



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO
INSTITUTO DE CIENCIAS DE LA SALUD
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DE LA SALUD

TESIS

**CREENCIAS Y ACTITUDES RELACIONADAS CON
LA MENSTRUACIÓN EN LA DÍADA MADRE-HIJA
ADOLESCENTE. UN ESTUDIO MIXTO**

**Para obtener el título de
Maestra en Psicología de la Salud**

PRESENTA

Lic. April Escorcía Arroyo

Director (a)

Dra. María Luisa Escamilla Gutiérrez

Codirector (a)

Dra. María Cristina Bravo González

Comité tutorial

Dra. Lilián Elizabeth Bosques Brugada
Mtra. Lilian Scarlet Gerardo Muñoz
Mtro. Rodolfo de Jesús Acevedo Martínez

Pachuca de Soto, Hidalgo., marzo, 2026



Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

Instituto de Ciencias de la Salud

School of Medical Sciences

Área Académica de Psicología

25 de marzo de 2026

ICSa/MPS/039/2026

Asunto: Autorización de impresión de tesis

MTRA. OJUKY DEL ROCÍO ISLAS MALDONADO
DIRECTORA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR
PRESENTE


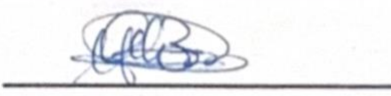
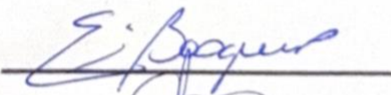

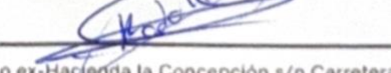
El Comité Tutorial de la tesis titulada: **CREENCIAS Y ACTITUDES RELACIONADAS CON LA MENSTRUACIÓN EN LA DÍADA MADRE-HIJA ADOLESCENTE. UN ESTUDIO MIXTO**, realizada por la sustentante: **April Escorcía Arroyo**, con número de cuenta: **323336**, estudiante del programa de posgrado de Maestría en Psicología de la Salud, una vez que ha revisado, analizado y evaluado el documento recepcional de acuerdo con lo estipulado en el Artículo 110 del Reglamento de Estudios de Posgrado tiene a bien extender la presente:

AUTORIZACIÓN DE IMPRESIÓN

Por lo que la sustentante deberá cumplir los requisitos del Reglamento de Estudios de Posgrado y con lo establecido en el proceso de grado vigente.

Atentamente
"Amor, Orden y Progreso"
Pachuca de Soto, Hidalgo a 25 de marzo de 2026

Comité Tutorial

DIRECTORA	Dra. María Luisa Escamilla Gutiérrez	
CO-DIRECTORA	Dra. María Cristina Bravo González	
MIEMBRO DEL COMITÉ	Dra. Lilián Elizabeth Bosques Brugada	
MIEMBRO DEL COMITÉ	Mtra. Lilian Scarlet Gerardo Muñoz	
MIEMBRO DEL COMITÉ	Mtro. Rodolfo de Jesús Acevedo Martínez	



"Amor, Orden y Progreso"



Circuito ex-Hacienda la Concepción s/n Carretera Pachuca Actopan, San Agustín Tlaxiaca, Hidalgo, México. C.P.42174
 Teléfono: 52(771)7172000 Ext. 41531 y 41550
 psicologia@uaeh.edu.mx

uaeh.edu.mx

Este proyecto de investigación se realizó gracias a la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) con No. CVU: 1253659 y número de apoyo: 4021294 del programa: 006221 para la realización del Posgrado en la Maestría en Psicología de la Salud del Instituto de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, con número de cuenta: 323336, se realizó el proyecto titulado: Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija adolescente. Un estudio mixto, por la tutoría de la Dra. María Luisa Escamilla Gutiérrez y la revisión de la Dra. María Cristina Bravo González, Mtra. Lilián Scarlet Gerardo Muñoz y Mtro. Rodolfo de Jesús Acevedo Martínez.

Agradecimientos

Quiero extender mi más profundo agradecimiento a todas las personas que me acompañaron en esta etapa de mi vida para el cumplimiento del presente proyecto.

Quiero agradecer a mi familia por el apoyo incondicional, por ser mi motivación y mi sostén, que sin duda, sin su acompañamiento y cariño esto no sería posible.

A las mujeres que participaron en este proyecto y que amablemente me regalaron su tiempo; a la institución y a todas las personas de la misma que me apoyaron al ingresar a las aulas y a los otros espacios.

A mis coordinadoras: a la Dra. Lili en un inicio, la Dra Rebe en un fin y a la Dra. Marilú por su paciencia, disposición y orientación en este proceso.

A la Dra. Cris Bravo por haberme recibido en mi estancia de investigación, y asimismo por su empatía, comprensión, enseñanza, integración y su apoyo en este proyecto.

A la Mtra. Anita y a la Dra. Itzel, que con su entusiasmo, ánimos y su sabiduría me escucharon, guiaron y motivaron a seguir y no darme por vencida.

A la Dra. Dayana y al Dr. Noé, por los conocimientos y la enseñanza compartida, que sin duda haber compartido aula ha sido de las mejores experiencias en aprendizaje y en calidad humana.

A mis compañeras y amigas que fueron de apoyo, contención y cercanía en este proceso.

A mis docentes de la maestría que me acompañaron en cada semestre, por el conocimiento compartido y por los buenos momentos.

Agradecer a la institución y a todas y todos los que en su momento me encontré en el camino y sumaron a este proyecto.

Dedicatorias

En especial a mi mamá por ser mi sostén, mi equilibrio, mi ejemplo a seguir y mi máxima motivación.

A mi papá por ser un gran guía y enseñarme a nunca rendirme.

A mi hermano por ser mi héroe, compañero de vida.

A mi papi hasta el cielo y a Tere, que sin ustedes esto no hubiera sido posible.

A mi tío Damián y a mi tía Brenda que siempre han creído en mí y están incondicionalmente.

A mi tía Adriana por todo su apoyo y por siempre estar.

A Nalle por su tiempo, enseñanza, paciencia y cariño en esta etapa.

Índice

Resumen	12
Abstract	13
Introducción	14
1. Marco teórico	16
1.1. Menstruación	16
1.1.1. Menarca, la primera menstruación	18
1.1.2. Desarrollo humano: adolescencia y el camino hacia la adulthood femenina	19
1.2. Aspectos relacionados con la menstruación	21
1.2.1. Aspectos biológicos relacionados con la menstruación	22
1.2.2. Aspectos psicológicos relacionados con la menstruación	24
1.2.3. Aspectos sociales relacionados con la menstruación	26
1.2.3.1. Díada madre – hija en la menstruación	27
1.3. Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación	28
1.3.1. Concepto de creencia	28
1.3.1.1. Creencias relacionadas con la menstruación	29
1.3.2. Concepto de Actitud	31
1.3.2.1. Actitudes relacionadas con la menstruación	32
1.4. Modelos teóricos aplicados al estudio de las problemáticas asociadas a la menstruación	33
1.4.1. Modelo Biopsicosocial	33
1.4.2. Modelo de creencias de la Salud	34
1.4.3. Teoría de autoeficacia de Bandura	34
1.4.4. Teoría del comportamiento planificado (TCP)	35
1.5. Estado del arte	37
2. Planteamiento del problema	55
2.1. Justificación	56
3. Método	57
3.1. Estudio mixto	57
3.3.1. Pregunta de investigación	57

3.1.2. Objetivo general	57
3.1.3. Objetivos específicos	57
3.1.4. Participantes	57
3.1.4.1 Criterios de selección	58
3.1.4.1.1. Criterios de inclusión	58
3.1.4.1.2. Criterios de exclusión	58
3.1.4.1.3. Criterios de eliminación	58
3.1.5. Procedimiento general	59
3.1.6. Análisis de datos mixtos	60
3.1.7. Aspectos éticos	61
3.2. Fase I. Estudio cuantitativo	62
3.2.1. Pregunta de investigación	62
3.2.2. Objetivo general	62
3.2.3. Objetivos específicos	62
3.2.4. Tipo de estudio y Diseño de investigación	62
3.2.5. Variables	63
3.2.6. Instrumentos	63
3.2.7. Procedimiento	64
3.2.8. Análisis de datos	65
3.2.9. Resultados Fase I	65
3.3. Fase II. Estudio cualitativo	70
3.3.1. Pregunta de investigación	70
3.3.2. Objetivo general	70
3.3.3. Objetivos específicos	71
3.3.4. Tipo de estudio y diseño de investigación	71
3.3.5. Unidades de análisis	71
3.3.6. Técnica de recolección de datos	72
3.3.7. Procedimiento	73
3.3.8. Análisis de datos	73
3.3.9. Resultados Fase II	73
3.3.9.1. Actitudes frente a la menstruación	74

3.3.9.1.2. Proceso del desarrollo: experiencia en la menarca	76
3.3.9.1.3. Experiencia en la actualidad	78
3.3.9.2. Creencias sociales asociadas a la menstruación	80
3.3.9.2.1. Aspectos culturales y sociales	80
3.3.9.2.2. Tabúes y estigmas	82
3.3.9.2.3. Menstruación como evento molesto	84
3.3.9.2.4. Menstruación como evento prohibiciones- obligaciones	86
3.3.9.2.5. Menstruación como evento incapacitante	87
3.3.9.2.6. Menstruación como evento secreto	89
3.3.9.2.7. Menstruación como evento agradable	90
3.3.9.2.8. Díada madre-hija	91
3.3.9.3. Manejo del cuerpo	93
3.3.9.3.1. Dolor menstrual	94
3.3.9.3.2. Conocimiento del ciclo menstrual	95
3.3.9.3.3. Gestión menstrual	97
3.3.9.4. Categorías emergentes: influencia contextual	98
3.3.9.4.1. Desinformación sobre menstruación	99
3.3.9.4.2. Sugerencias sobre la menstruación	101
3.3.9.4.3. Menopausia	103
4. Integración de resultados mixtos	104
5. Discusión	112
Referencias bibliográficas	122
Anexos	140

Índice de Tablas

Tabla 1. Estudios sobre las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación	39
Tabla 2. Estudios sobre actitudes relacionadas con la menstruación	48
Tabla 3. Definición conceptual y operacional del estudio	63
Tabla 4. Resultados descriptivos sobre edades y duración de los eventos asociados a la menstruación en madres	68
Tabla 5. Puntuaciones obtenidas del cuestionario creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en madres	68
Tabla 6. Descriptivos con respecto a edades y duración de eventos asociados a la menstruación en hijas	69
Tabla 7. Estadísticos descriptivos de las puntuaciones obtenidas del cuestionario “actitudes menstruales de adolescentes posmenarcas” en hijas	70
Tabla 8. Ejes y categorías de análisis	71
Tabla 9. Actitudes frente a la menstruación en madres	75
Tabla 10. Actitudes frente a la menstruación en hijas	76
Tabla 11. Experiencia en la menarca de madres	77
Tabla 12. Experiencia en la menarca de hijas	77
Tabla 13. Experiencia en la adultez	78
Tabla 14. Experiencia en la actualidad	79
Tabla 15. Aspectos culturales y sociales en madres	80
Tabla 16. Aspectos culturales y sociales en hijas	82
Tabla 17. Tabúes y estigmas de madres	83
Tabla 18. Tabúes y estigmas de hijas	83
Tabla 19. Menstruación como evento molesto en madres	84
Tabla 20. Menstruación como evento molesto en hijas	85
Tabla 21. Menstruación como evento prohibiciones-obligaciones en madres	86
Tabla 22. Menstruación como evento prohibiciones-obligaciones en hijas	87

Tabla 23. Menstruación como evento incapacitante en madres	87
Tabla 24. Menstruación como evento incapacitante en hijas	88
Tabla 25. Menstruación como evento secreto en madres	89
Tabla 26. Menstruación como evento secreto en hijas	90
Tabla 27. Menstruación como evento agradable en madres	90
Tabla 28. Menstruación como evento agradable en hijas	91
Tabla 29. Díada madre-hija en madres	92
Tabla 30. Díada madre-hija en hijas	93
Tabla 31. Dolor menstrual en madres	94
Tabla 32. Dolor menstrual en hijas	95
Tabla 33. Conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual de madres	95
Tabla 34. Conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual en hijas	96
Tabla 35. Gestión menstrual en madres	97
Tabla 36. Gestión menstrual en hijas	98
Tabla 37. Influencia contextual en madres	99
Tabla 38. Desinformación sobre menstruación en madres	100
Tabla 39. Desinformación sobre menstruación en hijas	101
Tabla 40. Sugerencias sobre la menstruación de madres	101
Tabla 41. Sugerencias sobre la menstruación de hijas	102
Tabla 42. Conocimientos sobre menopausia	104
Tabla 43. Actitudes frente a la menstruación en mujeres adultas y adolescentes	105
Tabla 44. Creencias relacionadas a la menstruación	108
Tabla 45. Manejo del cuerpo en mujeres adultas y adolescentes	110

Índice de Figuras

Figura 1. Esquema de la teoría del comportamiento planificado de Azjen (1985, 1991)	36
Figura 2. Procedimiento general de investigación	60
Figura 3. Procedimiento Fase I cuantitativa	65
Figura 4. Datos obtenidos de los porcentajes de la ocupación de mujeres madres-adultas	66
Figura 5. Proporción del nivel educativo de las mujeres participantes adultas-madres	66
Figura 6. Estructura porcentual de la presencia de dolor menstrual en mujeres madres-adultas	67
Figura 7. Desglose porcentual de la presencia de dolor menstrual en mujeres hijas-adolescentes	69
Figura 8. Procedimiento Fase II cualitativa	73
Figura 9. Categorías de análisis de madres e hijas	74

Abreviaturas

BATM: Beliefs and Attitudes Towards Menstruation

ISEM: Instituto de Salud del Estado de México

MAQ: Menstrual Attitude Questionnaire

MDQ: Menstrual Distress Questionnaire

OMS: Organización Mundial de la Salud

TCP: Teoría del Comportamiento Planificado

UNICEF: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

Resumen

Las creencias y actitudes que existen alrededor de la menstruación tienen un efecto importante en la manera en que las mujeres la experimentan. Por ello, el objetivo de la presente investigación es describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, desde un enfoque cuantitativo y cualitativo, a partir de las experiencias en la díada madre-hija adolescente. Al ser un estudio secuencial explicativo mixto de alcance descriptivo y fenomenológico, se busca obtener información variada de mujeres adolescentes que se encuentran inmersas en una secundaria pública de Pachuca, Hidalgo y de sus madres, la muestra estuvo compuesta de 148 participantes para la primera fase (74 mujeres adultas madres y 74 adolescentes hijas) y para la segunda, de 6 mujeres (3 mujeres adolescentes y 3 mujeres adultas) para cada entrevista. La investigación fue en dos fases, la primera fue cuantitativa, esta consistió en aplicar a las madres el “Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la menstruación [BATM]” y a las hijas el “Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas”, instrumentos válidos y confiables que de los cuales se recabaron datos y sus resultados fueron través de un análisis descriptivo. En la segunda fase cualitativa, se consideraron entrevistas a profundidad, una para adolescentes y la otra para las madres y así, reconocer sus vivencias a través de un análisis de contenido por medio de categorías, por consiguiente, el logro de la interpretación del análisis completo del estudio. Como resultados se describe que las creencias y actitudes son desfavorables hacia la menstruación gracias los síntomas físicos, sentimientos, emociones, aspectos sociales como incomodidad por el uso de las herramientas menstruales, el ocultamiento, el impacto que genera en la sociedad y lo que deviene del significado de la cultura, esto influye en la manera en que la mujer la vive a lo largo de su vida.

Palabras clave: Creencias, Actitudes, Menstruación, Mujeres, Adolescentes.

Abstract

Beliefs and attitudes toward menstruation have a significant impact on how women experience it. For this reason, the objective of the study was to describe the beliefs and attitudes toward menstruation using a quantitative and qualitative approach, based on the experiences of the mother–adolescent daughter dyad. As an explanatory sequential mixed methods design with a descriptive and phenomenological scope, it aims to obtain diverse information from adolescent girls attending a public secondary school in Pachuca, Hidalgo and their mothers. The sample consisted of 148 participants for the first phase (74 adult mothers and 74 adolescent daughters) and for the second phase of 6 women (3 adolescent girls and 3 adult women) for each interview. The study was conducted in two phases, the first quantitative phase, and the instrument "Beliefs and Attitudes Toward Menstruation Questionnaire [BATM]" was applied to mothers and the "Questionnaire of Attitudes Toward Menstruation in Post-menarcheal Adolescents" to daughters, those valid and reliable instruments were used to collect data, and the results were analyzed through descriptive analysis. The second, qualitative phase consisted of in-depth interviews, one with adolescents and the other with mothers and in this way, their experiences were identified through content analysis using categories, which allowed a complete interpretation of the study. The results show that beliefs and attitudes towards menstruation are unfavorable due to physical symptoms, feelings, emotions, social aspects such as discomfort with menstrual products, concealment, and the impact it has on society and what stems from cultural meaning, these influences how women experience it throughout their lives.

Keywords: Beliefs, Attitudes, Menstruation, Women, Adolescents.

Introducción

La menstruación es un evento biológico que se ha estudiado a lo largo de la historia y su significado ha sido diverso pues se desarrolla en múltiples contextos sociales y culturales presentes en una sociedad. No obstante, al ser un proceso natural en la experiencia de vida de las mujeres, la menstruación se ha relacionado con creencias negativas, tabúes, estigmas, percepciones y actitudes negativas que juegan un papel importante en los significados y definiciones en relación con este tema (Coloma, 2023). En particular, la relación entre madres e hijas desempeña un papel crucial en la construcción de estas creencias y actitudes, ya que, a través de la educación y la socialización, se transmiten valores y percepciones sobre la menstruación (Marván et al., 2014).

Los estudios han reflejado que la menstruación no es un acontecimiento únicamente biológico, también abarca aspectos psicológicos y sociales que pueden tener influencia en la forma en que las mujeres la experimentan (Amat & Torres, 2019). La manera en que las madres contemplan este acontecimiento puede tener efecto en la elaboración de una perspectiva negativa o positiva de la menstruación en sus hijas. En algunos contextos en los cuales destacan tabúes o aspectos negativos, se ha demostrado que las jóvenes pueden experimentar sentimientos de incomodidad con respecto al tema (Marván & Molina-Abolnik, 2012).

Esta investigación tiene como objetivo principal describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija adolescente y, mediante un enfoque mixto, se pretende realizar un análisis detallado de las mismas y de su efecto en la vida de las mujeres adolescentes y adultas, considerando sus experiencias durante la menstruación.

Por otra parte, el primer apartado de esta investigación está conformado por aspectos generales sobre la menstruación, que abarcan información centrada en aspectos psicológicos y sociales. De acuerdo con la información recopilada en la primera fase por medio de escalas y en

la segunda fase por medio de entrevistas a profundidad, a través de su experiencia, se encontraron respuestas más profundas para enriquecer el estudio.

Se presenta el marco teórico, en el cual se abordan temas generales sobre menstruación, qué es la menarca, el desarrollo humano de la mujer menstruante, aspectos relacionados con la misma desde distintas miradas de la menstruación en aspectos biológicos, psicológicos y sociales, la importancia de los primeros conocimientos sobre la menstruación, el papel de las madres que es fundamental para la introducción del tema, por lo que se contempla la díada madre-hija, asimismo, las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación definición de las mismas, algunos antecedentes como los modelos que se han utilizado para el estudio de la misma y lo que han aportado, la elección del modelo utilizar y el estado del arte sobre el estudio de las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación.

Asimismo, se contempla todo el proceso de investigación que tiene que ver con el planteamiento del problema, se describe el método empleado en la presente investigación mixta, así como la fase cuantitativa como la cualitativa, también, los resultados de cada fase y la integración de los resultados mixtos. Por último, se presenta la discusión de los resultados, las conclusiones, limitaciones y sugerencias que se pudieron encontrar en el presente estudio.

1. Marco teórico

1.1. Menstruación

En primer lugar, identificar la historia de la menstruación de forma cronológica y organizada puede resultar complejo puesto que, a lo largo del tiempo, siempre ha estado presente la cultura, lo que se ha estudiado o conocido de ella, las experiencias e incluso vivencias personales que influyen para abordar o poner en debate y juicio este tema. Sin embargo, a lo largo de la historia los primeros descubrimientos y registros vienen de la Grecia clásica, que corresponden a los años 460 a 370 antes de Cristo, en el cual el padre de la medicina Hipócrates de Cos, mencionó en su texto “*Corpus Hippocraticum*” que el cuerpo de la mujer era defectuoso e imperfecto, pues, la sangre menstrual expulsada representaba desechos como tal, por lo que la menstruación en su mirada era una enfermedad (Figueroa, 2023).

Por otra parte, en la actualidad se puede entender que la menstruación es una fase correspondiente al ciclo menstrual, en el cual, con base en los días, se representan cambios biológicos enfocados específicamente con el sistema uterino de la mujer o niña. Algo que se puede destacar son los cambios que resultan de las hormonas, estas sustancias naturales y químicas que produce el cuerpo. Asimismo, estos cambios empiezan en el momento en que una niña llega a la etapa de desarrollo de la pubertad y terminan en el momento en el que finalizan los ciclos menstruales, fase conocida como menopausia (Instituto de Salud del Estado de México [ISEM], 2023).

Asimismo, la menstruación es un momento elemental en el desarrollo de la vida de una mujer en la pubertad, pues el cuerpo de una mujer adquiere un nuevo significado socialmente; es decir, cuerpo fértil que da paso a su etapa de la adultez. Los cambios del cuerpo femenino

aumentan esta naturaleza en aspectos cíclicos y de creación de vida, que se puede representar en todas las sociedades en las que las mujeres se encuentren inmersas (Ramírez, 2016).

En cuanto a la menstruación es un aspecto multidisciplinario, que se presenta en distintas áreas, es decir en lo biológico, psicológico, sin olvidar los aspectos sociales y culturales. Esto hace referencia a la importancia de tomar en cuenta características que se relacionan entre esas áreas, pues los aspectos biológicos por sus funciones se podrían conocer más desde una perspectiva más completa y exacta en contraste de los aspectos psicológicos, sociales y culturales, pues pertenecen más al terreno de lo subjetivo y de las experiencias personales (Botello-Hermosa & Casado-Mejía, 2015).

Así pues, la menstruación es en esencia, un evento que tiene demandas específicas, es decir, al acceso de agua limpia, instituciones que tengan estos espacios sanitarios adecuados y privados, obtención de productos que engloban la higiene menstrual, tales como: las toallas sanitarias, copa menstrual, disco menstrual, prendas absorbentes lavables y/o tampones, que son recursos útiles para atravesar estos días de flujo menstrual y más que nada, para tomar consciencia y hacer visible el acceso en general en la sociedad de las cosas que se deben considerar en este período para su gestión. Es importante mencionar que no todas las mujeres presentan los conocimientos, recursos y apoyo para administrar de manera adecuada o saludable su fase menstrual (Mileo & Suárez, 2018).

De igual manera, la menstruación en un aspecto social, es considerada como algo aborrecible y un elemento de poca importancia cuando no es un aspecto relacionado con la fertilidad. Por lo que suele ser un elemento que se disimula o se oculta, pues puede encaminarse a algo personal e íntimo, y abordarlo en público puede ser mal visto e incluso percibirse como un tema pudoroso (Dietrich, 2018).

1.1.1. Menarca, la primera menstruación

Ahora bien, la menarca o menarquía, tanto en la literatura como en la cotidianeidad, se considera como la primera menstruación. Asimismo, es un evento muy importante en la vida de las mujeres y trasciende el ámbito personal, social y cultural. Indistintamente de la edad o cultura, representa una cualidad específica con respecto a este cambio de etapa de niña a mujer y tiene como característica el inicio del periodo menstrual y reproductivo, que en algunas sociedades en ocasiones y por tradición marcan en la experiencia de vida de una mujer (Morales, 2012).

Desde el aspecto biológico, la menarquía se considera el elemento primordial de la pubertad de las mujeres, puesto que el cuerpo comienza a experimentar cambios, entre ellos el de la fertilidad, que da paso directamente a la adultez. El cambio corporal femenino y la presencia de la menstruación conduce en primer lugar a esta relación de las mujeres con la naturaleza y su aspecto creador y cíclico, sin olvidar ese aspecto que la menstruación es vista como contaminante en algunas sociedades (Morales, 2016).

Aunado a ello, desde el aspecto social, la menarca como acontecimiento marca este cambio femenino de las dos experiencias o funciones de la vida, es decir, estos eventos que han definido a la mujer culturalmente a lo largo de la historia, el primero con respecto a la sexualidad, relacionada con la adultez, y el segundo con respecto a la condición de ser madres. Pues estas dos ideas están impregnadas del valor que representan las mujeres en la sociedad (Botello & Casado, 2014).

Asimismo, la primera menstruación (menarca o menarquía) es asumida de gran impacto en la experiencia de vida de las mujeres, pues es este signo y símbolo de una nueva condición en el aspecto social, para cierto grupo de personas es este nuevo estado de la mujer, que está ligado

directamente al hecho de que ya se puede ser madre y al mismo tiempo convertirse en “mujer” como tal, como si estos dos aspectos fueran la misma cosa (Lozano, 2010).

Además, desde la aparición de la menarquía empiezan otros elementos con respecto a las posibles consecuencias o síntomas que esta causa, por el hecho de que este ciclo (y para ser específicos la fase de la menstruación) sucede cada mes en la vida de las mujeres y repercute ya sea desde el aspecto socioeconómico en el que ellas se encuentran, la cultura, los hábitos saludables o no, los estados psicológicos y fisiológicos, consecuentes de su ciclo, la menstruación para las mujeres es un aspecto multidisciplinario y de varias áreas de estudio (Marroquin, 2017).

1.1.2. Desarrollo humano: adolescencia y el camino hacia la adultez femenina

En cuanto a los múltiples cambios que aparecen en la adolescencia en las mujeres, se pueden abordar desde el aspecto físico, con los cambios en alguna zonas del cuerpo, es decir, este desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, transformaciones a nivel emocional y social, que se relaciona con este cambio de roles, pasar de niña a mujer, tareas en las familias, sin olvidar las condiciones deficientes con respecto a las herramientas de saneamiento, información básica y/o atención médica (por mencionar algunos), establecen complicaciones para las niñas y adolescentes, estas dificultades impactan de manera significativa en su vida y en su desempeño de sus actividades cotidianas (Ariza-Ruiz et al., 2017).

De igual manera, se destaca que el término adolescencia proviene de la palabra latina “*adolescere*”, es esta etapa de cambio entre la niñez y la adultez. Viene acompañado de grandes cambios en lo físico, psicológico, emocional y social. Su punto de partida es a través de la pubertad y termina en los años de la segunda década de las personas, considerando también el desarrollo físico y maduración psicológica y física (Güemes et al., 2017).

Por consiguiente, todo este cambio corporal va en relación con la herencia biológica que se recibe de la familia, es decir, de mamá, papá e incluso abuelos, asimismo, de aspectos como la cultura, la alimentación, el estilo de vida que se lleva, por lo que en cada adolescente surge su crecimiento y desarrollo de manera muy distinta y de manera individual cada persona con sus propios aspectos corporales. El principio de la pubertad se manifiesta en las niñas con la menarquia y en los niños con la espermarquia. Con respecto a la adolescencia, es imprescindible mencionar que es un proceso, no una situación ni un estado. Se experimentan cambios en el cuerpo, como los caracteres sexuales primarios y secundarios, el peso y la talla. En lo psicológico, suceden en sus relaciones sociales, en la imagen corporal y en la atracción por el sexo opuesto (López, 2022).

En ese mismo sentido, se calcula que la adolescencia sucede en la segunda década de la vida del sujeto, iniciando entre los 10 y 13 años aproximadamente, como punto de partida la pubertad y podría decirse que termina entre los 18 y los 25 años, cambia de acuerdo a las características del sujeto, la cultura y contexto. Por otra parte, los cambios corporales que se presentan en esta etapa tienen que ver con la maduración sexual pero también no hay que olvidar los cambios psicológicos, los cuales, juegan un papel importante ya que en el cerebro está en desarrollo, resultado de un proceso de la corteza prefrontal pero que no ha alcanzado su totalidad, donde la toma de decisiones tendría que ver con la capacidad y habilidad de planificar y controlar sus decisiones (Palacios, 2019).

Por otra parte, a partir de la menarca, el cuerpo desarrolla aspectos relacionados con la fertilidad y características reproductivas, las cuales, permiten a las adolescentes ser madres, este significado de manera social es una representación en la que se comprende el rol femenino y reproductivo, ese punto de partida que continuará en etapas posteriores del desarrollo humano (Carrasco, 2020).

1.2. Aspectos relacionados con la menstruación

La menstruación como acontecimiento biológico y natural está profundamente influida en gran cantidad de aspectos psicológicos, significados sociales y culturales que van más allá de los aspectos fisiológicos como tal, por lo que, se puede mencionar que es un proceso biopsicosocial en los ámbitos de estudio (Botello & Casado, 2017).

Asimismo, la menstruación se aborda desde elementos multidisciplinarios, como lo pueden ser factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales, por lo que abordan las prácticas, creencias y/o ideas, mismas que las mujeres interiorizan, de modo que, tendrán un impacto en su experiencia, ya sea positivamente o negativamente a lo largo de su vida (Amat & Torres, 2019).

Por otra parte, la menstruación, a pesar de ser un acontecimiento natural y biológico, tiene elementos que devienen de la cultura, haciendo referencia a la transformación de niña a mujer, teniendo como efecto las características y el cumplimiento de roles que socialmente se les atribuyen, como lo pueden ser en el aspecto de la reproducción sexual y/o la maternidad. Por consiguiente, la menstruación, se puede comentar que incorpora como aspecto indispensable la naturaleza de la identidad, puesto que, lo que se puede enmarcar como aspecto biológico y que se usa en la sociedad para determinar el sexo que se les asigna socioculturalmente (Galvez, 2016).

Aunado a ello, en ocasiones no se toman en cuenta los aspectos que tienen influencia como los socioculturales y psicoemocionales, tampoco otros factores que contribuyen en el inicio y proceso de la experiencia menstrual, asimismo, que esta no es experimentada por cada mujer de manera igual, por lo que se destaca la importancia de que sea un evento que se aborde desde distintas áreas de estudio y no meramente biológico (Rohatsch, 2015).

1.2.1. Aspectos biológicos relacionados con la menstruación

En primer lugar, el espacio de tiempo que pasa desde el primer día de la menstruación hasta la siguiente se conoce como ciclo menstrual. Generalmente un ciclo menstrual tiene una duración de 28 días, pero es importante mencionar que esos días pueden depender de una mujer a otra, es decir, que están en condiciones de durar entre 21 y 35 días, y se consideran normales (Patiño, 2022).

Con respecto a los aspectos fisiológicos relacionados con la menstruación, se describen como un conjunto de pasos de características fisiológicas y normales en los cuales se logra el proceso del endometrio uterino, es decir, su desprendimiento del revestimiento, que sucede en conjunto con los cambios habituales en los ovarios de forma mensual, y llega a tener una duración de siete a nueve días (Sanz, 2024).

Se puede decir que los seres humanos que experimentan el ciclo menstrual normal atraviesan dos aspectos: el ciclo uterino y el ciclo ovárico, cada uno con la función y relación al órgano al que pertenece (estos procesos suceden paralelamente). El ciclo uterino se divide en dos fases que son la secretora y la proliferativa, mientras que el ciclo ovárico en la fase luteínica y folicular correspondientes (Romero, 2018).

