



UNIVERSIDAD NACIONAL
"TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA"
DE AMAZONAS



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

INFORME DE TESIS

**"VIVENCIAS DE MUJERES DURANTE EL PERIODO DE SU MENOPAUSIA.
ASENTAMIENTO HUMANO PEDRO CASTRO ALVA.
CHACHAPOYAS - 2014"**

"UNA MIRADA DESDE SUS SENTIMIENTOS BIOPSIICOSOCIALES"

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA:

Bach. Enf. AMARILIS JACQUELINE MONTENEGRO FERNÁNDEZ

ASESOR:

Lic. Enf. WILFREDO AMARO CÁCERES

27 ABR 2015

CHACHAPOYAS - AMAZONAS - PERÚ

2015





UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ DE
MENDOZA DE AMAZONAS



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

INFORME DE TESIS

“VIVENCIAS DE MUJERES DURANTE EL PERIODO DE SU MENOPAUSIA.
ASENTAMIENTO HUMANO PEDRO CASTRO ALVA.
CHACHAPOYAS - 2014”

“UNA MIRADA DESDE SUS SENTIMIENTOS BIOPSIICOSOCIALES”

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA : Bach. Enf. AMARILIS JACQUELINE MONTENEGRO FERNÁNDEZ.

ASESOR : Lic. Enf. WILFREDO AMARO CÁCERES.

27 ABR 2015.



CHACHAPOYAS – AMAZONAS – PERÚ

2015

DEDICATORIA

A Dios por iluminarme en todos los aspectos de mi vida y a mis padres, que con su fe, trabajo, amor y por su apoyo incondicional que me brindaron día a día, fueron haciendo realidad mis sueños y así poder alcanzar mis metas trazadas, por ello y por todo les estoy inmensamente agradecida.

AGRADECIMIENTO

A todas las personas que colaboraron directa e indirectamente en la ejecución de este trabajo ya que sin su apoyo no se hubiera hecho realidad esta investigación.

Lic. Enf. Wilfredo Amaro Cáceres por dedicar parte de su tiempo a la enseñanza de mi tesis.

A mujeres en periodo de menopausia del Asentamiento Humano Pedro Castro Alva, por brindarme la información necesaria y así lograr el desarrollo de este trabajo de investigación.

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

PH. D. Jorge Luis Maicelo Quintana
Rector

Dr. Oscar Andrés Gamarra Torres
Vicerrector Académico (e)

Dra. María Nelly LujanEspinoza
Vicerrectora de Investigación (e)

Dr. Policarpio Chauca Valqui
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

Ms. C. María del Pilar Rodríguez Quezada
Directora de la Escuela Profesional de Enfermería

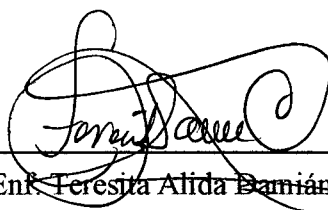
JURADO CALIFICADOR DE TESIS

(RESOLUCIÓN DECANATURAL 006-2015-UNTRM_VRAC/F.C.S)



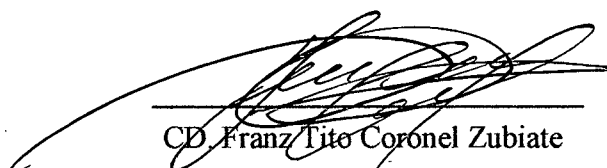
Dr. Edwin Gonzales Paco

Presidente



Lic. Enf. Teresita Alida Damián Cubas

Vocal



CD. Franz Tito Coronel Zubiato

Accesitario

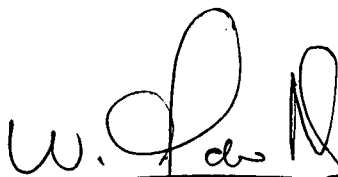
VISTO BUENO DEL ASESOR

Yo. Lic. Enf. Wilfredo Amaro Cáceres con DNI N°41983973, con domicilio legal jirón Hermosura N° 1050, docente auxiliar a tiempo completo de la Escuela Profesional de Enfermería, Universidad Nacional “Toribio Rodríguez de Mendoza” de Amazonas, declaro dar el VISTO BUENO al proyecto de tesis titulado **“VIVENCIAS DE MUJERES DURANTE EL PERIODO DE SU MENOPAUSIA. ASENTAMIENTO HUMANO PEDRO CASTRO ALVA. CHACHAPOYAS - 2014”** de la investigadora Amarilis Montenegro Fernández para optar el título de Licenciada en Enfermería por lo indicado doy testimonio y visto a la investigación mencionada.

POR LO TANTO

Para mayor constancia y validez firmo la presente.

Chachapoyas, 06 de febrero del 2015.



Lic. Enf. Wilfredo Amaro Cáceres

DNI N° 41983973

ÍNDICE

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTO.....	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS	iii
JURADO CALIFICADOR DE TESIS	iv
VISTO BUENO DE LA ASESORA	v
ABSTRACT.....	viii
Capítulo I INTRODUCCIÓN	1
Capítulo II INTERROGANTE Y OBJETIVOS	5
Capítulo III MARCO TEÓRICO	7
Capítulo IV TRAYECTORIA METODOLÓGICA.....	20
4.1. MOMENTOS DE LA TRAYECTORIA	22
A. Descripción fenomenológica.....	22
B. Reducción fenomenológica o eidética.....	22
C. La comprensión.....	23
4.2. LA PREGUNTA ORIENTADORA	23
4.3. EL RIGOR DE LA ÉTICA EN LA INVESTIGACIÓN.....	23
Capítulo V CONSTITUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	27
5.1. CONSTITUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	28
5.2. MOMENTO DEL ANÁLISIS	29
A. ANÁLISIS IDIOGRÁFICO.....	29
B. ANÁLISIS NOMOTÉTICO	30
Capítulo VI REFLEXIONANDO	85
Capítulo VIII RECOMENDACIONES	95
Capítulo IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	97
ANEXOS.....	104

RESUMEN

El presente trabajo es un estudio de naturaleza cualitativa, conducido a través del abordaje fenomenológico; de nivel exploratorio, el tipo de investigación observacional; el método de la investigación inductivo, cuyo objetivo fue: develar el fenómeno de las vivencias de mujeres durante el periodo de su menopausia en el Asentamiento Humano Pedro Castro Alva. Chachapoyas 2014; la muestra estudiada estuvo constituida por ocho mujeres en periodo de menopausia. Para delimitar la muestra, se hizo uso del método de la bola de nieve y la técnica de saturación por categorías. Para recolectar los datos se utilizó el instrumento: guía de entrevista a profundidad; utilizando una presunción fenomenológica de la entrevista, con la siguiente pregunta orientadora ¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?. A partir de la descripción, reducción y comprensión fenomenológica, se obtuvo la aproximación del fenómeno estudiado bajo la premisa “Una mirada desde sus sentimientos biopsicosociales”. A través del análisis idiográfico se obtuvo una proporción consistente de cada una de las experiencias y mediante el análisis nomotético se develó la esencia del fenómeno cuyos resultados fueron; convergencias: el sentir dolor de cabeza, cólera, bochornos, que es complicado y que quiere estar sola; divergencias: preocupación Vs tranquilidad; e idiosincrasias: agradecimiento a Dios por la desaparición de la menstruación; concluyendo que: la menopausia no es una experiencia agradable para la mayoría de mujeres, ya que afecta su estado biopsicosocial, al no adaptarse fácilmente a esos cambios; pero después de todo siente tranquilidad por la desaparición de su menstruación.

Palabras claves: vivencias, mujeres, menopausia.

ABSTRACT

This work is a study of qualitative nature, conducted through the phenomenological approach; exploratory level, the kind of observational research; the inductive method of research, whose goal was: unveil the phenomenon of the experiences of women during the menopause in the Pedro Castro Alva human settlement. Chachapoyas 2014; the study sample consisted of eight women during menopause. To delimit the sample, was made using the method of the snowball and the technique of saturation by categories. The instrument was used to collect data: in-depth interview guide; using a phenomenological presumption of the interview, with the guiding question what you feel during menopause?. From description, reduction and phenomenological understanding, was the approach of the phenomenon studied under the premise "A look from biopsychosocial feelings". Through analysis idiographic is received a consistent for each one of the experiences and by analyzing nomotetico unveiled the essence of the phenomenon whose results were; convergences: feel headache, anger, hot flashes, which is complicated and who wants to be alone; ivergences: concern vs. tranquillity; e idiosyncrasies: thank God for the disappearance of menstruation; concluding that: the menopause is not a pleasant for the majority of women experience, since it affects their State biopsychosocial, the not easily adapt to these changes; but after all feel peace of mind by the disappearance of her menses.

Key words: experience, women, menopause.

Capítulo I
INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial la menopausia es una de las dimensiones menos abordadas de la salud sexual y reproductiva de las mujeres, al menos desde un enfoque social. Las mujeres que atraviesan por este periodo aumentan en la medida en que la esperanza de vida al nacer también crece, por lo que se requiere indagar más acerca de este proceso, y no desde un enfoque médico o psicológico, sino desde uno que explore los prejuicios socioculturales y los significados que se han tejido para explicar este evento (Rosales, A. 2007).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1990 calculó 467 millones de mujeres postmenopáusicas, por lo que cabe suponer que para el año 2030 la cifra habrá aumentado a 1200 millones, siendo así que en España se estima que más del 50% de las mujeres sufre un empeoramiento de su calidad de vida tras la menopausia, “variando según las sociedades y diferentes culturas y se relaciona con la salud, bienestar, las relaciones sociales y las posibilidades económicas”, explica Francisco Vásquez, presidente del IX Congreso Nacional de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM) y según datos presentados en el congreso en el 2005, el 70% de las mujeres menopáusicas en España padece de sofocos y sudoraciones, en segundo lugar, cambios de humor, irritabilidad y sudoración (Media, S. 2005).

La menopausia es un fenómeno bio-socio-cultural, en la expresión de su vivencia interactúan factores biológicos, psicológicos y sociales. 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. Para algunas culturas, la menopausia confiere beneficios y las mujeres esperan con agrado su aparición; mientras que para otras es un estigma, algo que no se debe ni nombrar por la carga emocional negativa que implica. Por lo tanto, no sólo es importante identificar la presencia de alguno de los síntomas menopáusicos sino también identificar la apreciación subjetiva de la mujer, quien determinará si se ve afectada o no su calidad de vida por ellos (Siseles, N. 2005).

De acuerdo con varios autores, el miedo al climaterio parece ser universal, aunque con algunas variantes: las personas ya sea en Noruega, en Zimbabwe y en México temen llegar

a dicha etapa y ser etiquetadas como climatéricas o menopáusicas, términos que se utilizan peyorativamente. Algunos autores difieren de este criterio, sobre todo al hablar de lo que ocurre en las zonas rurales y en los estratos socioeconómicos bajos, en donde la mujer se alegra por haber dejado de ser reproductiva y tener que ver al coito como un “deber sexual”. (Monroy, A. 2005).

En general, la menopausia provoca más sufrimiento emocional en la mayoría de las mujeres. Este sufrimiento se hace más agudo en sociedades como la nuestra, en donde la juventud y la capacidad reproductora se valoran más que la experiencia de la mujer y otros logros femeninos, una sociedad en donde las canas y las arrugas en el hombre lo hacen “más interesante”, y en la mujer verse “más vieja” (Monroy, A. 2005).

En América Latina, Perú, Argentina, Costa Rica, México, Uruguay y Colombia la edad de la menopausia es alrededor de los 50 años. La menopausia en el Perú comienza a partir de los 48.6 años y es poco frecuente que se presente después de los 55 y antes de los 40 años, sin embargo cuando la mujer vive en la altura la menopausia se adelanta 1.6 años, la mujer que vive sobre los 2 mil 550 metros sobre el nivel del mar, la altura disminuye la presión parcial del oxígeno, que influye sobre la irrigación ovárica, y los vasos sanguíneos llevan menor cantidad de oxígeno a los ovarios por eso se adelantaría la menopausia (Paredes, N. 2013).

Los cambios biodemográficos de la población peruana, caracterizados por una mayor expectativa de vida, han producido un incremento en la frecuencia de mujeres que alcanzan la etapa de la menopausia. Así lo comprueba el Censo del 2007, señalando que a nivel nacional, la población femenina fue 13 millones 792 mil 577 mujeres, es decir el 50,3% de la población total (INEI. 2007).

A nivel de la Región de Amazonas no se encuentran datos estadísticos en este periodo de vida, así mismo son pocos los trabajos relacionados con este tema de investigación. Se observa que en este entorno, existen escasos registros de mujeres que den contenido de lo que es la menopausia, aquellas que acepten su cuerpo, luzcan sus canas, sus arrugas como reconocimiento de la experiencia vivida y que reconozcan en ellas mismas y en otras la

belleza de los signos del paso del tiempo, signos que muestren que vivir es algo importante y deseable.

En las diferentes etapas a lo largo de la vida, las mujeres del Asentamiento Humano Pedro Castro Alva desempeñan un papel importante en la familia y sociedad como madre, esposa, hija, trabajadora, ama de casa, educadora, y otros. En este contexto la menopausia condiciona cambios en la forma de vida de las mujeres y sus familias, ya que actualmente está rodeado de ciertos prejuicios influenciados por mitos y supersticiones, originando que la mujer sea víctima de mitos y temores a lo largo de todas las culturas y sociedades. Por lo que se buscó conocer las vivencias de mujeres en el periodo de su menopausia; ya que durante el trabajo comunitario se evidenció que las mujeres experimentan una serie de síntomas y cambios tanto físicos, psíquicos y sociales, por los mismos que tienen que lidiar con ellas mismas, con sus familiares y hasta con la misma sociedad. Existen limitantes sociales y culturales que no permiten una completa sensibilización y preparación para la llegada de la misma y el personal de enfermería que está llamado a brindar el cuidado integral se limita a tratar los síntomas clínicos, descuidando la parte emocional y el entorno social en que viven. Por este motivo, la menopausia no puede considerarse como un problema aislado.

El presente estudio, permitió comprender lo subjetivo de cada una de las mujeres que están pasando por este periodo crítico y cada una merece vivirlo plenamente y con respeto; ya que cada mujer es única, irrepetible y tienen sus propias características que las distinguen de las demás. Se pretende incrementar el número de investigaciones que permitan entender mejor esta etapa y desarrollar estrategias de intervención que apunten a las necesidades de las mujeres en este periodo; así se preparen y comprendan mejor este proceso y adecuen su estilo de vida cuando lleguen a este periodo acepten y vivan los cambios, como un proceso natural y necesario.

Todo lo indicado ha contribuido para la formulación de la siguiente pregunta orientadora: ¿Qué sintió durante su periodo de menopausia? cuyo objetivo; develar el fenómeno de las vivencias de mujeres durante el periodo de su menopausia. Asentamiento Humano Pedro Castro Alva. Chachapoyas – 2014.

Capítulo II
INTERROGANTE Y OBJETIVOS

INTERROGANTE

Con el fin de conocer las vivencias de mujeres en el periodo de la menopausia, se les preguntó: ¿Qué sintió durante su periodo de menopausia? A través de los discursos se intentó comprender el fenómeno de las vivencias de mujeres durante este periodo, que viven en el Asentamiento Humano Pedro Castro Alva.

OBJETIVO

Develar el fenómeno de las vivencias de mujeres durante el periodo de su menopausia. Asentamiento Humano Pedro Castro Alva. Chachapoyas – 2014.

Capítulo III
MARCO TEÓRICO

III. MARCO TEÓRICO

3.1. BASE TEÓRICA

A. VIVENCIAS

Del latín “vivere” que significa poseer existencia o vida, aludiendo a las experiencias de vida personales, podemos decir que vivencia, es lo que cada uno experimenta, en su cotidianidad, simplemente por existir, siendo estas experiencias transformadas de su esencia, y a su vez reconociendo que cada hecho vivenciado lo es un modo particular por el que lo vive o experimenta, lo que hace que el propio sujeto lo modifique en su percepción. Por medio de las vivencias el sujeto aprende conceptos y habilidades, conoce el mundo que lo rodea, siente su influencia, lo analiza y cuestiona, y forma parte de la red de la vida (Hernández, R. 2007).

Vivencia significa lo que tenemos realmente en nuestro ser psíquico; lo que real y verdaderamente estamos sintiendo, teniendo, en la plenitud de la palabra tener, ponerse uno realmente en presencia del objeto, esto es: vivirlo, vivir con él: tenerlo propia y realmente en la vida; no el concepto que lo sustituya; no la fotografía; no el plano, no el esquema que lo sustituya, sino el mismo. Esta, definición tendrá sentido, porque habrá dentro de ella vivencias personales nuestras. En cambio una definición, antes de haberla vivido, no puede tener sentido, resultara ininteligible; estará compuesta de palabras que ofrecen un sentido; pero ese sentido no estará lleno de la vivencia real. No tendrá para nosotros esas resonancias largas de algo que hemos estado mucho tiempo viviendo y meditando (García, M. 1938; citado por Lezica, A. 2005).

La vivencia es la experiencia que contribuye a formar la personalidad del sujeto, filosófica y psicológicamente lo que se vive o experimenta en la conciencia o en el ser físico como hecho actual y distingue, por lo tanto, lo vivido de lo representado (Diccionario Enciclopédico. 2009).

La experiencia humana visto dentro de un punto de vista situado dentro de ella misma y no desde un punto de vista externo o fuera de ella. Cada ser

humano tiene la posibilidad de explicarse, de referirse a sí mismo su experiencia de vida, su experiencia inmediata a través del lenguaje, es decir que cada persona tiene su propia forma de vivir, de tener vida y mantener la vida; así como conducir la propia existencia de un modo determinado, acomodarse a las circunstancias o aprovecharlas para lograr sus propias conveniencias; sentir o experimentar la impresión producida de un hecho o acontecimiento como un conjunto de recursos o medios de vida o subsistencia (Ruiz, A. 1999).

