



**UNIVERSIDAD NACIONAL
"TORIBIO RODRIGUEZ DE MENDOZA"
DE AMAZONAS**



FACULTAD DE ENFERMERÍA

**"CLIMATERIO Y CALIDAD DE VIDA EN LAS MUJERES DEL
CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA - CAJARURO -
UTCUBAMBA - 2012"**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA:

Br. Enf. INGRIS ALICIA PÉREZ CABRERA.

ASESOR:

Lic. Enf. WILFREDO AMARO CÁCERES.

CHACHAPOYAS - AMAZONAS - PERÚ

2013



16 SEP 2013



**UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO
RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE
AMAZONAS**



FACULTAD DE ENFERMERÍA

**“CLIMATERIO Y CALIDAD DE VIDA EN LAS MUJERES DEL
CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO-
UTCUBAMBA- 2012”**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE : Licenciada en Enfermería.

AUTORA : Br. Enf. Ingris Alicia Pérez Cabrera.

ASESOR : Lic. Enf. Wilfredo Amaro Cáceres.

CHACHAPOYAS – AMAZONAS- PERU

2013



16 SEP 2013.

DEDICATORIA

A DIOS por su infinita misericordia, que me da sabiduría y salud para así continuar mi vida.

Para mi madre, por darme la luz de la vida y esperanza para superarme profesionalmente.

AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento a DIOS por Darme la vida, al mismo tiempo sabiduría, fe y amor, para hacer realidad el logro de mis metas.

A todos los docentes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas por haberme dado la oportunidad de adquirir mis conocimientos y experiencias que nutrieron a mi alma para llegar a ser una profesional y así ocupar un sitio importante en la sociedad.

A todas las mujeres de 40 a 60 años del Centro Poblado Menor José Olaya, Cajaruro-Utcubamba por su valiosa colaboración que sin ello no hubiera sido posible realizar el trabajo de investigación.

Al Lic. Enf. Wilfredo Amaro Cáceres por su apoyo incondicional y sus enseñanzas impartidas como asesor en el desarrollo de la elaboración, ejecución y estadística de mi trabajo de investigación que hizo realidad la conclusión del mismo.

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Ph.D, Dr. Hab. Vicente Marino Castañeda Chávez

Rector

Dr. José Roberto Nervi Chacón

Vice rector Académico

Dr. Ever Salomé Lázaro Bazán.

Vice rector Administrativo

Mg. Enf. Gladys Bernardita León Montoya

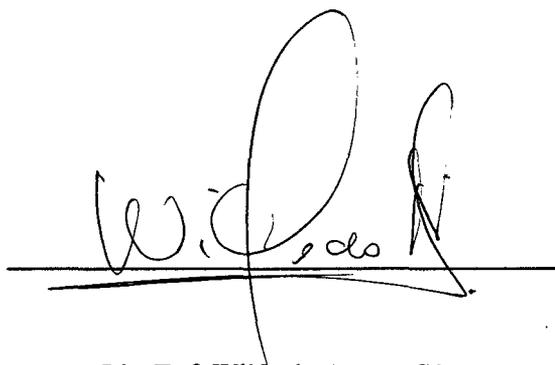
Decana (e) de la Facultad de Enfermería

VISTO BUENO DEL ASESOR

Yo, Wilfredo Amaro Cáceres, identificado con DNI N° 41983973, Con domicilio legal en el Jr. Cuarto centenario N°466, docente adscrito a la Facultad de Enfermería, asesor de la tesis titulado “**CLIMATERIO Y CALIDAD DE VIDA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012**”, presentado por la Br. Enf. **Ingris Alicia Pérez Cabrera**.

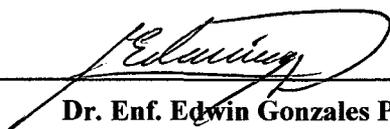
Por lo indicado doy testimonio y **visto bueno**, ya que ha ejecutado la tesis mencionada, por lo que en fe a la verdad firmo al pie para mayor veracidad.

Chachapoyas 18 de marzo del 2013

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Wilfredo', is written over a horizontal line. The signature is stylized and somewhat cursive.

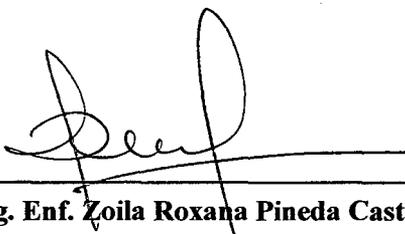
Lic. Enf. Wilfredo Amaro Cáceres
DNI 41983973

JURADO DE TESIS



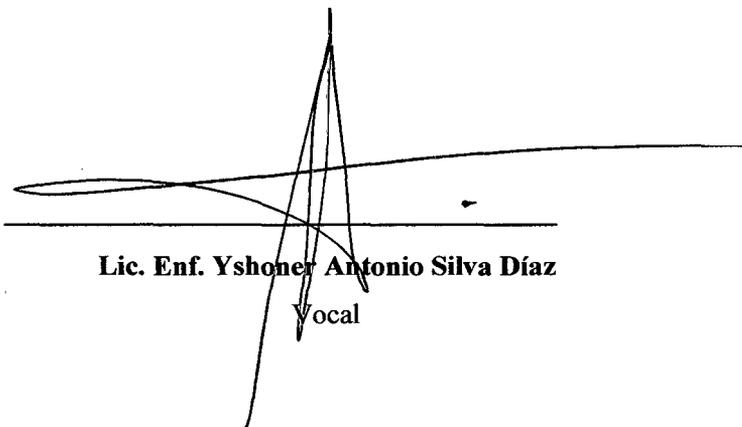
Dr. Enf. Edwin Gonzales Paco

Presidente



Mg. Enf. Zoila Roxana Pineda Castillo

Secretaria



Lic. Enf. Yshoner Antonio Silva Díaz

Vocal

ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatorias	i
Agradecimientos	ii
Autoridades universitarias	iii
Visto bueno del asesor	iv
Jurado de tesis	v
Índice de contenido	vi
Índice de tablas	vii
Índice de gráficos	viii
Índice de anexos	ix
Resumen	x
Abstract	xi
I. INTRODUCCIÓN	01
II. MARCO METODOLÓGICO	06
2.1 Diseño de la Investigación	06
2.2 Población y muestra	06
2.3 Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos	07
2.4 Análisis de datos	07
III. RESULTADOS	09
IV. DISCUSIÓN	13
V. CONCLUSIONES	19
VI. RECOMENDACIONES	20
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	21
VIII. ANEXOS	25

ÍNDICE DE TABLAS

- Tabla 01** Climaterio según fases en mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya-Cajaruro- Utcubamba- 2012.
- Tabla 02** Calidad de vida de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya-Cajaruro- Utcubamba- 2012.
- Tabla 03** Climaterio y calidad de vida en las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya - Cajaruro- Utcubamba- 2012.

ÍNDICE DE GRÁFICOS

- Grafico 01** Climaterio según fases en mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba- 2012.
- Grafico 02** Calidad de vida de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba- 2012.
- Grafico 03** Climaterio y calidad de vida en las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya - Cajaruro- Utcubamba- 2012.

ÍNDICE DE ANEXOS

- Anexo 01** Matriz de consistencia.
- Anexo 02** Operacionalización de variables.
- Anexo 03** Cuestionario estructurado sobre el climaterio.
- Anexo 04** Cuestionario estructurado sobre calidad de vida.
- Anexo 05** Evaluación de la validez de los instrumentos de medición.
- Anexo 06- A** Escala dicotómica para evaluar por juicio de expertos.
- Anexo 06-B** Matriz de respuestas de los profesionales de consultados sobre los instrumentos de medición.
- Anexo 07** Evaluación de la confiabilidad del instrumento de medición.
- Anexo 08** Tablas complementarias.

RESUMEN

El presente estudio de tipo descriptivo correlacional se realizó con el objetivo de determinar la relación que existe entre el climaterio y la calidad de vida en las mujeres del centro poblado José Olaya, Cajaruro- Utcubamba- 2012”, teniendo como hipótesis: existe relación estadísticamente significativa entre el climaterio y la calidad de vida de dichas mujeres. La muestra estuvo constituida por 50 mujeres de 40 a 60 años de edad; se utilizaron cuestionarios estructurados para ambas variables elaborados por la autora (Validez= 8.67>1.64 y confiabilidad 0.991=alta confiabilidad). Los resultados evidencian que del 100% de las mujeres, el 74% se encuentra en la fase menopáusica y el 26% en la pre menopausia. En función a la variable calidad de vida, del 100% de las mujeres, el 74% presenta una calidad de vida regular, el 20% una mala calidad de vida y solo un 6% una buena calidad de vida. Con respecto al resultado de correlación, el valor de chi cuadrado obtenido fue de $X^2=2.127$ ($p=0.3452>0.05$, $Gl=2$), lo que indica que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables en estudio.

Se concluye entonces que la mayoría de las mujeres se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, y tienen regular calidad de vida, finalmente no existe relación entre el climaterio y la calidad de vida de las mujeres del Centro Poblado José Olaya, Cajaruro- Utcubamba, por lo que se acepta la hipótesis nula.

Palabras clave: Climaterio, calidad de vida, mujeres.