En el ciclo, en la primera mitad, se produce una hormona en la hipófisis llamada folículo estimulante, esta tiene efecto para que los niveles de estrógeno sean mayores y provoca que el endometrio engrose y pueda crecer. Paralelamente, en uno de los ovarios, el óvulo empieza a madurar. Alrededor de la mitad del ciclo natural, con duración de 28 días, durante el día 14 sale del ovario el óvulo; a este proceso se le llama ovulación. Posteriormente a que el óvulo deja al ovario, toma un camino hacia la trompa de falopio y llega al útero. Los niveles de las hormonas por cada estímulo en la hipófisis presentan un aumento de la hormona luteinizante; esto ayuda a

empezar a cubrir el útero para un embarazo y, a la vez, aumenta la hormona progesterona en caso específico para la gestación (Galicía, 2022).

La menstruación es esta parte del ciclo que corresponde a la descamación de cada mes, es un proceso fisiológico y periódico de la mucosa del endometrio, se exfolia, necrosa y desprende a causa de la deprivación hormonal, estos restos son expulsados por la vagina conteniendo células vaginales, moco y sangre. Todos estos saberes sobre cambios cíclicos tienen un gran impacto, ya que abordan el punto de partida de un proceso indirecto para valoración de las funciones endocrinas de los ovarios (Rodríguez & Curell, 2017).

A continuación, se describen las tres fases del ciclo menstrual (Marieb, 2008 pp. 559):

Días 1 al 5: fase menstrual. En este intervalo, la capa funcional superficial del grueso recubrimiento endometrial del útero se está separando de la pared uterina. Este hecho va acompañado de sangrado durante 3 a 5 días. Los tejidos separados y la sangre pasan por la vagina constituyendo el flujo menstrual. La pérdida media de sangre durante estos días es de 50 a 150 ml (de 1/4 a 1/2 de taza). Cuando llega el día 5, los folículos ováricos empiezan a producir más estrógenos.

Días 6 al 14: fase proliferativa. Estimulada por niveles de estrógenos en aumento producidos por los folículos en crecimiento de los ovarios, la capa basal del endometrio regenera la capa funcional, se forman glándulas en él y el suministro de sangre endometrial aumenta. El endometrio se vuelve aterciopelado, espeso y bien vascularizado de nuevo. (La ovulación ocurre en el ovario al final de esta fase, como respuesta al aumento repentino de hormona LH en la sangre).

Días 15 al 28: fase secretora. Los niveles en aumento de progesterona producida por el cuerpo lúteo del ovario actúan sobre el endometrio lleno de estrógenos y aumentan su suministro de sangre aún más.

El fenómeno biológico de la menstruación, la mayoría de las mujeres la experimentan múltiples veces a lo largo de su vida, sin embargo, al ser un proceso natural, también cuenta con sus características individuales y con sus patologías relacionadas, por lo que, la experiencia de cada fase menstrual, puede tener efecto en mayor o menor grado en el bienestar social, físico y psicológico en las personas menstruantes (García, 2023).

1.2.2. Aspectos psicológicos relacionados con la menstruación

Es importante mencionar la influencia que tiene la serotonina en los estados de ánimo que surgen en los días previos del periodo, ya que, su efecto como neurotransmisor tiene relación directa con el sentimiento de bienestar, y no solo eso, también regula múltiples procesos mentales y físicos, pues se comprueba que existe una disminución marcada en la fase premenstrual (Builes & Carmona, 2022).

Con todo el conocimiento existente sobre la menstruación en aspectos biológicos y fisiológicos, es importante mencionar que la sociedad crea significados con respecto a restricciones y cuidados. Pues algunos estudios ponen en evidencia que las actitudes negativas normalmente se llegan a asociar con el malestar emocional y físico y eso conlleva la limitación de hacer las actividades cotidianas y de las relaciones interpersonales, siendo el resultado de conductas y variaciones transculturales que se les atribuyen a expectativas sociales impuestas en la sociedad (Morales, 2012).

En suma, la menstruación está asociada con un rango de síntomas psicológicos, incluyendo percepciones de baja autoestima y altos niveles de ansiedad, disforia y sentimientos de persecución. Los síntomas conductuales y el compromiso social durante la menstruación pueden contribuir a los sentimientos y las emociones de las personas que la experimentan. En vez de ser un tema independiente sobre los cambios hormonales, los síntomas psicológicos y la salud mental se relacionan en cómo las mujeres viven la fase menstrual (Jang & Elfenbein, 2019).

En el ciclo menstrual, se encuentran múltiples cambios que tienen que ver con las hormonas, aportando de distintas formas a las emociones y a los estados de ánimo de las mujeres, por ende, se relacionan de forma temporal con el bienestar psicológico. Debido a estos cambios hormonales que se presentan en el ciclo menstrual, algunas mujeres tienen síntomas psicológicos y físicos como lo pueden ser: estado de ánimo depresivo, irritabilidad, dolor de pecho, migraña, acné o cambios en el apetito. Todo este repertorio de síntomas pueden presentarse en la fase lútea, días previos a la fase menstrual, donde los grados de progesterona están altos y los estrógenos bajos (Arellano et al., 2023)

Aunado a ello, el ciclo menstrual y la menstruación, en múltiples sociedades, son vistos como impuros o sucios, y en muchos casos, la relacionan con significados de debilidad. Las actitudes y creencias hacia la menstruación no solo intervienen en cómo las mujeres la viven, sino también en la explicación de las conductas femeninas, interviniendo en la forma en que una mujer que experimenta el ciclo menstrual sea aceptada o vista en los aspectos privados y públicos, en las actividades que se le asignan según su sexo y que las mismas sean permitidas o no (Botello-Hermosa et al., 2019).

1.2.3. Aspectos sociales relacionados con la menstruación

La menstruación, en aspectos culturales, adopta ciertos elementos principales al relacionarse con otros procesos simbólicos y sociales. Esto tiene que ver con las miradas con respecto al tema, partiendo de la relación con los mitos a lo largo de los años y conceptos como ciclos lunares en torno a ella. También, con las diferencias anatómicas existentes entre mujeres y hombres, los cuerpos, su control, lo femenino, su fertilidad y el cómo se establece en el orden social, y con las creaciones simbólicas y discursos con respecto al sangrado femenino, para que después se puedan comprender las maneras en las cuales todos estos discursos son adquiridos por mujeres que adoptan este tipo de significados o miradas (Morales, 2016).

Vázquez & Carrasco (2017) mencionan que actualmente, las investigaciones en el área se empeñan en abordar los tabúes relacionados con la menstruación con algunas categorías que se vinculan a múltiples áreas de la vida social. En ellas, se mencionan aspectos como las identidades sexuales, las construcciones de género y el poder en las esferas sociales, con sus funciones y participaciones relacionadas con lo femenino. De hecho, estos aspectos analíticos en el estudio de los tabúes, tienen como objetivo encontrar interpretaciones que comprendan la menstruación como un desarrollo con fines sociales y simbólicamente perteneciente a toda colectividad humana.

La menstruación, al ser considerada tabú, tiene repercusiones y bases históricamente arraigadas en la socialización de los simbolismos, ideas y saberes que la han fundamentado a lo largo del tiempo, múltiples tienen que ver con las historias construidas que hacen referencia a las prohibiciones sociales alrededor del tema, lo que hace que se generen comportamientos particulares, acontecimientos que se instauran en la vida cotidiana personal en la que pertenecen en el cuerpo mismo (Guzmán, 2022).

La cultura menstrual comprende un lenguaje, materiales sanitarios, reglas, creencias y/o expectativas sociales, las cuales, dan un punto de partida sobre cómo las mujeres deberían experimentar, cómo se debe actuar o comportarse durante su ciclo menstrual. Es esencial entender y estudiar estos elementos culturales, puesto que se ha llegado a saber que hay cambios relacionados con lo físico, cognoscitivo y emocional durante las etapas del ciclo menstrual para hacer actividades de responsabilidad. La relación existente de las mujeres con respecto a la salud, las normas culturales y la menstruación en las mujeres, crea expectativas, significados y comentarios, que tienen influencia directa en la manera en que ellas la transitan y valoran sus propias vivencias alrededor de la menstruación (Botello & Casado, 2015).

1.2.3.1. Díada madre-hija en la menstruación

Es importante mencionar que las madres ocupan un papel indispensable en la concepción de la menstruación que tienen las hijas sobre la misma, la forma en la que la mamá le comunica a su hija acerca de la menarca y la menstruación influye directamente en cómo esta la experimentará. Si la madre le comparte un punto de vista negativo a la hija, es probable que tenga percepciones, actitudes y experiencias negativas, en cambio, si la mamá le comparte una percepción positiva, la hija tendrá esta concepción positiva de la misma (Marván et al., 2014).

De acuerdo con otros estudios, estos hacen referencia a que existen muchos temas, ideas erróneas que se le atribuyen a las mujeres, estas mismas van de generaciones en generaciones sin fundamentos científicos con consecuencias en la salud y van de la mano con la falta de comprobación, de estudios y/o investigación de los acontecimientos por parte de los especialistas que han abordado estos conocimientos y también de las madres que las han formado con respecto al tema (Botello-Hermosa & Casado-Mejía, 2015).

De igual manera, el contenido que se adquiere por parte de las madres y la respuesta con respecto a la menstruación en dirección a las hijas resulta importante centrándose en las madres, es decir, su información, su contención y acompañamiento e incluso el desconocimiento de ello, tiene efecto en el establecimiento de las mujeres en su experiencia como de las vivencias del pasado al momento de la menarca (Morales, 2016).

En particular, las madres ocupan un lugar indispensable para introducir el tema de la menstruación en las hijas, pues sus propias vivencias e ideas pueden inducir la percepción que transmiten a las mismas, lo que normalmente genera un punto de partida en las actitudes de las futuras generaciones. Esta información que reciben previamente puede ser fundamental en la creación de una perspectiva positiva o negativa de la menstruación (Coloma, 2023).

1.3. Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación

1.3.1. Concepto de creencia

Una creencia tiene que ver con todas esas cosas que las personas conocen aunque no las piensen todo el tiempo. Son esos elementos que se tienen en mente o estos supuestos saberes, y no se hace cuestionamiento de ellos, sino que simplemente se comportan tomándose en cuenta (Diez, 2017).

Asimismo las creencias conforman parte del conocimiento del ser humano, haciendo referencia a los aspectos subjetivos y poco elaborados, se fundamentan desde las experiencias y los sentimientos y no tanto de la razón, lo que las hace que el sujeto las tenga por larga duración al desarrollo de su vida (Solis, 2015).

De igual manera, las creencias presentan dos aspectos principales que son importantes de mencionar, el primero es que son expandidas y prolongadas en un grupo social en común, es decir,

del resultado de las múltiples interacciones que existen en la sociedad y aspectos culturales que conforman al mismo sujeto, y el segundo, no es necesario que sean premeditadas o conscientes ante situaciones reales o cotidianas (Guzmán-Utreras et al., 2023).

Entonces, se identifica que las creencias pueden ser claras o no claras, pues permanecen en un mismo estado, se limitan a las emociones y se elaboran episódicamente, tienen funciones que tienen que ver con el afecto y con determinadas evaluaciones hacia algo, se forman como acceso de información del entorno y en la manera en que impacta al sujeto con base en el conocimiento, estructurado, empleado y obtenido (Padilla & Garritz, 2014).

1.3.1.1. Creencias relacionadas con la menstruación

Las creencias son elementos arraigados que van de la mano de los tabúes que puede tener una cultura; con respecto a la menstruación, son esos estigmas presentes, pues es considerada un tema del que no se habla abiertamente. Esta creencia de la mujer trae consigo un mismo mal y va de la mano con un aspecto de que se mantenga oculto por lo que representa la sangre menstrual (Enricci, 2022).

En relación con la fase de la menstruación, surgen percepciones o ideas que vienen de la cultura que tienen influencia en lo que pueden sentir las mujeres, es decir, en las maneras de su comportamiento en ese periodo, considerando que los estereotipos tienen influencia en las formas y significados para hablar del tema o incluso no hablar del tema (Botello & Casado, 2017).

Los tabúes y los elementos de ocultamiento, son directamente relacionados al proceso de menstruación, pues estas creencias se han desarrollado desde tiempo atrás, es decir, en épocas donde la menstruación era temida, mal vista y se pensaba como algo desagradable, por lo que las mujeres eran consideradas brujas, que tenían habilidades y poderes para hacer cosas imposibles o

mágicas, era la creencia tan específica que se pensaba que si existía contacto físico con la mujer que estaba menstruando, te dirigía directo a la muerte (Lara-Vargas, 2022).

Los tabúes que se relacionan con el periodo menstrual, indirectamente dictaminan el lugar que tienen las mujeres en sus roles sociales. El inicio de la menstruación (menarca) en aspectos generales marca el desarrollo y el futuro de las mujeres, pero paralelamente se ha puntualizado que este proceso natural es indiscutiblemente asociado para la reproducción de los seres humanos (Rosas, 2019).

Desde los aspectos negativos con los que se percibe la menstruación, el sangrado menstrual tiene que ver con una perspectiva contaminante, relacionado también con la mortalidad por la ausencia de feto, que se relaciona directamente con los aspectos reproductivos y con los riesgos de la no continuidad de la vida (Ramírez, 2016).

El hecho de que exista una percepción negativa hacia la fase menstrual en la sociedad es un acontecimiento que ha sido entendido como algo oculto, de lo que no se habla y se tiende a disimular. Dentro del lenguaje coloquial se pueden comprender múltiples términos que conducen a hablar de eso que no se dice: “estar en los días”, “la enfermedad del mes”, “ya llegó Andrés” son frases que se utilizan para llamarle al periodo menstrual y muestran los distintos significados que se le atribuyen (Kohen & Meinardi, 2016).

Las creencias alrededor de la menstruación no se forman aleatoriamente, más bien, están influenciados por distintos aspectos, estos van desde la cultura, la sociedad, la educación o la familia y tienen un papel indispensable en la elaboración de las concepciones de la menstruación hacia las niñas cuando experimentan su menarca; al entender cómo estos elementos interaccionan puede propiciar una mirada más entendible sobre el hecho de porqué algunas personas tienen una perspectiva positiva o negativa hacia el tema (Coloma, 2023).

1.3.2. Concepto de Actitud

Se reconoce como actitud al comportamiento que va orientado al individuo con integridad y coherencia, es decir, para clasificar y dar un significado a múltiples eventos o acontecimientos que suceden en la sociedad en la que el individuo se encuentra inmerso, permitiéndole al mismo conducir su perspectiva sobre elementos que se relacionan con respecto a los estímulos presentes en el ambiente y también poder interpretarlos y dirigirlos en múltiples direcciones (Tapia, 2018).

La actitud es una reacción afectiva, ya sea positiva o negativa hacia objetos o propuestas abstractas o concretas en las cuales se podría mencionar que estas actitudes son aprendidas y tienden a permanecer sin cambios a lo largo del tiempo que están dirigidas a objetos en particular y se aborda desde tres elementos: cognitivo, afectivo y conductual (González-Rojas & Triana-Fierro, 2018).

De igual manera, las actitudes se pueden percibir como este total de emociones y sentimientos que los individuos presentan durante períodos de aprendizaje como elementos de estudio, en donde existe una predisposición evaluativa, es decir, características positivas o negativas que directamente influyen en el comportamiento ante formas de interactuar, pensar o sentir de una persona (Comas et al., 2017).

Se considera que una actitud tiene que ver con predisponerse ante cualquier acto aprendido para responder de forma constante de modo favorable (positivo) o desfavorable (negativo), ante situaciones, eventos sociales, individuos o grupos específicos de personas, es valorada como algo que se adquiere y es cambiante (Garabal-Barbeira et al., 2018).

1.3.2.1. Actitudes relacionadas con la menstruación

Las actitudes con respecto a la menstruación en su mayoría han sido adquiridas como negativas, debido al contexto, cultura y experiencias personales que una mujer vive a lo largo de su vida desde su primera menstruación por lo que indirectamente esto causa (contemplando otros factores del entorno) que se modifique la conducta reforzando creencias como que es un evento vergonzoso, molesto o incluso sucio (Urazan, 2021).

Estudios indican que tener actitudes positivas o negativas crean relaciones directas en cómo la menstruación afecta las percepciones y la gravedad de los síntomas psicológicos o de la salud mental que justamente emergen en los días en los que las mujeres se encuentran en su periodo menstrual (Öztürk & Güneri, 2021).

Las actitudes comunes hacia la fase menstrual tienen efecto en la experiencia de las mujeres, y de igual manera, se utilizan como explicación de la conducta de las mismas. En términos generales, a la sangre menstrual se le atribuyen significados, de que es algo contaminante y sucia, por lo que tiene como justificación que a las mujeres se les aparte de actividades sociales, políticas, económicas o religiosas (Botello-Hermosa & Casado-Mejia, 2015).

Asimismo, las niñas y adolescentes que se encuentran informadas con respecto a temas relacionados con la menstruación, es decir elementos asociados con el conocimiento sobre la menarca (primera menstruación), conduce a que tengan una experiencia positiva por lo tanto una mejor actitud en contraste de las que que no saben nada al respecto y que no están preparadas (Marván & Alcalá-Herrera, 2014).

1.4. Modelos teóricos aplicados al estudio de las problemáticas asociadas a la menstruación

El sustento teórico es elemental para entender y comprender los fenómenos de estudio, por lo que conocer algunos modelos teóricos son fundamentales para el desarrollo del conocimiento, proporcionan una perspectiva amplia y diferente sobre lo que se pretende investigar, por lo que el uso de los mismos representa una construcción de explicaciones fundamentadas y de distintas perspectivas, mencionar algunos modelos de manera general muestran la importancia de cómo es que se ha estudiado el presente fenómeno lo largo de la historia aportando al bienestar del individuo (Bunge, 2004).

1.4.1. Modelo Biopsicosocial

El modelo se aborda desde una perspectiva que profundiza en los múltiples elementos que tienen influencia en el proceso y en la calidad de vida de un individuo. Dichos elementos corresponden a tres tipos: aspectos biológicos, que tienen que ver con el código y carga genética; lo psicológico, que contempla la emoción, el pensamiento y la conducta; por último, lo social, que tiene que ver con el contexto, la educación, el entorno que le rodea al individuo (Marván et al., 2006).

El modelo biopsicosocial aporta a la menstruación en cuestiones de manera multidisciplinaria. Mujeres con síntomas de dolor premenstrual sugieren impulsar la autoexploración y los cuidados personales, tomar en cuenta aspectos psicológicos, emocionales y contextuales, sin olvidar la educación del personal dedicado a la salud conduce a tomar en cuenta los síntomas menstruales relacionados con los aspectos sociales de la salud-enfermedad, este modelo se centra en la interrelación del contexto social y elementos subjetivos de los significados que existen ante la experiencia de la menstruación (García-Toyosa et al., 2021).

1.4.2. Modelo de creencias de la Salud

Los elementos generales del Modelo de Creencias en Salud, contempla múltiples puntos de vista en relación con formas de vida, como lo pueden ser: una problemática de salud y las creencias asociadas a lo importante o lo grave que pudiera presentar la misma, la vulnerabilidad existente ante esa problemática, el hecho de analizar los resultados, favorables como no favorables y con base en eso la manera de actuar a favor de la preservación y la mejora de la salud y así la evitación de comportamientos de alto riesgo y también sobre todo prevenir alguna enfermedad (Martínez, 2021).

El modelo de creencias en salud basado en programas de educación en salud aporta al estudio del periodo para tratar el síndrome premenstrual, pues es un problema de salud en las mujeres en edad reproductiva. Es posible experimentar el periodo con menos problemas cuando las mujeres toman conciencia de sus síntomas y toman acción para cambiar su estilo de vida por sus síntomas menstruales. La intervención en el modelo de creencias en salud ayuda a motivar al cambio y a ver los obstáculos y beneficios percibidos sobre los síntomas premenstruales (Ayaz-Alkaya et al., 2020).

1.4.3. Teoría de autoeficacia de Bandura

La Teoría de Albert Bandura de la autoeficacia hace referencia a que los sujetos elaboran concepciones y perspectivas sobre sus habilidades, las cuales se transforman en motivadoras de sus propios objetivos, de esta manera que permitan que se tenga el control de sus habilidades y asimismo, del ambiente y contexto. De igual manera, propone que los individuos de manera interna tienen un sistema que les da la capacidad de tener el control de su comportamiento, emociones y pensamientos (Gamarra et al., 2024).

En la fase menstrual, tomando en cuenta la teoría de autoeficacia de Bandura, se conceptualiza y aporta a que las creencias de confianza en el cuidado menstrual como “autoeficacia” y se define el constructo como las creencias de una niña en sus capacidades para llevar a cabo las tareas requeridas para abordar sus necesidades menstruales. Las creencias de autoeficacia de un individuo son construidas a través del procesamiento de información obtenida de sus experiencias enactivas previas, experiencia vicaria a través de observar a otros similares a sí mismos, persuasión verbal (por ejemplo, ánimo/motivación) y su propio estado psicológico y afectivo (Hunter et al., 2022).

1.4.4. Teoría del comportamiento planificado (TCP)

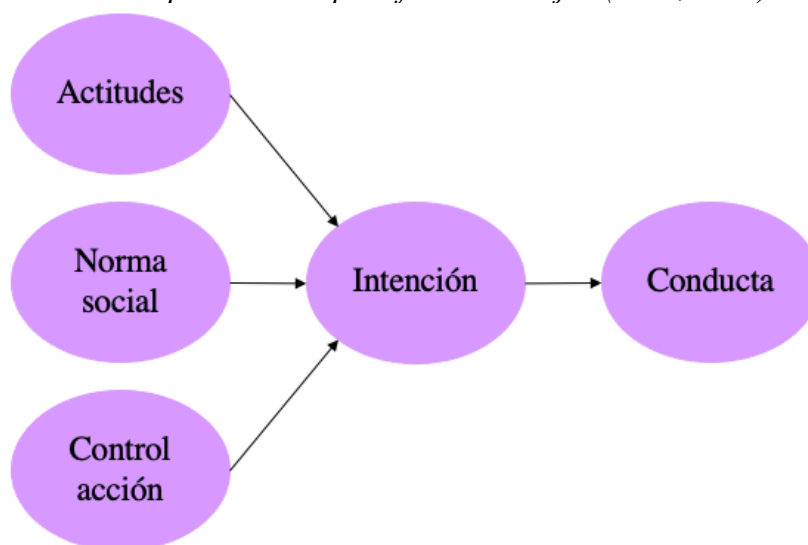
La teoría de la conducta planeada (TCP), también conocida como teoría del comportamiento planificado, fue propuesta por Ajzen en 1988, es la renovación de la teoría de acción razonada. La idea principal de la TCP (Ver Figura 1) es que los individuos, antes de ejecutar una acción, contemplan aspectos o consecuencias que esta podrá tener. Desde el estudio de este modelo, se basa en que el determinante principal de una conducta es la intencionalidad que el sujeto pretende para hacerla. Esta intención tiene como definición ser o presentar un plan para acciones con el objetivo de lograr ciertos objetivos de la conducta y se define en tres elementos principales (Amigo, 2021).

Según esta teoría, el factor principal que predice el cambio de conducta es la intención de cambiarla. O sea, la intención representa la motivación para realizar una determinada conducta. A la vez, la intención viene determinada por tres factores: las actitudes frente a la conducta, es decir, la valoración positiva o negativa que hace el individuo sobre el comportamiento, la norma social o subjetiva, que hace referencia a lo que piensan otras

personas sobre el comportamiento, es decir, a la presión social para realizar o no la conducta y el control de la acción, término sinónimo a autoeficacia, que hace alusión a la percepción de que el individuo será capaz de llevar a cabo el comportamiento (Guillamon & Hernández, 2012, p. 12).

Figura 1

Esquema de la teoría del comportamiento planificado de Azjen (1985, 1991)



Nota. Adaptación gráfica y modificación propia basada en Guillamón & Hernández (2012).

La efectividad de la teoría del comportamiento planeado (TCP) ha estado previamente enfatizada en promover conductas saludables. De acuerdo con la TCP, las normas subjetivas, el control de conducta percibida y las actitudes son las determinantes principales de la motivación, las cuales son evaluadas como la intención de realizar una tarea o conducta, como lo es aprender sobre la salud menstrual (Darabi & Yaseri, 2022).

Por último, es importante mencionar que en esta investigación la TCP es el modelo a utilizar para su estudio, pues sus hallazgos contribuyen en el panorama explicativo con respecto a los temas que se han mencionado y con el objetivo de comprender cómo desde su aporte de los

fenómenos que se pueden presentar en una sociedad contribuya al entendimiento de todo este estudio.

1.5. Estado del Arte

Las creencias colectivas relacionadas con la menstruación han sido ligadas con temas de desigualdad social y cultural entre mujeres y hombres, haciendo énfasis en el aspecto biológico de lo que representa el ciclo menstrual, ya que en esos días las mujeres están encasilladas a prohibiciones y exclusiones en la sociedad por los temas de perspectiva social y todo lo que se cree alrededor de la menstruación (Botello & Casado, 2017).

Las actitudes frente a la menstruación suelen ser negativas, por lo que esto puede producir un gran impacto en la forma de vida en la que una mujer puede experimentar sus eventos de la vida cotidiana, estas actitudes negativas puede afectar a la imagen corporal, la autoestima y el autoconcepto de las mujeres (Chavez & Ruiz, 2024).

El objetivo de esta sección en esta investigación es visualizar de manera general algunos estudios que se han hecho a lo largo de la historia y que justamente este compendio ayude y pueda utilizarse en futuras investigaciones, identificando estudios relacionados con las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación.

Se contemplan los estudios sobre las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en diferentes lugares y temporalidades. Se muestra información significativa de múltiples investigaciones, brindando una perspectiva explicativa sobre la manera en que se experimenta y se percibe la menstruación en diferentes contextos culturales, están orientados de los más actuales a los más antiguos, se presentan estudios cuantitativos y cualitativos.

A continuación en Tabla 1, se presentan estudios sobre las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, sección en la cual están mezclados ambos conceptos. En los estudios cuantitativos, el cuestionario más utilizado es el BATM (*Beliefs and Attitudes Toward Menstruation*), adaptado a distintas poblaciones. Se presentan 17 artículos, los cuales tres de ellos pertenecen a México, tres de Perú, dos de España, uno de Irán, dos de Colombia, uno de China, uno de Etiopía, uno de Nueva Guinea, tres de Estados Unidos, se utilizó la plataforma Google Académico utilizando los booleanos en español: *creencias + actitudes + menstruación + mujeres + adolescentes*.

Tabla 1*Estudios sobre las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación*

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
(Marván et al., 2024), México		Saber cómo han cambiado las experiencias relacionadas con la menarca, así como las creencias y actitudes hacia la menstruación en adolescentes mexicanas en los últimos 20 años.	Cuantitativo No experimental Transversal Descriptivo Comparativo	Estudio 1, 572 participantes de edades entre 12 y 16 años. Estudio 2, compuesto por 303 participantes de 16 a 18 años	Estudio 1: Cuestionario acerca de la experiencia de la menarca (Marván et al., 2006). Estudio 2: El Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación (BATM), (Marván et al., 2006).	La secreción alrededor de la menstruación ha disminuido. La creencia de que la menstruación es incapacitante e impide que hagan sus actividades cotidianas, ha incrementado. Es importante que las adolescentes reciban la preparación adecuada con los aspectos psicosociales y físicos con respecto al ciclo menstrual.
(Botello-Hermosa, 2024 et al.), España	dismenorrea, conocimiento sobre salud, actitudes, prácticas de higiene menstrual, menstruación, investigación cualitativa, tabú, mujeres.	Explorar las percepciones, creencias y conocimiento en mujeres españolas acerca del ciclo menstrual y la menstruación y el impacto en sus vidas.	Estudio cualitativo Fenomenológico Hermenéutico.	45 mujeres jóvenes españolas, de entre 18 y 23 años, provenientes de áreas rurales y urbanas.	Grupos de discusión. Guión ad hoc con preguntas organizadas por categorías de análisis (dolor menstrual, productos menstruales, manejo menstrual y conocimiento percibido sobre la menstruación).	Analizando las percepciones de jóvenes mujeres españolas en relación con aspectos como el dolor menstrual, el uso de los productos menstruales y pobreza menstrual, el estudio promueve crucialmente la práctica para seguir avanzando en este tema. Tomando en cuenta el dolor menstrual (dismenorrea) se notó una alta prevalencia y normalización en la mayoría de las participantes a pesar de las ocasiones de sus posibles efectos debilitantes.
(Mirghafourv and et al., 2024), Irán	menstruación, adolescente, mujer, prácticas	Explorar las prácticas y creencias relacionadas con la menstruación entre	Cualitativo Análisis de contenido convencional.	18 adolescentes iraníes (12 a 17 años) de seis escuelas secundarias y	Entrevistas individuales, en profundidad y semiestructuradas realizadas en	Conceptos equivocados y conductas erróneas durante la menstruación indican que la falta de conocimiento y factores

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
		adolescentes iraníes.		preparatorias en Neyshabur, con representación socioeconómica variada.	idioma persa, grabadas en audio y transcritas textualmente.	tradicionales influyen en la salud de mujeres adolescentes. El estudio proporciona las bases para la planeación de las bases en diferentes niveles (individual, intrapersonal, sistemas de salud y comunidad).
(Reyes, 2022), Perú	creencias, actitudes, menstruación, salud sexual y reproductiva	Comparar las creencias y actitudes hacia la menstruación entre hombres y mujeres estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Nuevo Chimbote, 2022.	Cuantitativo No experimental Descriptivo Comparativo Transeccional	99 estudiantes de secundaria (46 hombres y 53 mujeres) de una institución educativa privada de Nuevo Chimbote, con edades entre 12 y 14 años.	Escala de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación, (Ramírez, 2003). Adaptada por Amat & Torres (2019).	No se encontraron diferencias estadísticas significativas en las actitudes y creencias hacia la menstruación entre hombres y mujeres ($p = .423$). Sí hay diferencias en las dimensiones percepción de la menstruación como evento secreto ($p = .004$) y la menstruación como evento positivo ($p = .006$). No se halló diferencias estadísticas significativas en las dimensiones percepción de la menstruación como evento molesto ($p = .766$), prohibiciones y obligaciones de la menstruación ($p = .989$) y la menstruación como evento debilitante ($p = .249$).
(Chavez & Ramos, 2022), Perú	creencias, actitudes, autoestima, menstruación, adolescentes.	Describir y determinar cuál es la relación entre creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco, 2022.	Cuantitativo No experimental Descriptivo Correlacional Transeccional	140 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública en Barranco, con edades entre 14 y 19 años.	Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (Ramírez, 2003). Inventario de Autoestima de Coopersmith - Forma Escolar.	Los resultados evidenciaron que existe relación significativa de las creencias- actitudes de la menstruación y la autoestima. Asimismo, se observa que su coeficiente de correlación es -0.242, del cual se concluye que tiene una correlación negativa débil, en donde a mayor actitudes y creencias frente a la menstruación, menor será su autoestima.

