| | Bajo riesgo < 80 cm | | Alto riesgo ≥ 80 cm | | Muy alto riesgo ≥ 88 cm | | Total | | | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % | X ² | p-value |
| Asintomático/muy leve | 12 | 35.3 | 3 | 7.5 | 9 | 7.7 | 24 | 12.6 | 45,534 | 0,000 |
| Leve | 10 | 29.4 | 19 | 47.5 | 16 | 13.7 | 45 | 23.6 | | |
| Moderado | 8 | 23.5 | 6 | 15.0 | 32 | 27.4 | 46 | 24.1 | | |
| Muy molesto | 4 | 11.8 | 12 | 30.0 | 60 | 51.3 | 76 | 39.8 | | |

Fuente: Recolección de la valoración nutricional antropométrica y del cuestionario Escala cubana.

Finalmente, en la tabla 7, se observa la asociación entre el Perímetro Abdominal y la intensidad del Síndrome Climatérico. Se evidenció que, a mayor perímetro abdominal mayor intensidad del Síndrome Climatérico, siendo la más predominante con 51,3%, mientras que el 35,3% de la muestra, correspondió a un nivel de bajo riesgo asociándose con una intensidad asintomática o muy leve del Síndrome Climatérico. De manera similar con Lugones et al. (2017) (11), Navarro (2020), Fonseca et al. (2018) (14,13).

Al aplicar la prueba estadística no paramétrica Chi-cuadrado en la presente investigación, se obtuvo como resultado un p-value = 0.000 ($p < 0.05$), evidenciando una asociación altamente significativa entre el perímetro abdominal y la intensidad del Síndrome Climatérico en mujeres de la comunidad de Mollepampa Alta-Cajamarca durante el año 2022.

Es por ello que Mamani (2020), recomendó brindar consejerías a mujeres en etapa del climaterio, incidiendo en el que tener un IMC normal disminuía la severidad de la sintomatología climatérica (8). Debido a que en este período de vida de la mujer es fundamental el resultado de un balance energético adecuado lo cual modifica y mejora el IMC y PAB; sin embargo, si se producen cambios en los hábitos alimentarios consumiendo mayor cantidad de grasas, azúcares y sal y menos frutas y vegetales, unido al déficit estrogénico en el período del climaterio, ocasiona cambios endocrinos del metabolismo lipoprotéico, teniendo como resultado obesidad (32).

Por último, el análisis permitió contrastar y comparar los hallazgos del estudio con otras investigaciones; por tanto, un estado nutricional normal es de vital importancia para que

las mujeres en etapa del climaterio puedan sobrellevar de mejor manera la sintomatología, por el contrario, si durante este periodo la mujer presenta un estado nutricional disfuncional, también presentaría una mayor intensidad del Síndrome Climatérico, tal como se demostró en los resultados de esta investigación, los cuales determinaron una asociación significativa entre estas dos variables.

CONCLUSIONES

Al concluir la presente investigación realizada en la comunidad de Mollepampa Alta-Cajamarca durante el año 2022, se determinaron las siguientes conclusiones:

1. Las características sociales de las mujeres en etapa del climaterio, predominó el grupo de 40 a 49 años de edad, conviviente, con secundaria y ama de casa. Las características gineco – obstétricas, predominó multiparidad y la etapa de posmenopausia. En los estilos de vida la mayoría reportó realizar actividad física; no consumo de alimentos ultra procesados; consumo de 2 veces al día de frutas y verduras; de 1 a 3 veces por semana ingesta de carnes y 4 a 5 veces por semana el consumo de lácteos.
2. Valoración nutricional antropométrica: el Índice de Masa Corporal con mayor porcentaje fue de 25 a < 30 (sobrepeso), Perímetro Abdominal predominó circunferencia ≥ 88 cm (muy alto riesgo) en mujeres en etapa del climaterio.
3. Las dimensiones del Síndrome Climatérico más alteradas fueron los síntomas psicológicos, generales y circulatorios con intensidad muy molesto; los síntomas genitourinarios con intensidad moderada y presencia de síntomas clínicos.
4. Existe asociación significativa entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del Síndrome Climatérico ($p = 0.000$) en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta; comprobándose de esta forma la hipótesis alterna.