ABSTRACT

This descriptive correlational study was conducted in order to determine the relationship between menopause and quality of life in women at the José Olaya town center, Cajaruro-Utcubamba-2012. It holds the hypothesis: there is a statistically significant relationship between the climacteric phase and quality of life of these women. The sample consisted of 50 women ranging in age from 40 to 60 years old. Structured questionnaires were used for both variables produced by the author (Validity = $8.67 > 1.64$ and Reliability $0.991 = \text{high}$ reliability). The results show that of the 100% of sampled women, 74% are in the menopausal stage and 26% in the pre-menopause stage. According to the quality of life variable, of the 100% of sampled women, 74% have a normal quality of life, 20% a poor quality of life and only 6% a good quality of life. Regarding the correlation result, the value of chi square was obtained $X^2 = 2.127$ ($p = 0.3452 > 0.05$, $G1 = 2$). This indicated that there is no statistically significant relationship between the variables under study.

It is concluded that most women are in the menopause stage proper, and maintain a fair quality of life. Finally no relationship between menopause and the quality of life of women in the Central Village José Olaya, Cajaruro-Utcubamba, was observed. Thus the null hypothesis is accepted.

Keywords: Climacteric phase, quality of life, women.

I. INTRODUCCIÓN

Alrededor del 10% de la población mundial está en el periodo del climaterio y cerca de 25 millones de mujeres en el mundo entero ingresan a este periodo por cada año. La mayor tasa de aumento del número de mujeres postmenopáusicas se encuentra en países industrializados y solo el 60% en países en desarrollo. Se calcula que para el año 2030 la proporción de mujeres postmenopáusicas para el mundo industrializado bajará al 24% y la del mundo en desarrollo aumentará al 76%, lo que estaría suponiendo un incremento en la demanda de atención de salud en forma multidisciplinaria e integral con orientación de primera calidad que le permitan a la mujer en etapa del climaterio, estar informada y preparada para los cambios propios de este periodo.

En Latinoamérica, incluyendo el Perú, el 7.97% está constituido por mujeres mayores de 50 años y se estima que para el año 2030 llegará a 14.99%, lo que implicaría que las políticas de salud se reorienten en este sector de la población, en particular aquellos que se encuentran en situación de pobreza o pobreza extrema. (INEI, 2010). Así mismo es necesario mencionar que un 55,4% de las mujeres de América Latina, en promedio, empeora su calidad de vida en la etapa del climaterio. Se calcula que, en el mundo occidental, un 12% de las mujeres atraviesa por esta etapa sin apenas sintomatología, mientras que el 14% los sufre de una forma muy intensa. La duración de estos síntomas, tanto físicos como psicológicos también varía en gran medida de una mujer a otra y por ende afecta su calidad de vida.

Según la Organización Mundial de la Salud, Calidad de vida es: "la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, expectativas, normas e inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno". Así mismo la calidad de vida se define en términos generales como el bienestar, felicidad y satisfacción de un individuo, que le otorga a éste cierta capacidad de actuación, funcionamiento y/o sensación positiva de su vida. Su realización es muy

subjetiva, ya que se ve directamente influida por la personalidad y el entorno en el que vive y se desarrolla el individuo.

A finales del siglo XX la expectativa de vida de la mujer a nivel mundial es de aproximadamente 75 años, esto significa que casi la tercera parte de su vida transcurre con posterioridad al cese de la función ovárica, es decir posterior a la menopausia. Por el aumento de la expectativa de vida y el importante papel social de la mujer, uno de los retos que se le plantea a la sociedad de este siglo es precisar las consecuencias. En esta etapa de la vida de la mujer se suceden importantes cambios y son tan complejos, que para valorar la calidad de vida en esta etapa no solo se deben considerar los fenómenos que ocurren en el área física, sino también en las áreas psicológica, sexual, social y familiar. (Neira, 2008).

El aumento de la expectativa de vida de la población general debida a las mejoras de la educación de la población, condiciones sociales, sanitarias y ambientales, al avance del conocimiento científico y de la tecnología médica, ha hecho surgir un interés muy especial por estudiar la calidad de vida que presentan tanto la población general como determinados grupos específicos en particular; uno de estos grupos ha sido la mujer y en especial, la mujer durante el climaterio debido a los importantes cambios bio-psico-sociales, que en general han sido asociados a disminución de la calidad de vida, que ocurren en la mujer durante estas etapas de su vida, acompañados de una serie de importantes síntomas, todos relacionados con la falla gonadal y el cese definitivo de la actividad estrogénica, entendiendo por menopausia al cese permanente de la menstruación que ocurre debido a la pérdida de la función ovárica folicular.

El climaterio es un acontecimiento fisiológico de la vida de la mujer, que se manifiesta de una forma evidente en el aparato genital por la pérdida de la función reproductiva, pero ese cambio incluye numerosos procesos que ocurren simultáneamente en diferentes órganos y sistemas. Los efectos de la insuficiencia ovárica son diferentes para cada mujer, y las necesidades terapéuticas y preventivas son cambiantes en función del tiempo transcurrido, sensación de bienestar o malestar y medio ambiente. (Jorge, 2008).

La menopausia como un fenómeno bio-socio-cultural, en la expresión de su vivencia interactúan factores biológicos, psicológicos y sociales que condicionan su impacto en la calidad de vida de la mujer. Cuando se compara la experiencia de la menopausia en mujeres de diferentes ambientes, se observa considerable variabilidad en la manifestación de su experiencia y en la incidencia de la mayor parte de los trastornos relacionados con esta etapa. (Mangas, 2007).

En un primer momento, la expresión Calidad de Vida aparece en los debates públicos en torno al medio ambiente y al deterioro de las condiciones de vida urbana. Durante la década de los 50 y a comienzos de los 60, el creciente interés por conocer el bienestar humano y la preocupación por las consecuencias de la industrialización de la sociedad hacen surgir la necesidad de medir esta realidad a través de datos objetivos y desde las Ciencias Sociales se inicia el desarrollo de los indicadores sociales, estadísticos que permiten medir datos y hechos vinculados al bienestar social de una población. Estos indicadores tuvieron su propia evolución siendo en un primer momento referencia de las condiciones objetivas, de tipo económico y social, para en un segundo momento contemplar elementos subjetivos.

En las concepciones actuales, la salud para la mujer es algo más que encontrarse bien físicamente, la salud es trabajar, participar en la vida familiar y social, es decir, conseguir un desarrollo equilibrado e integral, física y mentalmente. En España, hay más de 22 millones de mujeres y según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), la esperanza de vida de las mujeres se sitúa en 82,9 años y se calcula que alcanzará 85,1 años en 2020. Esta circunstancia, unida a los cambios socioculturales en la mujer de los últimos años, ha repercutido en modificaciones en la actitud de la mujer ante la menopausia. (Fábregas, 2008).

Al respecto las mujeres peruanas según el último censo nacional de población representa un poco más del 50% de la población total, siendo actualmente la expectativa de vida del género femenino de 70.85 años y se estima que para el quinquenio 2015 será de 72.4 años, por tanto un tema importante en cuanto a la salud de la mujer es el climaterio, que se desarrolla entre los 35 y 65 años. (INEI, 2010).

En Perú en las últimas décadas han surgido cambios importantes en la pirámide poblacional, aumentando el número de mujeres en fase climatérica. La expectativa de vida en nuestro país está en aumento, lo que significa que en los próximos años se incrementará el número de mujeres postmenopáusicas y, más aún, éstas verán incrementados los años que le quedan por vivir. Por lo que es muy importante conocer las condiciones de vida de la mujer climatérica, para instaurar medidas que nos lleven a mejorar la calidad de vida, puesto que cuando llegan a esta etapa empeora de forma notable, no sólo por el aumento del riesgo de padecer algunas patologías asociadas, sino por el aumento de sintomatología muy desagradable como las sofocaciones, la sudoración nocturna, la dificultad para las relaciones sexuales, el cansancio, el insomnio o la melancolía, condicionada por factores bio-psico-sociales, que influyen negativamente en la calidad de vida de la mujer y que incrementan el riesgo de aparición de enfermedades osteoarticulares, cardiovasculares, neurodegenerativas e incluso psíquicas. (Jaramillo, 2011).

En Amazonas, en el año 2009 la población mayor de 40 años fue de 97,487, de esta la población aproximada de mujeres en este grupo etáreo fue de 58,492, las cuales han iniciado o están en el periodo del climaterio, así como muchas de ellas se encuentran como adultos mayores. Cabe mencionar que la calidad de vida en Amazonas es deficiente en algunos aspectos así lo demuestran las estadísticas que lo catalogan como una de las regiones más pobres del país. (INEI, 2010).

En el poblados menores de la periferie del departamento de Amazonas se puede apreciar que las mujeres se refieren a la menopausia con ciertas expresiones como “que miedo llegar a la menopausia” “mi vida ya no será la misma”, así mismo refieren que tienen cambios en su cuerpo, se vuelven coléricas, ya no soportan situaciones de estrés, no quieren conversar con las personas de su entorno, lo cual afecta su relaciones sociales y laborales, por otro lado en algunas ocasiones las mujeres refieren no haber sentido ningún cambio mayor durante esa etapa de la vida.