Las situaciones que alguien vivencia no poseen, apenas, un significado en sí mismas, sino que adquieren un sentido para quien las experimenta, que se encuentra relacionado a su propia manera de existir. Vive en un espacio y tiempo determinados, pero lo vivencia con una amplitud que sobrepasa las dimensiones objetivas, pues es capaz de trascender la situación inmediata. Su existir abarca no apenas aquello que está viviendo en dado momento, sino también las múltiples posibilidades a las cuales está abierta su existencia (Barrera, B. 2008).

Al existir, la persona va vivenciando las situaciones, estando sus vivencias siempre relacionadas con su “Mundo”. En un mundo de significaciones. “Mundo” es el conjunto de relaciones significativas dentro del cual la persona existe”. En las situaciones que la persona va vivenciando, se relaciona con su mundo circundante y humano, que es posible irse descubriendo y reconociendo quien es. Este mundo se caracteriza por la significación que las experiencias tienen para la persona y por el reconocimiento de sí y del mundo (Barrera, B. 2008).

La vivencia implica siempre una transformación, pues lo externo, la realidad, se individualiza, siendo reestructurada y significada en función de la personalidad del individuo. La situación adquiere mayor o menor relevancia para el sujeto por las características propias de su personalidad y su estructura motivacional. Este grado de relevancia situacional va a ser susceptible de ser vivenciado con más intensidad, en tanto sea mayor la importancia atribuida a

la situación. Esta idea remite a la contemplación del carácter individual de la vivencia, en tanto la personalidad, única e irrepetible interviene en el fenómeno de manera activa, lo dota del sello personal siendo entonces, una categoría intransferible, dada sólo al protagonista que la experimenta. No permite replicaciones o imitaciones, es única y comprensible solo con la ayuda y participación de quien la experimente (Hernández, A. 2010).

La vivencia pasa a ser el modo en que la realidad existe para un sujeto determinado. Más aún, es lo que le permite a un sujeto experimentar el presente. Sin vivencia no hay sino un devenir que es el puro futuro que viene y se hace pasado en el instante en que llega. Así, presencia y realidad constituyen términos de la vivencia (Lezica, A. 2005).

– **Tipos de vivencias:** Según (Ramos, R. 2008):

- ***Vivencias intencionales:*** Se suscitan en el hombre por las distintas relaciones significativas conscientes, inteligentes y espirituales, que éste establece con los objetos de la realidad. Se trata de vivencias que de alguna manera exigen, para su surgimiento en el interior del hombre, la presencia intrínsecamente importante de los objetos de la realidad, esto es, de ciertos valores, como la verdad, el bien o la belleza. Ejemplos claros de vivencias intencionales aunque no los únicos, ciertamente son los sentimientos del hombre, como la alegría o la tristeza, que surgen en el interior del hombre en razón de la consciencia que se tiene de ciertos hechos reales.

Así como, obtener una buena calificación en un examen, el nacimiento de un hijo, ganar un premio de la lotería, la titulación profesional de algún amigo, hacen surgir en el interior del hombre la alegría. Por su parte, un accidente ocurrido a algún familiar, la pérdida irremediable de un objeto valioso, no haber podido superar el grado académico correspondiente, la muerte trágica de un ser querido, hacen surgir en el interior del hombre la tristeza, estas dos vivencias humanas son

intencionales porque no surgen nunca en el interior del hombre sin la relación significativa con estos hechos.

Implican, necesariamente, una toma de conciencia de estos hechos con el mismo espíritu y un acto de comprensión de su sentido por parte de la inteligencia; estos hechos, a su vez, exigen tener como contenido una importancia intrínseca como fundamento de su sentido, en razón del cual no solamente surge la alegría en el interior del hombre sino también se convierte en el motivo razonable por el cual estas vivencias son positivas o negativas en la vida psíquica del hombre.

- ***Vivencias no intencionales:*** Por su parte, no surgen en el hombre propiamente por las relaciones significativas que éste establece con los objetos de la realidad, sino que son causadas, provocadas, ocasionadas psíquicamente en él; en primer lugar: por las distintas relaciones físicas que tienen lugar entre su ser y el ambiente que lo rodea, como los cambios de temperatura, las variaciones de calor o de humedad, la alteración de la luz y la oscuridad, la presencia de agentes irritantes para el hombre como el ruido, la polución o los estímulos visuales; en segundo lugar: por determinadas circunstancias por las que atraviesa el hombre en algunos momentos de su vida, como el exceso de fatiga, la disminución de los momentos de reposo ya sea en su forma de sueño o de descanso, padecimientos de salud prolongados, comportamiento cada vez más sedentarios, alimentación inadecuada, abuso de agentes estimulantes como el café, el tabaco, el alcohol, las drogas, etc.

Estas vivencias humanas son, en sentido estricto, inconscientes, no aplican la capacidad de comprender de la inteligencia y carecen de índole espiritual, pues más bien son de naturaleza psicofísica. No es nada extraño que estas vivencias estén actuando dentro del hombre mucho tiempo atrás al momento en que éste llega a conciencia de ellas como es el cansancio o que no pongan en juego la capacidad de conocer y comprender que tiene el hombre para poder surgir dentro de él como

la irritabilidad, el malhumor o la melancolía. Para surgir dentro del hombre basta que cambie su situación corporal o su situación anímica que no descansa, por ejemplo, o no se alimenta bien; y lo mismo para dejar de estar en él.

B. MUJERES

Las mujeres desarrollan muchos papeles en la sociedad que están condicionados por diferentes variables que influyen de manera directa en su estilo de vida, estas pueden ser: su conocimiento intelectual, cultura, estatus social, estatus económico y en algunos casos el atractivo como mujer.

Durante la menopausia cada mujer la vivirá de manera diferente. En ello influirá su propia personalidad, las vivencias acumuladas a lo largo de su vida, su historia familiar, vínculos relacionales, antecedentes médicos y, especialmente la cultura y el entorno en que se haya desarrollado. Algunos síntomas resultan muy molestos para ciertas mujeres, mientras que para otras no lo son, en función del tipo de actividad que desarrolle. Por ejemplo, la presencia de sofocos puede ser muy incapacitante para una mujer que desarrolle una actividad de cara al exterior, mientras que la atrofia genital puede afectar gravemente a la calidad de vida de una mujer que mantenga relaciones sexuales y sólo ser una molestia leve en otra en que no las tenga (Castelo, F. 2006).

C. CLIMATERIO

El climaterio inicia a los 35 años y termina a los 65 aproximadamente. Deriva del griego klimater, escalón. Es el periodo de transición desde la etapa reproductiva hasta la no reproductiva en el que se van a presentar un conjunto de fenómenos que acompañan al cese de la función ovárica de la mujer (Carnachione, M. 2006).

El climaterio es una etapa de transición en la vida de la mujer, caracterizada por cambios físicos, psicológicos y sociales. Los cambios físicos se producen por una deficiencia en los niveles de estrógeno, y afectan a cada mujer de

manera diferente es el periodo fisiológico de transición comprendido entre el estado reproductivo de la vida a los años de pérdida total de las funciones ováricas. Se habla también de años de transición (Ludmir, A. 1996).

– **Fases del climaterio:**

Desde el punto de vista endocrinólogo y de los patrones menstruales, puede considerarse tres fases dentro del periodo amplio llamado climaterio: premenopausia o transición menopáusica inicial, perimenopausia o transición menopáusica, y postmenopáusica (OMS. 2005).

1. *Premenopausia o transición menopáusica inicial.*

De inicio poco sintomático, comprende los años anteriores y próximos a la menopausia (35-45 años) también se le denomina climaterio temprano, se caracteriza por aparición de irregularidades del ciclo menstrual y trastornos vasomotores (OMS. 2005).

2. *Perimenopausia o transición menopáusica.*

Menopausia (del griego mensis: menstruación y pausis: cese o pausa) significa literalmente el cese permanente de la menstruación. Se conoce retrospectivamente tras un periodo de 12 meses consecutivos de amenorrea sin otra causa aparente patológica o psicológica. Se reserva el término de transición menopáusica para el periodo que precede a la última regla. La menopausia se produce por el agotamiento de la función ovárica y la terminación de la capacidad reproductiva que acompaña al envejecimiento en todas las mujeres (Becerra, A. 2003).

Según la sociedad internacional de menopausia se define como: la última hemorragia menstrual en ausencia de enfermedad y embarazo, pero como esta fecha establece de manera retrospectiva, después de un año de amenorrea, se puede considerar como menopausia todo año a partir de la última menstruación (Carnachione, M. 2006).

La menopausia es el cese definitivo del ciclo menstrual en la vida de la mujer aproximadamente a los 50 años, está determinada por la ausencia de menstruaciones por un periodo de un año (OMS. 2005).

La edad predominante media de la menopausia es: 51.5; el 95% entre 44 y 55 años. Actualmente la menopausia se considera una endocrinopatía: pérdida de una función endocrina con consecuencias adversas para la salud (Royer, S. 2005).

2.1. Morfología de los ovarios:

La aparición de la menopausia viene determinada por dos factores fundamentales: de una parte, el número de óvulos formados en el ovario durante el periodo de la vida mediante dos procesos: el proceso de ovulación y, sobre todo, la degeneración por atresia. En la hembra humana, al nacer, sus ovarios contienen unos dos millones de oocitos. Este número declina por atresia hasta unos 400.000, que son los que están presentes en el ovario al comienzo de la pubertad. A partir de la pubertad comienza la ovulación y por este mecanismo se pueden llegar a perder como máximo unos 500 oocitos (Becerra, A. 2003).

Durante el periodo de madurez sexual, los folículos ováricos producen suficientes estrógenos para mantener el ciclo hormonal activo. La inmensa mayoría de los óvulos van degenerando con el paso del tiempo, hasta que hacia los cuarenta años solo restan unos pocos. Cuando el número desciende por debajo de un determinado nivel, la producción de estrógenos es insuficiente y cesan los ciclos menstruales que se iniciaron con la pubertad. Tanto el número de oogonias formadas durante el desarrollo fetal, como la velocidad de degeneración, son específicos de la especie. El proceso de atresia también parece estar bajo el control genético, posiblemente del tipo de apóstosis o muerte celular programada (Becerra, A. 2003).

2.2. Aspectos clínicos de la menopausia

El síndrome de la menopausia es una entidad caracterizada por síntomas y enfermedades somáticas y psicológicas debidos no solo al cambio hormonal sino también por efecto de la edad y del entorno sociocultural según (Becerra, A. 2003).

- **Los síntomas perimenopáusicos:**

Los síntomas vasomotores, sofocos y sudoración nocturna son los trastornos más característicos de la menopausia. Los primeros son manifestación diurna de los segundos. El insomnio suele ser consecuencia de la sudoración. Los sofocos se manifiestan repentinamente en cara, cuello, pecho, asociados a otros repartidos por el resto del cuerpo y, a menudo, palpitaciones. La impresión de calor, limitada inicialmente a la parte superior del cuerpo, se desplaza en sentido descendente y ascendente. Se acompaña por una profunda sensación de malestar físico y dura alrededor de 3 minutos.

Esta sintomatología puede ser inducida por la tensión o el nerviosismo. Al comienzo se produce una vasodilatación que persiste hasta 5 minutos después de haber cedido los síntomas. Tanto la vasodilatación como la sudoración son mecanismos de pérdida de calor, por lo que se manifiestan temblores para elevar la temperatura básica hasta la normalidad. El comienzo del sofoco y la vasodilatación preceden al cambio de la temperatura de la piel y a la liberación intermitente de LH. La depresión, el insomnio y la fatiga se incrementan en el periodo perimenopáusico.

- a. **Los síntomas psicológicos de la menopausia:**

La ansiedad, la dificultad para concentrarse, la exageración al menor problema, fácil irritabilidad, el olvido y los cambios de humor son los problemas psicológicos típicos. Los estudios indican que muchos casos de la depresión relacionan más con

las circunstancias que con la menopausia misma. Otros eventos, como los cuidados de parientes mayores, jubilación, divorcio o viudez, los niños creciendo y yéndose de la casa ocurren alrededor del periodo de menopausia. También algunos problemas pueden causarse indirectamente debido a la perturbación de sueño. Para ocuparse de síntomas emocionales debe ejercitarse regularmente. Esto ayudará a mantener su equilibrio hormonal y a preservar fuerza ósea. El hablar con otras mujeres, que están pasando a través de menopausia, puede ayudar con síntomas emocionales. Las mujeres que se acercan a menopausia se quejan a menudo por pérdida de la memoria.

En la menopausia los trastornos depresivos se hace complicado definir sus manifestaciones ya que algunos son normales y dependen de su intensidad, como son la tristeza, desencanto, abatimiento, por nombrar algunos, siendo los más frecuentes las alteraciones del estado de ánimo que se puede expresar como disminución de la energía, cansancio, insomnio, falta de concentración, irritabilidad, frustración, agresividad, etc. (Navarro, J. et al. 1999).

b. Sofocos (bochornos) y otros síntomas vasomotores:

Los sofocos (bochornos) u oleadas de calor son el síntoma más predominante de la menopausia. Las oleadas de calor (sofocos o bochornos) pueden comenzar 4 años antes de que finalice la menstruación, pero ellos continúan generalmente un año o dos después de menopausia. Las oleadas de calor (sofocos o bochornos) son ondas repentinas de calor del cuerpo, generalmente en la cara o el pecho. Pueden estar acompañados de palpitaciones, transpiración, frialdades o sudoración nocturna. Los calores causan cambios en el control de la temperatura del cuerpo.

c. Interrupciones del sueño (insomnio):

El insomnio es otro de los síntomas de la menopausia. Estos pueden manifestarse de muchas formas incluyendo la dificultad para dormir o despertarse durante la noche. Durante las noches también suele presentarse en algunas mujeres sudoración nocturna. La menopausia por estos problemas puede conducir a la fatiga durante el día.

d. Falta de actividad sexual:

La sequedad vaginal y menor elasticidad en tejidos son problemas comunes de la menopausia, efecto debido a la disminución del nivel de estrógeno. La sequedad vaginal puede causar irritación y dolor durante la copulación. El interés en copular puede declinar y es también muy común el no alcanzar el orgasmo. Los lubricantes vaginales pueden hacer la copulación menos dolorosa. La falta de actividad sexual y la sequedad vaginal son notorias.

e. Problemas urinarios:

La incontinencia aumenta con la edad y hay evidencia de que la pérdida del estrógeno desempeña un papel importante. Durante la menopausia, los tejidos en la zona urinaria también cambian, a veces dejando mujeres más susceptibles a la pérdida involuntaria de orina, particularmente si ciertas enfermedades crónicas o las infecciones urinarias están también presentes. La carencia del ejercicio regular puede contribuir a esta condición. Es importante saber que el entrenamiento de la vejiga es un tratamiento simple y eficaz para la mayoría de los casos.

f. Cambios corporales:

Con los años los músculos y los huesos se debilitan, provocando que los huesos se quiebren con pequeños golpes; así las fracturas de cadera ocurren a causa de la osteoporosis. También

la vejiga y la matriz se encuentran caídas por problemas del colon. También ocurren cambios de peso.

g. Otros problemas:

Algunas mujeres se vuelven vulnerables a la osteoporosis y a las enfermedades coronarias. Otras tienen problemas de memoria y concentración. Algunas mujeres durante sus últimas menstruaciones tienen sangrados importantes. Muy pocas desarrollan fatiga, cambios en el color del cabello y / o cefaleas.

3. Postmenopausia.

También recibe el nombre de climaterio tardío, se inicia después de establecida la menopausia y termina al comienzo de la senectud (56 a 65 años), se caracteriza por amenorrea mayor de un año (OMS. 2005)

D. TEORIAS Y MODELOS DE ENFERMERÍA

• **El modelo de adaptación de Sor Callista Roy**

Considera al ser humano un ser biopsicosocial, en constante interacción con el ambiente y que tiene cuatro modos de adaptación basados: necesidades fisiológicas, el autoconcepto (yo físico, yo ético-moral, la coherencia del yo, el ideal y la expectativa del yo, y la autoestima), el papel funcional y las relaciones de interdependencias. El entorno y todas las condiciones, circunstancias e influencias que rodean afectan al desarrollo y comportamiento de las personas; el estímulo que entra en la persona como un sistema adaptativo que influye factores tanto internos como externos. La falta de integración se manifiesta en falta de salud.

Esta teoría aporta para la investigación ya que la autora menciona sobre la adaptación de la persona, se sabe que durante la menopausia la mujer experimenta varios cambios biopsicosociales y para adaptarse a ellos se debe tener en cuenta que la enfermera cumple su rol ayudando a que la persona se adapte y modifique el entorno que le rodea, de forma que esté protegida y además le ayuda a usar sus capacidades, valorando e

identificando comportamientos positivos y negativos, para reforzar los positivos y cambiar los negativos (Pérez, P. y Pérez, S. 2003).