RECOMENDACIONES

A las autoridades de la Dirección Regional de Salud: se implemente normas/lineamientos que permitan a los profesionales de Salud dirigirse a la población en etapa del climaterio, para brindar educación sobre estilos de vida saludable y así disminuir de forma considerable la intensidad del Síndrome Climatérico.

A los profesionales del Centro de Salud La Tulpuna: realizar un trabajo multidisciplinario para educar sobre la importancia del estado nutricional y su efecto en los síntomas climatéricos.

A los profesionales de Obstetricia: brindar consejerías sobre signos y síntomas durante el climaterio; así también, realizar trabajo conjunto con profesionales en Nutrición para incentivar la mejora de los estilos de vida, especialmente en la alimentación y la actividad física, ya que se ha demostrado que tanto el IMC como el PAB influyen en los síntomas climatéricos.

A los estudiantes, internos de Obstetricia: continuar con el desarrollo de investigaciones relacionadas a la etapa del climaterio, profundizando más en la salud física y alimentación de la mujer climatérica, para ampliar el conocimiento científico del personal de Salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Montoya J, Arturo M, Osvaldo N, Pozuelos J, Paradas A. Climaterio y Menopausia. Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología (FLASOG).: Nieto Editores; 2016. 258 p. Disponible en: <http://www.fasgo.org.ar/index.php/climaterio/1443-publicacion-flasog-climaterio-y-menopausia>
2. Mitchell C, Alimentos ultraprocesados ganan más espacio en la mesa de las familias latinoamericanas. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2019. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15530:ultra-processed-foods-gain-ground-among-latin-american-and-caribbean-families&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0
3. Carrasco J. Sintomatología ansiosa y síndrome climatérico en mujeres comerciantes del Mercado San Antonio – Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca; 2021 [citado 1 de agosto de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/4316>
4. Monsalve C, Reyes V, Parra J, Chea R. Manejo terapéutico de la sintomatología climatérica. Rev Peru Ginecol Obstet [Internet]. 2018;64((1)):43-50. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rgo/v64n1/a07v64n1.pdf>
5. Tirado R, Retamoza P, Muñoz N, Acosta D, Gastelum L. Síndrome climatérico y funcionalidad familiar. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. 2021;29(2):86-95. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1355281/1186-6557-1-pb.pdf>
6. Rodríguez V, Heras R, Barrera M, Herrera L, Gómez Y, Villarejo Y. Intensidad del síndrome climatérico en mujeres con diabetes mellitus tipo 2. Acta Med Cent. 2018 [citado 1 de agosto de 2022];12(4):440-7. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=83413>
7. Acosta B, Pinchi G. Síndrome climatérico y su asociación con el funcionamiento familiar en mujeres atendidas en el Hospital II – 2 MINSAs. Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto; 2018 [citado 1 de agosto de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/2630>
8. Mamani V. Factores asociados a la severidad del síndrome climatérico en mujeres atendidas en hospitalización y consultorios externos del Servicio de Ginecología del Hospital Regional Honorio Delgado, Arequipa. Universidad Católica de Santa María; 2019. Disponible en: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9876/60.1449.EN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
9. Orgaz C. Los países de América Latina donde más ha crecido la obesidad. BBC News Mundo. 14 de mayo de 2019 [citado 1 de agosto de 2022]; Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-48258937>
10. Pajuelo J, Torres L, Agüero R, Bernui I. El sobrepeso, la obesidad y la obesidad abdominal en la población adulta del Perú. An Fac med. 27 de marzo de 2019

[citado 1 de agosto de 2022];80(1):21-7. Disponible en:
<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/anales/article/view/15871>