En el Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, muchas mujeres refieren que tienen temor a la menopausia, se sienten menos útiles y con cierta frustración por la pérdida de los periodos menstruales, otras en cambio se sienten aliviadas ante el hecho de no poder quedar embarazadas nuevamente, estas situaciones

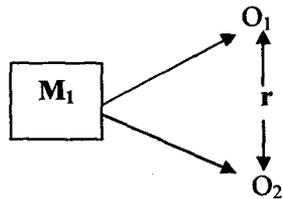
fueron motivo para formular la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación que existe entre el climaterio y calidad de vida en las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba – 2012?, cuyo objetivo general fue: Determinar la relación que existe entre el climaterio y la calidad de vida en dichas mujeres. Los objetivos específicos: Identificar la fase del climaterio y valorar la calidad de vida de las mujeres en estudio.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Tipo y diseño de investigación:

La presente investigación fue de tipo descriptivo correlacional, de corte transversal con un enfoque cuantitativo. (Hernández Sampieri, R. Et. Al. 2008).

El diagrama del diseño es el siguiente:



DONDE:

M = Mujeres dentro del grupo etáreo de 40 a 60 años.

O₁ = Climaterio.

O₂ = Calidad de vida.

2.2. Universo, población y muestra

Universo muestral:

Estuvo constituido por todas las mujeres de 40 a 60 años de edad del Centro Poblado Menor José Olaya - Cajaruro - Utcubamba, las cuales son cincuenta mujeres.

Criterios de inclusión:

- Mujeres que habitaron más de un año en la comunidad de José Olaya.
- Mujeres que se encuentren dentro del grupo etáreo de 40 a 60 años.
- Mujeres que aceptaron de manera voluntaria participar en el estudio

Criterios de Exclusión:

- Mujeres que padezcan enfermedades ginecológicas graves.
- Mujeres, en las cuales se haya alterado el proceso de la menopausia normal como consecuencia de intervención médica o quirúrgica.
- Mujeres que se encuentren en la fase de la postmenopausia.

2.3. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos

2.3.1. **Método:** Encuesta. (Hernández 2008).

2.3.2. **Técnica:** Cuestionario. (Hernández 2008).

2.3.3. **El instrumento:**

Para medir la primera variable 1: se utilizó el formulario de cuestionario, elaborado por la autora, el cual lleva por nombre "Cuestionario estructurado sobre el climaterio, consistente en 07 ítems, los cuales se miden con una escala de Likert, para la validez se utilizó el juicio de expertos y su correspondiente prueba binomial, cuyo valor fue: $VC = 8.6736 > VT = 1.6449$ considerándose como válido. (Anexo 06 A).

Para hallar la confiabilidad se tomó una muestra piloto de cinco mujeres de la población en estudio (que representa un 10% de la muestra), se sometió al coeficiente alfa de Crombach cuyo resultado fue de 0.9188 considerándose como alta confiabilidad. (Anexo 06-B). El cuestionario estructurado sirvió para conocer el climaterio según fases considerando la dimensión fisiológica. Se midió en escalas de puntuación de 7 a 21 distribuidos como corresponde.

- Premenopausia: 7-14
- Menopausia propiamente dicha: 15-21.

Para medir la segunda variable 2: se utilizó el formulario de cuestionario, elaborado por la autora, el cual lleva por nombre "Cuestionario estructurado sobre calidad de vida", consistente en 34 ítems, los cuales se miden con una escala de Likert, para la validez se utilizó el juicio de expertos y su correspondiente prueba binomial, cuyo valor fue: de $VC = 8.6736 > VT 1.6449$. (Anexo 06).

Para hallar la confiabilidad se tomó una muestra piloto de cinco mujeres de la población en estudio (que representa un 10% de la muestra, se sometió al coeficiente alfa de crombach, cuyo resultado fue de 0.9188 considerado como alta confiabilidad. (Anexo 06). El cuestionario estructurado sobre calidad de vida sirvió para conocer la calidad de vida que tienen las mujeres, se consideró 5 dimensiones (psicológico,

sexualidad, relación de pareja, físico y social). La escala de medición final de la variable fue la siguiente:

Buena = 80-102.

Regular=57-79

Mala = 34-56.

Procedimiento de recolección de datos:

En cuanto al procedimiento de recolección de datos se tuvo en cuenta las siguientes etapas:

1. Se realizó la selección de la muestra.
2. Se coordinó con la facultad de Enfermería para que a su vez emita un documento solicitando el permiso al Alcalde o autoridad del Centro Poblado Menor José Olaya para informar sobre el trabajo de investigación a realizar.
3. Se coordinó con las autoridades locales.
4. Para la recolección de la información propiamente dicha se realizó visitas casa por casa aplicando los instrumentos correspondientes.

3.3. Análisis de los datos:

La información final fue procesada en el software SPSS V-15 y se elaboró las tablas de contingencia para contrastar la hipótesis los cuales fueron procesados mediante la prueba estadística no paramétrica del Ji cuadrado, con el 95 % de nivel de confianza y el 5% de margen de error.

Para la presentación de datos

- Se realizó mediante tablas simples y de contingencia, gráficos de barra y circulares.

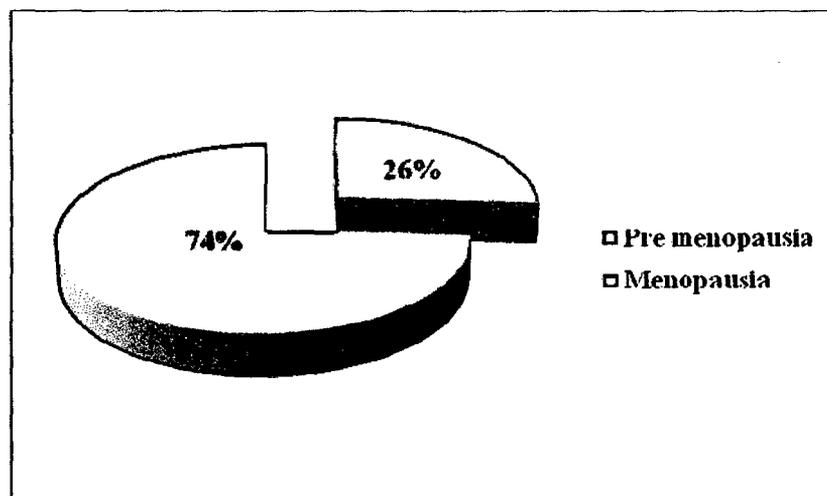
II. RESULTADOS:

TABLA 01: CLIMATERIO SEGÚN FASES EN MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSÉ OLAYA-CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

CLIMATERIO	Fi	%
Pre menopausia	13	26
Menopausia propiamente dicha.	37	74
Total	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre el climaterio.

GRÁFICO 01: CLIMATERIO SEGÚN FASES EN MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSÉ OLAYA-CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.



FUENTE: Tabla N° 01.

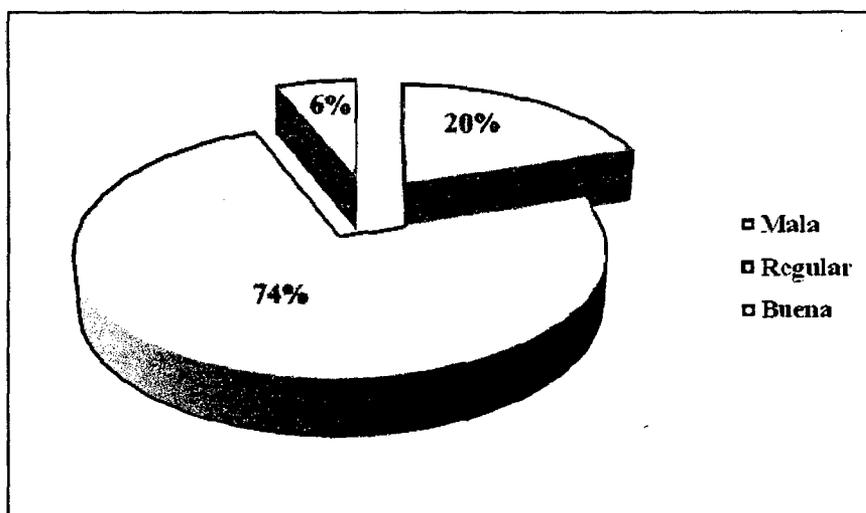
En la presente tabla y gráfico 01, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentra dentro de la fase menopáusica, seguido de un 26% que se encuentran en la pre menopausia.

TABLA 02: CALIDAD DE VIDA DE LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012

Calidad de vida General	fi	%
Mala	10	20
Regular	37	74
Buena	3	6
Total	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida.

GRÁFICO 02: CALIDAD DE VIDA DE LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.



FUENTE: Tabla N° 02.

En la presente tabla y gráfico 01, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% presenta una calidad de vida regular, el 20% mala y solo el 6% una buena calidad de vida.