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
(Amat & Torres, 2019), Perú	menstruación, creencias, actitudes, adolescentes, ciclo menstrual	Determinar las creencias y actitudes en relación con la menstruación que tienen los adolescentes pertenecientes a instituciones educativas privadas y públicas, de tipo diferenciado y mixto en la ciudad de Arequipa.	Cuantitativo No experimental Descriptivo Comparativo Transversal,	894 estudiantes (52% hombres y 48% mujeres) de cuarto y quinto de secundaria de seis instituciones educativas en Arequipa.	Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la Menstruación (Ramírez, 2003). Ficha sociodemográfica.	Los resultados indican que tanto hombres como mujeres consideran a la menstruación como un evento molesto. Así mismo se encontró que las instituciones educativas públicas y una institución privada masculina, muestran una visión más estereotipada de la menstruación, en comparación a las otras instituciones educativas.
(Mohamed et al., 2018) Nueva Guinea	menstruación, prácticas restrictivas, higiene menstrual, normas socioculturales, género e igualdad.	Explorar las actitudes y creencias relacionadas con la menstruación que contribuyen a prácticas restrictivas en mujeres y niñas en Fiji, Islas Salomón y Papúa Nueva Guinea, e identificar el impacto de estas restricciones en su vida diaria, incluyendo educación, trabajo y participación comunitaria.	No experimental Cualitativo Exploratorio	307 personas (246 mujeres y 61 hombres). Grupos: Adolescentes en y fuera de la escuela. Mujeres en empleo formal e informal. Hombres. Mujeres vulnerables / marginadas. Vendedores, empleadores, maestros, trabajadores de salud, líderes comunitarios / religiosos.	Guías de preguntas: Basadas en el Marco Ecológico para la Gestión de Higiene Menstrual (MHM). Actividades participativas: Mapeo corporal, mapeo comunitario, Técnica de las Diez Semillas, dibujo de letrinas ideales.	El estudio concluyó que las actitudes y creencias subyacentes en torno a la menstruación contribuyen a las restricciones conductuales entre las mujeres y las niñas de Papúa Nueva Guinea y la Isla de Sichuan, y en menor medida en Fiji. Es posible que las mujeres y las niñas de Fiji hayan tenido menos probabilidades de experimentar y comunicar restricciones conductuales relacionadas con la menstruación debido a los cambios sociales y culturales y al alejamiento de los estilos de vida tradicionales o simplemente a las diferencias culturales en la forma en que se percibe la menstruación entre países.
(Wall et al., 2016), Etiopía	Etiopía, menarquia, etnografía	Investigar conocimientos y creencias sobre la	Cualitativo Observacional descriptivo.	428 personas (349 mujeres y 79 hombres) de 10	Encuestas semiestructuradas aplicadas por	El manejo satisfactorio de la higiene menstrual fue considerado como un problema y

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
	menstrual, higiene menstrual, menstruación.	menstruación en la región de Tigray, Etiopía.	transversal.	subdistritos de Tigray, incluyendo áreas urbanas y rurales.	recolectores de datos entrenados y hablantes nativos de los idiomas locales. Entrevistas registradas y notas de campo manuscritas.	muchas respuestas contemplaron el alto costo de las toallas menstruales desechables comercialmente producidas. Promover la educación hacia la menstruación y tener mejor acceso al bajo costo de los suministros de higiene menstrual reutilizables serían valiosos en la región de Tigray, Etiopía
(Morales & Correal, 2016), Colombia	menstruación y etnología, menstruación, conocimientos, actitudes y prácticas en salud, salud y cultura, creencias, salud de la mujer.	Conocer y documentar las connotaciones culturales, las prácticas de cuidado y los estilos de vida en torno a la menstruación, en mujeres adultas del municipio de Cota.	Cualitativo Enfoque teórico etnográfico Fenomenológico	28 mujeres voluntarias, de entre 48 y 97 años, residentes en Cota, seleccionadas por muestreo de tipo "bola de nieve".	Entrevistas semiestructuradas validadas por un consenso de expertos y diseñadas en relación con el contexto sociocultural y marco teórico del estudio.	Existe un cuerpo de conocimientos que cimienta el saber de la medicina tradicional en el municipio de Cota, los cuales incluyen prácticas que han prevalecido a lo largo de los años y que hacen énfasis en cuatro áreas: la dieta, el cuidado del cuerpo con el equilibrio frío-calor, el uso de plantas medicinales y las restricciones sociales. Para ofrecer un cuidado culturalmente congruente, se deben conocer las creencias y prácticas relacionadas con la menstruación, lo cual facilita la interacción en el cuidado y la intervención en la atención de los servicios de salud, con base en sus propias creencias y valores.
(Chrisler et al., 2015), Estados Unidos y México	apreciación corporal, imagen corporal positiva, actitudes hacia la menstruación,	Examinar si las mujeres con una imagen corporal positiva tienen más actitudes positivas hacia la	Cuantitativo No experimental Descriptivo Correlacional	72 mujeres estadounidenses de 18 a 45 años	Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (BATM, <i>Beliefs</i>	Las mujeres con mayor apreciación corporal tienen actitudes más positivas hacia la menstruación y consideran menos molesta la menstruación.

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
	supresión menstrual.	menstruación y menor interés en la supresión menstrual			<i>About and Attitudes Towards Menstruation, 2006)</i>	No se observó relación entre la apreciación corporal y el interés por la supresión menstrual. Estos hallazgos pueden guiar intervenciones que promuevan la comodidad de las mujeres con sus cuerpos y funciones corporales.
(Marván et al., 2014), México y Estados Unidos	sexismo ambivalente, creencias sobre la menstruación, actitudes hacia la menstruación, síntomas relacionados con el ciclo menstrual, síndrome premenstrual.	Investigar la relación entre el sexismo ambivalente y las creencias y actitudes hacia la menstruación, y analizar cómo estas variables influyen en los síntomas relacionados con el ciclo menstrual en mujeres mexicanas.	Cuantitativo No experimental Correlacional	Muestra: 106 mujeres mexicanas de nivel socioeconómico medio-alto. Edad: Entre 19 y 46 años (M = 29.08 años). Características: Ciclos menstruales regulares, no uso de anticonceptivos orales, residentes de Puebla, México.	Inventario de Sexismo Ambivalente (ASI). Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la Menstruación (BATM). Cuestionario de Malestar Menstrual (MDQ).	Las creencias y actitudes hacia la menstruación predijeron síntomas relacionados con el estado de ánimo, como afecto negativo y cambios conductuales, pero no los síntomas somáticos. Estos hallazgos podrían ayudar a los profesionales de salud a reducir estereotipos negativos y promover una visión más positiva de la menstruación.
(Wong et al., 2013), China	actitudes, creencias, cultura china, menstruación, estudiantes de enfermería, educación en salud reproductiva, educación sexual, salud sexual	Explorar las creencias y actitudes hacia la menstruación entre estudiantes universitarios chinos (hombres y mujeres) en Hong Kong. Comparar estas actitudes entre estudiantes de programas relacionados con la salud y aquellos de programas no	Cuantitativo No experimental Descriptivo Transversal	416 estudiantes universitarios chinos (212 mujeres y 204 hombres), con edades entre 18 y 27 años.	Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (<i>BATM, Beliefs About and Attitudes Towards Menstruation, 2006)</i>	Estudiantes chinos coincidieron en que la menstruación es molesta, causa discapacidad, implica prescripción y prohibición y no es agradable. Al comparar las creencias y actitudes hacia la menstruación de los estudiantes chinos de sexo masculino con las de las estudiantes femeninas, las mujeres tendían a estar en desacuerdo con que la menstruación se mantuviera en secreto, pero tendían a estar de acuerdo en que era molesta.

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
(Botello Hermosa et al., 2010) España	- creencias populares, mujeres, menstruación, perspectiva de género, salud, desigualdades, ciclos vitales, medio rural, trabajo	relacionados con la salud. Identificar y analizar las creencias populares relacionadas con la menstruación y su influencia en el trabajo desde el punto de vista de las mujeres, utilizando un enfoque subjetivista para comprender sus prácticas, recursos y estrategias.	Cualitativo Subjetivista basada en el análisis de historias de vida y entrevistas semiestructuradas	Cinco mujeres de áreas rurales en la provincia de Sevilla, España. Rango de edad: 30 a 85 años. Profesiones: Ama de casa, agricultora, trabajadora de limpieza, profesora.	Historias de vida. Entrevistas en profundidad. Guiones temáticos.	Muchas mujeres jóvenes de hoy en día se cuestionan estas creencias populares, las ponen en duda, pero no tienen la certeza de que son erróneas porque las han escuchado desde niñas en sus casas, en los comentarios de sus madres y de otras mujeres, al igual que sucedió cuando sus madres eran jóvenes.
(Marván & Trujillo 2010), México		Comparar la socialización menstrual entre mujeres mexicanas que viven en áreas urbanas y rurales y analizar cómo la socialización menstrual influye en las creencias y actitudes hacia la menstruación sostenidas en estas mujeres ya como adultas.	Cuantitativo No experimental, descriptivo y comparativo Correlacional.	157 mujeres urbanas y 141 mujeres rurales, todas residentes en el estado de Puebla, México, con edades entre 19 y 25 años.	Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (Marván et al., 2003). Cuestionario de socialización menstrual (desarrollado por los investigadores).	El 92% de mujeres que viven en la ciudad, reconocieron haber conversado sobre la menstruación, con su mamá o alguna otra mujer que anteriormente ya habían tenido conocimiento sobre su primer periodo. Este porcentaje contrasta con las mujeres que viven en zonas rurales, solo el 66% de ellas reportaron haber hablado de esta experiencia antes de su menarca ($\chi^2 (1, N = 238) = 6.48, p < .011$).
(Alarcón-Nivia et al., 2006), Colombia	menstruación, síndrome pre-menstrual, creencias tradicionales, Colombia	Indagar a profundidad sobre los cambios en las actitudes y en las vivencias mágicas alrededor de la	Cuantitativo No experimental Descriptivo Transversal	1,207 mujeres de Bucaramanga, Colombia, entre 15 y 49 años, de diferentes estratos	<i>Menstrual Symptom Questionnaire MSQ</i> , 3 (Margarette Chesney &	El resultado de la encuesta a mujeres sobre su percepción de los malestares más frecuentes asociados a la menstruación, las prohibiciones relacionadas con este fenómeno fisiológico, y

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
		menstruación entre las mujeres de todos los estratos económicos y niveles de instrucción de esta ciudad.		sociales y niveles educativos.	Donald Tasto, 1975). <i>Menstrual Attitude Questionnaire</i> , MAQ (Jeanne Brooks et al., 1980). <i>Menstrual Distress Questionnaire</i> , MDQ-9 (Moos, 1968).	exponemos la vigencia de las creencias mágicas positivas (poderes curativos) y negativas (efectos nocivos) en cada persona que recibe sangre menstrual untada o tomada
(Marván et al., 2006) México y Estados Unidos	Menstruación, creencias, actitudes. Escala BATM (Beliefs about and Attitudes Toward Menstruation). México y Estados Unidos	Desarrollar una nueva escala para medir creencias y actitudes hacia la menstruación (BATM). Comparar los resultados entre estudiantes universitarios de México y Estados Unidos.	Cuantitativo No experimental Comparativo, y psicométrico y descriptivo.	Estudio 1: 1,090 personas mexicanas (537 hombres y 553 mujeres) entre 18 y 60 años, con diferentes niveles educativos. Estudio 2: 274 estudiantes universitarios (137 de México y 137 de Estados Unidos), hombres y mujeres, con edades entre 18 y 24 años.	Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (<i>BATM, (Beliefs About and Attitudes Towards Menstruation, 2006).</i>	En ambas muestras se detectaron cuatro factores, menstruación como: evento secreto, molesto, proscripciones y prescripciones, y agrado. Los estudiantes mexicanos obtuvieron puntuaciones significativamente más altas que los estudiantes estadounidenses en la subescala Proscripciones y Prescripciones. Los hombres obtuvieron puntuaciones significativamente más altas en esta subescala que las mujeres. Se discuten las implicaciones de estos hallazgos, así como la posible utilidad del cuestionario para futuras investigaciones.
(Sánchez, 2003), México	creencias, actitudes, menstruación, escolaridad	Explorar y comparar las creencias y actitudes acerca de la menstruación de mujeres	Cuantitativo No experimental Transeccional Comparativo	50 mujeres de escolaridad máxima primaria y 50 mujeres universitarias, de 20 a 30 años. La aplicación fue	Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (<i>BATM, (Beliefs About and</i>	Las mujeres no universitarias percibieron a la menstruación: es un evento molesto, evento con prohibiciones y obligaciones, evento secreto, probable evento positivo y por último como un evento debilitante. Las mujeres

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
		universitarias y no universitarias		verbal en el caso de las mujeres no universitarias, en un mercado de Puebla, uno de Cholula y la Escuela de Capacitación para adultos de la UPAEP.	<i>Attitudes Towards Menstruation, 2006)</i>	universitarias, percibieron a la menstruación como un evento molesto, como un probable evento positivo, con prohibiciones y obligaciones, como evento debilitante y por último como un evento positivo.

Se puede identificar que las múltiples investigaciones presentadas en la tabla anterior, en mayor parte, tienen resultados que van asociados a visualizar a la menstruación como un evento de mayor apertura y menor secrecía, en contraste y en comparación de estudios de décadas pasadas.

Aunque se note que hay menor secrecía, siguen existiendo creencias erróneas y comportamientos que están influenciados por la cultura tradicional que tienen efecto en el bienestar y la salud de mujeres niñas, adolescentes y adultas.

Aunado a ello, la menstruación en la mayoría de los resultados es entendida y vivida como un acontecimiento molesto en contraste de algunas mujeres universitarias (situación particular) y con mayor conocimiento de su cuerpo comienzan a visualizarla como una vivencia positiva.

Con respecto a las actitudes negativas relacionadas con la menstruación, están asociadas con una baja autoestima y con aspectos del síntoma emocional asociado a lo negativo. Resaltan pocas similitudes con respecto al contexto social y lugar geográfico.

Por otra parte, en la Tabla 2 se encuentran estudios relacionados con las actitudes hacia la menstruación, el cuestionario más utilizado en los estudios cuantitativos es el *Menstrual Attitudes Questionnaire* (MAQ). Se presentan 13 artículos, uno de Canadá, uno de Estados Unidos, tres de México, dos de Turquía, uno de Suecia, uno de Jordania, uno de Malasia, uno de Reino Unido, uno de Taiwán, uno de Irán y de igual manera, se utilizó la plataforma Google Académico utilizando los booleanos en español: *actitudes + menstruación + mujeres + adolescentes*.

Tabla 2
Estudios sobre actitudes relacionadas con la menstruación

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
(Öztürk & Güneri, 2020), Turquía.	síntomas menstruales, actitudes menstruales, estudiantes de enfermería	Analizar los factores que afectan los síntomas menstruales y las actitudes hacia la menstruación entre adolescentes y explorar la relación entre ambos.	Cuantitativo No experimental Descriptivo Transversal	604 adolescentes de sexo femenino que estudian en una universidad	La versión turca del (MAQ), Cuestionario de actitud menstrual (Kulakac et al., (2008).	Las estudiantes tienen diversas quejas menstruales, pero sus actitudes hacia la menstruación son positivas. La falta de una relación significativa entre los síntomas menstruales y las actitudes probablemente se explica por el hecho de que las niñas perciben la menstruación como un fenómeno natural.
(Ghiasi et al., 2018), Irán	menstruación, actitudes menstruales, síntomas perimenstruales, estudiantes universitarias.	Determinar la relación entre las actitudes hacia la menstruación y los síntomas perimenstruales entre estudiantes universitarias de Shahroud University of Medical Sciences, Irán.	Cuantitativo No experimental Descriptivo	300 estudiantes universitarias seleccionadas mediante un muestreo aleatorio estratificado.	<p data-bbox="1310 670 1514 881"><i>Individual Characteristics Form (ICF)</i>: Cuestionario para registrar características personales.</p> <p data-bbox="1310 914 1514 1157"><i>Menstrual Attitude Questionnaire (MAQ)</i>: Para evaluar actitudes hacia la menstruación (Brooks-Gunn & Ruble, 1980).</p> <p data-bbox="1310 1190 1514 1396"><i>Menstrual Distress Questionnaire (MDQ)</i>: Para medir síntomas menstruales (Moos, 1968).</p>	El 76,6% de las estudiantes estuvo de acuerdo en que la menstruación es un evento debilitante, el 49,6% estuvo de acuerdo en que la menstruación es un evento molesto y el 92% de las participantes percibió la menstruación como un evento natural. El 89,7% de ellas estuvo de acuerdo en que se podía predecir el inicio de la menstruación y solo el 35,3% de ellas creyó que la menstruación no tiene un efecto negativo en el desempeño de la mujer. Los cambios de humor, los calambres y la sensación de tristeza o melancolía fueron los tres síntomas más comunes durante la fase premenstrual. Hubo correlaciones positivas entre los síntomas perimenstruales y todas las subescalas del MAQ

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
(Marván & Alcalá, 2014), México	menarca, menarca temprana, actitudes hacia la menstruación, pubertad	Investigar las relaciones entre el tiempo de la menarquia y la experiencia de la menarquia y las actitudes hacia la menstruación en niñas mexicanas.	Cuantitativo No experimental Transeccional Correlacional	Adolescentes posmenarcas Mexicanas de entre 11 y 16 años.	Actitudes hacia la menstruación medidas con la versión mexicana del Adolescent Menstrual Attitude Questionnaire (AMAQ, 2002). Cuestionario sobre experiencia de la menarca	Las mujeres que maduraron de manera temprana (menarquia antes de los 11 años) tenían más probabilidades que la media (menarquia a los 11 o 12 años) o que las mujeres que maduraron de manera tardía (menarquia a los 13 o más años) de manifestar que no sabían qué debían hacer en el momento en que les vino la primera menstruación, que no se sentían preparadas para empezar a menstruar y que pensaban que debían mantener en secreto el hecho de que ya habían tenido la primera menstruación.
(Newton & Hoggart, 2015), Reino Unido	anticoncepción hormonal, menstruación, sangrado irregular, percepción del cuerpo, mujeres jóvenes.	Documentar e investigar las actitudes y experiencias de mujeres jóvenes hacia la menstruación y la anticoncepción, explorando preferencias relacionadas con patrones de sangrado y su relación con factores culturales y sociales.	Cualitativo Fenomenológico	35 mujeres jóvenes de 16 a 21 años reclutadas en un centro de salud sexual y de anticoncepción (CASH) en Londres, y en colegios y servicios juveniles donde el centro realiza actividades de extensión.	Entrevistas semi-estructuradas y guías de discusión temáticas diseñadas por las autoras para explorar actitudes hacia la menstruación y la anticoncepción.	Aunque la menstruación se percibe como inconveniente, las mujeres jóvenes reconocen su valor simbólico como señal de no embarazo y parte natural de la feminidad. La preferencia por un cuerpo "natural" es un tema central, mostrando reticencia hacia métodos hormonales que alteran los patrones de sangrado, excepto en casos de menstruaciones dolorosas
(Marván & Molina, 2012), México	menarquia, menstruación, comunicación madre – hija, adolescentes	Explorar el tipo de información que las madres mexicanas proporcionan a sus hijas sobre la	Cuantitativo No experimental Transversal	405 adolescentes mexicanas posmenárquicas (de 12 a 15 años) que asisten a tres	Experiencia menárquica (preguntas sobre conocimiento y	En actitudes menstruales, las adolescentes obtuvieron la puntuación más alta en Sentimientos Negativos y Secreto

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
		menstruación antes de la menarquia y estudiar el impacto de esta comunicación en cómo se sintieron preparadas las hijas al experimentar su menarquia.		escuelas públicas en la Ciudad de México.	preparación antes de la menarquia). Actitudes hacia la menstruación medidas con la versión mexicana del Adolescent Menstrual Attitude Questionnaire (AMMQ, 2002).	en lugar de Sentimientos Positivos. Las participantes que habían hablado previamente con sus madres sobre los aspectos emocionales de la menstruación tenían más probabilidades de afirmar que se habían sentido preparadas para comenzar a menstruar cuando tuvieron su primer período hacia la menstruación.
(Jarrah & Kamel, 2012), Jordania	actitudes, Jordania, menstruación, niñas en edad escolar.	Investigar las actitudes y prácticas relacionadas con la menstruación entre niñas jordanas en edad escolar. Identificar la influencia de la preparación premenstrual en las actitudes y prácticas relacionadas con la menstruación.	Cuantitativo No experimental Transversal Descriptivo	490 niñas de 12 a 18 años de escuelas gubernamentales en Jordania.	Se utilizó el Cuestionario de actitudes frente a la menstruación (MAQ), que se tradujo y validó en contexto jordano. La versión árabe del Cuestionario de prácticas de menstruación (MPQ) para evaluar las prácticas de la menstruación de las niñas.	Se encontró que la actitud y las prácticas menstruales estaban correlacionadas positivamente. La mala actitud hacia la menstruación y las escasas prácticas menstruales se asociaron significativamente con una preparación premenstrual inadecuada. Es necesario preparar a las niñas para la menstruación antes de la menarquia. El papel de las escuelas y los maestros debe reforzarse a través de educadores de salud reproductiva formales y bien planificados para las niñas y sus madres.
(Liang et al., 2013), Taiwán	actitudes hacia la menstruación, experiencia menstrual, trastorno esquizoafectivo,	Examinar las actitudes hacia la menstruación en mujeres con esquizofrenia o trastorno	Cuantitativo No experimental Transversal	120 mujeres de 18 a 45 años: 58 pacientes con esquizofrenia o trastorno esquizoafectivo (31	<i>Positive and Negative Syndrome Scale (PANSS)</i> : Versión en chino (Cheng et al., 1996) para	Las pacientes con esquizofrenia o trastorno esquizoafectivo tenían actitudes más negativas hacia la menstruación en comparación con las mujeres sanas.

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
	esquizofrenia, medicamentos antipsicóticos, trastorno menstrual	esquizoafectivo y un grupo control. Explorar la relación entre las actitudes hacia la menstruación, los síntomas psicóticos, la regularidad menstrual durante el tratamiento antipsicótico y los síntomas de malestar menstrual		con ciclos menstruales irregulares y 27 con ciclos regulares). 62 mujeres sanas como grupo control.	medir síntomas psicóticos. <i>Menstrual Attitude Questionnaire (MAQ)</i> : Versión en chino basada en el MAQ de Brooks-Gunn & Ruble (1980). <i>Menstrual Distress Questionnaire (MMDQ)</i> Versión modificada (Moos, 1991) para evaluar síntomas somáticos relacionados con el ciclo menstrual.	No hubo relación significativa entre la gravedad de los síntomas psicóticos y las actitudes hacia la menstruación. Los ciclos menstruales regulares durante el tratamiento antipsicótico y un menor número de síntomas de malestar menstrual fueron predictores significativos de actitudes más positivas hacia la menstruación. Las pacientes percibieron la menstruación como un evento natural y símbolo de feminidad, pero aquellas con ciclos irregulares lo consideraron menos predecible y más molesto.
(Wong, 2011), Malasia	menstruación, síntomas menstruales, síndrome premenstrual (PMS), adolescentes rurales.	Investigar las actitudes hacia la menstruación, los síntomas menstruales y el síndrome premenstrual (PMS) entre adolescentes en áreas rurales de Malasia, y analizar sus comportamientos de búsqueda de tratamiento.	Cuantitativo No experimental Transversal	1295 adolescentes rurales de 13 a 19 años de escuelas en dos distritos rurales de Malasia (Pasir Mas y Rantau Panjang, estado de Kelantan).	Cuestionario semiestructurado desarrollado y validado por el autor, basado en investigaciones previas (Wong & Khoo, 2010a, 2010b). Incluyó preguntas sobre actitudes hacia la menstruación, síntomas premenstruales y menstruales y comportamientos	Las adolescentes en áreas rurales reportaron una actitud moderada hacia la menstruación, con una media de 3.84 (máximo de 6), destacando aspectos positivos como su simbolismo de feminidad, pero también sensaciones negativas como incomodidad y percepción de suciedad. Se recomienda incluir programas educativos sobre menstruación en las escuelas y fomentar la participación de los padres para mejorar las actitudes y prácticas relacionadas con la salud menstrual.

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
(Kulakac et al., 2008), Turquía	validez, fiabilidad, menstruación, actitud.	Evaluar la validez y fiabilidad de la versión turca del Menstrual Attitude Questionnaire (MAQ) desarrollado por Brooks-Gunn y Ruble (1980).	Cuantitativo Validación de una escala	534 estudiantes universitarias de la Universidad Akdeniz, Turquía	de búsqueda de tratamiento. "Cuestionario de actitud menstrual", MAQ (Kulakac et al., 2008).	La escala fue traducida al idioma turco y traducida de nuevo a inglés, por especialistas, en este estudio, el MAQ fue una herramienta de medición válida en estudiantes universitarios Turcos sobre la medición con respecto a las actitudes hacia la menstruación.
(Rembeck et al., 2006), Suecia	adolescencia, actitudes, emociones, menarquia, menstruación, pubertad	Elucidar las actitudes, pensamientos y sentimientos de las adolescentes hacia la menstruación y sus cuerpos. Además, explorar las diferencias entre niñas premenárgicas y posmenárgicas en estas actitudes.	Cuantitativo No experimental Transversal	309 niñas suecas de 12 años provenientes de ocho escuelas de tres municipios en el suroeste de Suecia.	Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes (AMAQ) traducido al idioma sueco por Lönnroth.	El deseo de ser adulta y la aceptación del desarrollo corporal parecen estar asociados a una actitud más positiva hacia la menstruación. Además, la oportunidad y la capacidad de las madres para comunicar sus actitudes hacia la menstruación y el cuerpo son tan importantes como las del entorno inmediato de la niña.
(Marván & Molina 2002), México	menstruación, actitudes hacia la menstruación, adolescentes posmenarcas, cuestionario de actitudes	Validar un cuestionario que mide actitudes hacia la menstruación dirigido a jóvenes posmenarcas Mexicanas.	Cuantitativo No experimental Transversal Validación de escala	1033 jóvenes premenarcas de entre 11 y 13 años.	Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas (2002)	Los resultados presentados muestran un cuestionario que mide las actitudes hacia la menstruación que tienen las jóvenes posmenarcas, válido y confiable para población mexicana.
(Morse et al., 1993), Canadá	menstruación adolescente, cuestionario de actitudes menstruales, menarquia,	Desarrollar un instrumento válido, confiable y apropiado para medir las actitudes de las adolescentes	Cuantitativo No experimental Transversal Validación de escala	860 niñas premenarcas (edad promedio: 11.8 años). 1,013 niñas posmenarcas (edad	Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes (AMAQ ³ , <i>Adolescent</i>	Las actitudes de las niñas premenárgicas eran cualitativamente diferentes de las de las niñas posmenárgicas. Por lo tanto, las versiones finales del Cuestionario de actitudes

Autor/país	Palabras clave	Objetivo	Tipo de estudio /Diseño / Enfoque	Participantes	Instrumentos	Resultados / Conclusiones
	construcción de escalas, actitudes premenárgicas y postmenárgicas	hacia la menarquia antes y después de experimentarla.		promedio: 13.5 años). Todas ellas estudiantes de grados 6 a 9 en escuelas públicas y parroquiales en Canadá.	<i>Menstrual Attitude Questionnaire</i> , 1993)	menstruales en adolescentes constan de 58 ítems cada una, con 43 ítems comunes, 4 ítems comunes que se cargan en diferentes subescalas y 11 ítems únicos. Las confiabilidades (r) son .91 y .90 para las versiones pre y posmenárgica, respectivamente
(Brooks-Gunn & Ruble 1980), Estados Unidos	Menstruación, cuestionario de Actitudes Menstruales (MAQ), síntomas relacionados con la menstruación, dimensiones actitudinales, adolescencia y género	Desarrollar y validar el Cuestionario de Actitudes menstruales (<i>Menstrual Attitude Questionnaire</i> , MAQ), un instrumento para medir las actitudes hacia la menstruación y explorar su relación con los síntomas reportados, expectativas y experiencias menstruales.	Cuantitativo No experimental Transversal Cuantitativo Validación de escala	191 estudiantes universitarias (edad media: 19 años). Segunda muestra: 154 estudiantes universitarias de universidades estatales. 82 estudiantes universitarios varones. Adolescentes: 72 niñas de sexto y séptimo grado, divididas equitativamente entre premenarcas y posmenarcas.	Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes (<i>MAQ, Adolescent Menstrual Attitude Questionnaire</i> , 1980)	Estas dimensiones de actitud se relacionan con los cambios de ciclo esperados de manera algo diferente: las actitudes sobre el debilitamiento y la predicción se relacionan con los síntomas premenstruales y menstruales, y las actitudes sobre la naturalidad y la molestia no se relacionan con estos síntomas.

Los estudios de esta segunda tabla, muestran que, aunque muchas adolescentes y mujeres jóvenes experimentan síntomas físicos y emocionales durante el ciclo menstrual, la mayoría percibe la menstruación como un fenómeno natural y símbolo de feminidad. Sin embargo, persisten sentimientos negativos y actitudes ambivalentes, particularmente en relación con el dolor, la incomodidad, el secreto y esta parte de sentirse débiles.

La experiencia de la menstruación, con respecto a las actitudes se asocian con elementos como la edad de la menarca, la comunicación que existe con madre, el conocimiento previo, el contexto al que se pertenezca, ya sea rural o urbano y los aspectos mentales. Las adolescencias, con información actualizada y adecuada presentan actitudes más positivas que propiamente las que no reciben educación con respecto al tema, y muestran actitudes negativas como rechazo. Asimismo, se destaca lo importante que pueden llegar a ser las intervenciones psicoeducativas en aspectos educativos como también en el ambiente familiar para promover actitudes y prácticas de manera positiva y que induzcan a una mejora en su calidad de vida.

Se han desarrollado y validado instrumentos confiables, como versiones del MAQ, que permiten evaluar estas actitudes de manera diferenciada entre niñas premenárquicas y posmenárquicas.

2. Planteamiento del problema

En la actualidad, según el portal de Organización de las Naciones Unidas Mujeres (ONU Mujeres, 2024), en algunos lugares del mundo, mujeres y niñas que menstrúan son miradas como personas impuras o intocables, por ende las creencias que son negativas con respecto a la menstruación como el estigma y la discriminación se presentan en espacios donde existen normas sociales y culturales nocivas en torno al tema, lo que limita su libertad de movimiento y el acceso a múltiples espacios como son lugares de culto lo que deriva en que permanezcan aisladas.

De igual manera, con respecto al contexto, la cultura tiene tabúes y estigmas que van asociadas con las creencias hacia la menstruación y tienen efectos negativos en las vivencias del desarrollo de la vida de las personas que experimentan la menstruación, sobre todo por falta de información y de abordaje sobre el tema y la complejidad presente de tener acceso a información de la misma (Oliveira et al., 2023).

A lo largo de los años, las actitudes y vivencias hacia la menstruación se han percibido o experimentado como negativas, la información que reciben niñas y adolescentes no es suficiente, pues investigaciones evidencian que la educación se centra en un enfoque exclusivamente biológico. Asimismo, en la actualidad, existe un aumento en la creencia en que la menstruación es un evento donde las mujeres dejan de hacer sus actividades cotidianas, es decir mirado como un acontecimiento incapacitante (Marván et al., 2024).

Aunado a ello, investigaciones hechas por el portal de Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020), afirman que:

El 43% de niñas y adolescentes en México prefieren quedarse en casa que ir a la escuela durante su periodo menstrual, por lo que muchas de ellas es posible que dejen de asistir a

clases e interrumpen su aprendizaje, lo que hará que disminuya su participación activa en la sociedad (párr. 2).

Dado lo que se acaba de mencionar, es necesario hacer más investigaciones que sirvan como base de intervenciones basadas en evidencia que mejoren la problemática o que pueda vislumbrar nuevas líneas de investigación que profundicen en los mitos, tabúes, creencias erróneas con respecto a la menstruación.

2.1. Justificación

Mediante una metodología mixta se pretende profundizar en las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en las díadas madre-hija de la región de Pachuca Hidalgo, dado que existe investigación limitada al respecto, y así a nivel teórico, producir datos más ricos y variados, permitiendo comprender el fenómeno a estudiar, contemplando el contexto actual y su experiencia de vida.

Este estudio busca enriquecer y aportar información científica sobre el tema, describir cómo lo viven y/o transitan las mujeres adolescentes y adultas, identificar las creencias y actitudes hacia la menstruación, y así contribuir al bienestar psicosociocultural, así como a la prevención y promoción de la salud de las personas menstruantes.