11. Lugones M, Navarro D, Fernández J, Bacallao J. Intensidad y evolución del síndrome climatérico y su relación con los factores de riesgo para aterosclerosis. *Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología*. marzo de 2017 [citado 1 de agosto de 2022];43(1):0-0. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0138-600X2017000100003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
12. Campos V. Síndrome Climatérico y Afrontamiento en Mujeres del Centro Poblado Shaullo Chico. Cajamarca Universidad Nacional de Cajamarca; 2021. Disponible en:
<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/4719/Vilma%20Elita%20Campos%20Ch%c3%a1vez.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
13. Hipertensión - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [citado 5 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/hipertension>
14. Aguilar L, Contreras M, Del Canto J, Vílchez W, Instituto Nacional de Salud. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta Perú. Ministerio de Salud. 2012;36p.
15. Fonseca J, Freitas R, Duarte M, Reis V, Popoff D, Rocha JSB. Índice de Massa Corporal e fatores associados em mulheres climatéricas. *Enfermería Global*. 2018 [citado 1 de agosto de 2022];17(1):1-35. Disponible en:
<https://revistas.um.es/eglobal/article/view/271551>
16. Alcívar G. Síndrome climatérico y enfermedades asociadas en mujeres atendidas en dos consultorios, Centro de Salud Urbano Playas: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2018. Disponible en:
<http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/12140/1/T-UCSG-POS-EGM-MFC-37.pdf>
17. Navarro J. Trastornos y Anomalías Relacionados con el Síndrome Climatérico de las Pacientes que Acudieron a la Unidad de Climatedio del Hospital Nacional Arzobispo Loayza, Período 2018 - 2019 Universidad Privada San Juan Bautista; 2020. Disponible en:
<http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/2680/T-TPMC-JANET%20FIORELLA%20NAVARRO%20VASQUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Prado G. Funcionamiento familiar e intensidad del síndrome climatérico en mujeres de la comunidad La Tulpuna - Cajamarca, 2021: Universidad Nacional de Cajamarca; 2023. Disponible en:
<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5509/TESIS%20-%20PRADO%20ALVAREZ%20%20GLORIA%20SOFIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Chicoma F. Intensidad del Síndrome Climatérico y la Calidad de Vida en Usuarias de Consultorios Externos de Ginecología del Hospital de Apoyo “Nuestra Señora del Rosario”. Cajabamba. Universidad Nacional de Cajamarca; 2018. Disponible en:
<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/1802/TESIS%20Inte>

nsidad%20del%20Sindrome%20Climaterico%20y%20Calidad%20de%20Vida%20Cajabamba%202017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

20. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Nutrición y Salud. 2016;(3):26. Disponible en: <chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.fao.org/3/am401s/am401s04.pdf>
21. Danckers L. Síndrome metabólico en el climaterio. Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia. enero de 2018 [citado 10 de mayo de 2023];64(1):39-42. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2304-51322018000100006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
22. Cerna J. Estilos de vida y estado nutricional de Educación Básica Regular de la Institución Educativa Experimental Antonio Guillermo Urrelo - Cajamarca 2018. Universidad Nacional de Cajamarca;
23. Ayala F. Estrategias de manejo durante el climaterio y menopausia. Guía práctica de atención rápida | Revista Peruana de Investigación Materno Perinatal. Revista Peruana de Investigación Materno Perinatal. 2021 [citado 1 de agosto de 2022];8(2):54. Disponible en: <https://investigacionmaternoperinatal.inmp.gob.pe/index.php/rpinmp/article/view/204>
24. Organización Mundial de la Salud. Menopausia. 2022 [citado 10 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/menopause>
25. Pérez J. Escala cubana para clasificar la intensidad del síndrome climatérico: resultados de su aplicación en provincias seleccionadas, 1999-2004 [Internet]. [citado 1 de agosto de 2022]. Disponible en: <http://tesis.sld.cu/index.php?P=FullRecord&ID=97>
26. Hernández-Sampieri R, Mendoza C. Metodología de la Investigación: Las Rutas Cuantitativa, Cualitativa y Mixta. 1.^a ed. Mexico: McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C. V.; 2018. 753 p.
27. Aparisi C. Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural. Veritas. marzo de 2010 [citado 2 de agosto de 2022];(22):121-57. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0718-92732010000100006&lng=en&nrm=iso&tlng=en
28. Ugaldi A. Funcionalidad familiar e intensidad del síndrome climatérico en mujeres que se atienden en el Hospital de Ventanilla. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2016 [citado 1 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/4736>
29. Encuesta Demográfica y Salud Familiar-ENDES 2020. Perú: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2021 [citado 21 de febrero de 2023] p. 380. Disponible en: https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/INFORME_PRINCIPAL_2020/INFORME_PRINCIPAL_ENDES_2020.pdf
30. Cunningham F, Leveno K, Bloom S, Hauth J, Rouse D, Spong C. Williams Obstetricia. 23.^a ed. Mexico: Mc Graw Hill Educación; 1405 p.