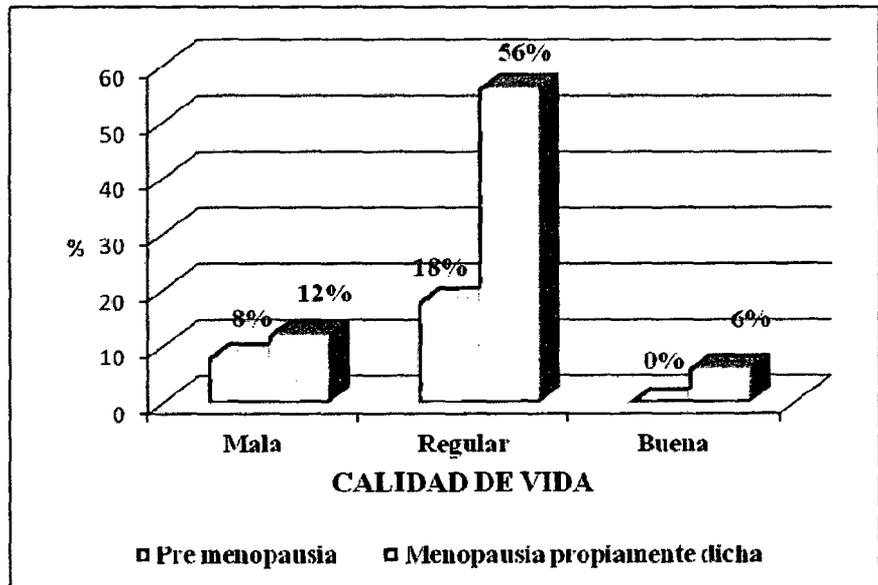
TABLA 03: CLIMATERIO Y CALIDAD DE VIDA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA - CAJARURO-UTCUBAMBA- 2012.

Calidad de vida General	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propriadamente dicha		fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Mala	4	8	6	12	10	20
Regular	9	18	28	56	37	74
Buena	0	0	3	6	3	6
Total	13	26	37	74	50	100

$\chi^2 = 2.127$; GL = 2; P = 0.3452 > 0.05

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre el climaterio y calidad de vida.

GRÁFICO 03: CLIMATERIO Y CALIDAD DE VIDA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO-UTCUBAMBA- 2012.



FUENTE: Tabla N° 03.

En la presente tabla y gráfico 03, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 56% de las mujeres que se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha tienen una calidad de vida regular, el 12% una mala calidad de vida y el 6% una buena calidad de vida. Por otro lado se observa que el 18% de las mujeres que se encuentran en la fase de la pre menopausia tienen una regular calidad de vida y un 8% una mala calidad de vida.

Para contrastar la hipótesis de estudio, los resultados se sometieron a la prueba estadística no paramétrica del ji cuadrado cuyo fue $X^2 = 2.127$; $GL = 2$; $P = 0.3452 > 0.05$, aceptando la hipótesis nula, el mismo que indica que no existe ninguna relación entre las variables en estudio considerando que cada variable es independiente entre sí.

IV. DISCUSIÓN:

En la tabla 01, la investigación realizada ha demostrado en forma general que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentra dentro de la fase menopáusica, seguido de un 26% que se encuentran en la pre menopausia.

En este grupo de mujeres existen dos fases del climaterio, la pre menopausia y la menopausia propiamente dicha. La edad de las encuestadas (74%), en su mayoría fue la comprendida entre los 39 a 45 años (Anexo 13), edad en el cuál se inician los primeros síntomas, lo cual les comienza a preocupar, aunque en ese momento no lo tomen con demasiada importancia; así mismo la mayoría de las mujeres en estudio están casadas, con nivel educativo primario incompleto. (Anexo 14).

El climaterio se presenta generalmente entre los 45 y 55 años de edad. Se calcula que en promedio se presenta entre los 48 y 50 años de edad. Si los síntomas se presentan antes de los 40 años de edad, se considera que se trata de una falla ovárica prematura y se deben buscar otras causas. (Botella, 2008).

Al respecto la base teórica indica que las fases del climaterio son etapas en las cuales la mujer experimenta cambios determinados por la edad. Pre-menopausia puede iniciar desde los 35 a 40 años y es el tiempo que precede a la última menstruación, caracterizado por las irregularidades de la misma, menopausia se considera a partir del año siguiente de la última menstruación del ciclo reproductivo. Durante el climaterio, sucede el último sangrado menstrual, al cual médicamente se le llama menopausia. Este es el cambio de un estado reproductivo a un estado no reproductivo. Normalmente se utiliza este término como calificativo para las mujeres, pero es incorrecto, ya que la menopausia es solo un instante, en el cual ocurre la última menstruación. El climaterio es una etapa de la vida, que dura 30 años, y la menopausia es un momento que sucede normalmente a la mitad de la vida.

En la tabla 02, la investigación realizada ha demostrado en forma general que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% presenta una calidad de vida regular, seguida de un 20% que tienen una mala calidad de vida y por último solo el 6% que tienen una buena calidad de vida.

Comparando con el estudio realizado por Ayala F, et al. (2009). En su estudio, cuyo objetivo general fue determinar la calidad de vida de las mujeres climatéricas. Los resultados evidencian que el 52% estuvo comprendido entre 45 a 54 años de edad; 49% pertenecen a posmenopausia natural. Los síntomas más frecuentes fueron ansiedad o nerviosismo en el 89%. Al aplicar regresión logística se observó que la pérdida de calidad de vida en estas mujeres son principalmente en las áreas psicosociales en un 64% y física en un 36% y no depende de la edad ni de variables sociodemográficas, si no esencialmente de estar en la menopausia, la conclusión fue que existe un deterioro considerable en la calidad de vida de la mujer climatérica que parece depender principalmente de la deficiencia estrogénica.

Si comparamos estos resultados con los encontrados se observa que existe una similitud en cuanto al deterioro de la calidad de vida; según las dimensiones afectadas, en el presente estudio es la dimensión social (Anexo 12), puesto que se vive en una sociedad que enfatiza la juventud como modelo ideal, sin valorar otras cualidades que se adquieren con la madurez, como la experiencia, y otra forma de belleza, lo que hace que la sociedad tenga una consideración social del envejecimiento negativa.

Así mismo en el presente estudio la función física y relación de pareja, se encuentra menos afectada (Anexo 10-11) demostrando que las menopáusicas en los primeros años no están acompañadas de ningún síntoma en la mayoría de las mujeres. Esto no quiere decir que no se estén dando cambios en el funcionamiento del organismo femenino que desembocarán en la pérdida definitiva de la función de los ovarios; son precisamente esos cambios, los que van a impactar al resto del cuerpo.

A medida que aumenta la edad, generalmente existe una pérdida del interés sexual. Las diversas revisiones disponibles concluyen que existe una asociación entre determinados aspectos de la sexualidad (disminución del interés sexual, la frecuencia del coito y la lubricación vaginal) y la menopausia, pero los factores que influyen en

esta pérdida del interés son complejos y múltiples; de estos factores, los más importantes son los psicosociales, y entre ellos, la experiencia sexual previa de cada mujer, su personalidad, el nivel educativo, el nivel de estrés, la situación física y psicológica, los cambios en la relación de pareja y los sentimientos hacia la misma

La mejor manera de conocer la calidad de vida es desde la perspectiva del propio individuo, este enfoque fue útil en el estudio, ya que a partir de la opinión de la mujer en los parámetros previstos psicológico, sexualidad, relación de pareja, físico y social tanto en lo particular como en su conjunto fue posible identificar la calidad de vida de las mujeres.

En la tabla 03, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 56% de las mujeres que se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha tienen una regular calidad de vida, seguido del 12% que tienen una mala calidad de vida y por último solo el 6% de las mujeres que disfrutaban de una buena calidad de vida. Por otro lado se observa que el 18% de las mujeres que se encuentran en la fase de la pre menopausia tiene una regular calidad de vida, seguido del 8% que tienen una mala calidad de vida. El valor de chi 2 es $\chi^2 = 2.127$; $GL = 2$; $P = 0.3452 > 0.05$

Comparando con el estudio realizado por Echeverri B, et al. (2004). En un estudio, cuyo objetivo general fue conocer en qué medida sufren las mujeres los síntomas del climaterio y qué factores influyen en su forma de vivir esta etapa de transición y en las decisiones terapéuticas que toman. Los resultados mostraron mayores porcentajes en dolor en articulaciones (57 %), aumento de peso (51%) nerviosismo (50%) cambios de humor (50%). Al analizar los síntomas que padecen lo que más sorprende es que el 42% de las mujeres experimentó de 8 a 10 síntomas en el mes anterior a la entrevista, hay una marcada tendencia a sufrir dolores en las articulaciones y problemas emocionales, mientras que los síntomas clásicos de la menopausia, los vasomotores y los genitourinarios, ocupan un lugar menos destacado, lo que indica que la calidad de vida se ve alterada por la menopausia.

Por otra parte, Monterrosa C, et al. (2010) realizó un trabajo de investigación cuyo objetivo fue evaluar con la escala MRS (Menopause Rating Scale) la frecuencia y

gravedad de los síntomas menopáusicos presentes en un conjunto de mujeres saludables en la edad media de la vida. Los resultados fueron los siguientes: las molestias musculares y articulares, oleadas de calor, cansancio físico y mental e irritabilidad se presentaron en más del 60% de las mujeres. Se evidenció un deterioro progresivo de la calidad de vida, en todos los ítems evaluados, al pasar del estado premenopáusico al posmenopáusico, Llegando a la conclusión que caracterizar los síntomas climáticos y su comportamiento a lo largo de los estados menopáusicos permite establecer medidas de prevención y de intervención que mejoren la calidad de vida de la mujer en esta etapa.