- **Según el Modelo del sistema de comportamiento Dorothy E. Johnson, 1980:** La persona es un sistema de comportamientos compuesto de siete subsistemas; *dependencia*: la conducta dependiente evoluciona desde un grado total de dependencia de los demás hasta un mayor grado de dependencia de uno mismo; *ingestión*: cómo, cuándo, qué, cuánto y en qué condiciones nos alimentamos; *eliminación*: cuando, como y en qué condiciones se produce la eliminación; *sexual*: obedece a la doble función de procreación y de satisfacción; *agresividad*: protege, conserva, y proviene de una intención primaria de dañar a los demás; *realización*: Se relacionan estrechamente las cualidades intelectuales, físicas, mecánicas y sociales; *afiliación*: proporciona supervivencia y seguridad.
- Las medidas de prevención primaria se han convertido en el foco de atención de la salud en un intento por reducir los costos sanitarios, así como de mejorar los resultados de salud del paciente. En este sentido, el modelo de Johnson es capaz de proporcionar un enfoque sistemático para las evaluaciones de enfermería y un método para guiar la atención del paciente.

Esta teoría aporta para la presente investigación ya que la autora menciona que la persona es un sistema de comportamientos compuesto por subsistemas los cuales durante el periodo de la menopausia estos se alteran volviéndose una amenaza para la salud física y social es allí donde la enfermera actúa como fuerza reguladora para conservar la organización e integración del comportamiento de la persona y llevarlo un nivel óptimo.

Capítulo IV
TRAYECTORIA METODOLÓGICA

IV. TRAYECTORIA METODOLÓGICA

El presente estudio fue de enfoque cualitativo, de abordaje fenomenológico, de nivel exploratorio y el método de la investigación inductivo.

De enfoque cualitativo, el cual permitió ver las cualidades de las personas y se fundamenta en una perspectiva interpretativa centrada en el entendimiento del significado de las acciones de seres vivos, sobre todo de los seres humanos y sus instituciones, proporcionando profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. Aportando desde un punto de vista “fresco, natural y holístico” de los fenómenos, así como flexibilidad. El alcance final de los estudios cualitativos muchas veces consiste en comprender un fenómeno social complejo. El acento no está en medir las variables involucradas en dicho fenómeno, sino en entenderlo (Hernández, R. 2010).

El abordaje fenomenológico permitió descubrir el significado de los fenómenos humanamente vividos, a través del análisis de la descripción de los sujetos. El método fenomenológico explícitamente tiene en cuenta la participación del ser humano en una situación, para usar sus descripciones ya sea tanto escritas como orales como datos ingenuos. Es a través del análisis de las descripciones en que se revela la naturaleza de un fenómeno y el significado de la experiencia aprendida por el sujeto. El método fenomenológico no busca revelar las relaciones causales; pero si más bien revelar la naturaleza del fenómeno como aquello humanamente experimentado (Tello, C. 2004).

De nivel exploratorio porque permitió explorar, al observar el fenómeno el cual fue analizado; ayudando al reconocimiento e identificación de problemas. Desestimando la estadística y los modelos matemáticos. (Supo, J. 2012).

El método de investigación que se utilizó en el presente estudio fue inductivo debido a que, durante el proceso de la recolección de datos el presente estudio partió de los casos particulares (datos encontrados) para llegar a conclusiones universales (Rodríguez, E. 2005).

4.1. MOMENTOS DE LA TRAYECTORIA

En el presente estudio se consideró tres momentos a seguir (Martins, J. Bicudo, M. 1996).

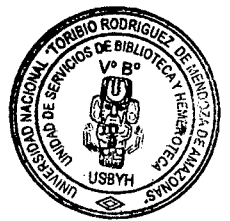
A. Descripción fenomenológica

Este momento es posible si miramos atentos a las descripciones de las personas; de las situaciones por ellas vividas, “esas descripciones surgen por medio del discurso de los sujetos, cuyo lenguaje denota la manera por la cual, representan el mundo para sí mismo.” Relatan lo que ocurre al vivir sus experiencias, o sea, la naturaleza de su experiencia vivida, “la tarea del investigador es dejar que el mundo de aquel, se revele en la descripción y así llegar a la esencia del fenómeno, que debe mostrarse necesariamente en este momento de reflexión”, permitió colocar entre paréntesis toda premisa previa y toda presuposición sobre la naturaleza del problema propuesto, a fin de llegar al fenómeno tal como es.

B. Reducción fenomenológica o eidética

Este momento permitió colocar al fenómeno en suspensión, se buscó todo el fenómeno y solo el fenómeno en las descripciones de los sujetos. Además se determinó que parte de las descripciones son consideradas esenciales y cuáles no; esto fue posible a través de un procedimiento de reflexión y de variación imaginativa.

Se procuró colocarse en el lugar del sujeto y vivir la experiencia por el vivida, imaginando cada parte como si estuviera presente o ausente de ella; es decir transformando las expresiones cotidianas del discurso del sujeto en expresiones propias que sustenten lo que está buscando, convirtiendo las unidades significativas en su propio lenguaje; para luego poder decir que estamos llegando al momento de la comprensión de los significados esenciales del fenómeno.



C. La comprensión

En este momento se develo las realidades múltiples presentes en las descripciones, obteniendo una proporción consistente de cada una de las experiencias de los sujetos a través del análisis idiográfico.

Luego se buscó las convergencias; es decir el aspecto común que permanece en todas las descripciones a todos los discursos y las divergencias (aspectos diferentes) e idiosincrasias (individuales); revelando aspectos estructurales propios; es decir la manera como el sujeto rehace, de forma muy personal la acción de los agentes externos, en este caso hablamos del análisis nomotético; permitiendo la búsqueda de las generalidades del fenómeno. Una vez reconocidas las condiciones suficientes, necesarias; los constituyentes y las relaciones estructurales del fenómeno en general, se llega al momento cuando la esencia del fenómeno se ha develado.

4.2. LA PREGUNTA ORIENTADORA

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Esta interrogante permitió develar el fenómeno de las vivencias de las mujeres durante su periodo de menopausia al agregar como preguntas adicionales las interrogantes ¿Qué más?, ¿Qué más? se buscó profundizar la entrevista de dicho estudio y así rescatar las vivencias de las mujeres durante su período de menopausia.

4.3. EL RIGOR DE LA ÉTICA EN LA INVESTIGACIÓN

En la presente investigación los datos se obtuvieron y utilizaron previa firma del consentimiento informado, garantizando total anonimato de las personas entrevistadas, las cuales fueron grabadas manteniendo la confidencialidad de los mismos.

Para el rigor de la investigación se tuvo en cuenta los principios o criterios de científicidad (Pérez, G. 1999; citado por Ocampo, M. 2010):

- **Credibilidad o valor de la verdad:** También denominado autenticidad, hace referencia a que en los datos de la investigación se tuvo en cuenta lo siguiente:
 - Se eliminó las fuentes posibles de invalidez.
 - Se aumentó la probabilidad de que los datos sean hallados creíbles.
 - Observación persistente.
 - Se contrastó los resultados con las fuentes.
 - La aproximación de los resultados tuvo relación con el fenómeno observado, evitando realizar conjeturas a priori sobre la realidad estudiada.

- **Transferencia o Aplicabilidad:** Permitió transferir o aplicar los resultados de la investigación a otros contextos. Los fenómenos estudiados estuvieron íntimamente vinculados a los momentos, a las situaciones del contexto y a los sujetos participantes de la investigación.
 - Actuando por parecidos contextuales.
 - Descripción densa (permitió presentar el fenómeno en toda la riqueza de sus detalles e implicaciones, abarcando sus relaciones conceptuales y sus diferentes niveles de significado).
 - Se recogió abundante información.

- **Consistencia o dependencia** Conocido a su vez como replicabilidad, hace referencia a la estabilidad de los datos. El estudio se puede replicar por medio del uso de procesos investigativos iguales o alternos. La capacidad de reproducirlos otorga credibilidad a los hallazgos originales dada la misma perspectiva teórica del investigador original y si se siguen las mismas reglas generales en la recolección y análisis de datos y suponiendo que haya un conjunto de condiciones similares, otros investigadores deben poder producir explicaciones teóricas iguales o muy similares sobre el fenómeno investigado. El naturalista interpreta la consistencia como dependencia, que

abarca estabilidad y rastreabilidad, es decir, los descubrimientos se repiten si se replica la investigación con sujetos similares en similares contextos.

- **Confirmabilidad o auditabilidad:** Denominado también neutralidad u objetividad. Bajó este criterio los resultados de la investigación garantizaron la veracidad de las descripciones realizadas por los participantes. Permitiendo conocer el papel del investigador durante el trabajo de campo e identificando sus alcances y limitaciones para controlar los posibles juicios o críticas que suscita el fenómeno o los sujetos participantes.

Es la habilidad de otro investigador de seguir la pista o ruta de lo que el investigador original ha hecho. Para ello es necesario un registro y documentación completa de las decisiones e ideas que el estudioso haya tenido en relación con el trabajo. Esta estrategia permite que otro investigador examine los datos y pueda llegar a las conclusiones iguales o similares a las del investigador original, siempre y cuando tengan perspectivas similares.

Principios éticos en la investigación cualitativa según Ezekiel Emanuel en 1999 propone siete requerimientos básicos para evaluar los aspectos éticos en el marco de las investigaciones: (Lolas, F. 2003).

- **Valor científico o social:** Para que una investigación sea ética debe tener valor, es decir, sus resultados debieran promover una mejora en la salud o en las condiciones de vida de las personas, por ejemplo, a través de una intervención psicosocial o un tratamiento para una determinada enfermedad.
- **Validez científica:** Un estudio pensado éticamente debe estar planificado en base a una metodología rigurosa que conduzca a resultados válidos. Éste es un punto especialmente importante porque incorpora a la ética dentro de los factores intrínsecos a cualquier metodología.

- **Selección equitativa de los sujetos:** La determinación de los sujetos que participarán en el estudio debe considerar los objetivos de la investigación, destacando cuáles serán los criterios de inclusión y exclusión de tal manera que la selección esté comandada por un juicio científico más allá de las vulnerabilidades o el estigma social.
- **Proporción favorable del riesgo-beneficio:** La investigación con personas debe considerar siempre el análisis cuidadoso de los riesgos y beneficios que puede implicar, especialmente si se trata de estudios que requieran de alguna intervención, por ejemplo, farmacológica o psicoterapéutica. De esta manera, la investigación sólo podrá justificarse cuando los riesgos potenciales para los sujetos individuales se minimizan, los beneficios potenciales para los sujetos individuales y para la sociedad se maximizan y los beneficios potenciales son proporcionales o exceden a los riesgos.
- **Revisores independientes:** Dado los posibles conflictos de intereses de los investigadores, se sugiere contar con instancias de evaluación por personas autorizadas que sean independientes al estudio y que puedan decidir sobre su desarrollo con el objeto de evitar distorsiones en el diseño y salvaguardar la responsabilidad social.
- **Consentimiento informado:** Es uno de los aspectos indiscutibles en cualquier investigación. Su propósito es otorgar el control de los sujetos respecto a su incorporación o retiro del estudio y asegurar su participación en la medida que se respeten sus creencias, valores e intereses.
- **Respecto a los participantes potenciales o a los inscritos:** La preocupación ética acerca de los participantes no finaliza cuando se firma el consentimiento. En cualquier estudio es necesario considerar permanentemente el respeto por las personas, su privacidad y el derecho de cambiar de opinión respecto a su participación en la investigación, recibiendo todo el apoyo y las atenciones que sean necesarias.

Capítulo V
CONSTITUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

V. CONSTITUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

5.1. CONSTITUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

En este trabajo de investigación se hizo uso del método inductivo ya que permitió obtener conclusiones generales a partir de premisas particulares, utilizando la observación, el registro y la clasificación de todos los hechos. La técnica que se utilizó fue la entrevista semiestructurada llamada como entrevista a fondo o de profundidad, que consiste en trabajar con preguntas abiertas, para lo cual se optó trabajar con una pregunta abierta, adquiriendo características de conversación. Esta técnica consiste en realizar la pregunta orientadora que ayude a profundizar la respuesta.

Esta investigación tuvo como objeto de estudio a mujeres que pasaron por el periodo de su menopausia, para delimitar la muestra se hizo uso de la “bola de nieve” se identificaron participantes claves y se agregaron a la muestra, se les preguntó si conocen a otras personas que puedan proporcionar datos más amplios y una vez contactados, los incluimos también, se visitó el domicilio de cada participante. Se realizó un corto dialogo, en el que se informó el propósito de la visita. Se solicitó su colaboración, explicándoles la libertad de elección para participar o no de esta investigación. Se formalizó la colaboración de aquellas mujeres que aceptaron participar en este trabajo de investigación, con la firma del formato de consentimiento informado, el cual contiene el título, los objetivos de la investigación y el consentimiento para participar o no de la misma. Se acordó el día y la hora para la entrevista. Antes de iniciar la entrevista se buscó entrar en confianza con cada una de las mujeres creando un clima amical el cual ayudó a que las mujeres se sientan más en confianza y luego se procedió a aplicar el formulario de entrevista a profundidad y a grabar los discursos de mujeres que pasaron por el periodo de la menopausia.

Se entrevistó a 10 mujeres que pasaron por el periodo de menopausia en el Asentamiento Humano Pedro Castro Alva, en el 8vo discurso se comenzaron a repetir en su contenido, aportando al proceso de comprensión del fenómeno, por lo tanto se procedió a finalizar las entrevistas por haber saturado.

5.2. MOMENTO DEL ANÁLISIS

Una vez que se obtuvo los 8 discursos, con transcripción simultánea se procedió a analizarlos como se describe a continuación:

Primero se revisó los discursos reiteradas veces, esto con la finalidad de ubicar en el lugar adecuado y vivir la experiencia de la mujer en periodo de la menopausia lo cual fue fundamental para el próximo momento, cuando se discriminó las unidades de significado, los significados apuntaron a la interrogante a través de la reducción fenomenológica excluyendo todas las afirmaciones relevantes sin cambiar el sentido de lo expresado referente al fenómeno interrogado y así caracterizar la vivencia, a través del análisis ideográfico.

A. ANÁLISIS IDIOGRÁFICO

A fin de llegar a la comprensión de los significados articulados en los discursos se presentó en primer lugar, las descripciones individuales de mujeres que pasaron por el periodo de su menopausia, con las unidades de significado subrayados e identificados con un número arábigo.

En un cuadro ideográfico se transcribió en la columna de la izquierda las unidades de significado subrayadas anteriormente en su lenguaje propio y de acuerdo al orden de numeración y en la columna derecha bajo el título de reducción fenomenológica se procedió mediante un proceso de reflexión y variación imaginativa a transformar las unidades de significado de las mujeres que pasaron por el periodo de la menopausia, en expresiones propias, conservando la numeración de las unidades de significado originales. Posteriormente en el cuadro de convergencias, mediante un proceso de tematización se agrupó las unidades de significado convergentes dentro del discurso es decir las que se referían al mismo tema o poseían el mismo contenido. Su objetivo fue articular las realidades múltiples presentes en los discursos, en unidades de significados interpretativas.

B. ANÁLISIS NOMOTÉTICO

Se transcribió el análisis de todos los discursos del fenómeno develado según sus unidades de significado en la columna izquierda y en la derecha se clasificó según la caracterización de su estructura y se procedió a la búsqueda de las convergencias, divergencias e idiosincrasias cuyo resultado reveló la estructura esencial del fenómeno de las vivencias de mujeres que pasaron por el periodo de la menopausia.

DISCURSO N° I

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Mi experiencia fue tener bochornos y solamente bochornos,⁽¹⁾ y, y un poco así de, de, cómo te puedo decir de, mal humor eso es lo único que sentí,⁽²⁾ nada más.

¿Qué más?

Otra experiencia... no ninguna son los únicos que he sentido hasta ahora.

¿Qué más?

No, porque no, por ejemplo este algunas que tienen así hemorragias no nunca he tenido, ni hemorragias, porque algunos se enferman se van a la cama por quince días, nada lo único o será porque hemos tomado así demasiada soya, las comidas no muy condimentadas ósea casi natural, los refrescos también igual ósea no uso refrescos de sobres solo frutas, puras frutas nada más y yo me imagino que será por eso también, la menopausia me agarró así casi normal, los únicos son los bochornos,⁽³⁾ nada más.

¿Qué más?

Ninguna, la regla se me fue, se me iba yendo más o menos a los 37 años de a pocos, primero me bajo un mes y después pasando dos meses así me bajaba y después así se fue, se desapareció para siempre gracias a Dios,⁽⁴⁾ a los 50 años más o menos se fue definitivo a esa edad, de ahí para acá 55 que tengo ya no, porque algunos ya por ejemplo a esta edad siempre les viene poquito de menstruación, pero desde que se me fue hasta ahorita ninguna gota de sangre nada.

¿Qué más?

No, lo único.

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO I

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Bochornos y solamente bochornos.	1. Sintió bochornos.
2. Malhumor eso es lo único que sentí.	2. Sintió cólera.
3. Los únicos son bochornos.	3. Sintió solo bochornos
4. Se desapareció para siempre gracias a Dios.	4. Agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO I

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Sintió bochornos. ⁽¹⁾ Sintió solo bochornos. ⁽⁴⁾	a) Sintió bochornos.
b) Sintió cólera. ⁽²⁾	b) Sintió cólera.
c) Agradece a Dios por la desaparición de la menstruación. ⁽⁵⁾	c) Agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO I

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente bochornos, cólera y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.

DISCURSO N° II

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Mucha, mucho, este, quería estar en un ambiente que nadie me diga nada, solita, lejos de mi vivienda jajaja... y que nadie me fastidiara, ⁽¹⁾ de alguna manera me comprendieran y no me comprendían en mi casa, ⁽²⁾ ha, y para mí era un calvario de mala vida pue, ⁽³⁾ era difícil, ⁽⁴⁾ era, parecía que si al ser en mi casa, en mi casa me encolerizó di, si no me conversan por eso tenía cólera o si porque me conversan también era malo o si porque me miran serios también por eso, todo era malo pue, ⁽⁵⁾ y dije no puedo agarrar y ver esta cara esta clase de gente decía no en mi casa, peor en la calle será peor, encolerizada vivía, ⁽⁶⁾ vieraste parecía que toda la ciudad me encoleriza, ⁽⁷⁾ no quería salir a ningún sitio, ⁽⁸⁾ umm.