31. Lázaro M, Domínguez C. Guías alimentarias para la población peruana [Internet]. Lima: Ministerio de Salud. Instituto Nacional de Salud; 2019 [citado 17 de febrero de 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4832.pdf>
32. Martínez R, Escotet E. La masa grasa en la mujer durante el periodo climatérico. Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología. 28 de septiembre de 2016 [citado 1 de agosto de 2022];42(3). Disponible en: <http://revginecobstetricia.sld.cu/index.php/gin/article/view/72>

ANEXOS

Anexo 1:



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



CUESTIONARIO SOBRE CARACTERÍSTICAS PERSONALES Y VALORACIÓN NUTRICIONAL DE MUJERES EN ETAPA DE CLIMATERIO

Me dirijo a usted para pedir su colaboración en el estudio sobre “Valoración nutricional antropométrica asociada a la intensidad del Síndrome Climatérico. Mollepampa Alta. Cajamarca 2022”. El cuestionario se llenará de manera anónima y los datos que proporcione serán utilizados únicamente para la investigación, por ello siéntase libre de contestar con absoluta sinceridad y de manera voluntaria. Así mismo, se solicita su colaboración para realizar la evaluación de su talla, peso y perímetro abdominal.

CARACTERÍSTICAS PERSONALES.

Nº de encuesta:

1. Edad:.....
2. Estado civil:
 - a. Soltera
 - b. Casada
 - c. Conviviente
 - d. Divorciada
 - e. Viuda
3. Grado de instrucción:
 - a) Sin estudio
 - b) Primaria
 - c) Secundaria
 - d) Superior incompleto
 - e) Superior completa
4. Ocupación:
 - a) Ama de casa
 - b) Independiente
 - c) Dependiente

CARACTERÍSTICAS GINECO-OBSTÉTRICAS

5. Nº de hijos:
 - a) Nulípara (0)
 - b) Pimípara (1)
 - c) Multípara (2 a más)
6. Etapa del climaterio:
 - a) Etapa reproductiva tardía (menstruación regular)
 - b) Perimenopausia (menstruaciones irregulares)
 - c) Posmenopausia (12 meses a más de amenorrea)

ESTILOS DE VIDA

7. Realiza actividad física por lo menos tres veces a la semana:
 - a) Si
 - b) No
8. Consumo de alimentos ultra procesados por día:

Anexo 2: Escala para medir Intensidad Del Síndrome Climatérico

ESCALA CUBANA

Pérez J, 2007

| N° | Síntomas | Intensidad | | | | Peso | Puntos |
|---------------------------------|---|-----------------------|-------------------|------------------------|----------------------|---------------------------------|--------|
| | | Ausente (0 puntos) | Leve (1 punto) | Moderado (2 puntos) | Intenso (3puntos) | | |
| Síntomas Circulatorios | | | | | | | |
| 1 | Sofocos u oleadas de calor | | | | | X4 | |
| 2 | Sudoraciones nocturnas | | | | | X4 | |
| 3 | Palpitaciones | | | | | X2 | |
| 4 | Parestesias-hiperestesias | | | | | X2 | |
| 5 | Dolores de cabeza | | | | | X1 | |
| | | | | | | Subtotal Circulatorios | |
| Síntomas Psicológicos | | | | | | | |
| 6 | Insomnio | | | | | X3 | |
| 7 | Nerviosismo | | | | | X3 | |
| 8 | Irritabilidad | | | | | X3 | |
| 9 | Labilidad emocional | | | | | X3 | |
| 10 | Disminución interés sexual | | | | | X3 | |
| 11 | Pérdida capacidad memoria concentración | | | | | X2 | |
| 12 | Apatía | | | | | X2 | |
| 13 | Tristeza | | | | | X2 | |
| 14 | Miedos | | | | | X1 | |
| | | | | | | Subtotal Psicológicos | |
| Síntomas Genitourinarios | | | | | | | |
| 15 | Dispareunia | | | | | X3 | |
| 16 | Disminución placer sexual | | | | | X3 | |
| 17 | Incontinencia urinaria | | | | | X1 | |
| 18 | Polaquiuria | | | | | X1 | |
| 19 | Disuria | | | | | X1 | |
| | | | | | | Subtotal Genitourinarios | |
| Síntomas Generales | | | | | | | |
| 20 | Dolores musculares osteo-articulares | | | | | X2 | |
| 21 | Aumento de peso | | | | | X2 | |
| 22 | Vértigos | | | | | X1 | |
| 23 | Sequedad mucosa oral | | | | | X1 | |
| 24 | Astenia | | | | | X1 | |
| 25 | Pérdida de peso | | | | | X1 | |
| | | | | | | Subtotal Generales | |
| Signos Clínicos | | Presencia | | | | | |
| | | No (0 puntos) | | Sí (2 puntos) | | | |
| 26 | Atrofia genital | | | | | X3 | |
| 27 | Sequedad vaginal | | | | | X3 | |
| 28 | Sequedad de la piel | | | | | X1 | |
| | | | | | | Subtotal Clínicos | |
| | | | | | | TOTAL | |

ANEXO 3:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____
declaro que he sido informado e invitado a participar en una investigación denominada “Valoración nutricional antropométrica asociada a la Intensidad del Síndrome Climatérico”, éste es un proyecto de investigación que es realizado por Edris Evelyn Gonzales Chavez, estudiante de la Universidad Nacional de Cajamarca, de la Escuela Académico profesional de Obstetricia. Entiendo que este estudio busca conocer la asociación entre las medidas del índice de masa corporal, perímetro abdominal y la intensidad del síndrome climatérico. Me han explicado que la información registrada será confidencial, y que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, esto significa que las respuestas no podrán ser conocidas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados. Asimismo, sé que puedo negar la participación o retirarme en cualquier etapa de la investigación, sin expresión de causa ni consecuencias negativas para mí. Por ello sí acepto voluntariamente participar en este estudio.

Firma participante:

Fecha:

Anexo 4: SOLICITUD DE LA TULPUNA



GOBIERNO REGIONAL DE CAJAMARCA
DIRECCION REGIONAL DE SALUD CAJAMARCA
ZONA SANITARIA MAGNA VALLEJO
CENTRO DE SALUD LA TULPUNA



Cajamarca, 25 de agosto de 2022

OFICIO N° 71- 2022-GR-CAJ/DRSC/RISCAJ/MRMV/CSLT/CGS

SRTA.

EDRIS EVELYN GONZALES CHAVEZ

PRESENTE.-

ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Tengo el agrado de dirigirme a Usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez COMUNICAR la autorización para realizar el estudio de investigación concerniente a valoración nutricional antropométrica asociada a la intensidad del síndrome climatérico en mujeres de la comunidad de mollepampa alta.

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para testimoniar los sentimientos de mi consideración y estima

Atentamente,



“Nuestra Atención, con calidad y buen trato”

Anexo 5: JUICIO DE ESPERTOS

Experto 1:



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



CARTILLA DE VALIDACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participación para la validación del presente instrumento para recojo de información, siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

| | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. NOMBRE DEL JUEZ | Rosa del Pilar Unate Torres |
| 2. PROFESIÓN | OBSTETRICA |
| TITULO Y/O GRADO ACADÉMICO OBTENIDO | DOCTOR |
| ESPECIALIDAD | GESTION EN SALUD |
| EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años) | 18 años |
| INSTITUCIÓN DONDE LABORA | Universidad Nacional de Cajamarca |
| CARGO | Docente |

3. TITULO DE LA INVESTIGACIÓN:
VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMETRICA ASOCIADA A LA INTENSIDAD DEL SÍNDROME CLIMATÉRICO EN LA COMUNIDAD DE MOLLEPAMPA ALTA. CAJAMARCA, 2022.