A nivel social permitirá brindar información para que a partir de la misma sea de utilidad para futuras intervenciones que promuevan actitudes saludables relacionadas con la menstruación en adolescentes y adultas mexicanas disminuyendo las creencias erróneas o negativas, mitos o estigmas que existen alrededor del tema puesto que, se puede utilizar como herramienta de información potencializando la salud menstrual en comunidades e instituciones.

3. Método

3.1. Estudio mixto

Para la realización de este estudio, se desarrollaron dos fases utilizando una metodología mixta, de diseño explicativo secuencial (DEXPLIS) , con alcance descriptivo en una primera etapa y fenomenológico empírico en una segunda fase. A continuación se muestran metodológicamente.

3.1.1. Pregunta de investigación

¿Cuáles son las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, desde un enfoque cuantitativo y cualitativo, a partir de las experiencias en la díada madre-hija adolescente?

3.1.2. Objetivo general

Describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, desde un enfoque cuantitativo y cualitativo, a partir de las experiencias en la díada madre-hija adolescente.

3.1.3. Objetivos específicos

- Identificar las creencias y actitudes de las madres relacionadas con la menstruación.
- Caracterizar las actitudes de las hijas adolescentes relacionadas con la menstruación.
- Analizar las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación de las madres y las hijas adolescentes.

3.1.4. Participantes

Las participantes seleccionadas se consideraron por un muestreo no probabilístico, por conveniencia. La muestra de la investigación estuvo conformada por mujeres (madres) mayores

de edad y por adolescentes (hijas) de entre 11 y 13 años. Todas las participantes residían en Pachuca, Hidalgo. Las adolescentes tenían que estar inscritas en una secundaria pública. Es importante mencionar que la cantidad de participantes en la primera fase no fue la misma para la segunda fase.

3.1.4.1 Criterios de selección

La díada madre-hija deberá cumplir con los siguientes criterios:

3.1.4.1.1. Criterios de inclusión

- Las mujeres adultas (madres) tuvieron 18 años o más.
- Las mujeres adolescentes (hijas) tenían entre 11 y 13 años.
- Que estudiaran en una secundaria pública de Pachuca Hidalgo.
- Que fueran posmenarcas.

3.1.4.1.2. Criterios de exclusión

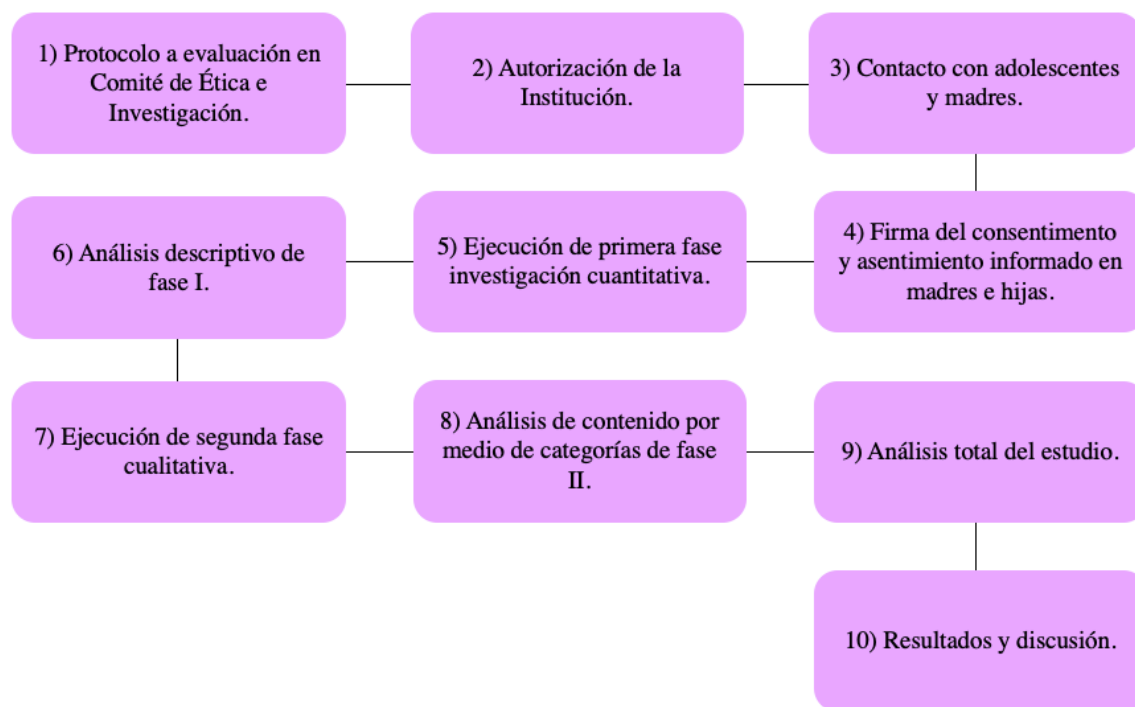
- Que la madre no participe.
- Que la madre tenga conocimientos previos, ya sea que ejerza en ginecología, ciencias de la educación, psicología o medicina.

3.1.4.1.3. Criterios de eliminación

- Que no contesten todos los reactivos.
- Que pongan más de dos respuestas en un reactivo.
- Que la mujer decida retirarse del estudio.

3.1.5. Procedimiento general

El presente protocolo se llevó a cabo gracias a una serie de pasos específicos, como se puede ver de manera gráfica en la Figura 2, se sometió a evaluación al Comité de Ética e Investigación de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (UAEH), del Instituto de Ciencias de la Salud (ICSA) con número de oficio: 270, para cumplir con los lineamientos que se establecen en la Ley General de Salud en Materia de Investigación. A partir de la respuesta, se solicitó la autorización de la Institución en la que se llevó a cabo el estudio. Posteriormente se estableció contacto con las adolescentes y las madres para explicarles el objetivo de la investigación y así que las madres firmaran el consentimiento informado y las hijas el asentimiento informado. Comienza la primera fase de esta investigación, que fue cuantitativa. Se realiza el análisis descriptivo de la fase cuantitativa. Para continuar con la segunda fase de esta investigación, que fue cualitativa, se les preguntó a las madres e hijas que desearían participar y posteriormente se explicaron los pasos a seguir. Ejecución de fase II, una vez obtenidos estos datos cualitativos, se realizó un análisis de contenido mediante categorías. Seguido del análisis total del estudio para el cumplimiento de los objetivos de la investigación con respecto a su aportación de resultados científicos y teóricos donde se reflejaron todas las características obtenidas. Se elaboró el reporte de resultados presentados en artículos y congresos.

Figura 2*Procedimiento general de investigación*

3.1.6. Análisis de datos mixtos

La integración de ambas fases fue elemental para combinar y contrastar los resultados; el logro de una comprensión integral del presente estudio y los descubrimientos de ambas etapas se integran en la interpretación de resultados y en la elaboración del reporte de estudio.

La organización de la información de los datos para el análisis de resultados mixtos fue con base en las presentaciones conjuntas para lograr la integración del presente estudio, mediante una presentación conjunta por medio de una tabla que permitió organizar la recopilación y el análisis de datos mixtos (McCrudden et al., 2021).

Asimismo, se utilizaron metainferencias, es decir, conclusiones generales extraídas de la fusión de inferencias cualitativas y cuantitativas que revelan conocimientos únicos que no podrían lograrse con ninguno de los enfoques por separado (Younas et al., 2025).

3.1.7. Aspectos éticos

Con base en la declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (AMM) (2024), y sus principios éticos con respecto a los artículos 22 y 23, este proyecto y el método de todo estudio, debe comentarse de manera clara y entendible a las participantes y ser justificados en el protocolo de investigación, este deberá enviarse para consideración y aprobación del Comité de Ética e Investigación de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo previo a la ejecución del estudio. Haciendo referencia a la privacidad y confidencialidad, en el artículo 24 de la presente investigación, se deberán tomar precauciones para resguardar la intimidad de las participantes y la confidencialidad de su información personal. Asimismo, en el artículo 25, las mujeres y adolescentes estarán incluidos en la investigación, considerando el consentimiento y asentimiento informado, así como su participación voluntaria.

Con respecto a la Ley General de Salud en Materia de Investigación Para la Salud, en el título segundo en los aspectos éticos en la Investigación en seres humanos capítulo 1, artículo 13,14 y 21, se contempla el respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar, se fundamentará en otras investigaciones científicas, prevalecerán siempre las probabilidades de las beneficiadas esperadas, sobre los riesgos predecibles. En el artículo 17, esta investigación es considerada como sin riesgo, pues serán estudios que emplean técnicas y métodos de investigación observacional y no se realizará ninguna intervención o modificación intencionada en las variables fisiológicas, psicológicas y sociales de las participantes que estarán en el estudio, pues se considerará únicamente la aplicación de cuestionarios y guías de entrevista.

Asimismo, con el Código del Psicólogo (2022), este estudio contempla respetar y adherir a los principios establecidos en la Declaración Universal de Derechos Humanos. En particular, respetar la dignidad y el valor de las participantes, así como el derecho a la privacidad, la

confidencialidad, la autodeterminación, la diversidad y la autonomía. Asimismo, respetar las diferencias individuales, culturales, de género, etnia, religión, ideología, orientación sexual, condición socioeconómica, u otras.

3.2. Fase I. Estudio cuantitativo

3.2.1. Pregunta de investigación

¿Cuáles son las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija adolescente?

3.2.2. Objetivo general

- Describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija

3.2.3. Objetivos específicos

- Identificar las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en madres.
- Caracterizar las actitudes relacionadas con la menstruación en hijas.

3.2.4. Tipo de estudio y Diseño de investigación

Diseño no experimental, ya que no existió manipulación de las variables independientes, no hay grupos de comparación ni asignación al azar. Transeccional o transversal, pues se recolectaron los datos en un solo momento y en un tiempo determinado, y el tipo de estudio fue descriptivo, puesto que se identificaron las características relacionadas con las creencias y actitudes sobre la menstruación en la díada madre-hija de la secundaria pública de Pachuca.

3.2.5. Variables

Se contemplan las principales variables (Ver Tabla 3), que permiten comprender al fenómeno de la menstruación en relación con las creencias y actitudes alrededor de la misma.

Tabla 3
Definición conceptual y operacional del estudio

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Tipo de variable	Unidades de medición
Creencias relacionadas con la menstruación	Percepciones y expectativas que existen alrededor de la menstruación basadas por estereotipos culturales que son de naturaleza negativa que no están completamente justificadas por datos empíricos, se viven por medio de la experiencia y del entorno en el que las mujeres se desarrollan (Marván et al., 2002).	<i>Beliefs about and Attitudes toward Menstruation (BATM)</i> . Version en español: Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (Marván et al., 2006). Ver anexo “3”	Cuantitativa Discreta Intervalar Activa	Muy en desacuerdo Casi en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Casi de acuerdo Muy de acuerdo
Actitudes relacionadas con la menstruación	Cuando una joven experimenta su primera menstruación ya posee cierta predisposición tanto negativa como positiva hacia la misma. Dichos elementos se han formado de acuerdo a la educación recibida, así como el ambiente familiar, cultural y social en el que la mujer se ha desarrollado. Asimismo, se forman a temprana edad, influyen en el modo de experimentar la menstruación desde la adolescencia hasta la edad adulta (Marván & Molina, 2002)	Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas (Marván & Molina, 2002). Ver anexo “4”	Cuantitativa Discreta Intervalar Activa	1) Sí es cierto 2) Casi sí es cierto 3) No sé o más o menos 4) Casi no es cierto 5) No es cierto

3.2.6. Instrumentos

Se utilizaron dos cuestionarios: el primero, la versión en español del Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la menstruación (BATM, por su sigla en inglés) adaptado a la población mexicana, elaborado por Marván et al., (2006), en el cual la confiabilidad total se estimó en 0.89 utilizando el coeficiente alfa de Cronbach y un 36.54% de varianza total. Las dimensiones son: menstruación como evento secreto, molestia, prohibiciones y obligaciones, incapacitante y

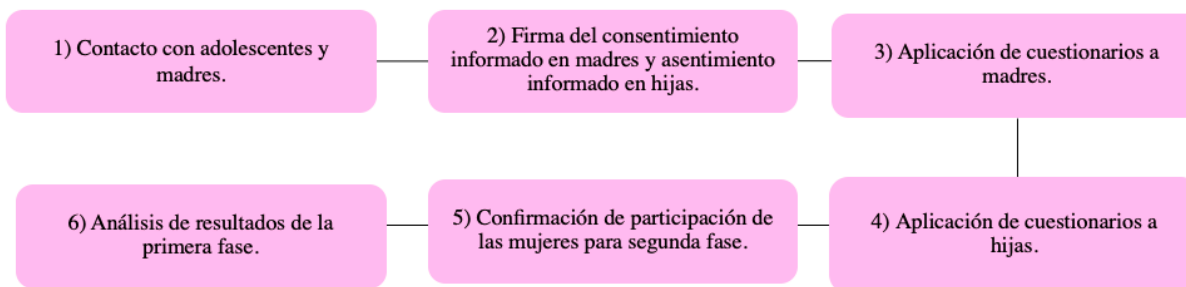
agradable en una escala de respuesta tipo Likert: muy en desacuerdo, casi en desacuerdo, ni de acuerdo ni desacuerdo, casi de acuerdo y muy de acuerdo.

El segundo, fue el cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas (AMAQ, por su sigla en inglés), el cual fue adaptado al español y validado en población mexicana por Marván & Molina (2002), el índice de consistencia interna fue de 0.73 utilizando el Alfa de Cronbach y la curva básica para la extracción de los factores indicó la existencia de tres factores, los cuales explican el 36.60% de la varianza total. Se enfoca en medir actitud hacia la menstruación en actitud positiva, negativa y sigilosa en una escala Likert donde: 1) si es cierto, 2) casi sí es cierto, 3) no sé o más o menos, 4) casi no es cierto, 5) no es cierto.

3.2.7. Procedimiento

La primera fase de esta investigación (Ver Figura 3) se hizo con la firma del consentimiento informado de las madres y el asentimiento informado de las hijas. Se aplicaron dos cuestionarios, para las madres el Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la Menstruación, y para las hijas, el cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas. Ya que se obtuvieron todos los resultados, se analizaron los resultados cuantitativos para describir las creencias y actitudes principales relacionadas con la menstruación de las madres y de las adolescentes. Se procedió al análisis de resultados de la primera fase para continuar con la segunda fase de investigación.

Figura 3
Procedimiento Fase I cuantitativa



3.2.8. Análisis de datos

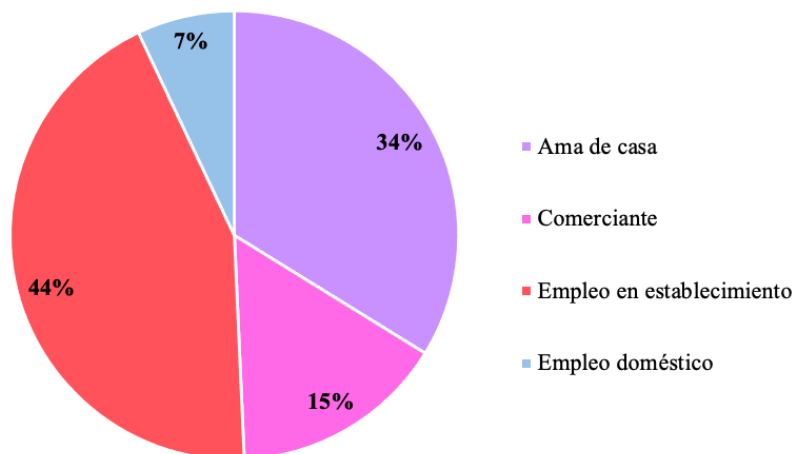
Se utilizó la herramienta digital JASP para el análisis descriptivo de los resultados obtenidos, lo que permitió organizar y resumir los datos para verificar el cumplimiento de los objetivos de la fase cuantitativa.

3.2.9. Resultados Fase I

En primer lugar, en la Figura 4 se muestran los datos sociodemográficos para entender de manera más amplia la población del presente estudio, así pues, se incluyeron 148 participantes, mujeres adultas madres ($n = 74$) y adolescentes hijas ($n = 74$). A continuación, se presentan los puntajes obtenidos a partir de los datos sociodemográficos de las mujeres adultas – madres. En primera instancia, se puede observar la distribución de la ocupación de las participantes, la mayoría refiere tener un empleo en algún establecimiento local. En segundo lugar, seleccionaron ser amas de casa; en menor medida, mencionan ser comerciantes y, por último, refieren que tienen empleo doméstico.

Figura 4

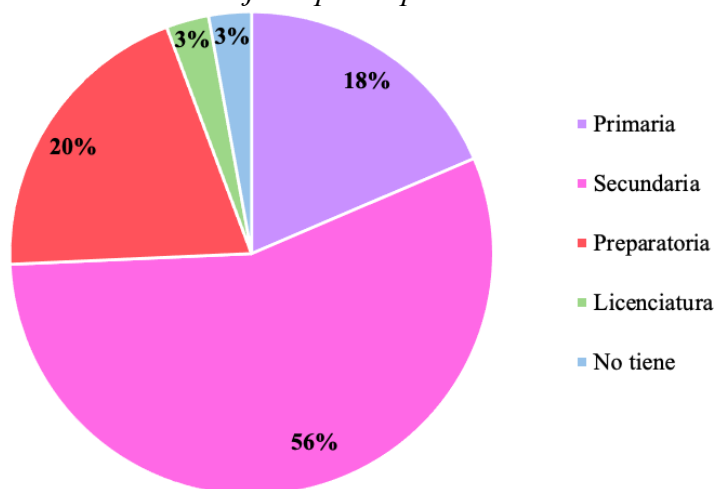
Datos obtenidos de los porcentajes de la ocupación de mujeres madres-adultas



Asimismo en la Figura 5 se presenta la proporción del nivel educativo de las madres, se puede observar que predomina el nivel medio, resultando más de la mitad de la población, le sigue el nivel medio superior, posteriormente el nivel básico, una minoría destaca haber cursado la licenciatura y otra minoría refleja no haber cursado ningún nivel de estudios.

Figura 5

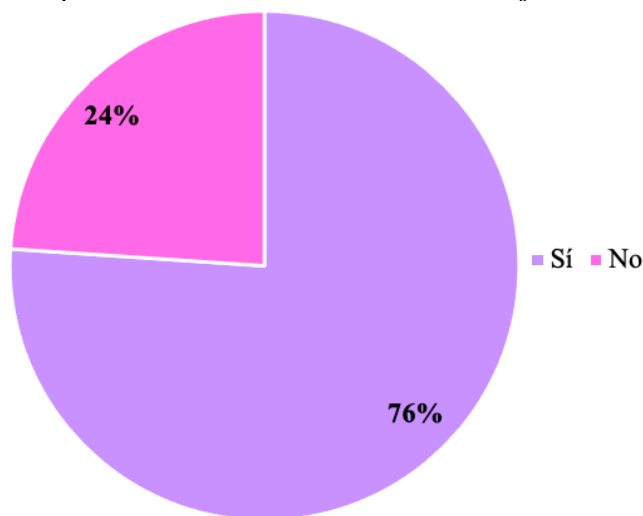
Proporción del nivel educativo de las mujeres participantes adultas - madres



Por consiguiente, otros de los principales hallazgos localizados fueron con respecto a la estructura porcentual de la presencia de dolor de la fase menstrual (Ver Figura 6), por lo que se puede demostrar que las mujeres adultas participantes del presente estudio la mayoría sí presenta dolor menstrual, mientras que menor porcentaje quiere decir que no presentan algún síntoma en la fase de menstruación, esto nos puede dar un panorama del funcionamiento del ciclo menstrual de las participantes.

Figura 6

Estructura porcentual de la presencia de dolor menstrual en mujeres madres-adultas



Por otra parte en la Tabla 4, se encuentran otros resultados donde se describen otras características asociadas a la fase de la menstruación de las participantes, en donde se destaca que en promedio, las mujeres adultas-madres tienen 36 años, en mayor promedio experimentaron su primera menstruación (menarca) alrededor de los 12 años en la etapa del desarrollo de la pubertad-adolescencia y actualmente su fase menstrual tiene duración en promedio de 6 días.

Tabla 4

Resultados descriptivos sobre edades y duración de los eventos asociados a la menstruación en madres

	N	Mínimo	Máximo	Media	DE
Edad de la madre	73	28.00	50.00	36.13	5.31
Edad primera menstruación	71	9.00	18.00	12.21	1.49
Duración fase menstrual	67	2.00	10.00	5.47	1.78

Nota. N= Número de participantes; DE = desviación estándar

En otro orden de las cosas, las actitudes y creencias sobre la menstruación, los resultados como se pueden ver en la Tabla 5, muestran una tendencia alta a considerar a la menstruación como algo molesto (M=3.64), con respecto a las prohibiciones y obligaciones las participantes presentan una tendencia moderadamente alta al asociar a la menstruación con restricciones o normas tradicionales (M=3.30), la menstruación es percibida como evento medianamente incapacitante, es decir que imposibilita el logro de sus actividades cotidianas (M=2.84), la idea de que la menstruación sea una experiencia positiva obtiene bajo nivel (M= 2.58) y por último las participantes no consideran que la menstruación deba mantenerse en secreto (M=2.31).

Tabla 5

Puntuaciones obtenidas del cuestionario creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en madres

	N	Mínimo	Máximo	Media	DE
Secreto	74	1.00	5.00	2.31	.77
Molestia	74	1.92	4.85	3.64	.75
Prohibiciones y obligaciones	74	1.33	4.78	3.30	.85
Incapacitante	74	1.00	4.80	2.84	1.06
Agradable	74	1.00	4.33	2.58	.76

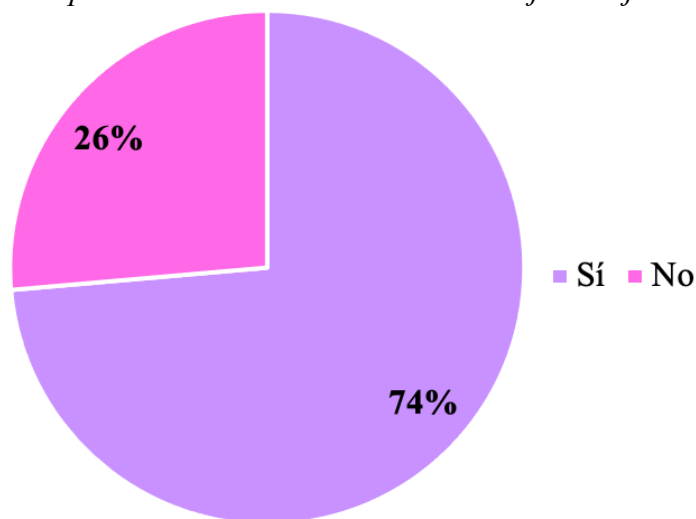
Nota. N= Número de participantes; DE = desviación estándar

Se procede a los resultados encontrados en las mujeres adolescentes-hijas y es importante destacar que aquí no se menciona la ocupación ni el nivel educativo, porque se da por hecho que todas son estudiantes y cursan el nivel medio. En la Figura 7 se puede observar el desglose porcentual respecto a la existencia de dolor menstrual, en el que, en mayor porcentaje y más de la

mitad, refieren tener dolor en su periodo, mientras que en menor cantidad se demuestra que no lo presentan.

Figura 7

Desglose porcentual de la presencia de dolor menstrual en mujeres hijas-adolescentes



Asimismo en la Tabla 6, se encuentran los resultados donde se describen otras características asociadas a la fase de la menstruación de las participantes, en donde se destaca que en promedio, las mujeres adolescentes-hijas se encuentran en etapa del desarrollo de la pubertad-adolescencia, en promedio tienen 13 años, en su mayoría experimentaron su primera menstruación alrededor de los 11 años y siguen en la misma etapa y actualmente su fase menstrual tiene duración en promedio de 5 días.

Tabla 6

Descriptivos con respecto a edades y duración de eventos asociados a la menstruación en hijas

	N	Mínimo	Máximo	Media	DE
Edad de la hija	74	11.00	13.00	12.71	0.48
Edad primera menstruación	72	8.00	13.00	10.98	1.00
Duración fase menstrual	68	2.00	14.00	5.69	1.98

Nota. N= Número de participantes; DE = desviación estándar

En otro orden de las cosas, se pueden identificar los estadísticos descriptivos que representan las actitudes relacionadas con la menstruación en las adolescentes (Ver Tabla 7), donde la actitud negativa es el promedio más alto, lo que sugiere que las participantes tienden a tener percepciones o emociones desfavorables hacia la menstruación (M=3.25). Después, la actitud sigilosa se sitúa en segundo lugar, reflejando que se vive con cierto grado de reserva o discreción (M=2.96). Y la actitud positiva es la más baja, indicando que las experiencias o pensamientos favorables son menos frecuentes (M=2.35).

Tabla 7

Estadísticos descriptivos de las puntuaciones obtenidas del cuestionario “actitudes menstruales de adolescentes posmenarcas” en hijas

	N	Mínimo	Máximo	Media	DE
Actitud Positiva	74	1.00	4.60	2.35	0.85
Actitud Negativa	74	1.00	4.70	3.25	0.86
Actitud Sigilosa	74	1.00	5.00	2.96	1.17

Nota. N= Número de participantes; DE = desviación estándar

3.3. Fase II. Estudio cualitativo

3.3.1. Pregunta de investigación

¿Qué significados existen respecto de las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija adolescente?

3.3.2. Objetivo general

Analizar los significados que existen con respecto a las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija adolescente

3.3.3. Objetivos específicos

- Descubrir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en las madres.
- Señalar las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en las hijas.

3.3.4. Tipo de estudio y diseño de investigación

Tipo de estudio fenomenológico empírico pues se enfoca en describir la esencia de las experiencias de las participantes.

3.3.5. Unidades de análisis

Se determinaron con respecto a la información obtenida de la fase I (ver Tabla 8) y también se agregaron otras categorías con ayuda de la literatura, de estudios que abordan la TCP y la menstruación.

Tabla 8

Ejes y categorías de análisis

Ejes	Categoría	Definición conceptual	Definición operacional
Actitudes frente a la menstruación	Actitud Positiva	Se refieren a sentimientos de felicidad, bienestar y madurez relacionados con la menstruación Marván & Molina 2002, pp. 175)	¿Qué aspectos positivos piensas que hay alrededor de la experiencia de la menstruación?
	Actitud Negativa	Sentimientos de rechazo a la menstruación (Marván & Molina 2012, pp. 360)	¿Qué aspectos negativos piensas que hay alrededor de la experiencia de la menstruación?
	Actitud Sigilosa	Mantener a la menstruación como secreta y con sentimientos de vergüenza (Marván & Alcalá-Herrera 2014, pp. 63)	¿Considera que es importante hablar de la menstruación con cualquier persona?
	Proceso del desarrollo	Periodo de tránsito que surge desde la menarca hasta la adultez.	¿Cuál ha sido su experiencia con la menstruación a lo largo de su vida?
Creencias sociales asociadas a	Aspectos culturales y sociales	Desempeñan un papel fundamental en la formación de percepciones positivas o	¿Cuáles son las frases más comunes que escucha sobre la menstruación?

Ejes	Categoría	Definición conceptual	Definición operacional
la menstruación		negativas en torno a la menstruación (Coloma, 2023 pp. 38)	
	Tabúes y estigmas	Se refiere a la prohibición de tocar ciertas cosas o seres debido a la creencia en consecuencias indeseables (Coloma, 2023, pp. 34)	¿Qué ha escuchado que dicen sobre la menstruación?
	Menstruación como evento molesto	Se refiere a la menstruación como evento molesto que sugiere deseos de rechazo a la menstruación (Marván et al., 2024)	¿Considera usted que hay acontecimientos molestos cuando menstruamos?
	Menstruación como prohibiciones obligaciones	Actividades que las mujeres deberían o no deberían hacer durante la menstruación (Marván et al., 2005)	¿Qué opinas sobre que las mujeres deben de evitar hacer cosas cuando están menstruando?
	Menstruación como evento incapacitante	La creencia de que la menstruación es una fuente de incomodidad para las mujeres, que no les permite realizar sus actividades cotidianas (Marván et al., 2014)	¿Qué piensa cuando dicen que la menstruación afecta la realización de nuestras actividades cotidianas?
	Menstruación como evento secreto	Incluye la importancia de mantener la menstruación en secreto, sentimientos de vergüenza y la dificultad con la que las personas hablen sobre la misma (Marván et al., 2005)	¿A qué cree que se debe cuando dicen que la menstruación es un tema del que no se habla?
	Menstruación como evento agradable	Sentimientos de bienestar y orgullo alrededor de la menstruación (Marván et al., 2024).	¿Considera que la vivencia de la menstruación es grata?
	Día da madre - hija	Las madres desempeñan un papel fundamental en la introducción de sus hijas a la menstruación. Sus propias experiencias y creencias pueden moldear la perspectiva que transmiten a sus hijas (Coloma, 2023, pp. 38)	¿Hubo alguien específicamente que le hablara de la menstruación? ¿Quién?
Manejo del cuerpo	Dolor menstrual	Presencia de síntomas físicos durante el periodo menstrual.	¿Cómo describe la experiencia con respecto al dolor en la fase de la menstruación?
	Conocimiento del ciclo menstrual	Saberes que comprende una persona alrededor de la menstruación.	¿Cuál cree que es la utilidad del ciclo menstrual?
	Gestión menstrual	Acciones que se toman en cuenta y herramientas que se utilizan en la fase menstrual.	¿Qué acciones toma en cuenta cuando estás menstruando?

3.3.6. Técnicas de recolección de datos

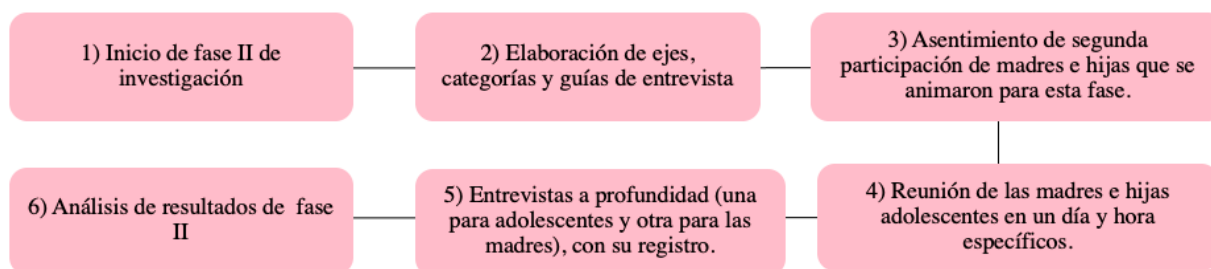
Se generaron dos guías de entrevista (una para madres y una para hijas), las cuales, estuvieron sustentadas en los resultados obtenidos de la fase uno y revisión de la literatura basada en el modelo TCP para profundizar en la información, pues se buscó la interacción de las participantes en relación a sus experiencias y percepciones de la menstruación.

3.3.7. Procedimiento

Para seguir con la segunda fase de la presente investigación, cualitativa, se continuó con el proceso como se puede ver en la Figura 8, se elaboraron las guías de entrevista, se contactó nuevamente a las madres e hijas que desearon participar. Posteriormente, se contactó a las madres e hijas adolescentes en un día y una hora específicos en la institución para comenzar con las entrevistas. Se procedió a la ejecución de las entrevistas a profundidad con su registro, que fue por medio de grabación de voz con dispositivo móvil y ordenador. Ya que se obtuvieron estos datos cualitativos, se utilizó el análisis de contenido por medio de categorías con el software Atlas.Ti.

Figura 8

Procedimiento Fase II cualitativa



3.3.8. Análisis de datos

Se utilizó la herramienta digital, Atlas ti. Para la interpretación de resultados y su análisis por medio de categorías.