¿Qué más?

Umm... con la regla estando, con ese derrame estando.

¿Qué más?

Experimente que, este era, como se puede decir, que, tu ser tu mente ya no existe, todo un vacío, ⁽⁹⁾ umm... por eso al irme, querer, querer correr de mi casa y no que exista nada, ⁽¹⁰⁾ y parecía que corriendo, parecía que tomando ese aire, voy a volar así, esa es mi experiencia, mejor quería estar con Dios ya a ver si me hace volar jaja mejor morir mejor. ⁽¹¹⁾

¿Qué más?

Era todo un gozo una libertad única que yo tuve, ⁽¹²⁾ hee yo estaba espéreste, tenía una promesa, le voy a contar de la doctrina cristina que yo viví, tuvimos una promesa, de irnos cinco días, ha, ha, que habíamos prometido para Dios, cinco dias en ayunas, solo en consagración, con oraciones, con alabanzas así, día y noche, pero esa experiencia que yo tuve al irme, estaba en lloro, con ese tropiezo, yo dije, lo dije a Dios, si esta enfermedad que tengo, porque me vino a los tiempos, pue yo ya pensaba que ya capaz estoy así ya en barriga será, jaja. y entonces, qué raro que todavía a mí me venga, esto Dios mío dije, esto que no me sirva de tropiezo, decía bórrame todo esto quiero una tranquilidad en estos cinco dias, al tiro me seco, que no tuve trabajo de lavar ropas interiores nada, pero si este es único nomas que estaba así como, pero era un dolor terrible para que me venga cantidad pues, pero no, no me vino, con la fe de Dios mejor me seco el señor ⁽¹³⁾ y entonces feliz los

cinco días completos sin nada de derrames nada ya, eso es la experiencia que he tenido, tranquila ya pues ya no hubo nada en ese tiempo ⁽¹⁴⁾ y hasta el día de hoy todo tranquilo, no fue tropiezo lo que le pedí a dios fue todo un milagro para mí, lo que cuantos días hubiera derramado, no ves para secarme pues cantidad, cada dos meses, cada un mes me daba tres veces el derrame yo paraba con grandes este bragueros dobles en mi casa y así para salir también tenía que salir bien doble, no conocía, no me había dado cuenta que existen pañales para adultos, hace tiempo no se tenía esa experiencia, pero si ya había seguramente sino que no, no tenía esa experiencia, pero así yo tenía que salir bien protegida encima todavía la ropa interior aparte del braguero jaja, pero tenía que ser algo suave para que esa humedad lo va a recibir este pañal ha, porque hay algunos que absorben bastante y ahí recibe el mismo trapito, tienen que ser trapitos especiales que agarren. Dolor de cabeza “si unas punzadas acá en mi corona parecía una aguja gruesa una lanza que me plantaran”, ⁽¹⁵⁾ eso esas dolencias tenía y me ponía un tiempo de olvido, que te olvidabas la cosa más importante que necesitas te olvidabas o cualquier cosa que atiendas, te explican así en ese momento domas lo sabes y después lo que está más importante para dar una razón ya no se te fue, la mente ingrata jajaja...

¿Qué más?

Los cólicos, esos cólicos pue eran terribles y esos cólicos eran para el derrame agudo eso era, no sabía cómo calmarme, no me curaba de nada, ni una pastilla sabía tomar, con lo que paraba tal vez un tecito caliente que tomo pensaba que era frio, también eso quiere algo caliente para podernos arrimar.

¿Qué más?

El corazón, el lloro, me venía un desesperamiento parecía que alguien lo toca mi corazón para llorar profundamente, ⁽¹⁶⁾ ha, lloraba hasta cuando me pare, es difícil que nos pare rápidamente, no nos para el llanto puedes amanecer llorando y de eso ya pus viene el dolor de cabeza, el vacío que no duermes y por eso es que la mente quiere ya desfallecer ya, ⁽¹⁷⁾ en qué cosas quieres este actuar ya, en carreras, profundamente esas carreras que te fueras pero no algo te atajaba no lo podías hacer, al llorar eso ahí si me daban algunos remedios antes para el corazón para que me calme pues, porque me decían que el lloro se convierte en un derrame y no conocías como es pues, pero yo decía es algo grave algo tenía que distraerme, para poderme evitar de llorar, días enteros puedes llorar, noches enteras hasta

amanecer, y esas son las debilidades vienen a la memoria, a veces no te alimentas no quieres comer.

¿Qué más?

Quería estar separada de mi esposo, ⁽¹⁸⁾ parecía que con él me separo todo se va a sanar, pues también cuando no nos comprenden pues también aja, era algo difícil, ⁽¹⁹⁾ no quería ni que me converse nada, no quería posible ni cocinar aunque sea parar sin comer, ⁽²⁰⁾ ha, que nos interesa, no nos interesa nada ni de atenderlos ni a tus hijos, ni al esposo, ni a nadie, ⁽²¹⁾ hay bien triste es, bien triste es eso ⁽²²⁾, cuando ya nos agarra cerca para secarnos ya, hasta que se viene el último derrame. Yo, yo, esa experiencia lo tuve, solamente, no pensaba di, pero ese día para pensar en Dios domas y por medio de la fe me seque ⁽²³⁾ y quería estar de viaje domas y llegue a estar los cinco días de promesa y de sacrificio todo, todo alegre. Fíjese el que estamos sometidos a eso a ser cristiana que más nos queda con ese desesperamiento de calvario, que más nos queda confiar en un Dios para ver tu tranquilidad, tu paz, tu paz única en eso me arrime yo en la fe y fue todo un éxito, hasta el día de hoy, y no, no se realizó mi separamiento, no se realizó y trataba de irme por ahí, irme a misa, como había por ahí, irme por ahí a distraerme a ver algo, tanto de ver te gusta te atrae y así, lo, lo pase salí del templo de Dios, también escuchando ya todo y aparte nos iba a ver qué cosas hay este por ahí y te tranquilizabas, llegabas a tu casa ya, llegabas un rato esa tranquilidad que mejor prefería que estén ausentes más bien todos ausentes, ⁽²⁴⁾ hasta los hijos jóvenes jaja... todos ausentes porque ellos también se ponen en los tiempos difíciles que no puedes atenderlos, también se ponen mal. Yo les dije ¡hijitos por favor en estos tiempos si me pueden me soportan y si no déjeme sola mejor! o si no les doy el campo, para yo estar tranquila, estoy un tiempo de no querer hacer nada, ni un lavado, ni un cocinado, ni para ordenar, nada, nada, ⁽²⁵⁾ qué triste yo les dije así, mejor o les doy campo yo de acá o ustedes me dan campo como es, mejor el trato creo de irse de viaje mi esposo también, porque yo con lágrimas les dije, ustedes se portan muy terrible, no me creen que yo estoy así, mejor yo voy a viajar, yo decido mi viaje mejor, no mejor lo que vas a viajar tu más bien este yo voy a viajar, voy a la chacra a verlo a mis padres, ahí me voy a demorar un mes, yo estando tranquila pues ya los hijos también decían voy a trabajar, hijos jóvenes tenía, el otro no me ha dado nada de trabajo, tan solo mi hijita era la que estaba pequeña es paraba en mi junto es único me comprendía más nadie.

¿Qué más?

Eso domas.

¿Qué más?

La experiencia de no querer estar con el esposo como entre ellos,⁽²⁶⁾ no pue, dialogando nada, nada, se acaba para siempre, esa es mi experiencia es triste también eso umm... hombre bueno será que no se vaya, pero él no se iba, le preocupaba porque nos poníamos a llorar más bien él buscaba que montecitos para que se tome, para poderme calmar ha porque era al corazón que te ataca y también al sistema nervioso haa...

¿Qué más?

Eso domas.

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO II

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Quería estar en un ambiente que nadie me diga nada, solita, lejos de mi vivienda, jajaja...y que nadie me fastidiara.	1. Quería estar sola, lejos de casa.
2. No me comprendían en mi casa.	2. Sentía que su familia no la comprende.
3. Era un calvario de mala vida pue.	3. Su vida era un calvario.
4. Era difícil.	4. Le fue difícil pasar por la menopausia.
5. Si no me conversan por eso tenía cólera o si porque me conversan también era malo o si porque me miran serios también por eso, todo era malo pue.	5. Sentía cólera por todo.
6. Encolerizada vivía.	6. Vivía de cólera.
7. Parecía que toda la ciudad me encoleriza.	7. Le parecía que todos le hacían sentir cólera.
8. No quería salir a ningún sitio.	8. No quería salir a ningún sitio.
9. Tu ser tu mente ya no existe, todo un vacío.	9. Sentía un vacío en su vida.
10. Quería correr de mi casa y no que exista nada.	10. Quería olvidarse de todo.
11. Quería estar con Dios ya a ver si me hace volar jaja, mejor morir mejor.	11. Quería estar junto a Dios, morir y no vivir esa vida.
12. Era todo un gozo una libertad única que yo tuve.	12. Sintió gozo, libertad cuando dejo de menstruar.

13. Con la fe de Dios mejor me seco el señor.	13. Con la fe de Dios dejo de menstruar.
14. Tranquila ya pues ya no hubo nada en ese tiempo.	14. Sintió tranquilidad cuando dejo de menstruar.
15. Dolor de cabeza, si unas punzadas acá en mi corona parecía una aguja gruesa una lanza que me plantaran.	15. Sentía dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parecía una aguja gruesa una lanza que le plantaran”.
16. Desesperamiento parecía que alguien lo toca mi corazón para llorar profundamente.	16. Se desesperaba y lloraba.
17. La mente quiere ya desfallecer ya.	17. Se sentía cansada.
18. Quería estar separada de mi esposo.	18. Quería estar lejos de su esposo.
19. Era algo difícil.	19. Le fue difícil pasar por la menopausia.
20. No quería posible ni cocinar aunque sea parar sin comer.	20. No tenía ánimos para hacer sus cosas.
21. No nos interesa nada ni de atenderlos ni a tus hijos, ni al esposo, ni a nadie.	21. No tenía interés por atender a su esposo, hijos ni a nadie.
22. Bien triste es, bien triste es eso.	22. Le fue triste pasar por la menopausia.
23. Por medio de la fe me seque.	23. Por medio de su fe dejo de menstruar.
24. Prefería que estén ausentes más bien todos ausentes.	24. Prefería estar sola.
25. No querer hacer nada, ni un lavado, ni un cocinado, ni para ordenar, nada, nada.	25. No tenía ánimos para hacer sus cosas.
26. No querer estar con el esposo como entre ellos.	26. No tenía deseos de estar con su esposo.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO II

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Quería estar sola, lejos de casa. ⁽¹⁾ No quería salir a ningún sitio. ⁽⁸⁾ Quería olvidarse de todo. ⁽¹⁰⁾ Quería estar lejos de su esposo. ⁽¹⁸⁾ Prefería estar sola ⁽²⁴⁾	a) Quería estar sola lejos de casa.
b) Sentía que su familia no la comprende. ⁽²⁾	b) Sentía que su familia no la comprende.
c) Su vida era un calvario. ⁽³⁾ Le fue difícil pasar por la menopausia. ⁽⁴⁾ Sentía un vacío en su vida. ⁽⁹⁾ Quería estar junto a Dios, morir y no vivir esa vida. ⁽¹¹⁾ Le fue difícil pasar por la menopausia. ⁽¹⁹⁾ Le fue triste pasar por la menopausia. ⁽²²⁾	c) Sentía un vacío en su vida, quería morir ya que su vida era un calvario, es difícil y triste pasar por la menopausia.
d) Sentía cólera por todo. ⁽⁵⁾ Vivía de cólera. ⁽⁶⁾ Le parecía que todos le hacían sentir cólera. ⁽⁷⁾	d) Sentía cólera por todo.
e) Sintió gozo, libertad cuando dejó de menstruar. ⁽¹²⁾ Sintió tranquilidad cuando dejó de menstruar. ⁽¹⁴⁾	e) Sintió tranquilidad, gozo, y libertad cuando dejó de menstruar.
f) Con la fe de Dios dejó de menstruar. ⁽¹³⁾ Por medio de su fe dejó de menstruar. ⁽²³⁾	f) Por medio de su fe dejó de menstruar.
g) Sentía dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parecía una aguja gruesa una lanza que le plantaran”. ⁽¹⁵⁾	g) Sentía dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa una lanza que le plantaran”.
h) Se sentía cansada. ⁽¹⁷⁾ No tenía ánimos para hacer sus cosas. ⁽²⁰⁾ No tenía	h) No tenía ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a

interés por atender a su esposo, hijos ni a nadie. ⁽²¹⁾ No tenía ánimos para hacer sus cosas. ⁽²⁵⁾	nadie.
i) Se desesperaba y llora. ⁽¹⁶⁾	i) Se desesperaba y lloraba.
j) No tiene deseos de estar con su esposo ⁽²⁶⁾	j) No tiene deseos de estar con su esposo.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO II

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.

DISCURSO N° III

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Hay sentí en primer lugar, yo sentí como una mareación que me venía me perdía el juicio, me tumbaba ⁽¹⁾ y resulte con una fuerte hemorragia que no me paraba, cuando me pusieron que ampolla será que me pusieron, ahí me para la hemorragia.

¿Qué más?

Ósea, que me volvía totalmente como que no entendiera, ni escuchara nada, me puse ya este colérica con mi esposo, con mis hijos, ⁽²⁾ me sentí muy mal, mal, mal, ⁽³⁾ por eso yo hasta que pensaba que de repente hasta estoy brujeadada jajaja. ⁽⁴⁾

¿Qué más?

El dolor de cabeza no me dejaba pues el dolor de cabeza me tenía ya este parecía que ya me quiero ir ⁽⁵⁾ y ya no estaba contenta por nada, ⁽⁶⁾ porque ya totalmente como perder mi juicio ya eso sentía, ⁽⁷⁾ muy duro ha sido el de mí, eso el dolor de la cabeza. ⁽⁸⁾

¿Qué más?

Otra, ya no, ni me acuerdo, no te digo que yo ya perdí mi juicio, haa, yo me perdí mi juicio totalmente me perdí mi juicio, ⁽⁹⁾ por eso no sabía ni en donde estoy, ni que hago, como, casi como loca, así algo así, que yo ya ni recuerdo hasta yo ya me sentía pues este que yo los escuchaba lo que hablan cuando me cuidan acá, cuando me trajeron de mi tierra y los escuchaba pero yo no podía hablar, por eso yo mas no me puedo recordar, veinticuatro horas me lo duro eso y recordé, abrí mis ojos vi y escuche la gente, recién me comenzaron hacer masajes así algo mi esposo pué no, y recién comencé ya nuevamente a poder ya para hablarles ya en esa forma.

¿Qué más?

Ya de mí regla ya pues este era, casi normal era pero así al final cuando ya me dio totalmente, me dio pues lo que corre, me lo dio demasiado ya, me llevo creo mi esposo a verme en el hospital me acuerdo así, pero, sabe que yo me escape porque no estaba bien, me llevo mi esposo, me llamaron para adentro, entre, yo entre, pero cuando me dijo la señorita que me saque la ropa no jajaja...yo eso recuerdo, yo no quise salir y me escape,

me llegue mi juicio del por acá abajo contra de un poste ahí y mi esposo ya venía buscándome, eso era ya no me acuerdo de más cosas ya, por eso le digo, hay que de mí ha sido grave, grave. ⁽¹⁰⁾ ya pues hasta ahí yo lo veo grave, por eso yo pensaba otras cosas.

¿Qué más?

Por eso te digo pues, que los llegue a odiar hasta al esposo, hasta mis hijitas, ya no quería saber nada pues de ellos, ⁽¹¹⁾ pero yo me sentía y me decía pero porque tanto va a ser la edad crítica, tanto umm... eso, me puse muy rebelde se puede decir contra mis hijos yo renegaba, ⁽¹²⁾ en eso cometí el error que ya de acá cuando ya estaba un poco sana, me fui a mi tierra y resulte que yo sola lo vendí una mi casa que tenía, hice el negocio y ya me dieron la plata y mi esposo se fue como él siempre trabajaba con negocio pue no, se fue y me hallo con la sorpresa que yo vendí hasta mi casa porque yo estaba como loca ya, y me peleaba con mi esposo yo lo botaba le decía que se vaya que yo no quiero verlo, y que va a ser tanto de eso yo no creo que sea tanto de eso que dice usted umm... así.

¿Qué más?

Solo de eso pues, de lo que te digo y que yo estaba colérica peleando con los hijos, ⁽¹³⁾ solo eso, solo eso.

¿Qué más?

Otra ya no.