No existe una similitud con los resultados observados en la investigación y los estudios realizados por los investigadores mencionados puesto que no todas las mujeres toman a la menopausia como una enfermedad, ella se presenta como consecuencia del proceso fisiológico de envejecimiento de la mujer, sin embargo, de acuerdo a los resultados obtenidos en este estudio durante este proceso de transición a la menopausia y después de ella se presentan una serie de cambios, debido a factores que alteran su vida, especialmente los causados por la falla estrogénica que aumentan la vulnerabilidad a la transición climática; si a esto se le agrega las alteraciones y los cambios biológicos y psicológicos presentes en esta etapa de la vida de la mujer y enfermedades que impactan negativamente en su calidad de vida ejercerán influencia determinante en la presencia e intensidad de los síntomas presentes.

Hasta ahora se medía el efecto de la menopausia por la presencia e intensidad de ciertos síntomas, especialmente vasomotores, como los sofocos y la sudoración y al mismo tiempo la respuesta a la terapia hormonal (TH); con la escala Cervantes adaptada para el presente estudio, no solo se miden estos síntomas, sino también la salud física y los aspectos psicosocial, de sexualidad y relación de pareja.

La interrupción definitiva de las menstruaciones resultante de la pérdida de la actividad folicular del ovario define la menopausia. A través de la historia, las actitudes y creencias respecto a la menopausia han variado ampliamente. La menopausia se ha considerado desde una enfermedad y un signo de decadencia en el siglo XIX hasta una etapa de liberación en la que finaliza la etapa fértil. La mayoría de

las mujeres actualmente perciben la menopausia con alivio y sentimientos neutros y/o como una etapa de cambios positivos.

La experiencia de la menopausia es diferente para cada mujer y entre mujeres de diferentes culturas o procedencias. La menopausia no es el final de la vida, sino el comienzo de una etapa que ocupa casi la tercera parte de la vida femenina; por otra parte, se plantea que el climaterio no es el cese de la existencia, sino la etapa que deja abierta las puertas al disfrute de una nueva forma que debe cursar con menos tensión, con menos carga. Según los conceptos de salud, salud mental y salud sexual de la Organización Mundial de la Salud, nada puede impedir que la mujer climatérica sea capaz de ser mental y sexualmente sana; por lo que el profesional de la salud debe estar actualizado en todos aquellos elementos que redunden en un mejor desempeño y en la expresión de la plenitud de las posibilidades físicas, psíquicas y sociales de la mujer en esta etapa.

En las características de la calidad de vida de las mujeres que cursan el climaterio, los resultados del estudio muestran un deterioro considerable ya que los cinco dominios se deterioraron pero esto no indica que exista un grado de dependencia entre ambas variables puesto que debe considerarse que el climaterio lleva consigo una serie de riesgos para la salud ya que, tras unos años de deprivación hormonal, y también a causa de los cambios involutivos normales de la edad, pueden aparecer transformaciones metabólicas tales como: obesidad, alteraciones cardiovasculares (aumento del riesgo de padecer hipertensión arterial), y osteoporosis, así como el aumento del riesgo de sufrir cáncer de mama, cuello de útero y endometrio que pueden provocar que la mujer espere esta etapa con inquietud y miedo.

De la presencia de los signos y síntomas de las mujeres de este estudio destacan aquellos que tienen implicancia negativa, en alguna forma esta puede conducir en la mujer una baja estima de sí misma, así también aparecen signos y síntomas que propician una relación difícil con su pareja como es sentirse deprimida, triste y disminución del deseo sexual. Los estudios muestran que las diferentes actitudes y creencias hacia la menopausia se explican por la combinación de factores personales y culturales. En nuestro medio también se han observado actitudes similares.

El aumento de la esperanza de vida junto a los avances terapéuticos nos sitúa ante un nuevo perfil epidemiológico de las personas de este grupo de edad, el cual se caracteriza por la mayor prevalencia de los procesos crónicos. En esta etapa de la vida de la mujer es importante diferenciar qué síntomas y problemas de salud están asociados con el cese de la función estrogénica y cuáles no. Asimismo, es importante conocer qué tratamientos e intervenciones son eficaces y seguras. Por otro lado, se ha de plantear la menopausia, al igual que otros aspectos de la atención sanitaria, desde una óptica biopsicosocial; desde esta perspectiva, se ha de tener en cuenta que la mayoría de los cambios que se producen en el organismo son los esperados con el paso de los años. Asimismo, alrededor de la edad en la que ocurre la menopausia, también se dan otros acontecimientos personales, familiares y laborales del ciclo vital de la mujer, que pueden influir en su calidad de vida.

Finalmente, en lo que respecta a la relación de pareja, presentaron pérdida de su calidad de vida. En todo caso, las más afectadas con estos cambios, fueron las que se encuentran dentro del grupo etáreo de 39-45 años. No existe ningún grado de dependencia entre ambas variables lo cual indica que la evaluación de la calidad de vida relacionada con la salud de la mujer, es un hecho definitivamente esencial para estudiar, pero no mantienen ninguna relación, hecho importante para plantear los correctivos necesarios para restaurar su calidad de vida que están asociados a otros factores.

V. CONCLUSIONES

1. La mayoría de las mujeres en estudio se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, y solo una cuarta parte en la pre menopausia.
2. La mayoría de las mujeres en estudio presenta una calidad de vida regular, seguido de una mala calidad de vida y un porcentaje mínimo tiene una buena calidad de vida, asimismo, calidad de vida en sus cinco dimensiones (psicológicas, sexualidad, relación de pareja, físicas, sociales), resultando la más afectada la dimensión social.
3. No existe relación entre el climaterio y calidad de vida de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya, Cajaruro- Utcubamba.
4. La mayoría de las mujeres en estudio son casadas, tienen primaria incompleta y su edad oscila entre 39-45 años.

VI. RECOMENDACIONES

A la Facultad de Enfermería:

- ❖ Realizar estudios comparativos sobre la menopausia y calidad de vida asociados a otras variables.

Al personal de salud del Centro Poblado Menor José Olaya, Cajaruro-Utcubamba 2012:

- ❖ El rol de los profesionales de salud debería también enfocarse en la orientación, educación y apoyo emocional de las mujeres; lamentablemente, muchos profesionales basan su atención en un modelo “tradicional” enfocado sólo a la patología que presenta la mujer, sin evaluarla integralmente. En la medida que la atención de salud se focalice en las necesidades de las mujeres menopáusicas se podrá lograr que ellas sean activas en su propio cuidado.
- ❖ El estudio de la calidad de vida de las mujeres en climaterio se debe extender desde el ámbito poblacional hasta el individual, en los programas de atención primaria. El entendimiento de los síntomas climatéricos y de cómo afectan dicha calidad puede contribuir a mejorar la atención, a descubrir estrategias para el tratamiento de los síntomas y a promover estilos de vida que disminuyan su incidencia y gravedad.
- ❖ Fomentar la atención en la mujer climatérica con el fin de prepararla física y psicológicamente para que asuma su nueva condición de vida de forma natural.

A las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya, Cajaruro- Utcubamba

- ❖ Recomendarle a la mujer un estilo de vida saludable, con una dieta saludable en la menopausia puede hacer que se sienta mejor, además de reducir el riesgo de enfermedad cardíaca, de osteoporosis y de ciertos tipos de cáncer.
- ❖ Reestructurar ideas irracionales y erróneas sobre la visión de la menopausia a nivel físico, emocional y sexual.
- ❖ Proporcionar técnicas de autoayuda que faciliten el afrontamiento de diversas situaciones (ansiedad, depresión, etc).

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Libros:

- Canales, (2006). “Metodología de la investigación, marco teórico y conceptual, tipo de investigación”. 2da Edición. Editorial. Limusa. España. Págs. 55 – 147.
- Hernández S, (2008). “Metodología y diseños de la investigación científica”. 3ra Edición. Editorial Universitaria. Perú. Pág. 242.
- Mangas. (2007).” La menopausia”. Primera Edición. Madrid. Pág. 200-250.
- Patricia P. (2002). Fundamentos de Enfermería. 5ª Edición. Editorial Harcourt. España. Pag12-16.
- Fábregas. (2008). El climaterio desde su inicio. 2º Edición. Editorial Mc el ateneo. Argentina. Pág. 35-188.
- Botella, (2008). Tratado de Ginecología y Obstetricia. 14 Edición. Editorial Carbajal S.A. Madrid. Pág. 1065.
- Comino, (2006). Expresión clínica de la insuficiencia progesterona en la perimenopausia. Climaterio y Menopausia. I edición, fascículo 1. España. pág. 47-53.

Tesis y Monografías:

- Ángeles González, Miriam. (2011). “Influencia de la comunicación marital, la satisfacción familiar y laboral en la experiencia de la menopausia”. Cholula, México. Tesis para optar por el grado académico de Maestría en Psicología con orientación Clínica. Facultad de psicología, Universidad de las Américas Puebla. Pág. 68.
- Muñoz, Sandra. (2011). “Calidad de vida en las pacientes menopáusicas que acuden a la consulta de ginecología del hospital “José Carabaño- Tosta” de Maracay. Tesis para optar por el postgrado de Ginecología y obstetricia. Escuela de post grado, Universidad del pacífico. Pág. 155.