4. NOMBRE DEL TESISISTA: Edris Evelyn Gonzales Chavez


5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACION
Determinar la asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del síndrome climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta, Cajamarca, 2022.

6. DETALLE DEL INSTRUMENTO:
El presente instrumento se realizara mediante una entrevista y una guia de observación, la cual tiene la finalidad de determinar el estado nutricional y la intensidad del síndrome climatérico de mujeres, se realizará para identificar si existe asociación entre esas dos variables

A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.

| Item | Claridad en la redacción | | Coherencia interna | | Inducción a la respuesta (Sesgo) | | Lenguaje adecuado con el nivel del informante | | Mide lo que pretende medir | | Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique) |
|------|--------------------------|----|--------------------|----|----------------------------------|----|---|----|----------------------------|----|--|
| | Si | No | Si | No | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | X | | X | | X | | X | | X | | ***** |
| 2 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 3 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 4 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 5 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 6 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 7 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 8 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 9 | X | | X | | X | | X | | X | | |
| 10 | X | | X | | X | | X | | X | | (señala mas de 1 vez/sau.) |
| 11 | X | | X | | X | | X | | X | | |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 12 | X | X | X | X | X |
| 13 | X | X | X | X | X |
| 14 | X | X | X | X | X |
| 15 | X | X | X | X | X |
| 16 | X | X | X | X | X |
| 17 | X | X | X | X | X |
| 18 | X | X | X | X | X |
| 19 | X | X | X | X | X |
| 20 | X | X | X | X | X |
| 21 | X | X | X | X | X |
| 22 | X | X | X | X | X |
| 23 | X | X | X | X | X |
| 24 | X | X | X | X | X |
| 25 | X | X | X | X | X |

| | | | | | | |
|--|--------------------------|--|--|--------------|--------------------------|----|
| 26 | X | X | X | X | X | |
| 27 | X | X | X | X | X | |
| 28 | X | X | X | X | X | |
| Aspecto | | Genérica | | | SI | NO |
| El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario | | Inseguro | | | X | |
| Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación | | | | | | |
| Los ítems están redactados en forma lógica y secuencial | | | | | X | |
| El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir | | | | | X | |
| JUICIO FINAL DE VALIEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento: | | | | | | |
| APLICABLE | <input type="checkbox"/> | APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES | <input checked="" type="checkbox"/> | NO APLICABLE | <input type="checkbox"/> | |
| Fecha | 6-11-20 | Firma |  | Email | rosale@unz.edu.pe | |
| | | | | Telefono | 996693764 | |

Experto 2:



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



CARTILLA DE VALIDACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participación para la validación del presente instrumento para recojo de información, siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

| | |
|--------------------------------------|----------------------------|
| 1. NOMBRE DEL JUEZ | LORENDO BECERRA GOICACHILD |
| 2. PROFESIÓN | OBSTETRA |
| TÍTULO Y N° GRADO ACADÉMICO OBTENIDO | DOCTOR EN CIENCIAS |
| ESPECIALIDAD | ALTO RIESGO OBSTETRIAL |
| EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años) | 14 años |
| INSTITUCIÓN DONDE LABORA | HOSPITAL REGIONAL / UNC |
| CARGO | obstetra |

3. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:
VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA ASOCIADA A LA INTENSIDAD DEL SÍNDROME CLIMATÉRICO EN LA COMUNIDAD DE MOLLEPAMPA ALTA, CAJAMARCA, 2022.

4. NOMBRE DEL TESISTA: Edris Evelyn Gonzales Chavez

5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN
Determinar la asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del síndrome climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta, Cajamarca, 2022.