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO III

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Sentí como una mareación que me venía, me perdía el juicio me tumbaba.	1. Sintió mareos.
2. Me puse ya este colérica con mi esposo, con mis hijos.	2. Se ponía de malhumor con su esposo y sus hijos.
3. Me sentí muy mal, mal, mal, mal.	3. Se sintió muy mal.
4. Pensaba que de repente hasta estoy brujeada jajaja.	4. Creía que le habían hecho maldad.
5. El dolor de cabeza me tenía ya este parecía que ya me quiero ir.	5. El dolor de cabeza la hacía perder la razón.
6. No estaba contenta por nada.	6. No se sentía contenta por nada.
7. Totalmente como perder mi juicio ya eso sentía.	7. Sentía que pierde la razón.
8. Muy duro ha sido el de mí, eso el dolor de la cabeza.	8. Sintió fuertes dolores de cabeza.
9. Yo me perdí mi juicio totalmente me perdí mi juicio.	9. Perdió la razón.
10. Ha sido grave, grave.	10. Fue muy complicada su menopausia.
11. Los llegue a odiar hasta al esposo, hasta mis hijitas, ya no quería saber nada pues de ellos.	11. Llegó a odiar a su esposo y a sus hijas, no quería saber nada de ellos.
12. Me puse muy rebelde se puede decir contra mis hijos, yo renegaba.	12. Discutía con sus hijos.
13. Estaba colérica peleando con los hijos.	13. Sentía cólera.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO III

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Sintió mareos. ⁽¹⁾	a) Sintió mareos.
b) Se ponía de cólera con su esposo y sus hijos. ⁽²⁾ Renegaba con sus hijos. ⁽¹²⁾	b) Se ponía de cólera y discutía con su esposo y sus hijos.
c) Se sintió muy mal. ⁽³⁾ Fue muy complicada su menopausia. ⁽¹⁰⁾	c) Le fue muy complicado pasar por la menopausia
d) Creía que la habían hecho maldad. ⁽⁴⁾	d) Creía que la habían hecho maldad.
e) El dolor de cabeza la hacía perder la razón. ⁽⁵⁾ Sentía que pierde la razón. ⁽⁷⁾ Le cogía fuertes dolores de cabeza. ⁽⁸⁾ Perdió la razón “no sabe ni en donde estoy, ni que hace, como, casi como loca”. ⁽⁹⁾	e) Sintió fuertes dolores de cabeza que la hacían perder la razón.
f) No se sentía contenta por nada. ⁽⁶⁾	f) No se sentía contenta por nada.
g) Llegó a odiar a su esposo y a sus hijas, no quería saber nada de ellos. ⁽¹¹⁾	g) Llegó a odiar a su esposo y a sus hijas, no quería saber nada de ellos.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO III

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSO N° IV

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Dolor de cabeza, ⁽¹⁾ dolor del cuerpo, ⁽²⁾ del cuerpo pue, y más este, que se seque mi regla me daba cada quince días, quince días y duraba tres a cinco días casi, así era cuando estoy con la menopausia, de ahí, en mi casa me ponía de cólera a renegar, ⁽³⁾ pero ahorita ya no mucho, eso es lo único pues.

¿Qué más?

Umm... no solo que, no podía dormir también así en las noches y más te da el bochornos, cuando estaba con la menopausia en ratos “se calentaba mi cuerpo fuerte y de ahí bajaba se ponía frio mi cuerpo”, ⁽⁴⁾ eso se llama bochornos creo dicen así, eso doma pues.

¿Qué más?

Ahorita vuelta las molestias que tengo la quemazón de mis manos y de mis pies de eso, de ahí no pues, eso domas son. Desde que me dejo mi regla la quemazón de mis pies y los bochornos era muy fastidioso no me dejaba dormir tranquila, ⁽⁵⁾ de ahí molestias umm... A veces tenía un rencor no sé qué es, ⁽⁶⁾ tenía ganas de llorar no sé cómo también, ⁽⁷⁾ jaja, así es que feo es pasar por la menopausia, ⁽⁸⁾ eso doma pues, no más.

¿Qué más?

No eso doma pues, de ahí no más tenía molestias, eso eran los problemas que cuando estaba yo con la menopausia, ahorita que ya me dejo ya no tanto. Yo me siento bien ya no pue así con esos problemas anteriores, ⁽⁹⁾ ya no tengo esos problemas anteriores, ahora ya me siento un poco más bien, desde que se me fue la regla, ⁽¹⁰⁾ eso es lo único. Hay ya quiere llover.

¿Qué más?

Eso domas eran los problemas que yo tenía cuando yo estaba con la menopausia.

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO IV

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Dolor de cabeza.	1. Sintió dolor de cabeza.
2. Dolor del cuerpo.	2. Sintió dolor en su cuerpo.
3. En mi casa me ponía de cólera a renegar.	3. Sentía cólera y renegaba.
4. No podía dormir también así en las noches y más te da el bochornos, cuando estaba con la menopausia en ratos se calentaba mi cuerpo fuerte y de ahí bajaba se ponía frio mi cuerpo.	4. En las noches no dormía bien “se calentaba su cuerpo fuerte y de ahí bajaba se ponía frio su cuerpo”.
5. La quemazón de mis pies y los bochornos era muy fastidioso no me dejaba dormir tranquila.	5. En las noches no la dejaba dormir la quemazón de sus pies y los bochornos.
6. A veces tenía un rencor no sé qué es.	6. Sentía rencor y no se explica porque.
7. Tenía ganas de llorar no sé cómo también.	7. Sentía ganas de llorar sin razón alguna.
8. Feo es pasar por la menopausia.	8. No fue una bonita experiencia el pasar por la menopausia.
9. Yo me siento bien ya no pue así con esos problemas anteriores.	9. Siente tranquilidad ahora que no menstrua.
10. Me siento un poco más bien, desde que se me fue la regla.	10. Se siente más tranquila desde que dejó de menstruar.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO IV

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Sintió dolor de cabeza. ⁽¹⁾	a) Sintió dolor de cabeza.
b) Sintió dolor en su cuerpo. ⁽²⁾	b) Sintió dolor de cuerpo.
c) Sentía cólera y renegaba. ⁽³⁾	c) Sentía cólera y renegaba.
d) No dormía bien en las noches “se calentaba su cuerpo fuerte y de ahí bajaba se ponía frío su cuerpo”. ⁽⁴⁾ En las noches no la dejaba dormir la quemazón de sus pies y los bochornos. ⁽⁵⁾	d) En las noches no la dejaba dormir, le incomodaba la quemazón en sus pies y los bochornos “se calentaba su cuerpo fuerte y de ahí bajaba se ponía frío su cuerpo”.
e) Sentía rencor y no se explica porque. ⁽⁶⁾	e) Sentía rencor y no se explica porque.
f) Sentía ganas de llorar sin razón alguna. ⁽⁷⁾	f) Sentía ganas de llorar sin razón alguna.
g) No fue una bonita experiencia el pasar por la menopausia. ⁽⁸⁾	g) Es desagradable pasar por la menopausia.
h) Siente tranquilidad ahora que no menstrua. ⁽⁹⁾ Se siente más tranquila desde que dejó de menstruar. ⁽¹⁰⁾	h) Siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO IV

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frío su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO N° V

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Faltando un año algo así para qué me deje esto era el dolor de cabeza,⁽¹⁾ será antes que me dé la regla o después, dos tres días antes o después así era un fuerte, fuerte dolor de cabeza,⁽²⁾ de ahí esto ya pues quedo definitivo ya. A Dios gracias no tuve hemorragias nada eso,⁽³⁾ pero después si a los dos meses algo así, tuve un dolor de cabeza pero insoportable era,⁽⁴⁾ dos días me tiro a la cama borrachera era, daba vuelta la casa y nauseas. Tome pastillas para el dolor y que fue otro umm... y magnesol, eso tome y me quito también, ya son 4 años ya que estoy, de ahí de vez en cuando me resultaba un calor que me subía a la cabeza pero me hacía sudar frio,⁽⁵⁾ me paso, me paso eso también de esas molestias yo ya estoy tranquilo todo. Mas lo que ahora tengo es preocupación, en ratos me confundo, bueno así, así lo paso, pero como hago, me concentro en mis tejidos a ratitos salgo jaja... a disimular así, de ahí normal tranquilo no tengo más ningunas molestias.

¿Qué más?

Bueno, a Dios gracias no he tenido más dolores,⁽⁶⁾ tampoco he tenido como digo, para que me deje solo esos problemas han sido, de ahí no más, hemorragias tampoco nunca he tenido, porque no somos iguales todas no cierto, son diferentes problemas que tienen lo veo, algunas tiene fuertes hemorragias y ahora me estoy preocupando es más bien por mi sobrina que ya está por los 39 años me parece y tiene ese problema como digo sea antes o después ese dolor de cabeza, que se parte como dice le vuelve turbada a ella.

¿Qué más?

No recuerdo ya señorita no, como digo es a veces me decían que cuando consulte me dijeron que era bochornos de la menopausia, me decían por esos calores que tenía así fuertes. Tristezas así en momentos,⁽⁸⁾ pero de ahí me ha pasado, me ha pasado, tranquilo, más no otros problemas no he tenido, hasta ahorita estoy como dicen todavía tranquilo. No sé a qué se bebe pero a la presión baja, ese problemita es lo que tengo yo ahora presión baja demasiado y no se a que se deberá.

¿Qué más?

Lo que me parece de repente será motivo eso, conversando, conversando así con otras señoras nos han dicho que emana eso también el dolor de las piernas, las piernas un cansancio pero horrible, eso es no lo contengo con nada porque ya me he puesto ampollas también para la descalcificación, han dicho para el cansancio, el dolor sigue igual sea de noche o de día igualito las dolencias de las piernas.

¿Qué más?

Eso señorita eso es lo que recuerdo más a fondo, otras cosas no.

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO V

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Dolor de cabeza.	1. Sintió dolor de cabeza.
2. Fuerte, fuerte dolor de cabeza.	2. Sintió fuertes dolores de cabeza.
3. A Dios gracias no tuve hemorragias nada eso.	3. Agrade a Dios que no tuvo hemorragias.
4. Dolor de cabeza pero insoportable era.	4. No soportaba el dolor de cabeza.
5. Un calor que me subía a la cabeza pero me hacía sudar frio.	5. Sentía calor que le sube a la cabeza y le hacía sudar frio.
6. A Dios gracias no he tenido más dolores.	6. Agradece a Dios que no sintió otras molestias.
7. Tristezas así en momentos.	7. A veces se sentía triste.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO V

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Sintió dolor de cabeza. ⁽¹⁾ Sintió fuertes dolores de cabeza. ⁽²⁾ No soportaba el dolor de cabeza. ⁽⁴⁾	a) Sintió fuertes dolores de cabeza que no lo soportaba.
b) Agrade a Dios que no tuvo hemorragias. ⁽³⁾ Agradece a Dios que no sintió otras molestias. ⁽⁶⁾	b) Agrade a Dios que no tuvo hemorragias.
c) Sentía calor que le sube a la cabeza y le hacía sudar frío. ⁽⁵⁾	c) Sentía calor que le sube a la cabeza y le hacía sudar frío.
d) A veces se sentía triste. ⁽⁷⁾	d) A veces se sentía triste.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO V

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta, siente un calor que le sube a la cabeza y le hace sudar frío, a veces se siente triste y agrade a Dios que no tuvo hemorragias ni sintió otras molestias.

DISCURSO N° VI

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Bueno, bastante, bastante sangrado, umm... algunas veces rabia,⁽¹⁾ intranquilidad,⁽²⁾ más adelante pequeños bochornos,⁽³⁾ no tanto, tenía antojos “me gustaba bastante los dulces”⁽⁴⁾ y después también me guastaba llorar bastante jajaja...”para desahogar no sé, la rabia eso que tenía”.⁽⁵⁾ No podía dormir bien, tenía punzadas mucho de los huesos⁽⁶⁾, umm... y bueno, utilizaba algunas hierbas para bajar los bochornos como, como algunas frutas y con eso controle todas las molestias que tenía, una sola vez me fui al médico bueno motivo de mucho sangrado y algunas veces como que se me presentaban este, como escozores también y descensos y bueno algunas veces dolor de cabeza⁽⁷⁾ pero muy poco, muy poco, no con frecuencia, así como otras personas que se desesperan con dolor de cabeza no, no, tranquila, con muchísima tranquilidad y eso, no, no como le digo no iba al médico constante mente, una vez me hicieron ecografía transvaginal y otra pélvica y un PAP y me dieron un resultado que tendría cáncer pero yo bueno me desespere unos días creía que era verdad pero en el transcurso del tiempo como que no le di importancia a eso y así que me paso así y son más de diez años ese resultado me vino así para operarme toda una recomendación de un doctor ginecólogo y entonces yo no la hice, no la hice y no, no me siento mal, no tengo ni descenso, estoy limpiecita, no tengo dolor de cabeza, no tengo ya este muchas preocupaciones, duermo tranquila, como bien y eso es todo.

¿Qué más?

Umm... no, no, solamente lo que tengo es en la zona íntima es un pequeño puntito que me da un escozor nada más eso es hasta hoy.

¿Qué más?

No nada, nada yo lo pase tranquila realmente otras personas dijeron que se iban a poner, que se tienen que poner hormonas porque si no la menopausia les da tan fuerte, que les viene mucho hemorragia y bueno yo te digo que no, no necesite, realmente hasta ahorita no necesito hormonas yo mira nada, nada, bien tranquila trabajo, ni los huesos, ni siento cansancio bien, si bien, solo si consumía durante que trabajaba en el cafetín del hospital consumía bastante soya, eso si yo lo que recomendaría a muchas mujeres que durante sus periodos, en este tiempo que consumieran bastante leche de soya, como que a mí eso me

ha dado, me ha dado buena energía diría yo y también otro que consumido cuando sentía algunos mareos,⁽⁸⁾ algunos mareos claro, que me daba algunos mareos que me estaba olvidando, entonces comenzaba a tomar perejil, bien licuado lo tomaba eso y tomaba un par de veces y con eso ya se me pasaban los bochornos y todo, con eso termino y una sola vez me dio la hemorragia, hasta ir al hospital en fin me vieron, después salí luego con unos lavados de agua de yerba buena tome y me lave luego me corto y se me corto y después se me vino retiradamente como cinco meses, diez meses, un año y así se iba retirando había unos pequeños esputos y nada más y ya ahí fue todo ahí terminó.

¿Qué más?

No, no, nada realmente nada, tranquilidad, no me desesperaba,⁽⁹⁾ que por decirte si no voy a un sitio a pasear a estar con amigas, con amigos, de repente a bailar a distraerme no, no hija, gracias a Dios muy tranquilo todas las cosas.⁽¹⁰⁾

¿Qué más?

Ya no, no, nada, lo que recuerde no, nada, nada, absolutamente nada, solamente son esos nada más como te digo, todo con tranquilidad, todo con tranquilidad, mi menopausia realmente yo pensaba que iba a ser fuerte porque yo antes de mi menopausia sufría bastante, mucho me enfermaba hasta tenía hepatitis todo eso y yo por eso pensaba que al llegar a esa etapa se me va a ser más difícil, se me va a complicar, pero no realmente no, fue tranquilidad, totalmente tranquilidad, así es señorita totalmente tranquilidad

¿Qué más?

No nada, nada más hija eso son todo, todo lo que he pasado, como te cuento así tomando vegetales, como te cuento no tomando medicamentos y para mi creo yo que ir mucho a la medicina química es como que te analgese o te calma y uno piensa que por ahí te estas sanando y creo que no es así, depende más poner de nuestra parte tratar de ponerse tranquila, depende de uno mismo, no buscar este problemas dificultades para estar intranquilizándose no, tratar de buscar la tranquilidad nada más, porque mientras uno busca su tranquilidad pues menos complicaciones tiene la persona, así porque yo no he sentido este aflicciones no, no, no, totalmente no, así es señorita y eso es todo lo que yo he pasado.

¿Qué más?

No ya no porque, lo último que recuerdo es cuando yo trabaje en el cafetín del hospital así como le explico tome mucha leche de soya como que me ayudo bastante porque antes de llegar a esos puntos, sentía mucha molestia en los huesos y así como le digo, dolor de cabeza ⁽¹¹⁾ muy constante no, de vez en cuando, a veces cuando tenía ciertas preocupaciones, ahí así, pero otras personas que tiene cargada las, el tiempo, porque eso dura eso que uno sangra constante y este no es un proceso de un año, dos años no, es de cuatro, cinco años quizá más porque yo no tenía suspensiones, a mí a lo contrario era que me viene dos veces al mes, me venía, me venía regular.

¿Qué más?

No, nada, nada totalmente tranquila umm... solamente tuve un tumorcito como un granito de frejol en los labios menores eso si me operaron eso fue todo, porque cuando iba a enfermarme a arreglar me salían como unos chupitos algo así como que a veces este me daban dolor así esos granitos y cuando ya se me venía todo nuevamente se desaparecía y vuelta para volver a menstruar vuelta se me aparecían y después ya, ya no será pues que era una complicación y tampoco fui a ginecología hacerme ver no aja, a eso si es todo ya eso es lo único que recuerdo que me operaron esta partecita que fue tan mínimo y después no, después como le explico señorita no, no, tenía, no he tenido gran hemorragia que así me mandaba al hospital cada vez que me venía no, umm... no, todo lo pase tranquila gracias a Dios fue así las cosas, con mayor tranquilidad. ⁽¹²⁾ A mí me comentaron algunas personas o también escuche a veces en algunos programas que la persona cuando están en la menopausia, la persona tiene que buscar tranquilidad, relajarse, no darse a la preocupación, tratar de buscar la mejor forma de tranquilidad y que eso hace que la persona tenga menos dificultad en esos tiempos, entonces no sé cómo que yo, como que yo seguía eso y así, así fue bastante tranquilo, porque hasta esas personas se trastornan umm... así es, yo no, así es señorita y eso, ahí doma es todo, así paso, pero eso sí, no, no termina, no termina cuando uno llega a los 38, 40 años a lo contrario, de ahí está empezando hasta el día en que le quite o quizá también, un doctor me dijo cuando yo me fui hacerme ver, me dijo, hay estoy en la menopausia, no usted no está, está empezando me dijo y le dije que empezando, si porque después la menopausia no es, es un largo proceso pero las mujeres deben ahí mantener su calma, mantener su equilibrio, bueno tratar de no buscar este motivos así que se depriman no tratar de deprimirse, entonces eso es que a la

persona le ayuda para su menopausia, no va a terminar el día que se le quita la regla dijo y bien pues no, no, tengo dolor de cabeza, me he quedado tranquila, así es hay diferentes, diferentes cosas que pasan no, de cada uno es diferente claro no todos tenemos el mismo, el mismo organismo, nada no, así señorita.