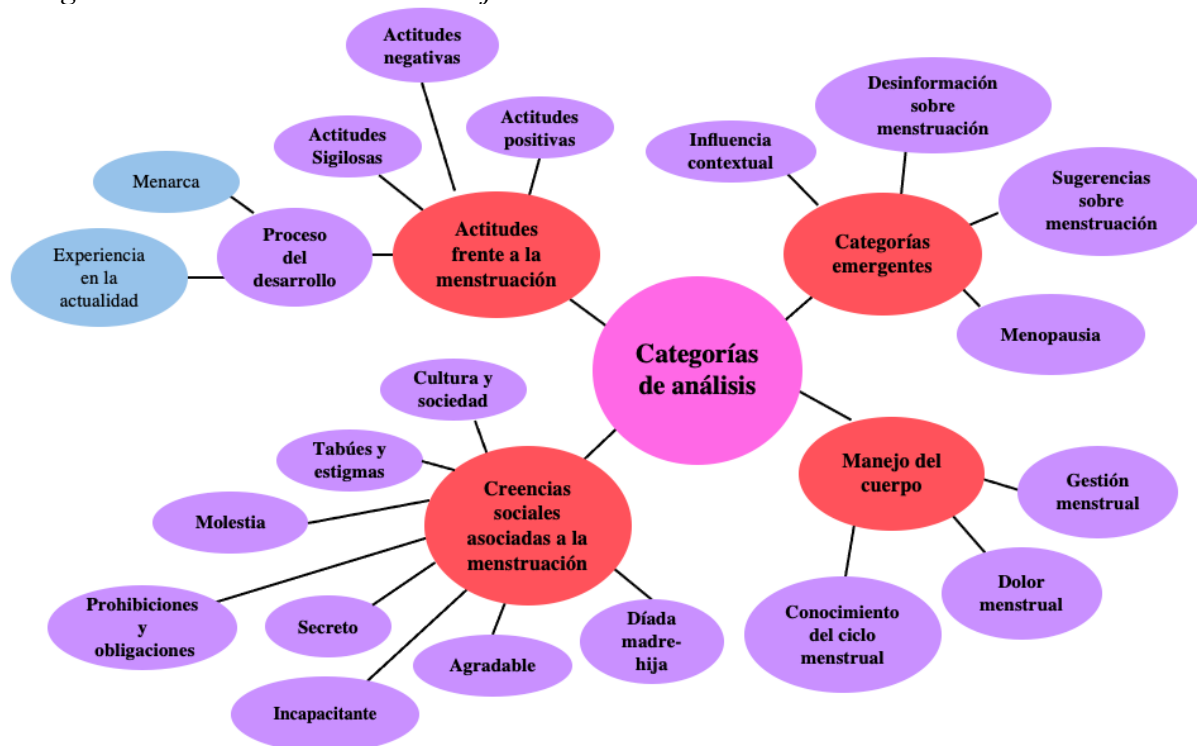
3.3.9. Resultados Fase II

A continuación, se presentan los resultados de la Fase II y tienen que ver con las experiencias y aspectos personales de las participantes, es decir, lo que ellas creen, han vivido o piensan sobre los temas a estudiar. En la Figura 9, se pueden visualizar las categorías de análisis

que surgieron, por otra parte, se presentan las experiencias de madres (mujeres adultas) y en segundo lugar, las vivencias de las hijas (mujeres-adolescentes).

Figura 9

Categorías de análisis de madres e hijas



3.3.9.1. Actitudes frente a la menstruación

Como punto de partida, se toman en cuenta las actitudes presentes en mujeres, estas tienen que ver con los aspectos psicológicos asociados a la valoración y los sentimientos de lo que les sucede en la fase de menstruación, mencionando aspectos que ellas han vivido a lo largo de su vida, se consideraron las actitudes negativas, sigilosas y positivas. A continuación en la Tabla 9, se presentan las actitudes en madres.

Tabla 9
Actitudes frente a la menstruación en madres

Negativas	Sigilosas	Positivas
<p><i>“Yo creo que eso nunca nos acostumbramos, no sé todo todo influye esos días, si son un poquito más complicados, considero, para estar como cómodas, bueno cómoda en mi persona, sí afecta en todo nuestro sistema hormonal y emocional también nos sentimos yo creo que bajoneadas tristes, luego ya andamos de jay yo creo que ya me va a bajar! ¿no? porque ya sentimos la molestia como que vamos identificando” (E01M).</i></p>	<p><i>“Tengo un niño pequeño de siete años y pues si este ve ¿no? ¿mamá te paso una toalla? o no así de, oye pásame una toalla ¿no? no sabe realmente para qué es, pero no hay como esa manera, pues percibe que sólo lo ocupamos su hermana y yo, pero no sé realmente tampoco sé cómo abordar el tema porque lo veo muy niño” (E01M).</i></p> <p><i>“Nada más yo sé, nadie más se va a dar cuenta que traigo una toalla y yo no lo digo o que me comporto diferente, así no, no es nadie sabe ni traía nada” (E03M).</i></p>	<p><i>“Entonces, tampoco me impide hacer mis actividades, las actividades normales, podemos correr, brincar, estar sentadas, o sea hacer cualquier actividad” (E01M).</i></p> <p><i>“Yo creo que sí deberíamos hablar lo más, debería de ser como una plática abierta normal para todos sin sentir vergüenza, sin sentir pena como son una plática normal” (E03M).</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E03M = tercera participante madre

Se identifican hallazgos en relación con las actitudes, las cuales, van asociadas con la predisposición ante experiencias vividas hacia la menstruación. En actitudes negativas, madres refieren que al momento de que ocurre el periodo, comienzan pensamientos que devienen de experiencias que han surgido a lo largo de su menarca hasta la actualidad, esto influye en que las mismas hayan sido agradables o no, como puede ser la repetición de algunos síntomas o el nivel percibido de bienestar. En aspectos sigilosos, aunque consideran que es un aspecto natural y del que se debe hablar, puntualizan la necesidad de querer compartir el tema, pero el hecho de abordarlo con otras poblaciones les resulta complejo, y en otros casos, se profundizó en esta necesidad de mantener de manera discreta que las personas se encuentran en su periodo, por lo que actúan de forma “normal” y no se comenta con nadie. En actitudes positivas, las mujeres detallan que aunque se experimenten ciertos aspectos, la menstruación no debe ser un acontecimiento que impida hacer las actividades cotidianas y que puede vivirse sin pena o vergüenza. Dicho esto, en la Tabla 10, se presentan las actitudes de las hijas.

Tabla 10
Actitudes frente a menstruación en hijas

Negativas	Sigilosas
<i>“Pues cuando llega la menstruación, no me gusta hacer nada, no tengo ganas de hacer nada y ni hablar, no no me gusta hacer nada, la verdad no he escuchado mucho sobre el tema pero, pues incómodo cuando hablan de eso, bueno, para mi un poquito incómodo, no me gusta, la verdad no le tomo mucha importancia, no no suelo hablar del tema, cuando alguien habla de la menstruación puede incomodar a las niñas, y ya” (E01H).</i>	<i>“Ya no lo hablo pues es normal ¿sabe?” (E01H). “De que, pues, es que nada más sería esa porque casi no comentan de que están “así” en su menstruación” (E02H). “ Incómoda en que todos se te queden viendo, y pues que se te queden viendo así, como que sientes, algo muy, raro como que se te queden viendo, podría ser la toalla que o sea parece que trae pañal, literalmente y que siento raro o sea tú lo sientes, los demás, no lo ven, pero tú lo sientes y sientes que todos te miran y lo saben” (E03H).</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

Con respecto a las hijas, en actitudes negativas cuando ocurre el periodo menstrual, aparece la falta de motivación por hacer actividades cotidianas, aunado a ello, en actitudes sigilosas mencionan que el tema no se aborda ni se comenta, también, se presenta el ocultamiento de las herramientas menstruales al usarlas, portarlas o comprarlas, incluso que sea evidente en la ropa, asimismo, surge este pensamiento individual de que las otras personas no perciban o noten de que se encuentran en su fase menstrual, por último, no se encontró de manera directa la presencia de actitudes positivas, debido a que no detallaron aspectos relacionados.

3.3.9.1.2. Proceso del desarrollo: experiencia en la menarca

En otro orden de ideas, es importante mencionar que la menstruación se experimenta de múltiples maneras y sucede en una etapa específica del desarrollo, como punto de partida la menarca (primera menstruación) hasta la manera de cómo la viven en la actualidad, contemplando los cambios de perspectiva y lo que han aprendido de ella con el paso del tiempo, es importante considerar que en las madres el periodo se consideró desde la menarca hasta la adultez, mientras que en las hijas únicamente tiempo que han transitado en ella porque siguen en la etapa de

desarrollo de la adolescencia. En la Tabla 11 se presenta el proceso del desarrollo con respecto a las vivencias en la menarca de las madres.

Tabla 11
Experiencia en la menarca de madres

E01M	E02M	E03M
<i>“Fue cuando me dieron en clase express, ya le estamos esperando, pero porque pues el entorno de la escuela igual, a decir: ay ya me bajó, no a mí también, y a mí también y ya de de ¡ah no! pues a mí nada ¿no? ya después, como inició una compañera, una amiguita, y así ¿no? entonces ellas nos encaminan ¿no? a la espera de como de estar pendiente, de qué manera tenía que saber poner una toalla sanitaria, y en qué momento cambiarla nada más no realmente el proceso que se venía con todo solo esa situación, lo tomé tranquila.”</i>	<i>“De hecho este cuando, pues sí, fue mi primera vez eee mi mamá no supo, fue así como que de manera secreta, porque como para mi mamá era así como que eso no se dice, ¿no? entonces me lo resguardé, entonces mi mamá no se enteró, ya a tiempo después, a la hora que compramos traen las instrucciones, me basé en eso.”</i>	<i>“La primera experiencia si fue algo terror, algo de terror, como de miedo.”</i>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

La primera menstruación puede devenir de múltiples sentimientos y experiencias, se puede vivir de manera tranquila cuando ya se espera o se ha hablado del tema, cuando mujeres de la misma edad ya la han experimentado y te comparten sus vivencias, pero en situaciones opuestas, si no se sabe qué es lo que está sucediendo en el cuerpo, se puede vivir de manera secreta, se crean ideas de lo que se debe o no hacer en la primera menstruación, asimismo, sentimientos de terror y miedo vienen acompañados al no tener conocimiento de lo que ocurre. En la Tabla 12 se presenta el proceso del desarrollo en las hijas con respecto a la menarca y cómo fue que la vivieron.

Tabla 12
Experiencia en la menarca de hijas

E01H	E02H	E03H
<i>“Fue normal, venía a la escuela y un día fui al baño dije ¡ah! ahí estaba [ríe], la verdad, me lo tomé [...] normal.”</i>	<i>“Estaba, eee, me desperté, estaba en la casa de mi abuelita y yo sentí que como que me había hecho pipí, entonces fui al baño y me revisé y yo no pensaba que era [...] ahora sí que la menstruación y cuando vi pues, estaba ahora sí que mi calzón manchado y lo primero que hice como</i>	<i>“Ah, pues al principio me preocupaba, porque pues no sabía si sí iba a pasar, y como yo no llevaba la cuenta, pues tenía miedo de que en cualquier momento pudiera pasar y pues no a cada rato este ¿cómo se llama? Yo estaba con mi abuelita, estaba ayudándole a hacerle un postre, de repente sentí como si hubiera hecho del baño y fui al baño y no, no era, este ¿cómo</i>

E01H	E02H	E03H
	<i>no estaba mi mamá, bueno le dije a mi hermana y ahí estaba una de mis primas igual, que también se enteró y ya después, este, llegó mi mamá y le dije, me sentí como sorprendida, la verdad, no me gustó porque tenía muchos dolor en el vientre y por eso.”</i>	<i>se llama? Pues no me había hecho [ríe] este pues, era el periodo, no podía creer que desde ese momento había llegado y no más me quedé, así como en shock, literalmente mi mente se puso en blanco [ríe] este, y ya después reaccioné, pues yo sabía qué hacer, y así ya fui por una toalla y ya.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

Desde esta perspectiva, las experiencias en la primera menstruación pueden ser diversas, contemplando el contexto, es decir, el lugar en el que ocurre, presencia de ropa interior con manchas visibles, sentimientos de tranquilidad o normalidad al tener conocimiento previo, pero también, en aspectos negativos pueden aparecer sentimientos como reserva u ocultamiento, miedo, sorpresa, preocupación y en otros síntomas presencia de dolor.

3.3.9.1.3. Experiencia en la actualidad

Por otro lado, se presenta la experiencia de la menstruación, en la cual, las madres detallan cómo la viven o han vivido desde la menarca hasta la adultez y algunos acontecimientos que ellas remarcaron como importantes en sus vivencias de la misma. En la Tabla 13 se muestran las experiencias de las madres.

Tabla 13

Experiencia en la adultez

E01M	E02M	E03M
<i>“Toda la revolución que está pasando uno y a pasar del del tiempo y de que dicen bueno pues ya es mamá ya tienes una experiencia ¿no? o algo así, pues no, no deja de pasar, no dejan de pasar los accidentes. En casa con mi esposo, mis hijos, pues sí, muy tranquila, ya realmente no es como anteriormente, era como que no se dieran cuenta en en casa que</i>	<i>“Pues bueno como adultos eee de la menstruación, pues preocupa cuando llegue, cuando no llega más bien dicho, pero ya cuando llega, pues es ya es como que más tranquilo ¿no?, fui viéndolo de manera normal, de hecho a que se pueda decir que hasta mi esposo le decía ¡ah tráeme estas toallas! ¿pero de cuál es que? ¡ah pues quiero estas y estas! y así como que para mí fue de una manera tan</i>	<i>“Bueno, pues ya para mí ya es algo normal, yo ya no me espanto, me espanto cuando no me baja, ahí si me espanto [ríe] digo qué pasó, yo creo que ni conociendo mi cuerpo porque mi grupos sanguíneo trabaja las 24 horas, o sea nueva se va reproduciendo, ¿no? para mí es algo natural, o sea no no, ni conociéndolo ajá porque en cualquier momento puede ser o a lo mejor en algún momento se se va a retirar de hecho hay este, ahorita yo digo si continúo con mi</i>

E01M	E02M	E03M
<i>estaban menstruando, pero ¿cómo no se van a dar cuenta? ¿de qué manera? si no puedes ocultar las cosas ¿no? el sanitario así de no pues bueno, aunque no debe de haber las toallas en el sanitario pues ¿cómo? entonces ¿qué? ¿dónde las desechas?”</i>	<i>diferente, algo que en mi comunidad no, ha cambiado bastante porque pues ya hoy en día el tema de la menstruación se puede decir que ya es más liberal que anteriormente.”</i>	<i>periodo entonces y como tengo relaciones, corro el riesgo de quedarme embarazada a lo mejor con dificultades con riesgos, exponiendo al bebé exponiéndome a mí o a lo mejor hasta en este pero sí he vivido estoy viviendo este periodo la actualidad ahorita”</i>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Conviene señalar que, en madres la idea de la menstruación va cambiando con el tiempo, desde la naturalidad del periodo, la apertura del tema con otras poblaciones hasta el cambio de perspectiva, pero no dejan de suceder experiencias asociadas al tema, asimismo, se relaciona con aspectos reproductivos, pues se le carga un significado importante a la presencia o no de embarazo e incluso el conocimiento de las futuras etapas del desarrollo y los cambios del cuerpo. En la Tabla 14 se presentan las vivencias de las hijas con respecto a la menstruación en época presente.

Tabla 14

Experiencia en la actualidad

E01H	E02H	E03H
<i>“Normal [ríe] no me pasa gran cosa.”</i>	<i>“Por ejemplo este de que luego me siento que me baja mucho, a veces siento que me baja muy poco y así, yo la siento normal, no es como algo extraño, y ya a algo cotidiano, ahorita se utilizan más, más publicidad para, para ajá para concientizar a la gente y sobre todo eso”</i>	<i>“Se siente muy feo y que tienes como que te dan, no sé, sientes algo, mmm, algo húmedo, ya se me hace normal, ya no me espanta.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

En hijas se puede ver que la experiencia la ven con naturalidad; ya no es algo extraño, pero la menstruación no se transita de manera positiva, ya que se generan experiencias no agradables provocadas por flujo o por el manejo y uso de las herramientas menstruales.

3.3.9.2. Creencias sociales asociadas a la menstruación

En esta sección se contemplan aspectos relacionados con la cultura, el contexto social, tabúes y estigmas existentes, creencias negativas, personas que generan impacto en la introducción del tema y normas sociales o subjetivas, con base en la experiencia de las mujeres adultas y adolescentes alrededor del tema de la menstruación.

3.3.9.2.1. Aspectos culturales y sociales

En otras palabras, se mencionan los aspectos sociales y culturales que se encuentran en la menstruación con base en el contexto de nuestras participantes, en las cuales se involucran elementos como las creencias sociales y/o normativas, estas percepciones que se tiene de aquello que se vive y que conducen a experimentarla y vivirla de múltiples maneras, los hallazgos se centraron en las creencias que tienen que ver con la cultura y la sociedad, asociadas a los tabúes y/o estigmas encontrados, pero también en las creencias negativas, que se pueden dirigir a las creencias hacia la menstruación como evento molesto, como prohibiciones y obligaciones, como evento incapacitante y como evento secreto, es decir lo que ellas viven, creen, les han dicho, escuchado o transitado hacia la menstruación. En la Tabla 15, se muestran las creencias sociales asociadas a la menstruación que las madres han adquirido o tenido a lo largo del tiempo.

Tabla 15

Aspectos culturales y sociales en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“Consideran eso que no somos capaces como de coordinar bien la la situación por la menstruación, como que no sé, siento que la relación de: si le está bajando o no, no carbura bien, la información errónea que se ha venido</i></p>	<p><i>“yo siento que mmm que sí se debe de hablar y con todas las personas, tanto en hombres, por decir, en mi caso, no tengo hijos, pero si yo tuviera un hijo eee, pues también le pasaría la información, ¿no? ¿por qué? porque pues una mujer si se debe de cuidar la mujer le pasa esto lo otro, si tú ves esto, no le digas nada, no hay forma de</i></p>	<p><i>“En la escuela viví una experiencia de que por ejemplo a una compañera se le cayó la toalla, todos los niños empezaron a burlar, me aterrorizó, la compañera tuvieron que cambiarla de escuela, por lo mismo por la vergüenza, es muy importante para que tanto los niños como las niñas lo vean como algo natural, no como vergüenza, no como burla, los hombres lo ven como que las mujeres somos sucias, este como como un tipo de enfermedad, el que se expresan</i></p>

E01M	E02M	E03M
<p><i>dando, como pasa de una persona a otra ¿no? si el si el niño escucha que el papá le hace un comentario o un juego o los amigos o el hermano, pues obviamente el niño, cuando perciba una situación, así lo va a hacer, porque es lo que le están enseñando a hacer o de esa manera debe de reaccionar ¿no?"</i></p>	<p><i>burla, al contrario de lo que debes de hacer, pues informarle, sabes qué está manchada, taparle, o sea de una forma, que sea de una forma natural, y que como ellos como hombres no deberían de verlo de así como lo comenté, no de una forma burlosa, como ellos son no los niños el día en día hoy, de una forma así de que ¡ah! pues está manchada y se empiezan a reír, entonces, de que ellos lo vean de una forma normal, y que pues tengan conciencia, entonces supongo que sí se debe de hablar con todos tanto en mujeres hombres, niños, o sea que tengan el conocimiento"</i></p>	<p><i>mal de uno, eee lo que hacen ellos, es proyectarnos miedo, pero las niñas que apenas comienzan pues más se espantan, lo ven como algo malo, este, igual a lo mejor los hombres lo expresan así, porque ellos no lo viven, ellos viven o otras etapas, que nosotros no vivimos como ellos, empieza la vergüenza, empieza la inseguridad, el miedo, este no me siento libre de expresarlo de decirlo, porque a veces los hombres igual empiezan a imaginar, ¡ah es que esta mujer este ya empieza así! y empieza con su periodo y empieza a hacer cosas y huelen feo y empieza a hacer un mundo de cosas que no existen, pues porque a veces ellos dicen, eeh, por ejemplo palabras que este, las mujeres vivimos manchadas, que a lo mejor si no menstrúas, no eres mujer, o que si no menstrúas este no puedes tener hijos, entonces yo creo que eso no.</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Aunado a ello, en madres se pueden detallar las creencias erróneas en las cuáles se describe que las mujeres disminuyen sus habilidades cognitivas en su periodo, la información que se va pasando de generación en generación y en distintas poblaciones no es adecuada, la presencia de burlas, reacción de pena o vergüenza, inseguridad a lo que se hacen llamar a los accidentes menstruales, los sentimientos negativos que generan esas experiencias, aspectos relacionados con la suciedad, el olor e incluso la creencia de la presencia de enfermedad cuando las mujeres se encuentran en su periodo, asimismo, en aspectos reproductivos, si existe alguna situación fuera de lo normal en el ciclo se encasilla en roles o el cumplimiento o no de ser mujer, tener hijos y que evidentemente son situaciones que se le cargan al significado social de lo que puede estar presente alrededor del ciclo menstrual. En la Tabla 16, se pueden leer las creencias sociales asociadas a la menstruación de las hijas.

Tabla 16
Aspectos culturales y sociales en hijas

E01H	E02H	E03H
<p><i>“Algunos lo toman como burla, o lo sienten incómodo cuando hablan de ese tema entonces igual es como que incómodo para nosotras, con mis amigas pues es normal nos entendemos, pero cuando hay niños es como que lo toman raro y hacen comentarios fuera de lugar, burlas, ajá o sea que no [...] ¡les da pena! ahondar sí [...] se sienten incómodas cuando hablan sobre el tema o algún temas de las niñas.”</i></p>	<p><i>“Mmm, porque así le han hecho pensar a las personas de que no se debe de hablar cuando es un tema normal.”</i></p>	<p><i>“Sería mejor que supieran del tema porque mis papás preferían no decirlo y pues no, y no porque hay niños muy groseritos, y pues lo toman como algo de burla, y pues eso hace que una mujer se siente incómoda y pues que se sienta, así como que sucia. [ríe], vergüenza, porque pues hay niños groseros y te hacen burla, y pues eres se podría decir, el hazme reír del salón o de donde te haya pasado, de los cólicos que duelen mucho, y que es discriminación, porque a los hombres no este no les pasa y a las mujeres, si y ya [ríe], las personas piensan que es algo muy personal y que no se tiene que comentar a niños y adultos y así, solo especialmente a las niñas pero que, así como ahorita que es nomas puras niñas solas ya, antes, no se podía hablar de este tema porque lo hacían como algo extraño, algo muy este, ¿cómo se llama? vergonzoso para una mujer”</i></p>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

Paralelamente, los aspectos culturales y sociales se reflejan en el discurso de las adolescentes, pues hacen referencia a que en la sociedad, las personas que son ajenas a la vivencia de la menstruación o que no la viven, reaccionan como tema de burla o incomodidad, asimismo, se enfatiza el hecho de qué se debe de hablar y abrir en la sociedad y que no sólo pertenece a un tema de mujeres, de igual manera, se destacan los sentimientos de pena o vergüenza y la presencia de discriminación hacia las personas que la experimentan.

3.3.9.2.2. Tabúes y estigmas

En otro orden de las cosas, en la Tabla 17 se encuentran los tabúes y estigmas relacionados con el tema de la menstruación en madres, en la cual, se muestran las frases que comúnmente se asocian con el tema y que las mujeres han escuchado dentro de la sociedad o contexto en el que ellas se encuentran inmersas.

Tabla 17*Tabúes y estigmas de madres*

E01M	E02M	E03M
<p><i>“Bueno pues sí ¿no? checan un un cambio de humor y dicen ¡ay ya te va a bajar! o te está bajando o no le hagas caso ¿no? o cosas, así como que, perciben que no somos como aptas, a veces para tener alguna situación, si es que estamos menstruando, ¿no?, lo único que ¡ay está loca! ay este no sé, ¡déjala! y no es déjala, es realmente dar un seguimiento un acompañamiento ¿no? si con esa parte”</i></p>	<p><i>“Aaah, estoy con Andrés [ríe] este como dicen ¿no? está descalabrado el chango [ríe] ya no me acuerdo qué más, pero es [...]”</i></p>	<p><i>“Llegó a Andrés, ajá, llegó a Andrés, llegó mi visita ajá llegó mi visita, este [...], estoy con agua de Jamaica [ríe], este ajá este ¿cómo se llama? estoy de sangrona, ajá, entonces sí, ese tipo de frases”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Se destaca el cambio de humor y los comentarios que se hacen con respecto a las emociones, las cuales si las mujeres las expresan de manera muy intensa directamente lo asocian con que la persona se encuentra en su periodo, lo relacionan con la locura y más allá de eso, se usan frases para hacer referencia a la palabra “menstruación” es decir, el remarcable intento de asociar y no decir de manera directa de lo que se está hablando. En la Tabla 18 se encuentran los tabúes y estigmas relacionados con el tema de la menstruación en las hijas.

Tabla 18*Tabúes y estigmas de hijas*

E01H	E02H
<p><i>“Antes se creía bueno ya hace muchos atrás se creía que la menstruación era mala y las mujeres la tenían como que esconder y ahora pues se puede decir que ya es un poco más normal hablarlo, pero se ve de diferente manera a como la veían antes antes la veían mal, la veían como que es un peligro y ahora pues se ve normal algo que te va a pasar.”</i></p>	<p><i>“Es una de mis compañeras le, ahora sí que le dice “Pablito” por una por en una ocasión estábamos en equipos, y ella, pues tenía la menstruación y estábamos haciendo un...una obra de teatro, creo y había un personaje que se llamaba Pablito, entonces le empezó a decir de que ya le había llegado “Pablito” y así.”</i></p>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija

En contraste, las hijas muestran una perspectiva que tiene que ver con la comparación de décadas anteriores y actuales, es decir, relatan que anteriormente el tema de la menstruación era una experiencia que se tenía que ocultar, incluso que era un tema de peligro, pero, que en la

actualidad, se puede ver con más normalidad y que es algo natural; aunque se refleja esto, no se dejan utilizar palabras o frases para hablar del tema de la menstruación por el significado social y cultural que a lo largo del tiempo ha tenido.

3.3.9.2.3 Menstruación como evento molesto

Por otra parte, se presenta la menstruación como un evento molesto, es decir, estas vivencias o perspectivas que hacen que sea una experiencia negativa donde las madres detallan los aspectos puntuales, como se puede ver en la Tabla 19.

Tabla 19

Menstruación como evento molesto en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“Proceso que llevamos ee las mujeres normalmente o la mayoría de las veces no es tan grato para nosotras, la incomodidad a veces porque pues variamos ciertas ocasiones de flujo muy poco a muy abundante y esa situación, conforme pasa el tiempo van aumentando como las molestias, como mujeres, la mayoría de mi entorno es mujer, pues un poquito mayor que yo. Entonces no ha sido como muy gratos realmente sí, hay incomodidad hacia la menstruación de que pues las molestias, la molestia física, también psicológicamente, considero que nos afecta un 90% [ríe], ha sido un poquito complicado como llevar esos días [ríe], la incomodidad en el entorno, porque también desconocen ellos y es cuando empieza a haber, pues bromas o comentarios fuera de lugar , no es grata, es tolerable, si claro, pero no es tan grata, pues sí podemos hacer ee nuestras actividades diarias, pero sí, un poquito más más lento, es vergonzoso, es vergonzoso ¿no? uno no quisiera desaparecer [ríe], porque pues sí, precisamente</i></p>	<p><i>“Es algo incómodo, o sea bien para nosotros, porque como dicen desechamos lo que no es necesario para nuestro cuerpo, pero este si es incómodo los primeros días, la incomodidad, de que pues nos sentamos que nos manchamos y cosas así, o sea en ese aspecto es como que no nos sentimos tan seguras de que nada más estamos pensando en eso cuando estamos en cuestión de que pues como le digo, o sea en mi caso cada mes me baja se puede decir mucho, y al siguiente mes no, entonces en el mes que este que a mí me baja mucho, o sea para mí es incómodo salir o andar trabajando porque o sea sea estarme cambiando a cada rato y eso a mí se me hace muy incómodo, o sea de que ya me senté y me paro y siento el bajón, entonces para mí eso es sí es incómodo eso es incómodo, pues molesto, el olor, el olor ¿no? en cuestión de por decir no sé, los primeros días son muy como que muy fuertes ¿no? entonces es como que me acerco y voy a pasar el olor a la persona que esté cerca,</i></p>	<p><i>“Bueno, el contra es el dolor, el dolor es lo primordial, ¿no? que bueno yo a mí me gustaría que la menstruación llegara, es bueno, pero que no hubiera dolor, o a lo mejor un poco, pero no exagerado ajá por ejemplo yo que un dolor excesivo, el gasto en las toallas femeninas, se podría decir, también sería una de esas, y que a lo mejor hubiera una vacuna, así como para controlar este ese dolor o que fuera así como una gripa y se me quita, o sea al final de cuentas casi es así cada mes, pero o sea que no, que fuera en periodos largos para no seguidos de cada mes o así, sino que a lo mejor el periodo fuera largo.”</i></p>

E01M	E02M	E03M
<i>¿no? ee, aunque no sé, te digo, es como la percepción de uno de que, a la mejor el entorno se da cuenta y si no se da cuenta, pues uno así se siente, se siente incómoda.”</i>	<i>entonces como que todo sí incomoda, sí incomoda”</i>	

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Ahora bien, se puede entender un panorama amplio con respecto a las vivencias de la menstruación como evento molesto en madres, pues detallan que es a causa de la incomodidad que genera el periodo, se menciona el flujo menstrual y algunas de sus características como lo pueden ser si es abundante o no e incluso los posibles escenarios de que la sangre traspase la herramienta menstrual y sea visible considerados como los “accidentes menstruales”, presencia de dolor y que idealmente existieran estrategias para la eliminación del mismo, aspectos emocionales asociados a comentarios que se reciben y remarcan el olor específico en el periodo. En la Tabla 20 se centra en la menstruación como un evento molesto en las hijas.

Tabla 20

Menstruación como evento molesto en hijas

E01H	E02H	E03H
<i>“Pues te salen muchos granitos, mmm emm la verdad a mi no me dan ganas de hacer nada, a veces es como de que ¡uy ya me manché! y no me dí cuenta entonces es como que incómodo y eso es un trauma que me quedó como de, no pues tengo que estar atenta porque sino voy a estar sucia todo el día, los cólicos, estoy enojada, estoy molesta mmm, me siento un poco abrumada, no me gusta hacer nada, me da mucha flojera hacer todo, no me gusta que me hablen como que me aislo.”</i>	<i>“Mmm que es algo que da pena que yo creo que no pena y para mí es algo incómodo por el dolor y todo eso, de que en cualquier momento, por ejemplo, de que si te paras como que baja, entonces a mi se me hace algo incómodo, de que ocurra algún accidente y así, la sensación de que te esté bajando.”</i>	<i>“Podrían ser los dolores que, pueden ser los cólicos, que a veces son muy fuertes y no con cualquier medicamento te eeh ¿cómo se llama? pues te ayuda o con cualquier remedio casero y pues te duele [ríe], si no llevas la cuenta, pues te pasa un día y pues te podrías manchar y pues si traes pantalón blanco, pues ya, ni modo [ríe], hay muchachas que utilizan toallas muy grandes y se transparentan, o se notan mucho, o que a veces las rozan y las lastiman, incomoda y pues avergonzada, los olores o a veces quieren exageran con echarse un buen perfume ahí se da cuenta uno que, pues están en sus días, a veces las telas de los uniformes están muy corrientes, se llegan a romper, y pues así.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

Se puede describir que los acontecimientos que reflejan las hijas como evento molesto, tienen que ver con el aspecto físico, es decir, aparición de acné durante el período, la incomodidad y sensación con respecto al flujo de que se traspase a la ropa y sea visible, la atención y preocupación extrema para que eso no suceda, aspectos relacionados con la suciedad, presencia de dolor, incluso, retraimiento social, asimismo, con las herramientas menstruales, que pueden llegar a ser incómodas, grandes, visibles, llegan a lastimar o incluso la molestia de los olores de las mismas.