- Echeverri Beatriz et al. (2004). En su estudio “La mujer ante la menopausia: actitudes, información y decisiones terapéuticas”. Madrid. Tesis para optar por el grado académico de Licenciado en Enfermería. Facultad de Medicina, “Alberto Hurtado”, Universidad Peruana Cayetano Heredia”. Pág. 3-59.
- Pellicer Prior et al. (Julio 2011), “La experiencia del climaterio en un grupo de mujeres”. Murcia. Tesis para optar por el grado de Doctorado en Enfermería. Departamento de Enfermería, Universidad de Murcia. Pág. 88.
- Ayala, Félix et al. (2009). “Calidad de vida de la mujer menopaúsica. Instituto especializado materno- perinatal, Lima, Perú. Tesis para optar por el grado de Licenciada en Enfermería. Facultad de Enfermería, Universidad Nacional Mayor de san Marcos. Pág. 110.
- Rojas, Marilian. (2006). En su estudio “Factores asociados con la edad de inicio de la Menopausia natural”. Distrito de Chicaza, Trujillo. Facultad de Ciencias Médicas, Escuela Académica Profesional de Obstetricia, Universidad Cesar Vallejo. Pág. 105.
- Fang, María de los Ángeles. (2004). En su estudio “Calidad de vida de las mujeres en climaterio”. Mujeres de una institución de seguridad social. México. Tesis para optar por el grado de maestría en ciencias de Enfermería, con énfasis en salud comunitaria. Facultad de Enfermería. Universidad Autónoma de Nuevo León. Pág. 16-43.
- Monterrosa, Castro. (2011). En su estudio “Frecuencia y gravedad de los síntomas menopaúsicos presentes en un conjunto de mujeres saludables en la edad media de la vida. Colombia. Tesis para optar por el grado de maestría en ciencias de Enfermería. Facultad de medicina. Universidad de Antioquia. Pág. 70.

Sitios de Red:

- Ibarrola (2005). “Programa de calidad de vida en la menopausia.”. Acceso: setiembre 2012. Disponible en:
[http:// www.aseteccs.com/inicio/php](http://www.aseteccs.com/inicio/php).
- María Isabel Capote (2011). “Climaterio y menopausia”. Acceso setiembre 2012. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421252011000400013&script=sci_arttext.
- J. Saiz, A. Ibáñez (2010). “La menopausia en la evolución del trastorno bipolar”. Acceso agosto 2012. Disponible en:
<http://www.soyborderline.com/files/bipolaridad-%20menopausia.pdf>.
- Silva- Solovera S. (2009).”Menopausia: Revisión. Acceso setiembre 2012. Disponible en:
<http://www.endocrinologia.org.mx/imagenes/archivos/Menopausia.pdf>.
- Carlos Jaramillo (2011). “Menopausia”: Revisión. Acceso noviembre 2012. Disponible en:
<http://www.ginecobstetra.com/menopausia/index-2.html>
- Jorge (2008). “Obstetricia y Ginecología”: Revisión. Acceso noviembre 2012. Disponible en:
http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol54_n2/pdf/a03v54n2.pdf.
- Asociación española para el estudio de la menopausia (2008). Revisión. Acceso noviembre 2012. Disponible en:
<http://www.aem.es/fases.asp>.



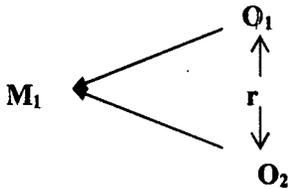
16 SEP 2013

ANEXOS

Anexo 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: CLIMATERIO Y CALIDAD DE VIDA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

PROBLEMA DE INVESTIGACION	OBJETIVO	VARIABLES	MARCO METODOLOGICO	ESCALA
<p>¿Cuál es la relación que existe entre el climaterio y calidad de vida en las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba – 2012?</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación que existe entre el climaterio y la calidad de vida en las mujeres del centro poblado menor José Olaya, Cajaruro- Utcubamba- 2012”.</p> <p>Objetivos específicos: Identificar la fase del climaterio en las mujeres del Centro</p>	<p>1. Climaterio 2. Calidad de vida.</p>	<p>Por tener en el trabajo 2 variables de estudio a utilizar es de tipo descriptivo correlacional.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Método: Se hará uso de la encuesta.</p> <p>Técnicas e instrumento de recolección de datos:</p>	<p>Escala ordinal.</p>

	<p>Poblado Menor José Olaya, Cajaruro-Utcubamba- 2012”.</p> <p>Valorar la calidad de vida de las mujeres del Centro Poblado José Olaya, Cajaruro-Utcubamba- 2012.</p> <p>Caracterizar a la población objeto de estudio.</p>		<p>Para la variable 1 “Climaterio”: se utilizará el formulario de cuestionario, elaborado por la autora, el cual lleva por nombre “Cuestionario estructurado sobre el climaterio”, considerando la dimensión fisiológica, así mismo dicho instrumento consta de las siguientes partes: Presentación, instrucciones, datos generales, e ítems (7), los cuales se miden con una escala de Likert, está diseñado con preguntas cerradas. La forma de medición es de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pre menopausia= 7-14 ➤ Menopausia propiamente dicha. 15-21. <p>Para medir la variable 2: Calidad de vida se aplicará el formulario del cuestionario, el cual lleva por nombre “Cuestionario estructurado sobre calidad de vida” y ha sido elaborado por la autora. Está diseñado con preguntas cerradas considerando las siguientes dimensiones: Psicológica, sexualidad, relación de pareja, físico y social, considerando la escala de Likert para la medición.</p>	
--	---	--	--	--

			<p>La forma de medición final será de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Buena = 80-102.➤ Regular=57-79➤ Mala = 34-56.	
--	--	--	--	--

Anexo: 02

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

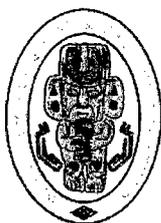
VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL.	INDICADORES	CATEGORIA	ESCALA
Climaterio	El climaterio es un acontecimiento fisiológico de la vida de la mujer, que se manifiesta de una forma evidente en el aparato genital por la pérdida de la función reproductiva.	Es la medida del climaterio según fases, considerando las manifestaciones clínicas más relevantes, las cuales se consideran en el cuestionario estructurado sobre el climaterio.	<ul style="list-style-type: none"> • Ausencia de menstruación. • Sofocaciones. • Sudoraciones. • Sequedad vaginal. • Desinterés sexual. • Pérdida de consistencia de los pechos. • Aumento de peso. 	<p>7-14: Pre menopausia</p> <p>15-21: Menopausia propia mente dicha</p>	Ordinal

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIO- NAL.	DIMENSIONES	INDICADORES	CATEGORIA		ESCALA
					Por dimensiones	Por categoría total	
Calidad de vida.	Es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de	Es la medida de la calidad de vida considerando las dimensiones física, psicológica, sexualidad, relación de pareja, física y social, mediante un cuestionario estructurado de calidad de vida.	Psicológico	<ul style="list-style-type: none"> • Me siento nerviosa. • Todo me aburre. • Pérdida de capacidad para relajarse. • No consigo descansar. • No duerme las horas necesarias. • Noto que las cosas dan vueltas. • Me siento inútil. • Tengo ganas de morir. • Me siento vacía. • Creo que los demás están mejor sin mí. 	Bueno = 31-39 Regular= 22-30 Mala = 13-21.	Buena= 80-102 Regular= 57-79 Mala= 34-56.	Ordinal.

modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno”.			<ul style="list-style-type: none"> • Me siento agresiva. • Pérdida de memoria. • Problemas para concentrarse. 			
	Sexualidad		<ul style="list-style-type: none"> • Estoy satisfecha con mis relaciones sexuales. • Tengo relaciones sexuales como antes. • En mi vida el sexo es. • Mi interés por el sexo se mantiene como siempre. • Me considero feliz en mi 	Bueno= 10-12 Regular=7-9 Mala= 4-6.		

			Relación de pareja	relación <ul style="list-style-type: none"> • Mi papel como esposa es. • Me siento tratada de igual de igual. • Me encuentro cansada. 	Bueno= 8-9 Regular=5-7 Mala= 3-4.		
			Físico	<ul style="list-style-type: none"> • Mi salud física está deteriorada. • Sensación de falta de energía. • Disminución de la resistencia física. • Siento dolor en las articulaciones. • Se me escapa la orina. • Tengo tan buena salud como cualquier persona. • El corazón me 	Bueno= 20-24 Regular=14-19 Mala= 8-13.		

				<p>late muy de prisa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soy impaciente • Tengo problemas con los trabajos domésticos. 			
			Social	<ul style="list-style-type: none"> • No cumplo con mis obligaciones familiares. • Siento necesidad de estar sola. • Tengo problemas familiares. • Mis actividades sociales han empeorado. 	<p>Bueno= 15-18 Regular=10-14 Mala= 8-13.</p>		



Anexo 03

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRIGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



FACULTAD DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO ESTRUCTURADO SOBRE EL CLIMATERIO

PRESENTACIÓN:

La presente investigación se realiza con el objetivo de identificar la fase del climaterio en las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya, Cajaruro- Utcubamba- 2012”, esperamos su colaboración y total sinceridad al responder las preguntas. El cuestionario es anónimo, por lo que las respuestas no se pueden vincular directamente a ninguna persona.

INSTRUCCIONES:

A continuación se presenta una serie de preguntas marque la respuesta según usted crea conveniente.