¿Qué más?

Ya no lo recuerdo más así lo pase, así nada mas eso fue todo, eso señorita ya no.

CUADRO DE ANÁLISIS IDEOGRÁFICO VI

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Algunas veces rabia.	1. A veces sentía cólera.
2. Intranquilidad.	2. No se sentía tranquila.
3. Pequeños bochornos.	3. Sintió bochornos.
4. Tenía antojos “me gustaba bastante los dulces”.	4. Tenía antojos, “le gustaba bastante los dulces”.
5. Me guastaba llorar bastante jajaja...”para desahogar no sé, la rabia eso que tenía”.	5. Lloraba “para desahogar, la rabia eso que tenía”.
6. No podía dormir bien, tenía punzadas mucho de los huesos	6. Sentía dolor en los huesos que no la dejaba dormir.
7. Dolor de cabeza.	7. Sentía dolor de cabeza.
8. Sentía algunos mareos.	8. Sentía mareos.
9. Tranquilidad, no me desesperaba.	9. Trataba de estar tranquila.
10. Gracias a Dios muy tranquilo todas las cosas.	10. Agradece a Dios que paso tranquila su menopausia.
11. Dolor de cabeza muy constante no, de vez en cuando, a veces cuando tenía ciertas preocupaciones.	11. Sentía dolor de cabeza cuando tenía ciertas preocupaciones.
12. Todo lo pase tranquila gracias a Dios fue así las cosas, con mayor tranquilidad.	12. Agradece a Dios que paso tranquila su menopausia.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO VI

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) A veces sentía cólera. ⁽¹⁾ Lloraba “para desahogar no sé, la rabia eso que tenía”. ⁽⁵⁾	a) Sentía cólera y lloraba “para desahogar, la rabia eso que tenía”.
b) No se sentía tranquila. ⁽²⁾ Trataba de estar tranquila. ⁽⁹⁾ Agradece a Dios que lo paso tranquila su menopausia ⁽¹⁰⁾ Agradece a Dios que paso tranquila su menopausia. ⁽¹²⁾	b) Agradece a Dios por darle tranquilidad durante su menopausia.
c) Sintió bochornos. ⁽³⁾	c) Sintió bochornos.
d) Tenía antojos, “le gustaba bastante los dulces”. ⁽⁴⁾	d) Tenía antojos, “le gustaba bastante los dulces”.
e) Sentía dolor en los huesos que no la dejaba dormir. ⁽⁶⁾	e) Sentía dolor en los huesos que no la dejaba dormir.
f) Sentía dolor de cabeza. ⁽⁷⁾ Sentía dolor de cabeza cuando tenía ciertas preocupaciones. ⁽¹²⁾	f) Sentía dolor de cabeza cuando tenía ciertas preocupaciones.
g) Sentía mareos. ⁽⁸⁾	g) Sentía mareos.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO VI

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones, siente dolor en los huesos que no la deja dormir, siente cólera y llora “para desahogar, la rabia eso que tiene”, siente mareos, bochornos, tiene antojos, “le gusta bastante los dulces” y Agradece a Dios por darle tranquilidad durante su menopausia.

DISCURSO N° VII

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Mire, yo antes que, que reglara una semana o dos o tres días así este sentía molestias, todo me molestaba jaja, este lo que me hablan, lo que hacían, ósea nada me gustaba,⁽¹⁾ de ahí me pasaba eso y después a los dos o tres días me venía ya la regla, así era todo, todito ese tiempo me sentía mal, pero molesta y en eso este ya cuando me pasaba eso, ya estaba masomenos bien, pero siempre me dolía mi cabeza,⁽²⁾ pero de reglar así como dicen, que a otros les da bastante como, como así hemorragia creo que les deja, no me ha dado eso, para dejar de reglar si me ha dado un mes bastante, bastante, en otro mes poco, un mes así este como dicen un tiempo fuerte y un tiempo este menos, así será pué se ha ido disminuyendo la regla y al final me dio un mes este bastante, de ahí ya no me daba ya dos tres meses, vuelta venia, pero ya no tenía mucha cólera también, ya se me iba este retirando seguro y este ya no tenía molestias, nada ya, me venía ya después vuelta me preocupaba decía estoy en estado algo así cuando ya se retiraba pué jajaja...⁽³⁾ en eso no dice que son tiempos críticos que puedes quedarte embarazada así me preocupaba ya vuelta, cuando ya no me venía así dos meses, tres meses después me venía así poco, poco y llego un tiempo que ya no hasta el día de hoy que tengo ya mis 52 años ya no, ya no volví a ver ya pué así normalito.

¿Qué más?

No le podría decir nada mas eso ha sido ya todo, todo lo que me daba.

¿Qué más?

Otra experiencia no me acuerdo, eso domas tenia, tenía el problema, de eso nada más a este, cuando me dolía la cabeza⁽⁴⁾ yo decía hay Dios mío será subirá así a mi cabeza la sangre, así cuando no me daba ese tiempo pues así cundo me dejo, ese tiempo no cierto, dos meses, tres meses no llegaba decía, muchos decían no, que la sangre llega a la cabeza por eso no te da o si no así instante te viene con fuerza ya hay veces te desmayas, así pué decían, así pué contaban las señoras que ya pasaron por eso, pero no me ha llegado a suceder eso a Dios gracias. Pues mas ya no le podría contar jaja pues de la regla antes que me venga la menopausia era normal así me venía de ahí como le digo para entrar a esa menopausia será hay veces me daba como, como se llama, nos sube la presión, “me daba

calor hay de eso vuelta me daba frio⁽⁵⁾ y seguro eso era el síntoma ya pues de que se va a retirar o de que la sangre se va disminuyendo como seria pus me daba frio, calor, me preocupaba hay veces me dolía la cabeza⁽⁶⁾ y así este ya pues se retiró este sin hacerme más problemas ya, eso es lo que yo recuerdo de mi experiencia de la menopausia, en esos tiempos en el pueblo no decían eso que no se conocía por menopausia no jaja, sino que decían que se retira es que se va ya cuando se tiene sus años, pero muchos decían como yo no tenía este varios hijitos decían de repente no todavía porque hay veces cuando tienes varios hijos se retira cuando tienes edad por eso dura más, hasta los 47, 48 años dice que dura la regla, pero no a los 45 me ha dejado cuando tenía mi hijita de un año nueve meses se retiró, eso podría contar jaja...

¿Qué más?

No me acuerdo ya nada más, solo eso jaja... no me acuerdo señorita es lo que yo le podría contar nada más.

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO VII

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Sentía molestias, todo me molestaba jaja, este lo que me hablan, lo que hacían, ósea nada me gustaba.	1. Sentía cólera por todo.
2. Siempre me dolía mi cabeza.	2. Sentía constantes dolores de cabeza.
3. Me preocupaba decía estoy en estado algo así cuando ya se retiraba pué jajaja...	3. Se preocupaba, pensaba que estaba embarazada cuando ya no menstruaba.
4. Me dolía la cabeza.	4. Sentía dolor de cabeza.
5. Sube la presión “me daba calor hay de eso vuelta me daba frio”.	5. Sentía bochornos “le daba calor hay de eso vuelta le daba frio”
6. Me preocupaba hay veces me dolía la cabeza.	6. Se preocupaba y le empezaba a doler la cabeza.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO VII

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Sentía cólera por todo. ⁽¹⁾	a) Sentía cólera por todo.
b) Sentía constantes dolores de cabeza. ⁽²⁾ Sentía dolor de cabeza. ⁽⁴⁾ Se preocupaba y le empezaba a doler la cabeza. ⁽⁶⁾	b) Sentía constantes dolores de cabeza.
c) Se preocupaba, pensaba que estaba embarazada cuando ya no menstruaba. ⁽³⁾	c) Se preocupaba, pensaba que estaba embarazada cuando ya no menstruaba.
d) Sentía bochornos “le daba calor hay de eso vuelta me daba frio”. ⁽⁵⁾	d) Sentía bochornos “le daba calor hay de eso vuelta le daba frio”.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO VII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, siente constantes dolores de cabeza, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO N° VIII

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

Debilidad de mi cuerpo, ⁽¹⁾ mareación de mi cabeza ⁽²⁾ y así cada vez que me va agarrar mi menopausia, me dolía la cabeza ⁽³⁾ y así esto, todo, tomaba algunos remedios y me calmaba, me calmaba este que, según que cuando ya me dejó mi menopausia este yo decía que ya estoy embarazada, ⁽⁴⁾ después tiempo en tiempo me venía mi regla, pero así esto como dice dos tres días a veces hasta ocho días y me venía quince días y al mes me agarraba casi dos veces y hasta el último me dejó de la edad de 45 años, 45a 47 años me ha dejado y ahorita estoy en la edad de los 51, siempre con los achaques domas del cuerpo, ⁽⁵⁾ pero no es mucho ya y así lo que he sufrido. Últimamente vuelta he sufrido con colesterol digamos, triglicéridos pero para eso ya me saque un análisis en el doctor de Botica Santa María no de la que se llama umm... lo que nos vamos en emergencia nos vamos creo es jirón amazonas me ido al doctor umm... me ha sacado los análisis y me ha dado así para mi enfermedad y así pues me han puesto para la presión alta, presión alta también he sufrido en la menopausia ⁽⁶⁾ y eso es que me tenía pues así y últimamente ya estoy un poco bien.

¿Qué más?

Bueno que me había agarrado, siempre me agarraba la infección, una infección fuerte ardores de mí vagina así este, ardores, como soneras algo así como si tuviera hongo y me lavaba con remedios desinfectantes, con remedios de, así ramas del campo con la taya con la hoja de la taya, la malva y así me hacía lavados y también tomaba, también para la infección guanábana y la flor blanca es bueno para me había resultado agua blanca últimamente me estaba empeorando mas eso y me he tratado con remedios más naturales y ahorita estoy un poco bien y ahorita lo que estoy sufriendo casi como bronquitis que me quiere agarrar al pulmón me duele el pulmón y a veces la tos que me quiere ahogar pero no es mucho.

¿Qué más?

Solamente que mi menstruación era anormal, no era normal, eso solamente eso a empeorarse pues mi situación, eso domas nada mas eso domas.

¿Qué más?

Ya no ya, porque mientras cuando yo estaba enferma tenía una enfermedad de nueve meses cuando me entregue al señor como ahorita que te digo que soy cristiana bueno mi enfermedad ya no es tanto ya estoy un poco bien ahora,⁽⁷⁾ ya no es mucho, así ya cualquier dolor gripecita tos ya no es mucho ya.

¿Qué más?

Lo que se siente es este más cólera,⁽⁸⁾ así calores fuertes de la presión alta más que todo sufría también,⁽¹⁰⁾ hasta ahora siento las calores, cuando he tomado así los remedios para la presión alta se me ha quitado.

¿Qué más?

No creo ya, eso domas es, no hay mas eso es todo lo que me acuerdo jaja...

CUADRO DE ANÁLISIS IDIOGRÁFICO VIII

UNIDAD DE SIGNIFICADO	REDUCCIÓN FENOMENOLÓGICA
1. Debilidad de mi cuerpo.	1. Sintió debilidad en su cuerpo.
2. Mareación de mi cabeza	2. Sentía mareos.
3. Me dolía la cabeza.	3. Sentía dolor de cabeza.
4. Cuando ya me dejo mi menopausia este yo decía que ya estoy embarazada.	4. Pensaba que estaba embarazada cuando dejó de menstruar.
5. Siempre con los achaques domas del cuerpo.	5. Sentía dolor en su cuerpo.
6. Presión alta también he sufrido en la menopausia.	6. Sentía bochornos.
7. Estoy un poco bien ahora	7. Se siente más tranquila desde que dejo de menstruar.
8. Lo que siente es este más cólera.	8. Sentía cólera.
9. Calores fuertes de la presión alta más que todo sufría.	9. Sentía fuertes calores de la presión alta.

CUADRO DE CONVERGENCIAS EN EL DISCURSO VIII

CONVERGENCIA EN EL DISCURSO	UNIDADES DE SIGNIFICADO INTERPRETATIVAS
a) Sintió debilidad en su cuerpo. ⁽¹⁾ Sentía dolor en su cuerpo. ⁽⁵⁾	a) Sentía dolor en su cuerpo.
b) Sentía mareos. ⁽²⁾	b) Sentía mareos.
c) Sintió dolor de cabeza.	c) Sentía dolor de cabeza
d) Pensaba que estaba embarazada cuando dejó de menstruar. ⁽⁴⁾ Se siente más tranquila desde que dejó de menstruar. ⁽⁷⁾	d) Se siente más tranquila desde que dejó de menstruar
e) Sentía bochornos. ⁽⁶⁾ Sentía fuertes calores de la presión alta. ⁽⁹⁾	e) Sentía fuertes calores.
f) Sentía cólera. ⁽⁸⁾	f) Sentía cólera.

ANÁLISIS IDIOGRÁFICO DEL DISCURSO VIII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

ANÁLISIS NOMOTÉTICO

DISCURSOS	CONVERGENCIAS
<p style="text-align: center;">DISCURSO I</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente bochornos, cólera y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.</p> <p style="text-align: center;">DISCURSO II</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.</p> <p style="text-align: center;">DISCURSO III</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber</p>	<p style="text-align: center;"><u>Discurso N° II, III, IV, V, VI y VIII</u></p> <p style="text-align: center;"><u>DOLOR DE CABEZA</u></p> <p><u>DISCURSO II.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.</p> <p><u>DISCURSO III.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue muy</p>

nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSO IV

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO V

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta, siente un calor que le sube a la cabeza y le hace sudar frio, a veces se siente triste y agrade a Dios que no tuvo hemorragias ni sintió otras molestias.

DISCURSO VI

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones, siente dolor en los huesos que no la deja dormir, siente cólera y llora “para desahogar, la rabia eso que tiene”, siente mareos, bochornos, tiene

DISCURSO IV.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia **siente dolor de cabeza**, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO V.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia **siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta**, siente bochornos “un calor que le sube a la cabeza pero le hace sudar frio”, a veces se siente triste y agrade a Dios que no tuvo hemorragias ni sintió otras molestias.

DISCURSO VI.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia **siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones**, siente dolor en los huesos que no la deja dormir, siente cólera y llora “para desahogar, la rabia eso que tiene”, siente mareos, bochornos, tiene antojos, “le gusta bastante los dulces” y Agradece a Dios por darle tranquilidad durante su menopausia.

antojos, “le gusta bastante los dulces” y Agradece a Dios por darle tranquilidad durante su menopausia.

DISCURSO VII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, siente constantes dolores de cabeza, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO VIII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

DISCURSO VII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, **siente constantes dolores de cabeza**, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO VIII.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia **siente dolor de cabeza** y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

Discurso N° I, II, III, IV, VII y VIII

CÓLERA

DISCURSO I.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente bochornos, **cólera** y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.

DISCURSO II.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, **siente cólera por todo**, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender

a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.

DISCURSO III.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, **siente cólera y discute con su esposo y sus hijos**, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSO IV.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, **siente cólera y reniega**, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frío su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO VII.-

El discurso devela; que la mujer durante la

menopausia **siente cólera por todo**, siente constantes dolores de cabeza, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO VIII.-

El discurso de vela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, **cólera**, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

Discurso N° I, IV, V, VI, VII y VIII

BOCHORNOS

DISCURSO I.-

El discurso de vela; que la mujer durante la menopausia **siente bochornos**, cólera y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.

DISCURSO IV.-

El discurso de vela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, **le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos** “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia,

siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO V.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta, **siente un calor que le sube a la cabeza y le hace sudar frio**, a veces se siente triste y agrade a Dios que no tuvo hemorragias ni sintió otras molestias.

DISCURSO VI.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones, siente dolor en los huesos que no la deja dormir, siente cólera y llora “para desahogar, la rabia eso que tiene”, siente mareos, **bochornos**, tiene antojos, “le gusta bastante los dulces” y Agradece a Dios por darle tranquilidad durante su menopausia.

DISCURSO VII.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, siente constantes dolores de cabeza, **siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”**, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO VIII.-

El discurso devela; que la mujer durante la

menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, **calores fuertes**, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

Discurso N° II, III y VI
COMPLICADO

DISCURSO II.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, **le fue difícil y triste pasar por la menopausia.** Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.

DISCURSO III.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, **le fue**

muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSO IV.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” **es desagradable pasar por la menopausia**, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

Discurso N° II, III

QUIERE ESTAR SOLA

DISCURSO II.-

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, **quiere estar sola** lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de

menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.

DISCURSO III.-

El discurso de vela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y **discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos**, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSOS	DIVERGENCIAS
<p style="text-align: center;">DISCURSO I</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente bochornos, cólera y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.</p> <p style="text-align: center;">DISCURSO II</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.</p> <p style="text-align: center;">DISCURSO III</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue</p>	<p style="text-align: center;"><u>Discurso N° IV VI, VII y VIII</u></p> <p style="text-align: center;"><u>PREOCUPACIÓN VS</u> <u>TRANQUILIDAD</u></p> <p style="text-align: center;"><u>DISCURSO IV.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.</p> <p style="text-align: center;"><u>DISCURSO VII.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, siente constantes dolores de cabeza, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.</p> <p style="text-align: center;"><u>DISCURSO VIII.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.</p>

muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSO IV

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO V

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta, siente un calor que le sube a la cabeza y le hace sudar frio, a veces se siente triste y agrade a Dios que no tuvo hemorragias ni sintió otras molestias.