3.3.9.2.4. Menstruación como evento prohibiciones – obligaciones

Este apartado tiene que ver con la menstruación, como prohibiciones u obligaciones, es decir, las actividades de la vida cotidiana que se deben o no se deben hacer durante el periodo. A continuación, en la Tabla 21 en madres.

Tabla 21

Menstruación como evento prohibiciones obligaciones en madres

E01M	E03M
<i>“Este [...] la incomodidad, de ver qué es lo que te vas a a poner o de que manera te vas a vestir, porque aparte pues andamos inflamadas ¿no?, los irritantes, pues más inflamación según yo”</i>	<i>“No es cierto, porque yo lo vivo, yo lo hago, no comas limón porque te dan más cólicos eso no es cierto, o sea todo está en la mente eh por ejemplo en mi hija, le digo tú debes de hacer tu vida normal, porque si empiezas obvio tu cuerpo a lo mejor te va a decir si no cómo se va a sentir, porque ya le estás dando al cuerpo algo que no está pidiendo, como le dije ahorita si tú estás en tu periodo y se te antojaron unos chicharrones con mucho chile y limón, o sea ¿te los vas a dejar de comer porque estás en tu menstruación? claro que no, te los debes de comer”, al contrario ajá tú debes de hacer tu vida normal la menstruación no depende de lo que pensamos hacemos, no, es parte natural de nuestro cuerpo”</i>

Nota. E01M = primera participante madre; E03M = tercera participante madre

Se pueden leer puntos de vista distintos, donde se remarca el tipo de ropa que se debe o no usar y los alimentos que se deben o no consumir durante el periodo menstrual; en contraste, donde se puntualiza que se puede vivir todo de manera normal. En la Tabla 22, se describen las creencias asociadas a la menstruación como evento prohibiciones-obligaciones en las hijas.

Tabla 22*Menstruación como evento prohibiciones obligaciones en hijas*

E01H	E02H
<i>“Yo antes hacía ejercicio y cuando me llegó la menstruación, dejé de hacer ejercicio entonces siento que eso para mí es malo, yo practicaba un deporte, fútbol entonces cuando yo tenía partidos o entrenamientos no podía asistir porque me sentía incómoda y no me gustaba entrenar así, y a veces es como la preocupación de que te manchaste o no y así, me impide hacer algunas cosas, o poner, usar ropa que quisiera usar.”</i>	<i>“Por ejemplo en algunas este ponen hacer trabajos ahora sí que por ejemplo aquí en educación física ponen a correr y así entonces aunque digan, pues deben de seguir con la actividad.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija

En suma, se puede mencionar que las hijas detallaron aspectos asociados con el deporte, pues presentaron la incomodidad de los llamados accidentes menstruales, los síntomas del cuerpo y las herramientas menstruales a utilizar en el mismo; de igual manera, se destacó la ropa que se debe utilizar durante el periodo menstrual.

3.3.9.2.5. Menstruación como evento incapacitante

La menstruación, como evento incapacitante, tiene que ver con la presencia de dolor; es decir, qué tanto la misma imposibilita o no hacer actividades de la vida cotidiana. A continuación en la Tabla 23 se ven los detalles con respecto a las madres.

Tabla 23*Menstruación como evento incapacitante en madres*

E01M	E02M	E03M
<i>“Sí, como tener un proceso un poquito más lento de actividades, en ocasiones, yo creo que los primeros días el uno y el dos sí sería como estar, este, pues muy tranquila ¿no? como que, en la cuestión de salir, de no sé sí como confrontarse la vida [rie] diaria. Sí, hay ocasiones que dice uno: ¡ay no! mejor no me siento muy mal y cosas así ¿no?, pero sí, obviamente con un poquito de molestia ¿qué pienso de que nos deberíamos de quedar? pues estoy de acuerdo, pero pues no se puede ¿no? entonces pues tenemos que que seguir, trato de descansar un poco más ¿no? de a lo mejor no hacer al 100% las actividades y no sé, hoy me tocó ir a correr ¿no? un ejemplo o ir al mandado, pues a lo mejor sí, lo cambio, para</i>	<i>“A lo mejor sí podemos hacer las cosas normales, pero, en cuestión de forzar mucho, siento ¿no? porque como si puedo decir que nuestro vientre está así como que débil en esos días, entonces al cargar pesado pues a lo mejor siente, no sé, o sea, pienso yo, porque si no uno cuando uno carga o algo así se siente el bajón, pero pues como digo, dependiendo de de cada persona de cómo sienta, o sea como siente su cuerpo,</i>	<i>“Yo lo he vivido en dolores menores, regulares, fortísimos que a veces de plano no me levanto de la cama por el mismo dolor, cuándo es muy muy muy exageradamente muy fuerte, este si me recuesto un rato y trato de relajarme, a modo de que se me pase un poco el dolor, dormir, a lo que hago es reposar, dormirme ya despierto ya como que más relajada más este tranquila ya el dolor ya pasó o a lo mejor si lo tengo, pero ya es moderado un dolor que sí puedo</i>

E01M	E02M	E03M
<i>pues otro día que me sienta un poco mejor y descansar más ¿no? o bueno recostarme.”</i>	<i>pero si siente que no pues obviamente no.”</i>	<i>aguantar, aja, pero si no me espanto[rie].”</i>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Si bien, en esta sección las madres reflejan las acciones sensoriales no agradables, se destaca que al momento de hacer sus actividades cotidianas se permitan estar tranquilas y sin movimientos bruscos o extremos en la fase menstrual, pues, se puntualiza este deseo de no querer salir y de quedarse en casa a descansar, el no cargar cosas pesadas, incluso la imposibilidad de levantarse de la cama por la presencia del dolor, dando como resultado que dejan hacer sus actividades del día a día y para que el dolor disminuya, las personas menstruantes toman acciones como relajarse, reposar e incluso dormir en el periodo menstrual. En la Tabla 24 se encuentran los aspectos detallados con respecto a la menstruación como evento incapacitante en hijas.

Tabla 24

Menstruación como evento incapacitante en hijas

E01H	E02H
<i>“No siento nada, bueno sí, me siento como que molesta porque digo: ¡ay no! ya no voy a hacer esto.”</i>	<i>“Mmm, afecta en cómo realizamos nuestras actividades día a día, porque a ver si es el dolor no permite ahora sí que moverse y así, algún trabajo así que no requiera tanto esfuerzo, me quedo en la sala o acostada en la cama.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija

Asimismo, como sucede con las madres, las hijas reflejan que la presencia de dolor tiene como consecuencia que las mujeres decidan descansar y no estar muy activas, pues, dependiendo la intensidad de dolor va a ser proporcional al número o tipo de actividades que puedan o no realizar durante el periodo menstrual.

3.3.9.2.6. Menstruación como evento secreto

Cabe precisar que, en este apartado se encuentran hallazgos hacia la menstruación como evento secreto y las vivencias que han transitado las mujeres. En la Tabla 25 se detallan las experiencias. Al tener en cuenta a la menstruación como evento secreto, las madres la asocian a sus vivencias del pasado, pues en décadas anteriores, era vivido como tabú, no se hablaba, el ocultamiento estaba presente, eso generaba desconocimiento sobre el mismo, relacionando los significados que existían alrededor del tema en décadas pasadas, el ocultamiento de las herramientas menstruales, el hecho de no poder abordarlo con familiares, pues se consideraba una situación ofensiva y una falta de respeto hacia la propia mujer.

Tabla 25

Menstruación como evento secreto en madres

E01M	E02M
<p><i>“Estaba con mis abuelos entonces con mi abuela era un tema que no se tocaba mucho, era solo ser un poco discreta que no se dieran cuenta en casa que ya había llegado a la menstruación no era malo, pero al fin de cuentas sí decía como que es un poquito más discreta sé limpia o ese tipo de cosas, para mí en su momento eran era un tabú, existía de niña pues no me percataba mucho y no se habló, se habló en el momento que a mí me tocó y era como muy poco realmente no teníamos mucha información.”</i></p>	<p><i>“Venimos en una comunidad que era así como que todo mundo era así de en ese tiempo era así como que todo apenas ¿no? no era un tema que no se tocaba desde un principio, si lo veía, así como que algo malo porque teníamos ese [...] por la información, ¿no? de de mi mamá, comprábamos las toallas, pero a escondidas que nadie se diera cuenta o que nos las vendieran enredadas, para mí sí, cambió, porque cambié esa esa parte de verlo de una manera normal, que anteriormente no lo veía así, es como que qué nadie se entere, es más ni que vieran los papeles manchados a nada nada nuevo teníamos todo teníamos que esconderla entonces prácticamente al llegar aquí, pues fue así como que ya me libero de todo eso, cómo eran antes, y es algo que se puede decir que traemos, sabes que de eso no no se habla, no se dice no se comenta, anteriormente era un tema como, no pues es una grosería hablar de la menstruación porque le estás faltando a la mujer.”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre

En la Tabla 26, se puede ver la menstruación como evento secreto en hijas, ellas enfatizan que se habla del periodo, por el hecho de sus emociones y de cómo se sienten generalmente son aspectos negativos, si no estuvieran esos elementos presentes, no se hablaría de ella en público, puntualizan en el ocultamiento de las toallas femeninas, en que nadie se dé cuenta que portan

herramientas menstruales o que las mismas sean visibles pues aparecen sentimientos de pena o vergüenza.

Tabla 26

Menstruación como evento secreto en hijas

E01H	E02H	E03H
<i>“No no,es que no no lo suelo hablar y casi nunca lo hablo ¡nunca lo hablo!”</i>	<i>“Mmm, por ejemplo, andar cargando ahora sí que, las toallas femeninas en la mochila y que a la hora de utilizarlas, pues de que nadie las vea.”</i>	<i>“Normalmente las niñas no hablan de esto, se quedan calladas, pero hay unas que o sea dicen no es que estoy en mi periodo este ¿cómo se llama? o no porque estoy muy deprimida y yo o sea, muy sentimental, hay niñas que usan faldas muy pequeñas y como están en sus, días y se llegan agachar y pues se nota su toalla y es algo, bueno, para mí, es algo muy vergonzoso y que, pues transparente tu ropa y pues que se note y pues los demás te vean, en caso, casi mío, que como las niñas que duran mucho como 7 días, 7-8 días a lo mucho, y pues ahorita que están en la escuela, pues que tienen que hacer educación física, y hay veces que profesores no permiten que se queden sentados, porque pues sería como excluirlas y pues hacen que se [...] y pues se nota mucho.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

3.3.9.2.7. Menstruación como evento agradable

La menstruación como evento agradable tiene que ver con los sentimientos positivos que conducen al bienestar de las personas que la experimentan. En la Tabla 27, se puede ver la manera en la cuál se percibe la menstruación como un evento agradable, tales pueden ser, al saber si hay presencia o no de embarazo y de alguna enfermedad, asimismo, desecharla del cuerpo porque ya no tiene utilidad.

Tabla 27

Menstruación como evento agradable en madres

E01M	E02M	E03M
<i>“Pues como una manera de limpiar ¿no? como de sacar algo, tal vez que el cuerpo pues no le sirve ¿no? es una manera de desecharlo.”</i>	<i>“En cuestión de que cuando no nos baja nos preocupamos, ¿no? pero ya cuando nos baja ya pues ya [ríe] en esa parte yo digo, o sea eee porque ya hay se puede decir como que suficientes enfermedades. Porque de repente si bueno, ya tiene retraso de una semana, ¿no? simplemente puede ser un embarazo</i>	<i>“Bueno yo creo que en ese sentido por ejemplo, nosotros como mujeres y que empezamos a procrear, eee es bueno, para mí es transmitirle sangre nueva este, sana a mi bebé, para empezar a procrear, yo creo que debemos de estar limpios, sanos en sangre”</i>

o simplemente puede ser una enfermedad o cosas así”

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

En la Tabla 28 se encuentran los discursos de las hijas, haciendo referencia a que es lo que ellas consideran agradable gracias a que le pasa a todas las mujeres y que es algo natural, asimismo, para desechar la sangre y evitar alguna enfermedad.

Tabla 28

Menstruación como evento agradable en hijas

E02H	E03H
<i>“Mmm, sería algo que es natural, y que no solamente a una le pasa, sino que a todas.”</i>	<i>“Somos muy delicadas y la sangre cambia en nuestro cuerpo y se echa a perder, entonces pues, como pues la tenemos para no enfermarnos y así tenemos que tirar esa sangre que ya no sirve.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E03H = tercera participante hija

3.3.9.2.8. Díada madre-hija

Es oportuno señalar que ahora se presenta la influencia de la madre hacia la hija, sus acontecimientos y cómo lo vivieron en el pasado, es importante mencionar que en la parte de mujeres adultas, se describe la manera en cómo lo vivieron con sus madres en décadas anteriores y cómo la transmiten hacia sus hijas en la actualidad. En la tabla 29 se muestran las experiencias.

Se puede identificar que la influencia de madre a hija es significativa en la manera en que las mujeres la transitan, pues mujeres detallan que en décadas anteriores al ser un evento del que casi no se hablaba, ellas demandaban esa necesidad de acompañamiento, que se les explicara más allá de los aspectos superficiales que pudiera generar el tema, en donde se buscaba un lugar de confianza, apertura y que justamente en su discurso detallan que eso que vivieron ellas anteriormente no quisieran que sus hijas lo vivan, por lo que ellas en este lugar son las que promueven y platican el tema, haciéndoles ver que es algo normal, que es algo natural

compartiendo la información que ellas consideran pertinente de lo que ya saben, promoviendo el propio bienestar de sus hijas.

Tabla 29

Díada madre-hija en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“Por necesidad de acompañamiento también ¿no? porque como bueno como mamá pues tengo que estar ahí ¿no? o ella misma me comparte las situaciones que a veces es de su conocimiento.”</i></p>	<p><i>“Yo vengo de una comunidad ¿no? de un pueblo, entonces la gente de allá era así, como que muy eee, no hables de eso, porque es como una falta de respeto, entonces para mi mamá no podía hacerle ningún comentario sobre eso, porque pues era así de no me preguntes, porque no te lo voy a decir, o sea es algo que no debes de saber, ya después de tiempo se enteró de que ya teníamos eee nuestra menstruación y todo y mis hermanas, pero era así de que como que no nos tomaba en cuenta era era muy indiferente, mi mamá, como que no le preocupaba esa parte por decir, porque pues nosotros buscábamos la forma de ahorrar, de no sé un pesito, dos pesitos en el transcurso del mes para comprar el paquetito, pero mi mamá era así de compraba un paquete de 10 y repartirnos las entre todas, y así como que no, porque pues duramos cuántos días y no solo usamos dos o tres, entonces sí, le digo o sea no se tocaba ese tema y eran escondidas, no se usaban toallas, se usaba tela, se usaban telas, no me gustaba en esa parte de su forma entonces, yo mis hijas se los comenté antes de, para que en su primer día no se fueran a asustar y estuvieran prevenidas y cosas así, porque sabíamos que cumpliendo los 12 en cualquier momento 11 a 12 eee les iba a suceder, entonces tenían que tener el conocimiento de lo que yo no tuve, se puede decir que ya es así como que ¡ah! lo hablamos, ya es normal ¿no? como ya le comentaba, con mi mamá anteriormente no se podía tocar ese tema es como que algo incómodo, pero pues ya cuando uno crece digo ¿por qué si es algo natural? Es algo que debemos de estar informadas.”</i></p>	<p><i>“Mi mamá, me empezó a decir a platicar sobre las las toallas sanitarias, la protección y entonces yo decía, no pues si se macha tantito, ya corrí yo al baño y tenía que cambiarme, ¿no?, sí, lo llegamos a platicar, pero me dice pues cámbiate, báñate, ajá o sea sí sí me decía pero como que para mí eso no era seguridad, para mí eso no era esta confianza este, para mí sea no yo quería, que me enseñara ajá eeh no, no, no, o sea hasta que yo lo empecé a vivir, yo lo empecé a practicar, vivir conmigo misma, lo que yo he aprendido, yo se lo he reflejado mi hija, yo le doy esa seguridad a ella, que yo hubiera querido en ese momento esa seguridad, pero no la tuve, entonces ella, cuando empezó en su menstruación, yo también le dije no pasa nada, el día que llegue a suceder eso: tú no te espantes, si se tiene que comprar los paquetes que se tengan que comprar los compramos, o sea tú no te sientas incómoda, como le dije yo: usa tu licra, eso si siempre le dije: usa tu licra, ella usa licras este en su periodo, este constantemente como le he dicho, puedo hacer mis actividades normales, ya no vivo con ese miedo y eso es lo que yo le proyecto a mi hija: siempre cárgate una, dos, en eso corres al baño no digas, voy al baño y ya haz lo que tengas que hacer en el baño, no pasa nada, y ella igual se ha familiarizado ella, ella si sufre de cólicos, pero son menos, bueno constante, por a lo mejor porque va empezando, pero este y es muy diferente a la mía pero si ya como que ya nos familiarizamos en eso.”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

En esta sección, en la Tabla 30 se detalla la experiencia de la díada madre-hija con respecto a las hijas, se puede reflejar el previo acompañamiento de madres a hijas, el conocimiento que las mujeres adultas tienen a su alcance lo comparten, haciéndoles saber que es algo natural, asimismo, el uso y manejo de las herramientas menstruales, por lo que las adolescentes hacen referencia a que siguen las indicaciones, pues en realidad aunque hay acompañamiento por parte de sus madres, desconocen algunos aspectos a profundidad sobre el tema de la menstruación.

Tabla 30

Díada madre-hija en hijas

E01H	E02H	E03H
<p><i>“¡Ah pues si era un día normal y me decía: ¡Ah no, es que me esta bajando!” y yo le preguntaba y ¿qué se siente? Y ella de pues no se siente nada, a ella no le dan cólicos tons no me puede decir que le dolía, luego me regañó, porque como mucho chile y me dice te va a hacer daño, te van a dar cólicos y la verdad no sé si es o no, porque hay veces, 2 meses fue que no tuve cólicos y los el anterior sí y fueron muy, pues no lo hablamos en mi casa bueno o yo no lo hablo con mamá porque mi mamá me dice “ya sabes” qué quieres que te diga y hay preguntas que luego si me hago de ¿qué pasa? o así [...] y mamá me dice, pues no sé y yo de ok y normal porque pues es algo que te va a pasar y te va a dejar de pasar sí en algún momento pero ya, muy lejos.”</i></p>	<p><i>“Mmm, era cuando mi mamá, ahora sí que, compraba toallas femeninas, y pues, yo pensaba que eran para bebés y al final eran para, pues, la menstruación, me explicó, mi mamá y mis tías, me explicaron de que no debía de tener miedo de que era algo natural y que me iba a llegar, pues, en ciertos tiempos y en cómo usar correctamente la toalla, cuánto tiempo dejarlo y así”</i></p>	<p><i>“Mi mamá ya me había avisado lo que iba a pasar, medio me explicó que era y que no me tenía que espantar porque era algo normal, y un día estábamos según estábamos, le estaba ayudando a doblar la ropa, estábamos hablando de los, de los cambios que iba yo a tener en mi cuerpo, entonces me explicó que iba a llegar mi menstruación, que era sangre que ya no utilizábamos que ya se tenía que desechar, y este, ya le pregunté un buen de cosas [ríe] y ya después, este, me enseñó, este ¿cómo se llama? Poner una toalla y pues le pregunté qué porque a las mujeres si y a los hombres no y me dijo que no qué porque nosotras somos más delicadas y que tenemos que cuidarnos más [ríe] y también le pregunté que por qué que tenía que salir en la sangre por ahí y me dijo que por algún lado tenía que salir y que no sé qué y yo, así como de ah [ríe], siempre le he hecho caso en lo que me diga, entonces como que yo no tengo una idea en si de qué hacer”</i></p>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

3.3.9.3. Manejo del cuerpo

Este apartado contempla todos los aspectos asociados al conocimiento, síntomas, acciones que se toman en cuenta durante el periodo menstrual y su gestión, qué es lo que las participantes saben, piensan o creen sobre su cuerpo.

3.3.9.3.1. Dolor menstrual

En la presente sección, en la Tabla 31, se encuentran las experiencias y detalles del dolor menstrual en madres. Se puede evidenciar que la fase menstrual tiene efecto en la experiencia en las mujeres, donde relatan tener dolor en general, distinto tipo de intensidad, sucede algunas partes del cuerpo dependiendo la persona, se describe la sensibilidad, inflamación, mastalgia, dolor en la cintura cadera, espalda, son indicadores que se pueden presentar días antes o durante el periodo menstrual, las emociones que se generan y acciones que se toman en cuenta para afrontarlo.

Tabla 31

Dolor menstrual en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“Aumentaron los cólicos, dolor de pechos, la inflamación, sí la sensibilidad, los dolores empiezan yo creo que una semana antes o unos siete días antes y si ya decimos ¡ay [ríe] ando achacosa!, me siento, pues triste, me quiero hacer solo bolita en casa, porque pues sí, la cuestión del cuerpo de la inflamación de los pechos este la espalda bueno, la cintura, en este caso es lo que más la, el síntoma más fuerte en mi menstruación es la cintura es como un dolor un poco más intenso la cadera cintura cadera”</i></p>	<p><i>“Dolor, los primeros días, bueno algunos son los primeros otros en el transcurso de los días, si estoy sin hacer nada siento bastante dolor, pero ya si estoy trabajando algo así, estoy a activa y todo eso se me olvida, entonces se me olvida, y ya se me pasó ¿no? pero si no hago nada o en el transcurso de toda la noche, sí, siento el dolor, entonces yo creo que ocupándome se me pasa, o sea se me olvida porque ya no estoy enfocada en el dolor, en la cintura, la panza, como que no me puedo enderezar y cosas así, dejo que fluya de manera natural es lo único que le digo que le comento, es que si me ocupo se me olvida y el dolor se me ol [...] sí, se pasa”</i></p>	<p><i>“Yo sufro de cólicos antes, después, y durante ajá, yo soy de cólicos muy fuertes a veces el dolor si es muy muy muy muy, muy fuerte, más ahora, que ya tengo hijos, o sea a lo mejor antes, pues no, ¡sí era fuerte el dolor!, pero no tanto y ahorita pues ya, ¡ah! caray como que ya voy a empezar y ya viendo los días, ajá, empiezo a tomar mi precaución, muy doloroso, muy feo, pero a veces siento que, este, es algo normal, y que uno como mujer debe de controlar hormonalmente sin necesidad de medicamentos, sin necesidad de mitos de lo que diga la gente o sea no yo creo que debe ser algo natural, el dolor es tan fuerte que me irrita me pongo de malas, aja, me enoja me estresa entonces para yo no sentirme estresada ni enojada, entonces lo que hago es yo tranquilizarme, o sea se me va a quitar el este no no darlo a demostrar que tengo dolor para mí no me duele nada, no tengo nada, no pasa nada, pero mi cuerpo yo siento dolor”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Asimismo, se destacan las experiencias y detalles del dolor menstrual en hijas (ver Tabla 32); en las hijas se puede evidenciar, de igual manera que experimentan dolor, haciendo referencia a los cólicos menstruales, dolor en la región abdominal inferior muy intenso, lo que imposibilita

hacer actividades cotidianas y que de manera remarcable se menciona en el discurso que es normal la presencia del mismo en la fase de menstruación.

Tabla 32

Dolor menstrual en hijas

E01H	E02H	E03H
<i>“Duele mucho, lo que yo experimento, en meses he experimentado cólicos, muy fuertes en la parte de abajo, en la primaria tuve compañeras y pues me decían que dolía, que algunas me dicen que les duele, otras que les gusta porque no se nada y otras que pues no sienten nada, mmm para mi ha sido muy feo [ríe] porque tengo muchos cólicos, mmm fuerte, mmm como que te aprieta algo en el abdomen y luego sientes tirones muy feos.”</i>	<i>“Pues se me hace un poco incómodo, porque luego si tengo mucho dolor y así, y pues, para mí es algo que ya se me hizo normal, porque la tengo desde hace tiempo, entonces, no se me hace algo extraño por así decir, cuando tengo mucho dolor, y así, pues nada más me quedo en un solo lugar y cuando tengo poquito, pues estoy pues me muevo más que así, dolor en el vientre, como abajo de la panza.”</i>	<i>“Eeh, sé que cuando me baja cuando me duele mucho mi vientre y no sé, es un dolor, bueno, a veces es un dolor insoportable y ni [ríe] que ni siquiera me puedo levantar, porque me duele.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

3.3.9.3.2. Conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual

Se continúa con el conocimiento del cuerpo o del ciclo, de lo que las mujeres saben con respecto al ciclo menstrual, como se puede ver en la Tabla 33. Es importante mencionar que pueden existir algunas creencias o conocimientos que son tanto elementos adecuados como susceptibles de mejora y al momento de qué las mujeres relatan lo que saben con respecto al ciclo menstrual, que es la formación de óvulos para ser fecundados desde que sucede la menarca, un aviso de nuestra salud, es decir, posibles enfermedades, que se puedan identificar embarazos, el funcionamiento del cuerpo, el conteo de los días, la espera de los mismos, el cálculo de las probabilidades de embarazo, la renovación de sangre, es decir, desecharla para generar nueva.

Tabla 33

Conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual de madres

E01M	E02M	E03M
<i>“Formación de los óvulos, para ser fecundados, nos indican en la primaria nos dan una pequeña</i>	<i>“No, pues se puede decir que como yo soy exactamente sé que si me bajo el 25 un ejemplo</i>	<i>“Bueno que es parte de nuestro cuerpo, que este, algo que estamos sacando y reproduciendo naturalmente en nuestro</i>

E01M	E02M	E03M
<p><i>introducción, pero pues yo creo que realmente es cuando uno comienza a reglar, no sé yo creo que se depende de cada cuerpo en verdad no sé alguna situación que tenga el cuerpo, después de mis embarazos, el el sistema natural del cuerpo sí ¿no?, por medio de mi hija también ¿no? el que ella esté como un poquito la información a ella llegue de una manera diferente, pues igual hace que a mí también me llegue ¿no? que yo traiga un poquito más de conocimiento, tengan me acerque esa información. Por medio de la menstruación o sea nos podría avisar de alguna enfermedad, o sea sé que su proceso del cuerpo, natural, no se puede eee cambiar o hay manera, pero pero considero que si no tenemos la conciencia porque a fin de cuentas no tenemos tampoco el conocimiento o realmente la conciencia de tomar al 100% la situación”</i></p>	<p><i>de cada mes para el próximo mes, pues yo ya estoy, pues está esperando para que llegue ese día es algo cotidiano, yo sé que soy exacta, entonces ya sé que si el 25 este me baja ese día, yo estoy esperando ya sea en el transcurso del día, la noche y también ya sé que si este mes no me baja mucho para el siguiente, ya sé que me va a bajar más, porque es un mes sí y es un mes no entonces, pues a eso se basa en el que uno vaya conociendo su cuerpo, yo digo, o sea eee porque ya hay se puede decir como que suficientes enfermedades. Entonces se puede decir que mientras estemos cada mes constantemente, quiere decir que estamos bien”</i></p>	<p><i>organismo como mujeres, yo creo que su función es para ir contando los días, en la, en el cual la sangre se va reproduciendo la nueva y la que y la viejita se puede decir la que ya no quiere nuestro cuerpo quiero pensar que son células muertas, que nuestro cuerpo rechaza porque ya hay otras nuevas, nosotros las mujeres este en ese lapso de la menstruación, podríamos procrear, embarazarnos, habría más probabilidad de embarazarse este entonces y que de ahí empezaba un nuevo ciclo en nuestra vida, sea a final de cuentas para mí es sano, que nosotros como mujeres podamos este sacar esa sangre que no que no quiere nuestro cuerpo y contaminarla [...] y es que por ejemplo hay flujos muy rojos, hay y se espantan, da miedo y hay flujos como pálidos, a como que descoloridos, entonces así como que a mí me falta color ajá, entonces digo no no pasa no es por el color”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

A partir de lo anterior, en la Tabla 34, se hace referencia al conocimiento del cuerpo o del ciclo en hijas. En el conocimiento del cuerpo y del ciclo menstrual, las hijas tienen la perspectiva de que es algo natural lo que pasa en el cuerpo de las mujeres cada mes. Asimismo, con la función de planear hijos, el hecho de saber si hay presencia de embarazo o no, para llevar el conteo del ciclo, desechar sangre que no utilizamos y producir sangre nueva, salud y bienestar del cuerpo, asimismo, puntualizan en la fragilidad que puede presentar la mujer y los cambios del cuerpo, y que justamente para no enfermar se tienen que desechar esa sangre que ya no tiene utilidad en el cuerpo.

Tabla 34
Conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual en hijas

E02H	E03H
<p><i>“Es algo natural, y que a todas las mujeres les pasa en un cierto tiempo del mes, para</i></p>	<p><i>“Mmm, pues que es algo normal en una mujer, que mmm [...] ¿cómo se puede decir?, es este mmm [...] pues sangre que ya no</i></p>

E02H	E03H
<p><i>poder, eeh, planear, este, ¿algún hijo?, para saber cuando no estás embarazada, yo creo que si es como más efectivo saber cuando va a poder llegar, de que, si por ejemplo utilizas aplicaciones, pues no te dicen que día exactamente y si conoces bien tu cuerpo probablemente sea más, más efectivo, mmm, podría ser como, mmm, que este, sentirte más triste o más feliz o algo así”</i></p>	<p><i>utilizamos nosotras y pues ya tenemos que desechar, ahora si que puede ser como un cambio, mmm, ¿hormonal?, todas las niñas, eeh, tenemos una sangre muy diferente, y pues como esa sangre se echa a perder con el tiempo tenemos que desecharla para producir sangre nueva, pues tal vez puede servir para, mmm [...] “¿una salud más sana?” para un bienestar a nuestro cuerpo y así [ríe], nosotras somos muy delicadas y la sangre cambia en nuestro cuerpo y se echa a perder”</i></p>

Nota. E01H = primera participante hija; E03H = tercera participante hija

3.3.9.3.3. Gestión menstrual

En esta sección se enfatiza la gestión menstrual, es decir, el conocimiento con respecto a las herramientas menstruales y acciones que utilizan para el afrontamiento de la menstruación, como se puede ver en la Tabla 35, se relata lo que conocen las mujeres adultas.