DATOS GENERALES:

Edad:

- a) De 40 a 45 años
- b) De 46 a 50 años
- c) De 51 a 55 años
- d) De 56 a 60 años

Grado de instrucción:

- a) Ninguno
- b) Primaria incompleta.
- c) Primaria completa
- d) Secundaria incompleta
- e) Secundaria completa
- f) Técnica superior completa
- g) Técnica superior incompleta
- h) Superior universitaria incompleta.

Estado civil:

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

Marque con una (x) donde corresponde:

ITEMS	Nunca	A veces	Siempre
Síntomas fisiológicos			
Ha experimentado ausencia de la menstruación			
Presenta sofocaciones			
Sudoraciones nocturnas			
Desinterés sexual			
Pérdida de consistencia de los pechos			
Sequedad vaginal			
Aumento de peso			

Fecha:



**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRIGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



FACULTAD DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO ESTRUCTURADO SOBRE CALIDAD DE VIDA

PRESENTACIÓN:

La presente investigación se realiza con el objetivo de determinar la calidad de vida de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya, Cajaruro- Utcubamba– 2012”, esperamos su colaboración y total sinceridad al responder las preguntas. El cuestionario es anónimo, por lo que las respuestas no se pueden vincular directamente a ninguna persona.

INSTRUCCIONES:

A continuación se presenta una serie de preguntas marque la respuesta según usted crea conveniente.

DATOS GENERALES:

Edad:

- e) De 40 a 45 años
- f) De 46 a 50 años
- g) De 51 a 55 años
- h) De 56 a 60 años

Grado de instrucción:

- i) Ninguno
- j) Primaria incompleta.
- k) Primaria completa
- l) Secundaria incompleta
- m) Secundaria completa
- n) Técnica superior completa
- o) Técnica superior incompleta
- p) Superior universitaria incompleta.

Estado civil:

- f) Soltera
- g) Casada
- h) Conviviente
- i) Viuda
- j) Divorciada

Marque con una (x) donde corresponde:

CALIDAD DE VIDA
Según la Escala Cervantes

N. o	ITEMS	Nunca/nada/menos/no	Poco / Ocasiones	Mucho/siempre / completamente / Muy importante/ cierto/ constantemente / insoportables
		1	2	3
	PSICOLOGICO			
1	No puedo más de lo nerviosa que estoy			
2	Todo me aburre, incluso las cosas que antes me divertían			
3	He perdido la capacidad de relajarme			
4	Aunque duermo, no consigo descansar			
5	Noto como si las cosas me dieran vueltas			
6	No consigo dormir las horas necesarias			
7	Tengo la sensación de que no sirvo para nada			
8	A veces pienso que no me importaría estar muerta			
9	Me siento vacía			
10	Creo que los demás estarían mejor sin mí			
11	Te has sentido agresivo			
12	Ceo que tengo perdida de la memoria			
13	Tengo problemas de concentración			
	SEXUALIDAD			
14	Estoy satisfecha con mis relaciones sexuales			
15	Tengo relaciones sexuales tan a menudo como			

5	antes			
1 6	En mi vida el sexo es:			
1 7	Mi interés por el sexo se mantiene como siempre			
	RELACION DE PAREJA			
1 8	Me considero feliz en mi relación de pareja			
1 9	Mi papel como esposa o pareja es			
2 0	En mi relación de pareja me siento tratada de igual a igual			
	FISICO			
2 1	Desde que me levanto me encuentro cansada			
2 2	Creo que mi salud física está deteriorada			
2 3	Tengo sensación de falta de energía			
2 4	Tiene disminución de la resistencia física			
2 5	Noto que los músculos o las articulaciones me duelen.			
2 6	Me da miedo hacer esfuerzos porque se me escapa la orina			
2 7	Tengo tan buena salud como cualquier persona a mi edad			
2 8	Noto que el corazón me late muy deprisa y sin control			
	SOCIAL			
3 0	Es impaciente con las otras personas			
3 1	Mi salud me causa problemas con los trabajos domésticos			
3 2	No cumplo con mis obligaciones familiares			
3 3	Siente necesidad de estar sola			
3 5	Existe problemas familiares			
3 6	Creo que ha empeorado mis actividades sociales			

Fecha:

Anexo 05

EVALUACIÓN DE LA VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

Para determinar la validez estadística de los instrumentos de medición, se realizó mediante el juicio de expertos, a través de expertos y a través de las pruebas estadísticas: Binomial para cada ítem (10) de la escala dicotómica y de la Z Gauss para la aceptación total del instrumento ($n = 60$), al 5% de significancia estadística.

A) PRUEBA BINOMIAL

1) Hipótesis estadísticas

Ho: $P = 50\%$ versus **Ha:** $P > 50\%$

Dónde:

P es el porcentaje de respuestas de los jueces que consideran el ítem de la escala dicotómica como adecuado.

La Hipótesis alternativa (**Ha**) indica que si el ítem de la escala es adecuado (se acepta), entonces la opinión favorable de la mayoría de los expertos debe ser superior al 50%, ya que la calidad del ítem se categoriza como “**adecuado**” o “**inadecuado**”.

2) Nivel de significancia (α) y nivel de confianza (γ)

$\alpha = 0.05$ (5%); $(1 - \alpha) = \gamma = 0.95$ (95%)

3) Función de prueba

Si la hipótesis nula es verdadera, la variable X tiene distribución binomial con $n = 6$ y $P = 0.50$ (50%).

4) Regla de decisión

Se rechazará la hipótesis nula a favor de la hipótesis alterna si el valor

$P = P [X \geq x \text{ cuando } P = 0.05]$

5) Valor calculado (VC)

$$P = P [X \geq x \text{ cuando } P = 0.05] = \sum_k C_k^6 (0.5)^k (0.5)^{6-k}$$

El cálculo de ésta probabilidad acumulada hacia la derecha se obtiene a partir de la tabla de distribución binomial (Anexo N° 02).

6) Decisión estadística

Para hacer la decisión estadística de cada ítem, se compara el valor P con el valor de $\alpha = 0.05$, de acuerdo a la regla de decisión (columna 6), asimismo la significación estadística de la decisión se tiene en la columna 7 de la tabla.

ÍTEM EVAL.	JUECES EXPERTOS				P VALOR $\leq \alpha$	SIGNIFIC. ESTAD.
	ADECUADO		INADECUADO			
	N°	%	N°	%		
1	6	100	0	0	0.015625	*
2	6	100	0	0	0.015625	*
3	6	100	0	0	0.015625	*
4	6	100	0	0	0.015625	*
5	6	100	0	0	0.015625	*
6	6	100	0	0	0.015625	*
7	6	100	0	0	0.015625	*
8	6	100	0	0	0.015625	*
9	6	100	0	0	0.015625	*
10	6	100	0	0	0.015625	*
TOTAL	60	100	0	0	8.6736	*

Fuente: **Apreciación de los expertos**

* : Significativa ($P < 0.05$)

** : Altamente significativa ($P < 0.01$).

B) PRUEBA DE LA Z GAUSS PARA PROPORCIONES

1) Hipótesis estadística

Ho: $P = 50\%$ versus **Ha:** $P > 50\%$

Dónde:

P es el porcentaje de respuestas de los jueces que consideran los ítems del instrumento de medición como adecuados.

La Hipótesis alternativa (**Ha**) indica que el instrumento de medición es válido, entonces se espera que el porcentaje de respuestas de los jueces que califican a los ítems como adecuados debe ser mayor que el 50%, ya que la calidad del ítem se establece como “**adecuado: Sí**” o “**inadecuado: No**”.

2) Nivel de significancia (α) y nivel de confianza (γ)

$\alpha = 0.05$ (5%); $(1 - \alpha) = \gamma = 0.95$ (95%)

3) Función de prueba

En vista que la variable a evaluar “validez del instrumento de medición” es nominal (cuantitativa), cuyas categorías posibles son “válido” y “no válido” y únicamente se puede calcular porcentajes o proporciones para cada categoría, y como la muestra (respuestas) es 60, la estadística para probar la hipótesis nula es la función normal o Z de Gauss para porcentajes:

$$Z = \frac{\bar{p} - P_0}{\sigma_p}, \quad \sigma_p = \sqrt{\frac{P_0(1 - P_0)}{n}}$$

Dónde:

Z se distribuye como una distribución normal estandarizada con media 0 y varianza 1.

p es el porcentaje de respuestas de los jueces que califican a cada ítem como adecuado (éxito).

n es el número de jueces consultados (muestra).

4) Regla de decisión

Para 95% de confianza estadística y una prueba unilateral de cola a la derecha, se tiene el valor teórico de la distribución normal $VT = 1.6449$

Con estos indicadores, la región de rechazo (RR/Ho) y aceptación (RA/Ho) de la hipótesis nula es:

Al 5%: RR/Ho: $VC > 1.6449$; RA/Ho: $VC < 1.6449$.

5) Valor calculado (VC)

El valor calculado de la función Z se obtiene reemplazando los valores de:

$N = 50$, $P = 50\%$ y $p = 100\%$. De donde resulta que: **$VC = 8.6736$**

6) Decisión estadística

Comparando el valor calculado (**$VC = 8.6736$**) con el valor teórico ($VT = 1.6449$) y en base a la regla de decisión, se acepta la hipótesis alternativa al 95% de confianza estadística. Con este resultado, se acepta la validez de los instrumentos de medición.