DISCURSO VI

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones, siente dolor en los huesos que no la deja dormir, siente cólera y llora “para desahogar, la rabia eso que tiene”, siente mareos, bochornos, tiene antojos, “le gusta bastante los dulces” y Agradece a Dios por darle tranquilidad

durante su menopausia.

DISCURSO VII

El discurso de vela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, siente constantes dolores de cabeza, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO VIII

El discurso de vela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

DISCURSOS	IDIOSINCRASIA
<p style="text-align: center;">DISCURSO I</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente bochornos, cólera y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.</p> <p style="text-align: center;">DISCURSO II</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.</p> <p style="text-align: center;">DISCURSO III</p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuerte dolor de cabeza que la hace perder la razón, siente mareos, siente cólera y discute con su esposo y sus hijos, los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos, no se siente contenta por nada, cree que la han hecho maldad, le fue</p>	<p style="text-align: center;"><u>Discurso N° I y II</u></p> <p style="text-align: center;"><u>AGRADECIMIENTO A DIOS POR LA</u></p> <p style="text-align: center;"><u>DESAPARECIÓN DE LA</u></p> <p style="text-align: center;"><u>MENTRUACIÓN</u></p> <p><u>DISCURSO I.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente bochornos, cólera y agradece a Dios por la desaparición de la menstruación.</p> <p><u>DISCURSO II.-</u></p> <p>El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”, siente cólera por todo, se desespera y llora, quiere estar sola lejos de casa ya que siente que su familia no la comprende, no tiene ánimos para hacer sus cosas, ni de atender a su esposo, hijos ni a nadie, ni deseos de estar con su esposo, siente un vacío, quiere morir ya que su vida es un calvario, le fue difícil y triste pasar por la menopausia. Por medio de su fe dejó de menstruar y cuando sucede eso siente tranquilidad, gozo, felicidad y libertad.</p>

muy complicado pasar por la menopausia.

DISCURSO IV

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza, dolor en su cuerpo, tiene ganas de llorar sin razón alguna, siente cólera y reniega, siente rencor y no se explica porque, no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo” es desagradable pasar por la menopausia, siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.

DISCURSO V

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta, siente un calor que le sube a la cabeza y le hace sudar frio, a veces se siente triste y agrade a Dios que no tuvo hemorragias ni sintió otras molestias.

DISCURSO VI

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones, siente dolor en los huesos que no la deja dormir, siente cólera y llora “para desahogar, la rabia eso que tiene”, siente mareos, bochornos, tiene antojos, “le gusta bastante los dulces” y Agradece a Dios por darle tranquilidad durante su menopausia.

DISCURSO VII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente cólera por todo, siente constantes dolores de cabeza, siente bochornos “le da calor hay de eso vuelta le da frio”, se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.

DISCURSO VIII

El discurso devela; que la mujer durante la menopausia siente dolor de cabeza y dolor en su cuerpo, siente mareos, cólera, calores fuertes, y se siente más tranquila desde que deja de menstruar.

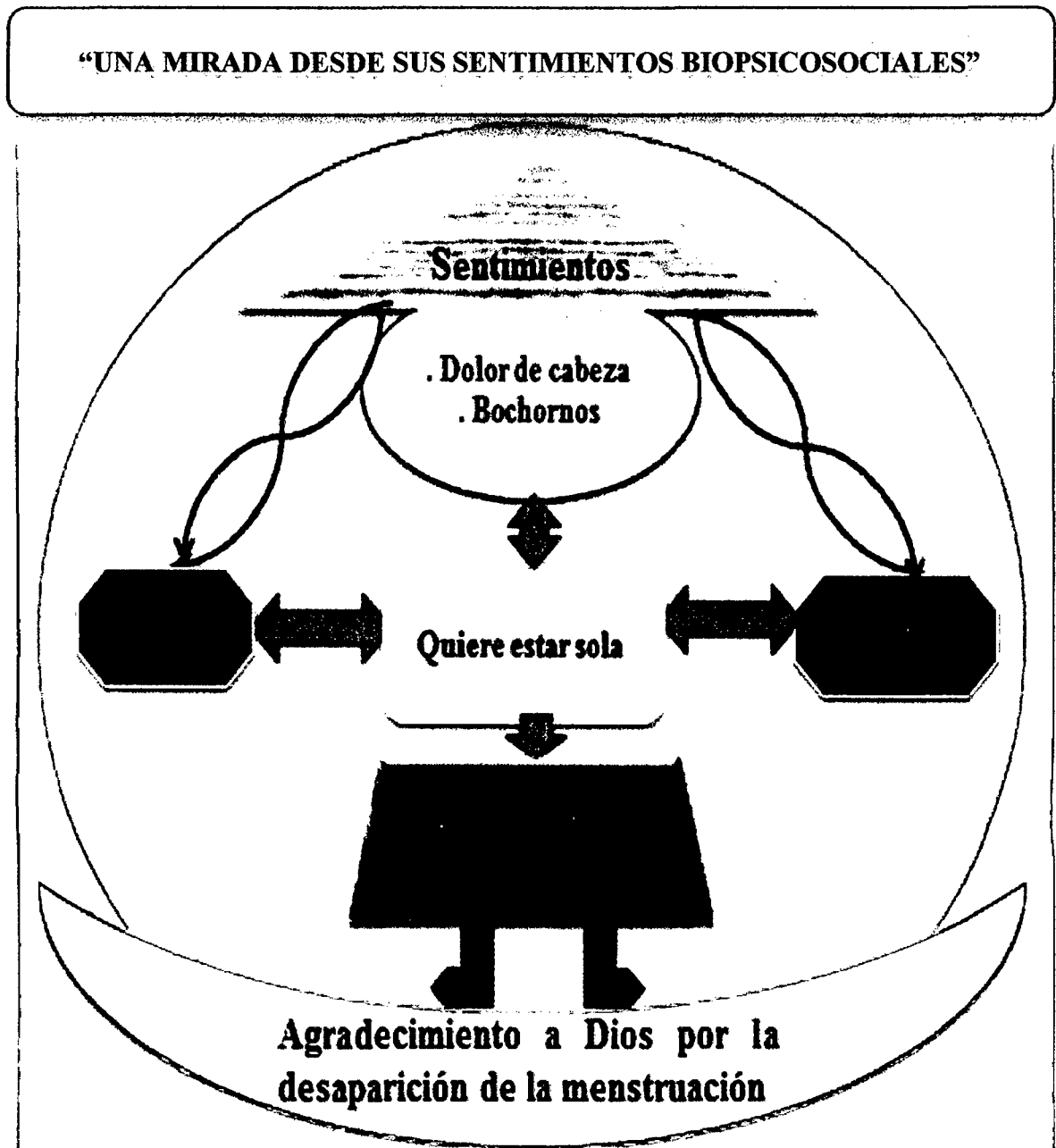
ANÁLISIS NOMOTÉTICO

	UNIDAD DE SIGNIFICADO/ CATEGORIAS	DISCURSO N°01	DISCURSO N°02	DISCURSO N°03	DISCURSO N°04	DISCURSO N°05	DISCURSO N°06	DISCURSO N°07	DISCURSO N°08
CONVERGENCIAS	Dolor de cabeza		Siente dolor de cabeza "unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran".	Siente fuertes dolores de cabeza que le hace perder la razón.	Siente dolor de cabeza.	Siente fuertes dolores de cabeza que no lo soporta.	Siente dolor de cabeza cuando tiene ciertas preocupaciones.	Siente constantes dolores de cabeza.	Siente dolor de cabeza.
	Cólera	Siente cólera.	Siente cólera por todo.	Siente cólera, y discute con su esposo y con hijos.	Siente cólera, y reniega.			Siente cólera por todo.	Siente cólera.
	Bochornos	Siente bochornos.			No duerme bien en las	Siente un calor que le	Siente bochornos.	Siente bochornos	Siente calores

				<p>noches, le sube a la cabeza y le quemazón de hace sudar sus pies y los bochornos</p> <p>“se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo”.</p>			<p>“le da calor fuertes. hay de eso vuelta le da frio”.</p>
	Complicado		<p>Es difícil y triste pasar por la menopausia.</p>	<p>Le fue muy complicado pasar por la menopausia.</p>	<p>Es desagradable pasar por la menopausia.</p>		
	Quiere estar sola		<p>Cuando regresa a casa quiere estar sola.</p>	<p>Reniega con su esposo y con sus hijos, hasta los llega a odiar, no quiere</p>			

				saber nada de ellos.					
DIVERGENCIAS	Preocupación VS tranquilidad				Siente tranquilidad desde que dejó de menstruar.			Se preocupa, piensa que está embarazada cuando no menstrua.	Se siente más tranquila desde que dejó de menstruar.
IDIOSINCRASIA	Agradecimiento a Dios por la desaparición de la menstruación.	Agradece a Dios por la desaparición de la menstruación	Por medio de su fe dejó de menstruar.						

APROXIMACIÓN DEL FENÓMENO DEVELADO



Capítulo VI
REFLEXIONANDO

VI. REFLEXIONANDO

El análisis de los datos, permitió comprender las vivencias de las mujeres que pasaron por la menopausia a través de las unidades de significado. Para la mayoría de las mujeres, los hechos vivenciados, fueron expresados desde el pasado y el presente, de cada mujer entrevistada, se logró obtener un concepto general en razón a la pregunta planteada, permitiendo obtener las categorías que se hará mención a continuación, las cuales permitieron identificar las vivencias y sentimientos de mujeres en el periodo de la menopausia.

DOLOR DE CABEZA

En el presente trabajo de investigación se encontró que en los siguientes discursos I, III, IV, V, VI y VII, la mujer durante su periodo de menopausia siente fuertes dolores de cabeza “unas punzadas en su corona parece una aguja gruesa, una lanza que le plantaran”.

Según Vega, G., Hernández, A., Leo, G. y et al. (2005). México. Uno de los síntomas más frecuentes es: cefalea (46%); concluyendo que el entorno familiar, conyugal es una predisposición negativa ante la menopausia, favorecen la presentación de síntomas climatéricos, por lo que es importante un manejo integral e interdisciplinario para el manejo del climaterio.

A si mismo Pelcastre B., Garrido F. (2001). México. Las mujeres postmenopáusicas presentaban una valoración bivalente de la menopausia, las cefaleas que habían sido referidas por mujeres de mayor edad cuya experiencia no fue favorable.

Dicha investigación concuerda con los resultados obtenidos en los discursos, al hacer el análisis respectivo con los resultados hay similitud, la mujer durante su periodo de menopausia siente cefaleas intensas, provocado por el desequilibrio hormonal como es la caída brusca de los estrógenos siendo este un evento muy desagradable durante la menopausia ya que no les permite estar bien consigo mismas ni con su entorno.

CÓLERA

En el presente trabajo de investigación se encontró que en los siguientes discursos I, II, III, IV, VII y VIII, la mujer durante su periodo de menopausia siente cólera por todo y reniega con su esposo y con sus hijos.

Según Vega, G., Hernández, A., Leo, G. y et al. (2005). México. En su trabajo de investigación, uno de los síntomas más frecuentes es: irritabilidad (43%); concluyendo: el entorno familiar, conyugal es una predisposición negativa ante la menopausia favorecen la presentación de síntomas climatéricos, por lo que es importante un manejo integral e interdisciplinario.

A si mismo García M. y Gil C. (2011). En la menopausia los estrógenos influyen también la actividad emocional y mental de las mujeres. Puede haber así ciertos cambios transicionales en la estabilidad emocional, cansancio, a veces tendencias depresivas e irritabilidad. Son, periodos de transición que, una vez finalizada la menopausia desaparecen, regresando luego el equilibrio natural.

Del mismo modo Navarro, J. et al. (1999). En la menopausia los trastornos depresivos se hace complicado definir sus manifestaciones ya que algunos son normales y dependen de su intensidad, como son la tristeza, desencanto, abatimiento, por nombrar algunos, siendo los más frecuentes las alteraciones del estado de ánimo que se puede expresar como disminución de la energía, cansancio, insomnio, falta de concentración, irritabilidad, frustración, agresividad, etc.

Tal es así el Modelo del sistema de comportamiento Dorothy E. Johnson. (1980). La persona es un sistema de comportamientos compuesto de siete subsistemas; siendo uno de ellos la agresividad: protege, conserva, y proviene de una intención primaria de dañar a los demás. Y la enfermera es una fuerza reguladora que actúa para conservar la organización e integración del comportamiento de la persona a un nivel óptimo en aquellas situaciones donde el comportamiento constituye una amenaza para la salud física y social, o donde se sitúa la enfermedad.

Dichas investigaciones concuerdan con los resultados obtenidos en los discursos, al hacer el análisis respectivo con los resultados hay similitud, la mayoría de las mujeres durante su periodo de menopausia sienten cólera, discuten con su familia, experimentan cambios en su estabilidad emocional provocando que rápidamente se irrite, afectando de ese modo su estado emocional y su entorno familiar.

BOCHORNOS

En el presente trabajo de investigación se encontró que en los siguientes discursos I, IV, V, VI, VII y VIII, la mujer durante su periodo de menopausia siente que no duerme bien en las noches, le incomoda la quemazón de sus pies y los bochornos “se calienta su cuerpo fuerte y de ahí baja se pone frio su cuerpo”.

Según Galindo, Y., Medina, A. y Castrillón, Y. (2005). Colombia. En su trabajo de investigación; los resultados fueron: las manifestaciones que más prevalecen son las fisiológicas, representadas en frecuentes y severas oleadas de calor, que afectan entre otros, la vida familiar.

A si mismo Vega, G., Hernández, A., Leo, G. y et al. (2005). México. En su trabajo de investigación uno de los síntomas más frecuentes es: Bochornos (67%); concluyendo: el entorno familiar, conyugal es una predisposición negativa ante la menopausia favorecen la presentación de síntomas climatéricos, por lo que es importante un manejo integral e interdisciplinario.

Del mismo modo Becerra, A. (2003). Los sofocos (bochornos) u oleadas de calor son el síntoma más predominante de la menopausia. Puede comenzar 4 años antes de que finalice la menstruación, pero ellos continúan generalmente un año o dos después de la menopausia. Las oleadas de calor (sofocos o bochornos) son ondas repentinas de calor del cuerpo, generalmente en la cara o el pecho. Pueden estar acompañados de palpitaciones, transpiración, frialdades o sudoración nocturna. Los calores causan cambios en el control de la temperatura del cuerpo.

Dichas investigaciones concuerdan con los resultados obtenidos en los discursos, al hacer el análisis respectivo con los resultados hay similitud, la mayoría de mujeres durante el periodo de su menopausia sienten bochornos, provocándoles incomodidad para conciliar el sueño conllevando a que se sientan cansadas durante el día y por consiguiente no realicen de manera efectiva sus labores cotidianas, siendo este un evento fisiológico pasajero muy incómodo, que afecta la calidad de vida de las mujeres que atraviesan por esta etapa la cual es una problemática para la salud pública ya que se encuentra afectada la parte psicosocial de la persona.

COMPLICADO

En el presente trabajo de investigación se encontró que en los siguientes discursos II, III, IV, la mujer durante su periodo de menopausia siente que es difícil y triste pasar por la menopausia.

Según Pelcastre, B., Garrido, F. y León, V. (1998). México. Se concibe la menopausia como una desesperación, una enfermedad muy fea. Además se evidenció una orientación negativa relacionada con el envejecimiento y las consecuencias de este.

Dicha investigación concuerda con los resultados obtenidos en los discursos y al hacer el análisis respectivo con los resultados hay similitud. Las mujeres durante el periodo de su menopausia sienten que es difícil, triste pasar por ese periodo ya que no saben qué hacer para lidiar con todo lo que acarrea esta etapa haciendo que se torne desesperante y difícil su situación.

QUIERE ESTAR SOLA

En el presente trabajo de investigación se encontró que en los siguientes discursos II y III la mujer durante su el periodo de menopausia siente que quiere estar sola reniega con su esposo y con sus hijos, hasta los llega a odiar, no quiere saber nada de ellos.

Según Vega, G., Hernández, A., Leo, G. y et al. (2005). El entorno familiar, conyugal y una predisposición negativa ante la menopausia favorecen la presentación de síntomas menopáusicos, por lo que es importante un manejo integral e interdisciplinario para el manejo del climaterio.

A sí mismo el modelo de adaptación de Sor Callista Roy. Menciona sobre la adaptación de la persona, se sabe que durante la menopausia la mujer experimenta varios cambios biopsicosociales y para adaptarse a ellos se debe tener en cuenta que la enfermera cumple su rol ayudando a que la persona se adapte y modifique el entorno que le rodea, de forma que esté protegida y además le ayuda a usar sus capacidades, valorando e identificando comportamientos positivos y negativos, para reforzar los positivos y cambiar los negativos (Pérez, P. y Pérez, S. 2003).

Dicha investigación concuerda con los resultados obtenidos en los discursos, haciendo el análisis respectivo con los resultados hay similitud la mujer durante su periodo de menopausia siente que su familia no la comprende por lo que prefiere estar sola, siendo este una influencia negativa en su comportamiento y al no contar con el soporte familiar ni apoyo emocional que le ayude a adaptarse y sobrellevar mejor este periodo tan crítico se convierte en una problemática para la salud pública ya que el personal de salud que está presto para brindar ese apoyo no se encuentra presente.

PREOCUPACIÓN VS TRANQUILIDAD

Dicha investigación concuerda con los resultados obtenidos discursos II, IV, VII y VIII, la mujer durante su periodo de menopausia siente preocupación cuando ya no menstrua porque piensa que está embarazada y cuando le deja definitivo la menstruación siente gozo, felicidad y libertad.