Tabla 35

Gestión menstrual en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“yo considero ¿no? también sin dejar la higiene obviamente, algún pues este algún tecito, alguna función calentita o un té, obviamente cafeína tratamos de evitarla, este y alguna pastilla algún paracetamol, algún antiinflamatorio y ya”</i></p>	<p><i>“Pues obviamente este usando las toallas como debe de ser, obviamente si sé por decir que me baja mucho estarlas cambiando constantemente para prevenir alguna infección, porque se puede tener más tiempo, eeh la higiene pues estarnos lavando bañando no lavando, bañando ¿no? y así nada más.”</i></p>	<p><i>“Había más protección en mí, por ejemplo empecé a usar las licras este toallilita, o sea todo con algo, algo que amarrara al calzoncito, necesario cambiarla, pues a lo mejor tres horas, cuatro horas, constantemente había este toallas sanitarias que rozaban, entonces todo eso era como que lo fui practicando, lo fui conociendo con a través del tiempo marcas, y todo, y ya fui probando una por una y hasta que encontré la que a mi me ajá, la que yo me acomodé ajá con la yo encontré esa seguridad, más que nada, esa seguridad, hay que bañarse si es posible tres veces al día en ese sentido, cuando estés este, menstruando procura que cuando vayas al baño, utiliza toallitas húmedas, límpiate primero que el papel después con la toallita esa zona tiene que estar limpia, limpia, limpia, limpia ¿por qué? Por el olor te puedes llegar a manchar hay accidentes que puede suceder, como le dije, aunque tú tengas la mejor higiene, yo no tomo nada para los cólicos, a menos, bueno ahorita ya con la experiencia y todo, este a veces si me llevo a tomar un paracetamol, protegida en cuestión de, de traer siempre una toalla sanitaria, este conmigo, como parte como mi celular, como mis llaves es algo así, mmm, pues más que nada la toalla sanitaria a mí yo me acomodo con esa a pesar de que hay diferentes cosas, por ejemplo, los tampones, no eso a mí no me gusta, entonces yo yo me siento cómoda, segura con la toalla, me baño temprano, mi toallita limpia, este, y si siento el flujo muy abundante eeh, por ejemplo, me voy al baño y para no sentirme sucia ¿qué hago? Limpiarme, me cambio la toalla y otra vez como nueva, yo no llevo una cuenta exacta ni regular porque a veces me puedo ocurrir en la noche, me puedo ocurrir en el día, me puedo ocurrir en el trabajo, en cualquier lugar me puede agarrar. Pero yo mi seguridad mía es de que, yo siempre de de estar protegida, una o dos este siempre cargo en mi mochila”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Las madres adultas en la gestión menstrual, consideran la higiene, si hay presencia de dolor, algún té o algo caliente, y si hay dolor intenso, pastilla y antiinflamatorio; las herramientas menstruales, puntualizan en usarlas adecuadamente, estar cambiando constantemente para la prevención de infecciones, la higiene con respecto a los días de baño o el uso toallitas desinfectantes. En la Tabla 36 se encuentra la gestión menstrual de las hijas, se comenta que si hay presencia de dolor, toman en cuenta ingerir pastillas o un té. Por otra parte, cambiar la toalla constantemente y considerar actividades tranquilas para que no sucedan los accidentes menstruales. El tipo de ropa a utilizar, es decir, el uso de shorts o licra; considerar cosas frías para el dolor en el vientre; cargar con el kit de limpieza; el uso de toallitas húmedas para el manejo del periodo.

Tabla 36
Gestión menstrual en hijas

E01H	E02H	E03H
<i>“Mmm, pues me tomo algún té o me tomo una pastilla”</i>	<i>“Cuando me da mucho, pues mi mamá me da una pastilla, y cuando no tanto, pues no más así estoy, estar cambiando constantemente la toalla y tener cuidado de no hacer un cierto actividades para no mancharme”</i>	<i>“Voy por mi toalla y me la pongo y si me toca falda como ahorita podría ser este llevarme un short o una licra por cualquier cosa, y si es pants, mmm, pues también más que sea un poco más este delgada para que no se llegue a notar que traiga la licra, siento mi vientre, y si está muy caliente, me pongo algo frío en mi vientre y se baja y se tranquiliza o a veces cuando está muy frío, me tomo un té de manzanilla y ya se me calma, esos días, bueno, eeh, podría ser cargar siempre con un kit de limpieza, que pues bueno, en mi caso, la escuela lo exige cuándo es educación física, pero cuando estoy en mis días, yo lo traigo diario porque me sale toallitas y cosas así eeh, también podría ser que, bueno, en mi caso me baño un día sí y un día no y entonces pues cuando estoy en mis días yo me baño todos los días.”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

3.3.9.3.4. Categorías emergentes: influencia contextual

Atendiendo a otro aspecto, se consideran las categorías emergentes, es decir, estos elementos que no se tomaron en cuenta en un principio y salieron en el discurso tanto de madres como de hijas, por lo que el primero de ellos es la influencia contextual en madres, como se puede

ver en la Tabla 37. Al considerar el contexto de décadas anteriores, la menstruación era un tema del que no se hablaba abiertamente en consecuencia, las participantes adquirieron información sobre la menstruación a través de distintas fuentes y en diversos ámbitos, en este sentido, refieren que, en ausencia de la madre, fue principalmente la hermana con quien se abordó el tema, asimismo, fuera del ámbito familiar, se identifican espacios institucionales, como la escuela, como fuentes de información, resulta relevante señalar que, pese a haber aprendido a partir de la experiencia, las participantes fueron comprendiendo con el tiempo y a su manera el funcionamiento del ciclo menstrual.

Tabla 37

Influencia contextual en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“Fue mi hermana mayor mjm, ella fue la que la que me orientó un poquillo mjm, estaba con mis abuelos entonces con mi abuela era un tema que no se, tocaba mucho, ella como tal no abordaba el tema por pues yo creo que la generación ¿no? nos faltó ahí una generación para orientar esa parte.”</i></p>	<p><i>“Fue mi conocimiento por parte de la escuela, porque para mi mamá no podía hacerle ningún comentario sobre eso, con mis hermanas, pero pues nada más nos compartíamos, de: ah pues a mí si [...] bueno nos decíamos de que ¿te sobraron toallas? A pásamela y así era de esa forma de como nos compartíamos, pero no o sea como tal así que tuviéramos una comunicación sobre eso no nada más era así de que ay ya estoy ¿te sobraron? Y ¿me prestas? Y así y así cada mes.”</i></p>	<p><i>“Amm, yo lo empecé a conocer en la escuela, pero me daba miedo, en la primaria, ajá a partir ya de sexto, fue como yo empecé a conocerlo, en la escuela, todo fue en la escuela, ya después con la misma experiencia de uno, como un como yo me sentía, o sea no a, ¡ah sí! Entonces no es así, como dice la gente, ni como dice el libro ajá, decía ¿no? igual.”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

3.3.9.4.1. Desinformación sobre menstruación

Otra categoría es con respecto a la desinformación sobre menstruación en la cual tanto madres como hijas enfatizan en el desconocimiento que hay sobre el tema, a continuación en la Tabla 38, las mujeres relatan aspectos que ellas creían sobre la menstruación, mencionando directamente experiencias y que a través del tiempo toman en cuenta de que eran creencias erróneas y también se destaca sobre la falta de información o que no cuentan con conocimientos.

Tabla 38
Desinformación sobre menstruación en madres

E01M	E02M	E03M
<p><i>“No tenía la orientación como tal, son temas que desconocemos o bueno para mí en su momento eran era un tabú, existía de niña pues no me percataba mucho y no se habló, se habló en el momento que a mí me tocó y era como muy poco realmente no teníamos mucha información, o sea sé que su proceso del cuerpo, natural, no se puede eee cambiar o hay manera, pero pero considero que si no tenemos la conciencia porque a fin de cuentas no tenemos tampoco el conocimiento o realmente la conciencia de tomar al 100% la situación, no tenemos una educación desde chicas no se nos habla, a mi nunca se me habló o sea si era, pero ¡ah! ¿no? pasaba, pero realmente oye te va a pasar esto desde niña que te den una educación como tal pues realmente no no fue así mi caso, pero para bueno nosotros tampoco somos muy grandes, pero no siento que no, a pesar de que pase el tiempo, hay personas que con su edad desconocemos o desconocen ciertas ciertos puntos importantes la información que sea concreta, las niñas igual iniciamos una vida sexual temprana entonces pues ya también tenemos conciencia, pero pues hay consecuencias y hay situaciones que que sí debemos de estar diciendo eso ya igual depende de cada persona de cada individuo porque pues esta a veces la información igual que la menstruación y pues eem ¿no? qué bueno pero ya cuando realmente estamos es chispas no ¿no? no tener conocimiento como tal.”</i></p>	<p><i>“Siento que pues es una parte natural de nuestro cuerpo que desecha, y yo digo que hay cosas que no necesita supongo yo la verdad no sé, si era así, como que con miedo, porque pues no tenía el conocimiento de cómo utilizar por decir las toallas femeninas, entonces no sabía si estaba haciendo lo correcto o no, ajá.”</i></p>	<p><i>“Eee, porque yo creía [...] mi miedo era de que yo me quedara sin sangre, pero no lo que después fui descubriendo, es que o sea, esa sangre que yo sacaba era porque ya tenía yo una nueva en mi cuerpo y si yo me quedo con la toalla en tanto tiempo, la sangre se me va a regresar, entonces eran este, momentos que empecé a controlar en mi misma, que fui conociendo, fui aprendiendo este ajá y que el olor que salía igual era algo que me daba miedo y este y vergüenza, porque yo no quería que nadie se me acercara este en ese tiempo, sentía yo que caminaba raro, ya después como fue pasando los meses, como fue pasando el tiempo, pues ya vi que todo era de mi imaginación, mis emociones, ajá que no era como yo creía, después, pues fue algo para mí algo natural, me fui acostumbrando a ella, me fui familiarizando este después, pues algo como, como cuando me empecé a embarazar y que no llegaba mi, mi menstruación, mi regla y decía yo qué barbaridad, creo que ya perdí la cuenta y otra vez, este y otra vez y dije no como que ahora se me adelantó, para mí por ejemplo para mí es falta de información porque digo o sea todavía no hay un periodo exacto ni una edad exacta para que termine el periodo puede ser más cuando esté yo más grande ajá cuando tenga yo más edad”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Se enfatiza en el desconocimiento sobre el tema que desde un inicio no se tiene la orientación adecuada para abordarlo. Se considera un tema tabú en décadas anteriores, no había información sobre el proceso del cuerpo y el desconocimiento de lo que implica todo el funcionamiento del ciclo, enfatizando, que no hay educación de la cual se puedan abordar o profundizar, el hecho de cómo utilizar las herramientas menstruales si es que se está haciendo lo correcto o se está haciendo incorrectamente, también por situaciones desconocidas empezaban creencias erróneas y no se preguntaba sobre el tema porque aparecía la vergüenza o el miedo,

destacando, que no hay edad exacta, porque los acontecimientos con respecto al ciclo menstrual siguen sucediendo y se sigue atravesando en la edad adulta. En la Tabla 39, se puede ver la desinformación que hay con respecto a las hijas.

Tabla 39

Desinformación sobre menstruación en hijas

E01H	E02H
<i>“No sé [rie] ya sabía, pero la verdad, no sabía que dolía, a mí me dijeron que era como que era como hacer del baño, pero que no la podía sostener, mmm pues es que la verdad no me dicen nada”</i>	<i>“Me daba curiosidad y quería saber cómo era, pues, nada más veía las imágenes y así que venían, pero nunca me informé más, por ejemplo, así de investigar no”</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija

Lo que ellas enfatizan es no saber qué es o cuál es la utilidad del ciclo menstrual y que, en realidad, no les llega información con respecto al tema. Hacen referencia a la curiosidad, considerando las imágenes que vienen en los libros, pero preguntar o indagar más con respecto al tema es una situación que considerablemente no está presente.

3.3.9.4.2. Sugerencias sobre la menstruación

Esta sección fue otra de las categorías emergentes, súper importantes que tienen que ver con la necesidad de las participantes, de querer decir cuáles serían las sugerencias para abordar el tema de la menstruación en la sociedad, en la Tabla 40 se puede ver lo que refirieron las madres.

Tabla 40

Sugerencias sobre la menstruación de madres

E01M	E02M	E03M
<i>“compartir al hombre o al entorno que pues es algo que debe de respetar, debe de ser un poquito más empáticos, ese tipo de burlas, bromas o no, no se debe hacer, porque pues realmente ellos desconocen lo que es pasarlo, entonces sí podríamos tener un poquito más de conocimiento en general, tanto hombres, mujeres, niños y niñas y que no lo tomen como morbo, que sea un tema que se hable constantemente, porque pues solo se habla como una dos veces y ya pues la verdad se nos olvida, se</i>	<i>“simplemente pues que se siga informando ¿no? pues es algo normal, es algo que se puede decir, aaa pues nada más porque las mujeres les pasa eso solamente ellas tienen que saber ¿no? se tienen que</i>	<i>“En la forma de expresarlo o por ejemplo igual inconformidad, porque, eeh como que no hay tanta información sobre la menstruación para los para las niñas, para las adolescentes, ya nosotros como adultos, pues ya, ya es algo natural, yo creo que yo creo que sigue igual a lo mejor se necesita un poco más de información sobre eeh, en las escuelas principalmente, sobre los jóvenes, que deben de verlo como algo natural de nuestro cuerpo, o sea no porque el hombre no menstrúe, no quiere decir que es diferente a</i>

E01M	E02M	E03M
<p><i>nos va ¿no? o no tenemos el conocimiento, pero sí tenerlo un poco más presente en en ciertas cosas no más más constante la información, aunque sea la misma bueno que nos estén como recordando como informando si claro, que que se dé el conocimiento, pero pues yo más que nada fomentarlo en casa con mi hijo, para que él también tenga un respeto hacia su entorno, lo más cercano es a su hermana ¿no? y pues sus compañeras, amigas, que es un poquito más compatible, más consciente de la situación, ¿no? que radique los comentarios al cien, de comentarios fuera de lugar, vaya.”</i></p>	<p><i>saber de manera general más que nada, para que tanto hombres, y mujeres estén estén informados, ¿no? es algo natural.”</i></p>	<p><i>la mujer ni la mujer diferente al hombre, entonces siento yo como que la menstruación debe de ¿cómo le diré? Debe de enseñarse al par tanto hombres como mujeres nosotros como mujeres vivimos la experiencia, tenemos esas, vivimos esa experiencia y los hombres no, pero yo creo que debe de ser igual entonces igual las mujeres, yo creo que falta mucho mucha información, falta más información más más enseñanza hacia los jóvenes, pero que o sea que no lo vean en cuestión de morbo, sino ajá odio ofensividad para las mujeres, si no para un apoyo para las mujeres ajá, sino que debe de ser algo para que nos sintamos mejor este y no vivir con miedos, sin sin aterrorizarnos no, no, no nada de eso”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

Las madres se enfocaron en esta necesidad de compartir a la sociedad, abrir el tema a otras poblaciones, es decir, a hombres, niños y adolescentes, que tengan conocimientos para que se genere un ambiente de respeto, empatía y que no existan estos comentarios burlescos, no agradables, pues asociando al desconocimiento se puede generar morbo y se puede escuchar información errónea, asimismo, para promover que sean agentes de cambio y que acompañen cuando se transita el periodo menstrual, que se aborde desde un proceso normal y natural contemplando información actualizada. En la Tabla 41 se puede leer lo que refirieron las hijas.

Tabla 41
Sugerencias sobre la menstruación de hijas

E01H	E02H	E03H
<p><i>“Que se pueden dar algunos tips para evitar no sé, los cólicos, sobre tu cuerpo o sea que eem no se te pueden dar ejercicios para dejar no sé que no sientas cólicos, no sé, para evitar, bueno no evitar, sino disminuir los cólicos o para los granitos o una dieta se puede decir así, qué tienes que hacer en tus días, hablando sobre el tema con los niños o darles un poco más de contexto, tal vez a esta, de 12 para arriba [...] o tal vez antes, para que ya lo vean normal o tal vez las pueden apoyar a las niñas, he visto que algunas parejas apoyan</i></p>	<p><i>“De que no lo oculten, y de que lo hablen con otras personas como más normal, para concientizar a las personas de que mmm si algún momento llegara a pasar de que no sea malo, y que si algún otra persona ve que está manchado,</i></p>	<p><i>“Pues si se debe de hablar, especialmente con las niñas, que es a quien les pase este proceso y pues o sea no, no, bueno, no podría ser un tema de vergüenza, porque pues es algo natural y en cualquier momento puede pasar algunas en más largo tiempo y otras en más corto, podría ser que también le explicaran a los niños, porque pues una niña más, ¿cómo se llama? Bueno podría ser que más delicada con su cuerpo y pues ahorita en esta etapa de crecimiento se preocupan más por su físico, sus pensamientos psicológicos y</i></p>

E01H	E02H	E03H
<i>a su novia o esposa no sé dándoles de que su té o diciéndoles qué pueden hacer en caso de eso."</i>	<i>así lo diga con confianza"</i>	<i>ellos no conocen o saben o se preocupan por cómo se siente esa persona, solo lo dicen y ya"</i>

Nota. E01H = primera participante hija; E02H = segunda participante hija; E03H = tercera participante hija

Con respecto a las hijas, lo que ellas pudieron detallar, fue en enfatizar y promover tips para evitar el dolor, cuál sería la alimentación adecuada, el abordaje en aspectos físicos como la presencia de acné en el ciclo menstrual, que se aborde en edades tempranas para que se tenga el conocimiento adecuado, promover que niños conozcan el tema más allá de burlas o comentarios negativos, más bien que se generen ambientes de confianza, tomar en cuenta aspectos psicológicos, que se hable del tema en todas las poblaciones y, sobre todo que no se tenga que ocultar, más bien que es algo natural.

3.3.9.4.3. Menopausia

La última categoría emergente que surgió es con respecto a las madres y la menopausia, como se puede ver en la Tabla 42, se toma en cuenta el conocimiento con respecto al tema de la menstruación porque es una situación que se vive desde la adolescencia, pero se remarcó en esta necesidad de no olvidar otra etapa en el desarrollo de las mujeres que se llama menopausia, y hacen referencia a que es una fase complicada, en la cual aparecen cosas y experiencias desconocidas, desbalance hormonal, el manejo de emociones intensas enfatizando que la menstruación es una etapa intensa, pero la menopausia puede ser todavía más, y una vez más se puntualiza la información y el desconocimiento y que indudablemente este se pueda promover para transitar ambas etapas.

Tabla 42
Conocimientos sobre menopausia

E01M	E02M	E03M
<p><i>“y luego entramos a otra fase que, no no la conozco, pero ya me están este compartiendo cierta información que es la menopausia, no o sea salimos como de una, pues no difícil, pero de una fase complicada y luego entramos otra que sí, eso sí súper detona muchísimas cosas entonces pues eso es lo que lo que comparte que sí que se acabe, pero que no se acabe para no entrar a la siguiente fase, porque después viene otro proceso diferente, ¿no? y bueno las pocas ee o lo mucho que me han compartido, es un descontrol los horrible es hormonal, hay gente que se llega a suicidar porque no sabe cómo manejar ese tipo de emociones tan tan fuertes ¿no? y no es que no sepas manejar, sino también como que no, no es una enfermedad, pero considero que podría darse un seguimiento”.</i></p>	<p><i>“Eee, sí, por decir, yo platico mucho con mi patrona, ¿no? mi patrona ya tiene sus 54 años, por decir, ella me dice no, dice, disfruta tu tu menstruación, ¿no? ahorita que está estás joven, ¿no? me dice porque con tu menstruación, pues sus hormonas están así, y así, o sea todavía, así como que todo te compensa dice, pero entrando a la menopausia que ya no tienes tu menstruación, dice todo eso te da pa abajo o sea prácticamente que la menstruación nos regula todo, todo, todo, tanto como el humor, o sea en todo dice ya como dice ¿no? ya cuando entras a la menopausia, ya no tienes la menstruación, dicen ganas de nada.”</i></p>	<p><i>“por ejemplo yo ya estoy viviendo situaciones así que por ejemplo dejé de menstruar como cuatro meses y yo dije ay ya llegó mi menopausia [ríe] y no después de eso eeh han sido periodos largos de 8 12 días, este hay veces que de tres días cuatro días, pero y digo “ay caray” pues no que ya toda la menopausia [ríe]”</i></p>

Nota. E01M = primera participante madre; E02M = segunda participante madre; E03M = tercera participante madre

4. Integración de resultados mixtos

En este apartado se muestran los resultados mixtos del presente estudio, mismos que se identifican de la integración de los descubrimientos cuantitativos y cualitativos que se desarrollaron en las fases anteriores, lo que conduce al análisis para describir el fenómeno de las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre hija adolescente, de manera más completa; esta mezcla nos permite identificar los elementos en los cuáles se complementan los datos de fase I y de fase II . En la Tabla 43 se encuentran la integración de las actitudes frente a la menstruación en mujeres, adultas y adolescentes.

Tabla 43*Actitudes frente a la menstruación en mujeres adultas y adolescentes*

	Resultados cuantitativos		Resultados cualitativos		Relación CUAN/CUAL	Interpretación	
	Madres	Hijas	Madres	Hijas			
Actitudes negativas		Predisposición desfavorable hacia la menstruación (M=3.25).	“Nunca nos acostumbra mos, días complicados , afecta en todo” (E01M).	“No me gusta hacer nada” (E01H).	Complementariedad	La media alta muestra predisposición negativa ya que va asociada con los síntomas, es decir, se presenta apatía, falta de interés, se dificulta la adaptación, altera el sistema hormonal, la comodidad y aparecen sentimientos de tristeza e incomodidad.	
Actitudes sigilosas		Cierto grado de reserva o discreción (M=2.96)	“Nada más yo sé, nadie más se va a dar cuenta” (E03M).	“Siento raro, los demás, no lo ven, pero tu sientes y que todos te miran y lo saben” (E03H).	Complementariedad	La media moderada comprende la complejidad de explicar el tema con claridad, lo que destaca el ocultamiento y evitación del mismo por la incomodidad que se genera.	
Actitudes positivas		Pensamientos favorables son menos frecuentes (M=2.35).	“Tampoco me impide hacer mis actividades” (E01M)		Complementariedad	La media baja muestra que menstruación no debe de ser un acontecimiento que impida hacer las actividades cotidianas	
Proceso del desarrollo	Menarca	Primera menstruación en años (M= 12.21)	Primera menstruación en años (M= 10.98)	“La primera experiencia sí fue algo terror, de miedo” (E03M).	“Me quedé, así como en shock” (E03H).	Complementariedad	La media alta, refleja que la menarca las mujeres la experimentan en la fase del desarrollo de la pubertad-adolescencia, indicando que sucede a partir de los 11 o 12 años, y la viven con sorpresa y miedo.
	Experiencia en la adultez y en la actualidad	La edad de las madres (M= 36.12 años)	La edad de las adolescentes (M= 12.71 años)	“Ya para mí ya es algo normal, yo ya no me espanto” (E03M).	“Se siente muy feo, ya se me hace normal, ya no me espanta” (E03H).	Complementariedad	La media alta refleja que a partir de la menarca, la fase de menstruación se vive como algo natural, pero siguen apareciendo síntomas que hacen experimentarla de múltiples maneras.

Nota. E01M es madre de E01H; E02M es madre de E02H; E03M es madre de E03H

Se presentan las actitudes frente a la menstruación, en la cuales se pueden interpretar los resultados de ambas fases y su relación. En primer lugar se encuentran las actitudes negativas, en dónde los resultados en los datos cuantitativos reflejan una media alta a una predisposición no favorable hacia la menstruación y tomando en cuenta los hallazgos cualitativos a que las mujeres adultas no se acostumbran a este fenómeno, en las hijas se presenta el desinterés por la realización de actividades cotidianas; su relación es de complementariedad pues van en la misma dirección, tanto en la experiencia de las madres como de las hijas, se resaltan pensamientos no agradables que devienen de lo que han vivido con el paso del tiempo y en la actualidad.

Por otra parte en actitudes sigilosas, los datos cuantitativos reflejan una media moderada hacia a la menstruación con grado de reserva y discreción, pues en los relatos cualitativos de las madres adultas aparece esta perspectiva de que cuando se encuentran en su periodo conducen a tomar acciones para que este sea desapercibido por otras personas, mientras que en las hijas la experiencia va con base en los sentimientos que genera la observación y conocimiento de que se encuentran en el mismo; la relación es de complementariedad, ya que ambas explican sus experiencias en dirección a un sentimiento similar, pues se comprende esta necesidad de ocultar aspectos asociados a la fase de la menstruación.

En actitudes positivas de igual manera, se puede identificar una relación de complementariedad, pues en los resultados cuantitativos se demostró una media baja donde se muestra que los pensamientos positivos están presentes en menor cantidad, pues en los discursos cualitativos se refleja que en menor grado la menstruación no es un evento que impida hacer actividades cotidianas, y en hijas no se encontraron aspectos positivos a considerar por lo que los datos mixtos una vez más se complementan a una misma dirección.

En otros temas, en el proceso del desarrollo de las mujeres participantes, la menarca y los datos cuantitativos, se puede ver que la primera menstruación en madres la experimentaron a partir de los 12 años, en hijas a partir de los 11 años, lo que conduce a que en datos cualitativos ellas relatan sus vivencias, en donde aparecen sentimientos de miedo e impacto; la relación es de complementariedad pues se explica el contexto al momento de la primera experiencia con el periodo, y que el proceso de la menarca se experimenta en la etapa del desarrollo de la pubertad-adolescencia.

Aunado a ello, la experiencia en la adultez y en la actualidad, se puede identificar en los resultados cuantitativos que la media alta de edad de las participantes adultas es de 36 años y de las adolescentes es de 13 años, por lo que las mismas reflejan que a partir de la menarca con el paso del tiempo, la menstruación ya se vive como algo natural, pero siguen apareciendo síntomas que se experimentan de múltiples maneras; la relación es de complementariedad ya que en el discurso cualitativo las madres enfatizan, que es algo que actualmente ya es natural y no hay sentimientos de miedo, mientras que las hijas detallan que es una experiencia no agradable, pero que asimismo es normal; en la Tabla 44 se encuentran los resultados en relación con las creencias sociales asociadas a la menstruación:

Tabla 44
Creencias relacionadas a la menstruación

	Resultados cuantitativos		Resultados cualitativos		Relación CUAN/CUAL	Interpretación
	Madres	Hijas	Madres	Hijas		
Molestia	Menstruación como evento molesto (M=3.64).		<i>“Proceso no es grato, la incomodidad de flujo, en el entorno, bromas o comentarios fuera de lugar, es tolerable, es vergonzoso”</i> (E01M).	<i>“es algo que da pena, si te paras como que baja, se me hace algo incómodo, de que ocurra algún accidente”</i> (E02H).	Complementariedad	La media alta refleja que la menstruación es un evento molesto gracias a los síntomas físicos como el dolor y el acné, asimismo, sentimientos de enojo, irritabilidad y vergüenza, la incomodidad del entorno con respecto a los comentarios negativos, el flujo, la inseguridad e incertidumbre de que se noten las manchas en la ropa y el uso de las herramientas menstruales.
Prohibiciones y obligaciones	Menstruación con restricciones o normas tradicionales (M=3.30).		<i>“De ver qué es lo que te vas a poner o de que manera te vas a vestir”</i> (E01M).	<i>“dejé de hacer ejercicio no podía asistir porque me sentía incómoda”</i> (E01H).	Complementariedad	Otra media alta, en restricciones sociales, marcan el tipo de ropa a utilizar, así como en el ejercicio y el impedimento del mismo por la incomodidad.
Incapacitante	Menstruación es percibida como evento incapacitante (M=2.84).		<i>“Si me recuesto un rato y trato de relajarme, a modo de que se me pase un poco el dolor, dormir”</i> (E03M).	<i>“Algún trabajo así que no requiera tanto esfuerzo, me quedo en la sala o acostada en la cama”</i> (E02H).	Complementariedad	En promedio medio alto, se muestra impedimento de actividades cotidianas por presencia de dolor influyendo de manera significativa en la vida de la persona.
Secreto	Menstruación deba mantenerse en secreto (M=2.31).		<i>“Comprábamos las toallas, pero a escondidas que nadie se diera cuenta o que nos las vendieran enredadas”</i> (E01M).	<i>“Mmm, andar cargando, las toallas femeninas en la mochila y que a la hora de utilizarlas, pues de que nadie las vea.”</i> (E02H).	Complementariedad	En menor promedio, en madres destaca que es un acontecimiento natural, y la secrecía es asociada más a sus vivencias del pasado, en contraste de las hijas, prefieren, que no se aborde el tema y que no sean visibles las herramientas menstruales.
Agradable	Menstruación como evento agradable (M=2.58)		<i>“Puede por ser un embarazo o simplemente puede ser una enfermedad o cosas así”</i> (E02M)	<i>“Tirar esa sangre que ya no sirve.”</i> (E03H)	Complementariedad	En promedio medio, se muestra que la menstruación es un acontecimiento agradable asociado a desechar sangre del cuerpo que no tiene utilidad o para identificación de enfermedad o embarazo.

Nota. E01M es madre de E01H; E02M es madre de E02H; E03M es madre de E03H

En las creencias negativas relacionadas con la menstruación, en primer lugar se encuentra la menstruación como evento molesto, en la cual en los resultados cuantitativos se refleja que la media alta vive la menstruación de esa manera, en los resultados cualitativos madres puntualizan a qué es un proceso que no es grato, se presenta en la incomodidad, ya sea por el flujo, por el entorno, por bromas o comentarios desagradables siendo esta una experiencia que es apenas tolerable y es vergonzosa, mientras que en hijas es una situación que da pena, detallan la sensación no agradable del flujo y la incomodidad, por lo que la relación se complementa, ya que en ambos resultados se muestra el desagrado y la molestia con los múltiples sentimientos negativos que las mujeres mencionan.

En prohibiciones y obligaciones en resultados cuantitativos otra media alta reflejan a que la menstruación es vivida con restricciones o normas tradicionales, lo que relatan las madres toman en cuenta la manera de vestirse cuando se encuentran en el periodo y las hijas las actividades que pueden o no hacer por la incomodidad de lo complejas que pueden llegar a ser las actividades; su relación es de complementariedad, ya que aunque mencionan distintas características, van en una misma dirección lo que lo que remarcan el impedimento de actividades cotidianas por encontrarse en el periodo.

La menstruación como evento incapacitante se asocia con el dolor y en los resultados cuantitativos en promedio medio alto, se considera esta situación, ya que en los relatos cualitativos hacen referencia a que se generan acciones para poder disminuir el mismo; intentar relajarse, recostarse y en hijas hacer trabajos que no impliquen mucho esfuerzo y mencionan quedarse en casa ya sea en sala o en la cama, por lo que se complementan estos resultados, ya que en la media alta se muestra el impedimento de actividades cotidianas, por presencia de dolor y que influyen de manera significativa en la vida de las mujeres participantes.

La menstruación como evento secreto los promedios más bajos en los datos cuantitativos reflejan que se trata de un acontecimiento que debe mantenerse en secreto, es importante destacar la existencia de una relación de complementariedad, las madres hacen referencia a que, anteriormente, la menstruación debía ocultarse, especialmente al momento de adquirir productos menstruales; las hijas no viven esta experiencia de la misma manera, ya que en la actualidad no se percibe como un evento completamente secreto, de esta manera la secrecía se asocia principalmente a las experiencias vividas por las madres en el pasado, mientras que en las hijas se manifiesta en la actualidad de diferente manera.

La menstruación como evento agradable, en promedio medio es considerada agradable, ya que, las mujeres perciben que eliminar la sangre del cuerpo, conducirá a la limpieza del mismo, a evitar enfermedades, se tiene una connotación asociada al desecho.

Por otra parte, se habla del manejo del cuerpo con respecto a las mujeres adultas y adolescentes. En la Tabla 45, se identifica el conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual, el cual hace referencia a todas las acciones que se toman con respecto al cuidado o gestión del ciclo menstrual, y de igual manera, el comportamiento que se genera por la presencia del dolor menstrual en las participantes.

Tabla 45
Manejo del cuerpo en mujeres adultas y adolescentes

	Resultados cuantitativos		Resultados cualitativos		Relación CUAN/CUAL	Interpretación
	Madres	Hijas	Madres	Hijas		
Conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual	Duración del ciclo menstrual (M=5.47)	Duración del periodo menstrual	“Formación de los óvulos, para ser fecundados” (E01M).	“planear, este, ¿algún hijo?” (E02H).	Complementariedad	La media alta, tanto en madres como hijas y presentan una duración de periodo menstrual entre 5 y 6 días y destacan que la utilidad del ciclo es para la reproducción.