ANEXO N° 06-A

**ESCALA DICOTOMICA PARA EVALUAR POR JUICIO DE EXPERTOS
APRECIACIÓN DE EXPERTOS SOBRE EL INSTRUMENTO DE MEDICIÓN**

N°	ITEMS	SI	NO
1	El instrumento tiene estructura lógica		
2	La secuencia de presentación de ítems es óptima		
3	El grado de dificultad o complejidad de los ítems es aceptable		
4	Los términos utilizados en las preguntas son claros y comprensibles		
5	Los ítems reflejan el problema de investigación		
6	Los instrumentos abarcan en su totalidad el problema de investigación		
7	Los ítems permiten medir el problema de investigación		
8	Los ítems permiten recoger información para alcanzar los objetivos de la investigación		
9	El instrumento abarca las variables e indicadores		
10	Los ítems permitirán contrastar las hipótesis		

SUGERENCIAS:

.....
.....
.....
.....
.....

Fecha:/...../.....

Nombre y Firma del Experto

ANEXO N° 06-B

**MATRIZ DE RESPUESTAS DE LOS PROFESIONALES DE CONSULTADOS
SOBRE LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN (JUICIO DE EXPERTOS)**

ITEM	EXPERTO*						TOTAL
	1	2	3	4	5	6	
01	1	1	1	1	1	1	6
02	1	1	1	1	1	1	6
03	1	1	1	1	1	1	6
04	1	1	1	1	1	1	6
05	1	1	1	1	1	1	6
06	1	1	1	1	1	1	6
07	1	1	1	1	1	1	6
08	1	1	1	1	1	1	6
09	1	1	1	1	1	1	6
10	1	1	1	1	1	1	6

* Respuesta de los profesionales: 1 = Si, 0 = No

PROFESIONALES CONSULTADOS

- 01. MG. Enf. Gladys B León Montoya
- 02. Mg. Enf. María Esther Saavedra Chinchayan
- 03. Lic. Enf. Marlith Aguilar Caman
- 04. Lic. Enf. Sonia Huihua Gutiérrez.
- 05. Dr. Francisco Ramos Santillán.
- 06. Lic. Enf. Edith Flores

ANEXO - 07

EVALUACIÓN DE LA CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

La confiabilidad del instrumento de medición (ficha de encuesta) se establece por medio del método del coeficiente alfa de Cronbach. Se tomó 05 fichas de la misma muestra, considerando el 10% como prueba piloto.

El coeficiente alfa de Cronbach, se obtiene en base a las varianzas individuales de los reactivos y a la varianza de la puntuación total de la prueba. Este coeficiente se calcula con la fórmula:

$$r = \frac{k}{k - 1} \left(1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_x^2} \right)$$

Dónde:

- r = es el coeficiente alfa de Cronbach
- S_i^2 = es la varianza de cada reactivo individual,
- S_x^2 = es la varianza de la puntuación total de la prueba,
- k = es el número de reactivos de la prueba.

Aplicando la formula el valor de la confiabilidad del instrumento de medición es:

$$S_x^2 = 0.9188$$

Obteniéndose así una alta confiabilidad del instrumento de medición.

ANEXO- 08

TABLA 04: RELACIÓN ENTRE EL CLIMATERIO Y LA CALIDAD DE VIDA EN SU DIMENSIÓN PSICOLÓGICA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Calidad de vida Psicológica	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente dicha		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Mala	3	6	7	14	10	20
Regular	8	16	23	46	31	62
Buena	2	4	7	14	9	18
Total	13	26	37	74	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 04, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, de las cuales el 46% tienen una calidad de vida psicológica regular, seguido del 14% que tienen una mala calidad de vida y por último el 14% que tienen una buena calidad de vida. Asimismo el 26% que se encuentran en la fase premenopausica, las cuales el 16% tienen una calidad de vida psicológica regular, seguido del 6% con una mala calidad de vida y por último el 4% con una buena calidad de vida.

ANEXO 09

TABLA 05: RELACIÓN ENTRE EL CLIMATERIO Y LA CALIDAD DE VIDA EN SU DIMENSIÓN SEXUALIDAD EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Calidad de vida sexual	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente dicha		Fi	%
	fi	%	Fi	%		
Mala	0	0	5	10	5	10
Regular	11	22	19	38	30	60
Buena	2	4	13	26	15	30
Total	13	26	37	74	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 05, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, de las cuales el 38% tienen una calidad de vida sexual regular, seguido del 26% que tienen una mala calidad de vida y por último el 10% que tienen una buena calidad de vida. Asimismo el 26% que se encuentran en la fase premenopausica, las cuales el 22% tienen una regular calidad de vida sexual, seguido del 4% que tienen una mala calidad de vida.

ANEXO 10

TABLA 06: RELACIÓN ENTRE EL CLIMATERIO Y LA CALIDAD DE VIDA EN SU DIMENSIÓN RELACIÓN DE PAREJA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Calidad de vida en relación de pareja	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente dicha		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Mala	4	8	18	36	22	44
Regular	9	18	15	30	24	48
Buena	0	0	4	8	4	8
Total	13	26	37	74	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 06, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, de las cuales el 36% tienen una calidad de vida mala en relación de pareja, seguido del 30% que tienen una regular calidad de vida y por último el 8% que tienen una buena calidad de vida. Asimismo el 26% que se encuentran en la fase premenopausica, las cuales el 18% tienen una calidad de vida sexual regular, seguido del 8% que tienen una mala calidad de vida.

ANEXO 11

TABLA 07: RELACIÓN ENTRE EL CLIMATERIO Y LA CALIDAD DE VIDA EN SU DIMENSIÓN FÍSICA EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Calidad de vida física	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente dicha		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Mala	7	14	17	34	24	48
Regular	5	10	18	36	23	46
Buena	1	2	2	4	3	6
Total	13	26	37	74	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 07, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, de las cuales el 36% tienen una regular calidad de vida física, seguido del 34% que tienen una mala calidad de vida y por último el 4% que tienen una buena calidad de vida. Asimismo el 26% que se encuentran en la fase premenopausica, las cuales el 14% tienen una mala calidad de vida sexual, seguido del 10% que tienen una regular calidad de vida.

ANEXO 12

TABLA 08: RELACIÓN ENTRE EL CLIMATERIO Y LA CALIDAD DE VIDA EN SU DIMENSIÓN SOCIAL EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Calidad de vida social	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente dicha		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Mala	4	8	2	4	6	12
Regular	8	16	28	56	36	72
Buena	1	2	7	14	8	16
Total	13	26	37	74	50	100

X² = 6.1821; GL = 2; P= 0.045 < 0.05

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 08, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 74% se encuentran en la fase de la menopausia propiamente dicha, de las cuales el 56% tienen una regular calidad de vida social, seguido del 14% que tienen una mala calidad de vida y por último el 4% que tienen una buena calidad de vida. Asimismo el 26% que se encuentran en la fase premenopausica, las cuales el 14% tienen una mala calidad de vida social, seguido del 10% que tienen una regular calidad de vida.

ANEXO 13

TABLA 08: FASES DEL CLIMATERIO SEGUN GRUPO ETAREO EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Grupo Etareo	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
39 -45 años	6	12	13	26	19	38
45 - 50 años	2	4	8	16	10	20
50 - 55 años	4	8	8	16	12	24
55 - 60 años	1	2	8	16	9	18
Total	13	26	37	74	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 06, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 38% se encuentra dentro del grupo etareo de 39 a 45 años, 24% de 50 a 55 años, 20% de 45 a 50 años, y por último el 18% de 55 a 60 años.

ANEXO 14

TABLA 08: FASES DEL CLIMATERIO SEGÚN EL GRADO DE INSTRUCCIÓN EN LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA-CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Grado de instrucción	Fases del climaterio				Total	
	Pre menopausia		Menopausia propiamente dicha.		Fi	%
	Fi	%	fi	%		
Analfabeto	2	4	5	10	7	14
Primaria incompleta	4	8	14	28	18	36
Primaria completa	4	8	7	14	11	22
Secundaria incompleta	0	0	5	10	5	10
Secundaria completa	3	6	6	12	9	18
Total	13	26	37	74	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y climaterio.

En la tabla 07, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 36% tienen como grado de instrucción primaria incompleta, el 22% primaria completa, 18% secundaria completa, 14% analfabeto y por último el 10% secundaria incompleta.

ANEXO 15

TABLA 08: CALIDAD DE VIDA SEGÚN EL ESTADO CIVIL DE LAS MUJERES DEL CENTRO POBLADO MENOR JOSE OLAYA- CAJARURO- UTCUBAMBA- 2012.

Estado civil	Calidad de vida General						Total	
	Mala		Regular		Buena		Fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Soltero	2	4	7	14	0	0	9	18
Casado	6	12	18	36	1	2	25	50
Conviviente	1	2	11	22	2	4	14	28
Viuda	1	2	1	2	0	0	2	4
Total	10	20	37	74	3	6	50	100

FUENTE: Cuestionario estructurado sobre calidad de vida y menopausia.

En la tabla 08, se observa que del 100% de las mujeres del Centro Poblado Menor José Olaya- Cajaruro- Utcubamba, el 50% es casado, 28% conviviente, 18% soltero y solo el 4% viuda.