Según Pelcastre, B., Garrido, F. y León, V. (1988). México. En los resultados: se encontró que las mujeres postmenopáusicas presentaban una valoración bivalente de la menopausia, dada por sentimiento de preocupación y alivio. Expresaban una preocupación en relación con las hemorragias uterinas, las oleadas de calor y las cefaleas que habían sido referidas por mujeres de mayor edad cuya experiencia no fue favorable, mientras el alivio estaba dado por la desaparición del constante temor de quedar embarazadas.

A si mismo Llanos, F. (2004). Cutervo. Sus resultados: las mujeres presentan actitudes de alivio (85.56%) y frustración (69.07%); concluyendo: aceptación de la menopausia como un proceso normal, con cambios en el estilo de vida en casi un tercio de pacientes.

Dichas investigaciones concuerdan con los resultados obtenidos en los discursos, haciendo el análisis respectivo con los resultados hay similitud, la mujer durante el periodo de su menopausia siente preocupación cuando no menstrua ya que piensa que puede estar embarazada siendo este un temor para la mayoría de mujeres que están atravesando por este periodo y cuando ya no ve menstruación por más de un año, le deja definitivo siente gozo, felicidad y libertad, ya que el cese de la menstruación cambia la vida de las mujeres trayendo consigo tranquilidad en su vida haciendo que ya no tengan más ese miedo a quedar embarazadas.

AGRADECIMIENTO A DIOS POR LA DESAPARICIÓN DE LA MENSTRUACIÓN

En el presente trabajo de investigación se encontró que en los siguientes discursos I y II la mujer durante su el periodo de menopausia siente agradecimiento a Dios por la desaparición de la menstruación y que por medio de su fe dejo de menstruar.

Creer en Dios significa que debes poner tu confianza en él, que debes seguirlo, estar convencido de él o de aceptar su existencia. A esto se le llama fe. En realidad, sin fe es imposible agradar a Dios, ya que cualquiera que se acerca a Dios tiene que creer que él existe y que recompensa a quienes lo buscan. (Hebreos 11; 6) Una vez que estés convencido de Creer en Dios es necesario aplicar tu fe, es decir, actuar conforme a ello, de otro modo tu creer será una falsedad. Ahora bien, la fe es la garantía de lo que se espera, la certeza de lo que no se ve. Por fe entendemos que el universo fue formado por la palabra de Dios, de modo que lo visible no provino de lo que no se ve. (Hebreos 11; 1-2) Si tienes fe entonces es necesario que escuches la palabra de Dios. Jesús dijo; El que es de Dios, escucha lo que Dios dice. Entre los factores que intervienen en la fe, aparecen la moral, la razón y los sentimientos.

Haciendo el análisis respectivo con los resultados hay similitud las mujeres que viven en el AA.HH. Pedro Castro Alva profesan diferentes religiones y durante su periodo de menopausia se acercan más a sus creencias, a su fe en Dios, hallando de esa manera consuelo.

Capítulo VII
CONSIDERACIONES FINALES

VII. CONSIDERACIONES FINALES

- ❖ Se develó que la mujer en el periodo de su menopausia siente frecuentes bochornos en las noches que no le permite conciliar bien su sueño provocando que se sienta cansada durante el día y sin ánimos para hacer sus cosas, siente dolor de cabeza, cólera, no se adapta a esa etapa, quiere estar sola puesto que su entorno familiar influye negativamente, es un evento muy desagradable para la mayoría de mujeres por todo lo que acarrea ya que afecta su calidad de vida.

- ❖ Se develó que la mujer durante el periodo de su menopausia le preocupa el que pueda quedar embarazada pero cuando le deja definitivo la menstruación ya no siente ese temor o miedo, siente más tranquilidad.

- ❖ Se develó que la mujer durante el periodo de su menopausia, se pega más a sus creencias a su fe en Dios y siente agradecimiento hacia Dios por la desaparición de su menstruación.

Capítulo VIII
RECOMENDACIONES

VIII. RECOMENDACIONES FINALES

❖ A LA DIRESA

- Enfocar más sus actividades preventivo-promocionales en las mujeres durante el periodo de menopausia y así mejorar su calidad de vida.
- Capacitar al personal de la salud, respecto al tema de la menopausia para que conozcan a profundidad y estén mejor entrenados para ayudar a las mujeres a sobrellevar ese periodo.

❖ AL PERSONAL DE ENFERMERÍA DEL P.S. AA.HH. PEDRO CASTRO ALVA

Realizar una valoración minuciosa, a las mujeres durante el periodo de menopausia considerando su entorno social, familiar y emocional en el que se desenvuelven cada una de ellas y brindarles un cuidado oportuno de acuerdo a las necesidades biológicas, psicológicas que ellas manifiestan.

❖ A LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Incluir en el nuevo plan curricular del curso de enfermería en salud y desarrollo de la mujer temas enfocados en el periodo de la menopausia y mediante campañas, programas educativos explicar a las mujeres y a su entorno familiar – social, los cambios por los que atraviesa la mujer durante ese periodo.

❖ A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNTRM-A

Sigan realizando investigaciones respecto a este tema.

Capítulo IX
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

➤ LIBROS:

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista P. (2010). México. Metodología de la investigación. 5edición. Editorial Mc Graw Hill. México. Pág.398, 455.704.
- Ludmir, A. (1996).Perú. Ginecología y obstetricia. Editorial Conytec. Perú. Pág. 1012-1026.
- Navarro, J. et al. (1999). España. El climaterio. Editorial Masson. Barcelona: Pág: 3-77.
- Rodríguez, E. (2005). México. Metodología de la investigación 5ta ed. Edit: Interamericana McGraw-Hill. México. Pág. 29-30.
- Royer, S. (2005).España. Obstetricia, ginecología y salud de la mujer. Editorial El Sevier Masson. España. Pág. 376-379.
- Ruiz, A. (1999).Chile. Los aportes de Humberto Maturana a la psicoterapia. Aljibe. Santiago de Chile. Pág. 125.
- Supo, J. (2012). Perú. Seminario de investigación científica: metodología de la investigación para las ciencias de la salud. 2da ed. Edit: bioestadístico EIRL. Arequipa.
- Tello, C. et al. (2004).Perú. La investigación cualitativa: aportes para su oparalización. Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería. Departamento Académico de Salud Familia y Comunidad. Perú. Pág. 31-34

➤ REVISTAS

- García C., Maestre S. (2003). Climaterio y bienestar psicológico. Rev. Cubana Obstet Ginecol; 29: 8-16.

➤ **TESIS / INVESTIGACIONES:**

- León, G. (1998). Develando el ser de la enfermera de salud comunitaria. Universidad de Concepción. Departamento de enfermería. Chile. Pág.: 20-23, 25, 28-29.
- Ocampo, M. (2010). Vivencias de los niños y adolescentes que lustran calzado en la ciudad de Chachapoyas -2009. Chachapoyas. Para optar el título de Lic. Enf. Facultad de enfermería. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza. Pág. 11-16.

➤ **PÁGINAS DE INTERNET:**

- Barrera, B. Vivencias de la enfermera en el rol de paciente durante el periodo de hospitalización. Disponible en:
http://www.enfermeria.fcm.unc.edu.ar/biblioteca/tesis/barrera_barbara_alejan dra.pdf. Acceso el 03 Marzo 2014.
- Becerra, A. La edad de la menopausia. Disponible en:
<http://books.google.com.pe/books?id=Iz6TGvdDwRYC&pg=PA31&dq=la+menopausia+sus+signos+y+sintomas&hl=es&sa=X&ei=fTkdU5miNdTKkAf2p4GQBw&ved=0CDUQ6AEwAg#v=onepage&q=la%20menopausia%20sus%20signos%20y%20sintomas&f=false>. Acceso 08 de Marzo del 2014.
- Carnachione, M. Psicología del desarrollo mujer; aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Disponible en:
http://books.google.com.pe/books?id=tpVnRsRBI0C&pg=PA95&dq=Psicolog%C3%ADa+del+desarrollo+Mujer+climaterio&hl=es&sa=X&ei=0qwGU-6fAab_0wHVooDoCg&ved=0CCwQ6AEwAA#v=onepage&q=Psicolog%C3%ADa%20del%20desarrollo%20Mujer%20climaterio&f=false. Acceso el 17 de Febrero del 2014.
- Castelo, F. Convivir con la menopausia. Disponible en:
<http://books.google.com.pe/books?id=H4Iezc8cbvUC&printsec=frontcover&dq=la+menopausia&hl=es&sa=X&ei=mwIYU4qIPIe3kAeltIDADw&ved=0>

CE4Q6AEwBw#v=onepage&q=la%20menopausia&f=false_ Acceso el 17 de Febrero del 2014.

- Diccionario enciclopédico. Disponible en: http://es.thefreedictionary.com/vivencia_ Acceso el 17 de Febrero del 2014.
- Dorothy, E. El cuidado. Disponible en: http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothy-jhonson.html_ Acceso el 08 de marzo del 2014.
- Lolos, F. y Quezada, A. Pautas éticas de investigación en sujetos humanos: Nuevas perspectivas. Programa Regional de Bioética, Organización Panamericana de la Salud. disponible en: http://www.libros.uchile.cl/files/presses/1/monographs/258/submission/proof/files/assets/basic-html/page3.html_ Acceso el 05 de Marzo del 2013.
- Galindo, Y., Medina, A. y Castrillón, Y. Vivencias de las mujeres durante la etapa de la menopausia, ciudad de Popayán. Disponible en: http://www.facultadsalud.unicauca.edu.co/fcs/2005/junio/VIVENCIAS%20DE%20MUJERES%20ETAPA%20MENOPAUSIA.pdf_ Acceso el 15 de Diciembre del 2013.
- García M. y Gil C. Menopausia. Disponible en: <http://www.rnw.nl/espanol/radioshow/la-menopausia-causas-etapas-s%C3%ADntomas-y-tratamientos> Acceso el 25 de Julio del 2014.
- García, M.; citado por Lezica, A. Significado de vivencia. Disponible en: http://books.google.com.pe/books?id=yTz6mxzW6aUC&pg=PA45&dq=que+significa+vivencia&hl=es&sa=X&ei=AnsGU6XAEa-zsATVkiHYCA&ved=0CD8Q6AEwBA#v=onepage&q=que%20significa%20vivencia&f=false_ Acceso el 22 de Noviembre del 2013.

- Hernández, A. La vivencia como categoría de análisis para la evaluación y el diagnóstico del desarrollo psicológico. Disponible en: <http://psicopediahoy.com/vivencia-como-categoria-de-analisis-psicologia/>. Acceso el 03 Febrero de Noviembre del 2013.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. Metodología de la investigación. Disponible en: <http://maestriapedagogia2013.files.wordpress.com/2013/05/hernandez-s-2010-metodologia-de-la-investigacion.pdf>. Acceso el 18 de Febrero del 2014.
- INEI. Censos Nacionales 2007. XI de la población y VI de vivienda. Disponible en: <http://censos.inei.gob.pe/censos2007/documentos/ResultadoCPV2007.pdf>. Acceso el 15 de Diciembre del 2013.
- Lezica, A. Significado de vivencia. Disponible en: <http://books.google.com.pe/books?id=yTz6mxzW6aUC&pg=PA45&dq=que+significa+vivencia&hl=es&sa=X&ei=AnsGU6XAEa-zsATVkiHYCA&ved=0CD8Q6AEwBA#v=onepage&q=que%20significa%20vivencia&f=false>. Acceso el 22 de Noviembre del 2013.
- Llanos, F. Conocimientos, actitudes y sintomatología referida a la menopausia en mujeres de un Distrito Rural de la Sierra Peruana. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2004000100006&script=sci_arttext. Acceso el 22 de Noviembre del 2013.
- Media, S. El 70% de las mujeres menopaúsicas en España padece sofocos y sudoraciones. Disponible en: <http://www.accesomedia.com/display.realse.html?id=29910>. Acceso el 22 de Noviembre del 2013.

- Mestanza, J. Evolución de la edad de la menopausia y de la esperanza de vida en la mujer peruana. Disponible en: https://sites.google.com/site/infertilidadperu/student-of-the-month/evoluciondelaedaddelamenopausiaydelaesperanzadevidaenlamujerperuana_ Acceso el 07 de Marzo del 2014.
- Monroy, A. El climaterio y sus efectos en la mujer. Disponible en: http://www.uv.mx/cienciahombre/revistae/vol18num1/articulos/efectos_mujer/index.htm_ Acceso el 01 de Noviembre del 2013.
- OMS. Investigaciones sobre la menopausia en los años noventa. Disponible en: <http://publications.paho.org/product.php?productid=574>_ Acceso el 14 de Noviembre del 2013.
- Paredes, N. Portada salud en RPP; Actividad física reduce los bochornos y mejora el sueño en la menopausia. Disponible en: http://www.rpp.com.pe/2013-10-22-actividad-fisica-reduce-los-bochornos-y-mejora-el-sueno-en-la-menopausia-noticia_641589.html__ Acceso el 07 de Marzo 2014.
- Pelcastre, B., Garrido, F. y León, V. Menopausia: representaciones sociales y prácticas estado de Morelos. México. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0036-36342001000500004&script=sci_arttext__ Acceso el 05 de Noviembre del 2013.
- Pérez, P. y Pérez, S. Manual para el diplomado de enfermería. Disponible en: <http://books.google.com.pe/books?id=Qf6jrrkum7gC&pg=PA95&dq=Manual+para+el+Diplomado+de+enfermer%C3%ADa.+Callista+Roy&hl=es&sa=X&ei=sPcdU7CMN4fLkAe974HQAQ&ved=0CD8Q6AEwAA#v=onepage&q=Manual%20para%20el%20Diplomado%20de%20enfermer%C3%ADa.%20Callista%20Roy&f=false>_ Acceso el 18 de Febrero del 2014.

- Ramos, R. Vivencias, tipos. Disponible en: <http://deconceptos.com/ciencias-naturales/vivencia>. Acceso el 11 de Marzo del 2013.
- Rosales, A. Sexualidad, sexo y climaterio. Disponible en: <http://www.facmed.unam.mx/deptos/salud/genero/boletines/boletin%20V5-2.pdf>. Acceso el 05 de Noviembre del 2013.
- Siseles, N., Pecci, C., Mir, L. y et al. Impacto de la menopausia sobre calidad y expectativa de vida de la mujer en la mediana edad. Disponible en: http://www.aagop.com.ar/articulos/Calidad_de_Vida22-07-05.pdf. Acceso el 03 de Noviembre del 2013.
- Souza, M. Fenomenología como abordaje metodológico. Disponible en: http://teses.ufrj.br/EEAN_d/ClaudeteFerreiraDeSouzaMonteiro.pdf. Acceso el 18 de Febrero del 2014.
- Vega, G., Hernández, A., Leo, G. y et al. Incidencia y factores relacionados con el síndrome climatérico en una población de mujeres mexicanas. México. Disponible en: <http://www.scielo.cl/pdf/rchog/v72n5/art07.pdf>. Acceso el 15 de Diciembre del 2013.

ANEXOS

ANEXO N° 01

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UNA
INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA**

Yo:.....abajo
firmante, declaro que acepto participar en la investigación “VIVENCIAS DE MUJERES DURANTE EL PERIODO DE SU MENOPAUSIA. ASENTAMIENTO HUMANO PEDRO CASTRO ALVA. CHACHAPOYAS -2014”, siendo realizada por la estudiante Amarilis Jacqueline, Montenegro Fernández de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, que tiene por objetivo develar el fenómeno de las vivencias de mujeres en el periodo de su menopausia.

Habiendo sido informada de forma clara, precisa y suficiente de los fines y objetivos que busca la presente investigación así como en qué consiste mi participación. Acepto participar en las entrevistas que serán realizadas por la investigadora, asumiendo que las informaciones dadas serán solo de conocimiento de la investigadora y de su asesor quienes garantizan el respeto y secreto a mi privacidad.

Estoy consciente que el informe final de la investigación será publicado, asimismo teniendo la libertad de retirar mi consentimiento en cualquier momento y dejar de participar del estudio sin que esto genere algún perjuicio y/o gasto. Sé que de tener dudas de mi participación podre aclararlas con la investigadora.

.....
Firma de la informante

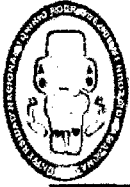
.....
Firma de la participante

ANEXO N° 02

COMPROMISO DE CONFIDENCIALIDAD

Este trabajo de investigación realizada por la estudiante Amarilis Jacqueline, Montenegro Fernández de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, titulado “Vivencias de mujeres durante el periodo de su menopausia. Asentamiento Humano Pedro castro Alva. Chachapoyas -2014” es de carácter confidencial y los resultados solo se utilizaran con fines de estudio. Se le agradece anticipadamente a usted por su participación y por brindarnos información veraz.

.....
Amarilis J. Montenegro Fernández



ANEXO N°3

GUÍA DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD

I. INTRODUCCIÓN: Este trabajo de investigación tiene por objetivo develar el fenómeno de las vivencias de las mujeres en el periodo de su menopausia. Se le agradece a usted anticipadamente por su participación y por brindarnos información veraz, este trabajo de investigación es de carácter confidencial y los resultados solo se utilizaran con fines de estudio.

II. DATOS PERSONALES

- Seudónimo : _____
- Edad : _____
- Grado de estudios : _____
- Estado civil : _____
- Ocupación : _____
- Procedencia : _____
- N° Hijos : _____

III. PREGUNTA ORIENTADORA

¿Qué sintió durante su periodo de menopausia?

.....
.....

¿Qué más?

.....
.....

¿Qué más?...