6. DETALLE DEL INSTRUMENTO:
El presente instrumento se realizará mediante una entrevista y una guía de observación, la cual tiene la finalidad de determinar el estado nutricional y la intensidad del síndrome climatérico de mujeres. se realizará para identificar si existe asociación entre esas dos variables

A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.

| Ítem | Clandad en la redacción | | Coherencia interna | | Inducción a la respuesta (Sesgo) | | Lenguaje adecuado con el nivel del informante | | Mide lo que pretende medir | | Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique) |
|------|-------------------------|----|--------------------|----|----------------------------------|----|---|----|----------------------------|----|---|
| | Si | No | Si | No | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1. 1 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 2 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 3 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 4 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 5 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 6 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 7 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 8 | X | | X | | | X | | X | X | X | Verificar si los participantes comprenden las palabras "valuada" y "obstetra" |
| 9 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 10 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 11 | X | | X | | | X | X | | X | | |

| | | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|---|---|--|--|
| 12 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 13 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | X | | |
| 14 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 15 | X | X | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 16 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 17 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 18 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 19 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 20 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 21 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 22 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 23 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 24 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |
| 25 | 0 | 0 | | ✓ | 0 | 0 | | |

| | | | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|--|--|
| 12 | ✓ | | | | | | | |
| 13 | ✓ | | | | | | | |
| 14 | ✓ | | | | | | | |
| 15 | ✓ | | | | | | | |
| 16 | ✓ | | | | | | | |
| 17 | ✓ | | | | | | | |
| 18 | ✓ | | | | | | | |
| 19 | ✓ | | | | | | | |
| 20 | ✓ | | | | | | | |
| 21 | ✓ | | | | | | | |
| 22 | ✓ | | | | | | | |
| 23 | ✓ | | | | | | | |
| 24 | ✓ | | | | | | | |
| 25 | ✓ | | | | | | | |

| Aspecto | Generales | Si | No |
|--|-----------|----|----|
| El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario | | Y | |
| Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación | | Y | |
| Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial | | Y | |
| El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir | | Y | |

JUICIO FINAL DE VALIDEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento.

APLICABLE
 APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES
 NO APLICABLE

| | | | |
|----------|-------|-------------------|----------|
| Fecha | Firma | E-mail | Teléfono |
| 27/07/22 | | euspi_ig@tot mail | 97619319 |

Elaborado por Corral T. (2020)

Experto 3:



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE OBSTETRICIA



Estimado profesional, siendo conocedor de su extraordinaria trayectoria solicito su participación para la validación del presente instrumento para recojo de información; siendo éste un requisito solicitado en toda investigación. Por ello adjunto a este formato el instrumento y el cuadro de operacionalización de variables. Agradezco por anticipado su especial atención.

| | |
|---|--------------------------------|
| 1. NOMBRE DEL JUEZ | KARINA ALVAREZ MORALES |
| 2. PROFESIÓN | NUTRICIONISTA |
| TITULO Y /O GRADO ACADÉMICO OBTENIDO | BACHILLER |
| ESPECIALIDAD | NO TIENE |
| EXPERIENCIA PROFESIONAL (en años) | 11 AÑOS |
| INSTITUCIÓN DONDE LABORA | CENTRO DE SALUD BAÑOS DEL INCA |
| CARGO | NUTRICIONISTA |

3. TITULO DE LA INVESTIGACIÓN:

VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA ASOCIADA A LA INTENSIDAD DEL SÍNDROME CLIMATÉRICO EN LA COMUNIDAD DE MOLLEPAMPA ALTA. CAJAMARCA, 2022

4. NOMBRE DEL TESISISTA: Edris Evelyn Gonzales Chavez

| | |
|--|---|
| 5. OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN | Determinar la asociación entre la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del síndrome climatérico en mujeres de la comunidad Mollepampa Alta. Cajamarca, 2022. |
|--|---|

6. DETALLE DEL INSTRUMENTO:

El presente instrumento se realizará mediante una entrevista y una guía de observación, la cual tiene la finalidad de determinar la valoración nutricional antropométrica y la intensidad del síndrome climatérico de mujeres, se realizará para identificar si existe asociación entre esas dos variables

A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede anotar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.

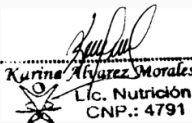
| Ítem | Claridad en la redacción | | Coherencia interna | | Inducción a la respuesta (Sesgo) | | Lenguaje adecuado con el nivel del informante | | Mide lo que pretende medir | | Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique) |
|------|--------------------------|----|--------------------|----|----------------------------------|----|---|----|----------------------------|----|--|
| | Sí | No | Sí | No | Sí | No | Sí | No | Sí | No | |
| | | | | | | | | | | | ***** |
| 1. 1 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 2 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 3 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 4 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 5 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 6 | X | | X | | | X | X | | X | | |

| | | | | | | | | | | | |
|--------|---|--|---|--|--|---|---|--|---|--|--|
| 7 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 8 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 9 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 10 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 11 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 12 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 13 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 14 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 15 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 16 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| II. 1 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 2 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| III. 1 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 2 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 3 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 4 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 5 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 6 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 7 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 8 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 9 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 10 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 11 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 12 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 13 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 14 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 15 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 16 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 17 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 18 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 19 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 20 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 21 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 22 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 23 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 24 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 25 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 26 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 27 | X | | X | | | X | X | | X | | |
| 28 | X | | X | | | X | X | | X | | |

| Aspectos Generales | | Si | No | ***** |
|--|--|----|----|-------|
| El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario | | X | | |
| Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación | | X | | |
| Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial | | X | | |
| El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir | | X | | |

JUICIO FINAL DE VALIDEZ DEL EXPERTO: marque con un aspa en la opción que considere conveniente según su análisis del presente instrumento:

APLICABLE
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES

| | | | |
|----------------------|---|------------------------------------|------------------------|
| Fecha: 12/08/2022 | Firma:  Karina Alvarez Morales Líc. Nutrición CNP.: 4791 | E mail: k.alvarez85@hotmail.com | Teléfono: 978369792 |
|----------------------|---|------------------------------------|------------------------|

Elaborado por Corral Y (2009)

Anexo 6:

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

“INTENSIDAD DEL SINDROME CLIMATERICO” (ESCALA CUBANA)

Resumen de procesamiento de casos

| | | N | % |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Casos | Válido | 20 | 100,0 |
| | Excluido ^a | 0 | 0,0 |
| | Total | 20 | 100,0 |

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| 0,895 | 28 |

La confiabilidad del instrumento presenta un Coeficiente Alfa de Cronbach de 0,895, lo que indica que el instrumento es bueno y confiable.



MODALIDAD "A"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO PROFESIONAL DE OBSTETRA

En Cajamarca, siendo las 5:00 p.m. del 12 de Julio del 2023 los integrantes del Jurado Evaluador para la revisión y sustentación de la tesis, designados en Consejo de Facultad a propuesta del Departamento Académico, reunidos en el ambiente GE-205 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, dan inicio a la sustentación de tesis denominada: Valor Nutricional Antropométrica Asociada a la Intensidad del Síndrome Climatérico en Mujeres de la Comunidad Mallepampa Alta, Cajamarca, 2022.

del (a) Bachiller en Obstetricia:

Edris Evelyn Gonzales Chavez

Siendo las 6:15 p.m. del mismo día, se da por finalizado el proceso de evaluación, el Jurado Evaluador da su veredicto en los siguientes términos: Muy buena, con el calificativo de: 18, con lo cual el (la) Bachiller en Obstetricia se encuentra apta para la obtención del Título Profesional de: **OBSTETRA**.

| Miembros Jurado Evaluador Nombres y Apellidos | | Firma |
|--|--------------------------------------|-------|
| Presidente: | Dra. Rebeca Beatriz Aguilar Quiroz | |
| Secretario(a): | M. Cs. Nancy Noemi Vásquez Bardales | |
| Vocal: | M. Cs. Marieta Marlene Lezama Torres | |
| Accesitaria: | | |
| Asesor (a): | Mg. Amanda Elena Rodríguez Sánchez | |
| Asesor (a): | | |

Términos de Calificación:
 EXCELENTE (19-20)
 REGULAR (12-13)

MUY BUENO (17-18)
 REGULAR BAJO (11)

BUENO (14-16)
 DESAPROBADO (10 a menos)