	Resultados cuantitativos		Resultados cualitativos		Relación CUAN/CUAL	Interpretación
	Madres	Hijas	Madres	Hijas		
Dolor menstrual	Mujeres adultas, 73% presentan dolor en su fase de menstruación.	El 71% de las adolescentes presentan dolor en su periodo menstrual.	“Yo soy de cólicos muy fuertes a veces el dolor si es muy fuerte” (E03M).	“Me duele mucho mi vientre y no sé, es un dolor, insoportable y ni que ni siquiera me puedo levantar” (E03H).	Complementariedad	El porcentaje medio alto destaca el deseo de quedarse en casa a descansar, por la presencia del dolor, sucede el impedimento de actividades cotidianas.

Nota. E01M es madre de E01H; E02M es madre de E02H; E03M es madre de E03H

En conocimiento del cuerpo o del ciclo menstrual, se observa una relación de complementariedad entre los resultados cuantitativos y cualitativos pues medias altas tanto en madres como en hijas indican que ambas reconocen una duración del periodo menstrual entre cinco y seis días esto se demuestra por los discursos cualitativos, en los que se destaca la función reproductiva del ciclo menstrual, asociándolo con procesos como la ovulación y la fecundación en realidad los resultados muestran una comprensión compartida del ciclo menstrual desde una perspectiva principalmente biológica.

En cuanto al dolor menstrual, los resultados muestran nuevamente una relación de complementariedad en datos cuantitativos, un alto porcentaje tanto de mujeres adultas como de adolescentes reporta la presencia de dolor durante el periodo menstrual, la información coincide con los relatos cualitativos, donde madres e hijas describen el dolor como intenso y limitante, afectando su bienestar físico y emocional, la integración de ambos enfoques evidencia que el dolor menstrual no solo es frecuente, sino que también tiene un impacto significativo en las actividades cotidianas.

5. Discusión

Gracias a la integración de ambas fases del estudio se cumplió con el objetivo general de la investigación de describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, desde un enfoque cuantitativo y cualitativo, a partir de las experiencias en la díada madre-hija adolescente, mediante la aplicación de cuestionarios y las entrevistas a profundidad para poder complementar de manera más enriquecedora los datos obtenidos. Asimismo, se consideró la TCP en este estudio pues, las actitudes se construyen a partir de las creencias que las personas mantienen sobre un fenómeno, lo que posibilita su uso para explorar significados, creencias y valoraciones asociadas, la TCP se emplea porque permite estudiar procesos internos al señalar que las barreras para abordar la menstruación están vinculadas a procesos internos como actitudes, normas sociales y creencias, lo que convierte al modelo en un marco pertinente para explorar dichos constructos en relación con la menstruación (Ajzen, 2011; Olike et al., 2025).

5.1 Creencias y actitudes alrededor de la menstruación

A continuación, se muestra la integración de ambas fases, puntualizando la manera en que la metodología mixta enriquece el estudio de las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en mujeres adultas y adolescentes.

5.1.1. Menstruación como experiencia negativa

La primera fase de la presente investigación fue indispensable para describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la cual, el primer objetivo de investigación demostró que en madres en mayor promedio experimentan la menstruación como evento molesto y en el caso de las hijas con el cumplimiento del segundo objetivo de la fase uno en promedio

mayor las actitudes negativas; la segunda fase de la presente investigación con los objetivos planteados permite reconocer por qué es experimentada de esa manera, pues se destacan elementos como la incomodidad que se puede generar, por los sentimientos de vergüenza, socialmente las burlas y comentarios no agradables. Asimismo, se destaca la presencia del dolor en la fase menstrual, los síntomas físicos, aparición de acné, el uso herramientas menstruales, incluso, el olor durante la fase menstrual (Ibarra et al., 2021).

Con respecto a los aspectos sociales, se señala que el contexto influye en esta experiencia negativa, pues, niños, adolescentes, hombres abordan el tema con comentarios despectivos, tales como: disminuye la actividad cognitiva cuando se vive el periodo menstrual o incluso burlas, esto conduce a que surjan sentimientos de pena, vergüenza, la percepción de suciedad o incluso que es una enfermedad (Sanz, 2024).

La experiencia es molesta enfatizando en los tabúes y estigmas, es decir; el significado que se atribuye a la vivencia de la menstruación, por ejemplo, cuando un externo percibe que una mujer presenta un cambio de humor, surgen comentarios no agradables tales como: “ay ya te va a bajar”, “ya te está bajando”. Otro de ellos es que a la menstruación no la nombran directamente y se utilizan frases para poder abordarla socialmente debido a toda la carga cultural que representa el concepto en lugar de decir “estoy menstruando” se menciona: “estoy en mis días”, “estoy con Andrés” o “estoy de sangrona” son elementos que enmarcan el hecho que no se pueda abordar ni nombrar en el entorno por reacciones que se generan (Montoya, 2022).

5.1.2. Menstruación como un evento secreto

La fase cuantitativa mostró qué en promedio las actitudes sigilosas en hijas es alto mientras que en madres la menstruación como evento secreto se identificó un promedio menor, lo que en la

fase cualitativa complementa es que la experiencia de la menarca deviene de elementos como el desconocimiento y dependiendo el contexto, se experimenta con tranquilidad si es que previamente ya se habló de ello, pero en contraste, se vive con miedo o sigilo al no tener conocimiento o el mismo saber de la existencia del periodo, esto marca la importancia de abordar el tema antes de la primera menstruación y desde un enfoque multidisciplinario centrados en los aspectos biológicos, sociales, culturales y psicológicos (García, 2021).

Asimismo, aparecen sentimientos de miedo al no saber qué está pasando y para abordarlo con otras personas del entorno; sorpresa, dependiendo el lugar en el que sucede la menarca, vergüenza al desconocer las acciones que se deben tomar en cuenta en la fase menstrual; surgen emociones como desagrado, preocupación, confusión con respecto a la micción e incluso dolor (Obscura, 2019).

Aunado a ello, en décadas anteriores la menstruación ha sido vista como un evento oculto y del que no se habla, en este sentido, si se tomaba en cuenta era gracias a las emociones y sentimientos en el periodo, inclusive, por la pena o vergüenza de los acontecimientos sociales en los cuales se encuentra involucrada; si no se manifestaran estos elementos, no se hablaría de la menstruación en público, pues aspectos como el ocultamiento de las herramientas menstruales y la necesidad de que el exterior no perciba que se portan las mismas y/o que sean visibles para su uso, siguen presentándose (Rodríguez et al., 2025).

De igual manera al identificar los resultados cuantitativos con respecto a las edades de las participantes, en promedio, las mujeres adolescentes tienen 13 años y las adultas tienen 36 años, se muestra que la experiencia de la menstruación no se vive igual dependiendo en la etapa del desarrollo en la cual las mujeres se encuentran la menarca hasta la adultez, pues en la fase cualitativa relatan que van aprendiendo con el tiempo el funcionamiento del cuerpo, la perspectiva

se va transformando asociada con sus vivencias y a través de los años puede verse con mayor naturalidad el funcionamiento del ciclo (Morales, 2016).

Otro elemento que se caracterizó de que se vive con sigilo es a causa de herramientas menstruales; el flujo y el grado de intensidad presentes; se puede experimentar pena o vergüenza a que el flujo traspase la herramienta menstrual y/o que esta sea visible en la ropa, asimismo, el ocultamiento de las mismas herramientas, que no sea evidente tanto en el momento que se están portando como al momento de que vayan a ser utilizadas (Martinez-Roldan, 2022).

5.1.3. Menstruación como prohibiciones-obligaciones

A su vez, los datos cuantitativos en relación con lo que se debe o no hacer en la fase menstrual en promedio medio alto en la fase cualitativa se describen discursos de que se debe transitar con la normalidad, hay otros donde se menciona el cambio de acciones durante el periodo, es decir, los efectos en el ámbito social como el impedimento de practicar algún deporte o la ropa que se debe utilizar durante esos días, la limitación de ciertos alimentos y la posible reacción que genera en el cuerpo (Marroquín, 2017).

Abordando la gestión menstrual, en los datos cuantitativos se describe que en las hijas la duración de su fase menstrual es en promedio de 6 días y en las madres de 5 días y en los hallazgos cualitativos relatan que toman acciones dirigidas a la higiene menstrual, si hay presencia de dolor, conducen a la preparación de algún té o una bebida caliente y si hay dolor intenso a tomar pastillas y/o un antiinflamatorio. Acciones con las herramientas menstruales el uso y cambio adecuado, baño constante y el uso de toallas húmedas, cargar con kit de limpieza para el manejo del periodo y prevención de afecciones que puedan surgir y como refieren Delgado-Ordaz et al., (2024) la

información en la educación menstrual hacia el uso y gestión de productos menstruales adecuados son elementos clave para la salud menstrual.

5.1.4. Menstruación como evento incapacitante

En relación con la menstruación como evento incapacitante, en los resultados de la fase uno, la mayoría de las mujeres adolescentes y adultas presentan de dolor en el periodo menstrual pero en los datos cualitativos relatan las acciones que se toman con base en eso, las mujeres deciden o no hacer sus actividades cotidianas, reposar, dormir o descansar si está en sus posibilidades, hasta que el dolor pase, dependiendo de la intensidad del dolor es lo que les permita hacer cierto tipo de actividades en su vida cotidiana (Ariza-Ruiz et al., 2017).

Por otro lado, la media alta se considera que la fase menstrual tiene efecto en la experiencia en las mujeres, donde relatan tener dolor, sensibilidad, síntomas en diferentes partes del cuerpo como lo pueden ser cintura, cadera, espalda, en el vientre debajo del estómago, llegan a ser dolores muy es intensos que imposibilita, incluso que logren el cumplimiento de sus actividades (Camacho, 2024).

5.1.5. Menstruación como evento agradable

En los datos cuantitativos, las mujeres reportaron un promedio medio de transitar a la menstruación como una experiencia grata y las adolescentes con actitud positiva, el puntaje de promedio más bajo esto en los hallazgos cualitativos, se relató la necesidad de compartir el tema a la sociedad, abrirlo a otras poblaciones, es decir, niños, adolescentes y hombres, que tengan conocimientos sobre el mismo para qué se genere un ambiente de respeto, empatía y que no existan estos comentarios negativos, como burlas o comentarios sarcásticos, pues el desconocimiento

puede generar morbo o se puede recibir información errónea, que sean agentes de cambio o acompañamiento, cuando se transita el periodo menstrual de qué es algo natural, normal y conocer información actualizada (Benshaul-Tolonen et al., 2020).

Asimismo se enfatizó en promover recomendaciones para evitar el dolor, alimentación adecuada, signos relacionados al cambio del cuerpo, que se aborde el tema en edades tempranas para que se tenga el conocimiento adecuado, promover que niños lo aborden más allá de burlas o comentarios negativos, que no sea un tema que se tenga que ocultar, más bien que se generen ambientes de confianza, tomar en cuenta los aspectos psicológicos que se hable del tema en todas las poblaciones y, sobre todo, que no es un tema que se tenga que ocultar, más bien que es algo natural (Leon-Larios, 2024).

5.2. Díada Madre – hija

En otro orden de ideas, la experiencia de la menstruación con respecto a la influencia de madre a hija es importante mencionarla en la manera en que la van a transitar las mujeres, pues se encuentra que al no tener conocimiento del tema y en décadas anteriores no se hablaba del tema por aspectos socioculturales, las mujeres iban aprendiendo conforme a su experiencia y en la actualidad las madres efectivamente le transmiten a sus hijas, toda la información que ellas tienen a su alcance, para que lo vivan de una manera natural y con normalidad desde la menarca en adelante, desde lo que es, hasta el uso de las herramientas menstruales (Moncayo, 2023).

Asimismo, el acompañamiento de madres a hijas, tiene aspectos muy importantes pues las madres de las participantes adultas al pertenecer a otra generación, refieren que en décadas anteriores era tema del que no se hablaba y al vivir esa situación fueron descubriendo la experiencia de la menstruación con el paso del tiempo, en lugar de qué alguien les hubiera explicado

detalladamente, al vivir esto, ellas enfatizan en comunicar a sus hijas y hablarles sobre el tema para que ellas estén listas y/o conozcan el tema para que no lo vivan con susto, temor o sorpresa, transmitir esa visión natural sobre el tema, en contraste de lo que a ellas les tocó con su con sus madres de otra generación. Destacar que las generaciones actuales sí tienen más información en contraste con las generaciones pasadas, y que la experiencia con la madre sí influye en cómo se transita la menstruación (Cervantes, 2020).

Desde otro punto de vista al considerar las décadas anteriores, las cuales el tema de la menstruación era un aspecto del que no se hablaba, se adquiere información sobre el tema de distintas áreas y/o personas, pues se enfatiza que si no es la madre quien les hable sobre el tema, es hermana, tía, abuela e incluso otro familiar y fuera de la familia instituciones, como lo pueden ser la escuela y aunque hayan aprendido sobre el tema, con base en la experiencia se van considerando elementos cómo el funcionamiento del ciclo y conocimiento de su cuerpo (Sanchez et al., 2023).

5.3. Otros hallazgos alrededor de la menstruación

A su vez en el desconocimiento sobre el tema, se identifica que desde un inicio al no tener la orientación adecuada para abordarlo y por ser considerado un tema tabú en décadas anteriores, no había mucha información sobre el proceso del cuerpo, el desconocimiento de lo que implica todo el funcionamiento del ciclo, enfatizando, que no hay educación menstrual, de la cual se puedan profundizar este tema, la utilización las herramientas menstruales, también, por la desinformación existente las creencias erróneas, no se preguntaba porque daba vergüenza o miedo, enfatizando, que no hay edad exacta sobre las vivencias de la menstruación, porque los

acontecimientos con respecto al ciclo menstrual siguen sucediendo, pero la falta de información es un elemento vigente y que existe en la sociedad (Sobudula & Naidoo, 2024).

Por último, la menstruación es una etapa en la vida de las mujeres que la experimentan, pero hay otra que se menciona mucho en el discurso de las mujeres, después de la menstruación que es la menopausia, pues se generan cambios hormonales, el manejo de emociones intensas, por lo que la menstruación es una etapa de múltiples vivencias, pero la menopausia pudiera ser todavía con presencias de cambios y múltiples síntomas y una vez más se puntualiza la información y el desconocimiento y que esta se pueda promover.

5.4. Conclusiones

Los hallazgos de la presente investigación muestran que las creencias y actitudes hacia la menstruación que tienen las mujeres adolescentes y adultas son desfavorables pues aparecen síntomas físicos como el dolor, cambios en el cuerpo, sentimientos y emociones negativas, lo complejo que puede ser entender y explicar con claridad el tema por reacciones que generan el entorno, incomodidad al vivirla y lo que implica el uso de las herramientas menstruales y el ocultamiento de las mismas en la sociedad, la elección de ropa en la fase menstrual, y también por cómo la cultura y la sociedad reaccionan ante escuchar la palabra menstruación. Si bien es un acontecimiento natural, se encuentra muy presente que las vivencias, creencias y actitudes influyen en la manera en que la mujer vive su menstruación pero contemplando aspectos multidisciplinarios que influyen en la experiencia de las personas menstruantes desde un ámbito biológico, psicológico, social y cultural.

Aspectos naturales, que tienen que ver con el funcionamiento del ciclo y del dolor, pero también cargado de aspectos sociales como bromas, burlas, comentarios no agradables que

influyen en las emociones y sentimientos, si bien, el ciclo viene acompañado de aspectos naturales y en su funcionamiento como tal las hormonas, también los estímulos externos que influyen en el sentir cuando te dicen ciertas cosas, por lo que si devienen aspectos negativos la experiencia no es agradable.

Asimismo, se dice que el tema ya está hablado y abordado, pero este panorama enfatiza la importancia de intervenir en instituciones y escenarios donde se aborde el tema desde aspectos multidisciplinarios, de abordar el tema y en edades tempranas para que la primera experiencia asociada a la menstruación (menarca), no sea vivida con vergüenza o miedo, y sobretodo tener conocimiento previo para que se viva de manera distinta, es decir, de saber qué hacer al momento que sucede, también, el entendimiento del funcionamiento del ciclo menstrual, pues es una situación que se vive varios años de manera mensual en la vida de las personas menstruantes. Por lo tanto, se recomienda promover estrategias de educación y acompañamiento que permitan resignificar las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, favoreciendo una vivencia más informada y menos estigmatizada.

En particular, los resultados de esta investigación son de gran ayuda para compartir información en posibles estudios futuros enfocados en proyectos de educación menstrual dirigidos a madres e hijas, con el propósito de impulsar creencias y actitudes positivas hacia la menstruación. De igual manera, en la influencia que puede existir de las madres hacia las hijas promoviendo una perspectiva más saludable con respecto a su experiencia en la sociedad.

5.5. Limitaciones y sugerencias

Profundizar en aspectos de género, pues no es un tópico exento en la perspectiva social que existe alrededor del tema.

Se sugiere ampliar la muestra del estudio, pues al ser un fenómeno con múltiples significados sociales algunas mujeres no quisieron participar.

Al descubrir en el discurso de las mujeres, surgen otros aspectos poblacionales, es decir, invitar a hombres a participar en el presente estudio y contemplar la perspectiva y conocimientos sobre el ciclo menstrual.

De igual manera el estudio se centró en mujeres cisgénero, sería interesante empezar a verlo en conceptos como personas menstruantes, pues también se puede contemplar a hombres transgénero para conocer su experiencia y cómo es la perspectiva alrededor del periodo.

Por añadidura es importante mencionar que el primer acercamiento de la menstruación no se cierra únicamente con madres, pueden adquirir conocimiento de otros familiares, incluso en instituciones como lo puede ser la escuela o redes sociales.

Referencias bibliográficas

- Ajzen, I. (2011). The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. *Psychology & Health, 26*(9), 1113–1127. <https://doi.org/10.1080/08870446.2011.613995>
- Alarcón-Nivia, M., Alarcón-Amaya, M., & Blanco-Fuentes, L. (2006). Creencias, actitudes y vivencias mágicas alrededor de la menstruación entre las mujeres de Bucaramanga, Colombia. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología, 57*(1), 19–26. <https://doi.org/10.18597/rcog.528>
- Amat, S. F., & Torres, V. M. (2019). *Influencia contextual sobre las creencias y actitudes hacia la menstruación en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas públicas y privadas de Arequipa* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. <https://hdl.handle.net/20.500.12590/16018>
- Amigo, I. (2021). *Manual de psicología de la salud* (4.^a ed.). Difusora Larousse - Ediciones Pirámide. <https://elibro.uaeh.elogim.com/es/ereader/uaeh/216167?page=43>
- Arellano, S. A., Pino, S. A., Rojas, M. C., & Sepúlveda, I. J. (2023). *Influencia de las distintas fases del ciclo menstrual en el bienestar psicológico, capacidad de recuperación cardiovascular y el nivel de participación en las clases de educación física en adolescentes de 13 a 18 años* [Tesis doctoral, Universidad Católica Silva Henríquez]. <http://repositorio.ucsh.cl/xmlui/handle/ucsh/3272>
- Ariza-Ruiz, L. K., Espinosa-Menéndez, M. J., & Rodríguez-Hernández, J. M. (2017). Desafíos de la menstruación en niñas y adolescentes de comunidades rurales del pacífico colombiano. *Revista de Salud Pública, 19*, 833–841. <https://doi.org/10.15446/rsap.V19n6.71741>
- Asociación Médica Mundial. (2024). *Declaración de Helsinki de la AMM: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policies->

post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-
medicas-en-seres-humanos/

- Ayaz-Alkaya, S., Yaman-Sözbir, Ş., & Terzi, H. (2020). The effect of Health Belief Model-based health education programme on coping with premenstrual syndrome: A randomised controlled trial. *International Journal of Nursing Practice*, 26(2), e12816. <https://doi.org/10.1111/ijn.12816>
- Benshaul-Tolonen, A., Aguilar-Gomez, S., Heller Batzer, N., Cai, R., & Nyanza, E. C. (2020). Period teasing, stigma and knowledge: A survey of adolescent boys and girls in Northern Tanzania. *PLOS ONE*, 15(10), e0239914. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239914>
- Botello, A., & Casado, R. (2014). El tabú de la menarquia desde la perspectiva de género en salud. En *Aportaciones a la investigación sobre mujeres y género*. Facultad de Ciencias del Trabajo, Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/handle/11441/40798>
- Botello-Hermosa, A., & Casado-Mejía, R. (2015). Miedos y temores relacionados con la menstruación: Estudio cualitativo desde la perspectiva de género. *Texto & Contexto – Enfermagem*, 24, 13–21. <https://doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>
- Botello-Hermosa, A., González-Cano-Caballero, M., Guerra-Martín, M. D., Navarro-Pérez, C. F., & Arnedillo-Sánchez, S. (2024). Perceptions, beliefs, and experiences about the menstrual cycle and menstruation among young women: A qualitative approach. *Healthcare*, 12, 560. <https://doi.org/10.3390/healthcare12050560>
- Botello Hermosa, A., García Romero, G. M., Cruz Domínguez, I., & Recio Campos, M. D. C. (2010). Creencias populares sobre la menstruación y el trabajo. En *Investigaciones multidisciplinares en género: II Congreso Universitario Nacional Investigación y Género*.

- Facultad de Ciencias del Trabajo, Universidad de Sevilla.
<http://hdl.handle.net/11441/40118>
- Botello, A., & Casado, R. (2017). Significado cultural de la menstruación en mujeres españolas. *Ciencia y Enfermería*, 23(3), 89–97. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532017000300089>
- Botello-Hermosa, A., & Casado-Mejía, R. (2015). Miedos y temores relacionados con la menstruación: Estudio cualitativo desde la perspectiva de género. *Texto & Contexto – Enfermagem*, 24, 13–21. <https://doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>
- Botello-Hermosa, A., García-Jiménez, M., Santana-Berlanga, N. D. R., & Ruiz-Ferrón, C. (2019). Diseño y validación de un instrumento para medir los conocimientos y actitudes de las mujeres jóvenes ante la menstruación: Escala METCON (Botello-Hermosa 2018). *Feminismo/s*, 33, 225–247. <https://doi.org/10.14198/fem.2019.33.09>
- Boutet, G., Raccah-Tebeka, B., Bernard, V., Hocké, C., & Plu-Bureau, G. (2025). Alternativas al tratamiento hormonal de la menopausia. *EMC – Ginecología-Obstetricia*, 61(1), 1–13. [https://doi.org/10.1016/S1283-081X\(24\)49930-X](https://doi.org/10.1016/S1283-081X(24)49930-X)
- Brooks-Gunn, J., & Ruble, D. N. (1980). The Menstrual Attitude Questionnaire. *Psychosomatic Medicine*, 42(5), 503–512. <https://doi.org/10.1097/00006842-198009000-00005>
- Builes, S. E., & Carmona, V. (2022). *Pedagogía menstrual para la resignificación del ciclo menstrual y la menstruación como propuesta de un programa de promoción y prevención basado en aprendizaje experiencial* [Trabajo de grado, institución no especificada]. <https://hdl.handle.net/10946/5788>
- Bunge, M. (2004). *La investigación científica: Su estrategia y su filosofía (3ª ed.)*. Siglo XXI Editores. <https://ia800601.us.archive.org/9/items/BungeMarioLaInvestigacionCientificaSu>

- EstrategiaYSuFilosofia/Bunge%20Mario%20-%20La%20Investigacion%20Cientifica%20-%20Su%20Estrategia%20Y%20Su%20Filosofia%20.pdf
- Calafell Sala, N. (2020). Menstruación decolonial. *Estudios Feministas*, 28(1), 1–13.
<https://doi.org/10.1590/1806-9584-2020v28n157907>
- Camacho Martín, G. (2024). *No doctor, mi dolor menstrual* [Trabajo académico, Universidad de La Laguna].
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/38430/No%20doctor%2C%20mi%20dolor%20menstrual%20.pdf?sequence=1>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2024). *Ley General de Salud*.
<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGS.pdf>
- Carrasco, N. M. (2020). *Significados de la menarquia en las adolescentes de una institución educativa. Ferreñafe 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2405>
- Cervantes, D. K. (2020). Menstruación y cultura mexicana. *Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja*, 2(1), 15–20.
<https://salutsexual.sidastudi.org/es/registro/a53b7fb373ba6349017434eab5610002>
- Chávez, R., & Ruiz, R. (2024). *Relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental].
<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/14237>

- Chrisler, J. C., Marván, M. L., Gorman, J. A., & Rossini, M. (2015). Body appreciation and attitudes toward menstruation. *Body Image, 12*, 78–81. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.003>
- Coloma, D. (2023). La menstruación como fenómeno cultural: Creencias arraigadas y transformaciones contemporáneas. *Antropología. Cuadernos de Investigación, 28*, 32–41. <https://doi.org/10.26807/raci.vi28.318>
- Comas, C., Martins, J. A., Nascimento, M. M., & Estrada, A. (2017). Estudio de las actitudes hacia la estadística en estudiantes de psicología. *Bolema: Boletim de Educação Matemática, 31*, 479–496. <https://doi.org/10.1590/1980-4415v31n57a23>
- Darabi, F., & Yaseri, M. (2022). Intervention to improve menstrual health among adolescent girls based on the theory of planned behavior in Iran: A cluster-randomized controlled trial. *Journal of Preventive Medicine and Public Health, 55*(6), 595. <https://doi.org/10.3961/jpmph.22.365>
- Delgado-Ordaz, C. M., Becerril-Montekio, V., Campero-Cuenca, L., & Rodríguez-López, A. G. (2024). Salud menstrual en adolescentes: gestión y participación de los sectores educación y salud. *Horizonte Sanitario, 23*(2), 305-314. <https://doi.org/10.19136/hs.a23n2.5844>
- Dietrich, D. P. (2018). Cosa de mujeres: Menstruación, género y poder. *La Aljaba, 22*(2), 1–2. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7042827.pdf>
- Diez, A. (2017). Más sobre la interpretación (II): Ideas y creencias. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 37*(131), 127–143. <https://doi.org/10.4321/S0211-57352017000100008>

- Enricci, M. B. (2022). Investigación y promoción de espacios: Una tarea urgente para repensar las narrativas de la menstruación en La Pampa. *La Aljaba. Segunda Época. Revista de Estudios de la Mujer*, 26(2), 27–38. <https://doi.org/10.19137/la-aljaba-v262-2022-2>
- Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres (ONU Mujeres). (2024, 24 de mayo). *La pobreza asociada a la menstruación cuesta demasiado, ¡actuemos!*. <https://www.unwomen.org/es/noticias/articulo-explicativo/2024/05/la-pobreza-asociada-a-la-menstruacion-cuesta-demasiado-actuemos>
- Figuroa, N. (2023). *Invisibilización de la menstruación: Crítica desde la teoría de reconocimiento de Nancy Fraser y Catherine MacKinnon* [Ensayo]. <https://hdl.handle.net/10901/25979>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020, 6 de octubre). *Higiene menstrual*. <https://www.unicef.org/mexico/higiene-menstrual>
- Galicia, A. (2022). *Anatomía y fisiología clínica para bachillerato* (1.ª ed.). Grupo Editorial Éxodo. <https://elibro.uaeh.elogim.com/es/lc/uaeh/titulos/207662>
- Gálvez, F. (2016). *Una aproximación a los itinerarios corporales de la menstruación* [Trabajo académico, Universidad de Chile]. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/144954>
- Gamarra, P. M., Camargo, P. M., & Rodríguez, L. (2024). Autoeficacia académica y autoestima en estudiantes universitarios. *Areté: Revista Digital del Doctorado en Educación*, 10(19), 69–85. <https://doi.org/10.55560/arete.2024.19.10.4>
- Garabal-Barbeira, J., Pousada, T., Espinosa, P., & Saleta Canosa, J. L. (2018). Las actitudes como factor clave en la inclusión universitaria. *Revista Española de Discapacidad*, 6(1), 181–198. <https://redis.cedid.es/index.php/redis/article/view/401>

- García-Toyosa, N., March-Cerdá, J. C., Chillón-Martínez, R., & Escudero-Carretero, M. J. (2021). Atención sanitaria al malestar premenstrual: La perspectiva de las mujeres. *Medicina de Familia. SEMERGEN*, 47(1), 12–27. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2020.05.019>
- García, A. M. (2023). La menstruación. De la biología al símbolo. *Gaceta Sanitaria*, 37. <https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2023.102341>
- García, N. (2021). *Discursos en torno a la menstruación: Representación social, vivencia del ciclo y medicalización de la fase premenstrual* [Tesis doctoral, Universidad de Sevilla]. <https://hdl.handle.net/11441/130658>
- Ghiasi, A., Keramat, A., & Mollaahmadi, L. (2018). The relationship between attitudes toward menstruation and perimenstrual symptoms among female students of Shahroud University of Medical Sciences, northeast Iran. *Shiraz E-Medical Journal*, 19(8). <https://doi.org/10.5812/semj.65714>
- González-Rojas, Y., & Triana-Fierro, D. A. (2018). Actitudes de los docentes frente a la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales. *Educación y Educadores*, 21(2), 200–218. <https://doi.org/10.5294/edu.2018.21.2.2>
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal, M. J., & Hidalgo, M. I. (2017). Pubertad y adolescencia. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 5(1), 7–22. <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>
- Guillamón, N., & Hernández, E. (2012). *Guía de intervención en psicología de la salud en la SIC*. Universitat Oberta de Catalunya. <https://hdl.handle.net/10609/70146>

- Guzmán, M. M. (2022). *Corporalidades menstruantes: Acercamiento a los significados de la menstruación y las prácticas de autocuidado en mujeres de diferentes generaciones* [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Querétaro]. <http://ri-ng.uaq.mx/handle/123456789/3503>
- Guzmán-Utreras, E., Bizama-Tejeda, M. T., & Herrera-Yáñez, C. (2023). Autogestión de saberes y prácticas pedagógicas: Creencias acerca de la educación inclusiva en educadoras de párvulos en Chile. *Perspectiva Educativa*, 62(4), 108–13. <http://dx.doi.org/10.4151/07189729-vol.62-iss.4-art.1308>.
- Guvenc, G., Kilic, A., Akyuz, A., & Ustunsoz, A. (2012). Premenstrual syndrome and attitudes toward menstruation in a sample of nursing students. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 33(3), 106–111. <https://doi.org/10.3109/0167482X.2012.685906>
- Greene, J. C., Caracelli, V. J., & Graham, W. F. (1989). Toward a conceptual framework for mixed-method evaluation designs. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 11(3), 255–274. <https://doi.org/10.3102/01623737011003255>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Education. https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Hunter, E. C., Murray, S. M., Sultana, F., Alam, M. U., Sarker, S., Rahman, M., Akter, N., Mobashara, M., Momata, M., & Winch, P. J. (2022). Development and validation of the Self-Efficacy in Addressing Menstrual Needs Scale (SAMNS-26) in Bangladeshi schools: A measure of girls' menstrual care confidence. *PLOS ONE*, 17(10), e0275736. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275736>

- Ibarra, V., Rivas, B., & Figueroa, C. (2021). *Sexismo ambivalente en torno a la menstruación: Experiencias de hombres y mujeres en distintos momentos del ciclo vital* [Tesis doctoral, Universidad Academia de Humanismo Cristiano]. <http://bibliotecadigital.academia.cl/xmlui/handle/123456789/6468>
- Instituto de Salud del Estado de México. (2023). *Higiene y salud menstrual*. Secretaría de Salud del Gobierno del Estado de México. https://salud.edomex.gob.mx/isem/salud_menstrual
- Jang, D., & Elfenbein, H. A. (2019). Menstrual cycle effects on mental health outcomes: A meta-analysis. *Archives of Suicide Research, 23*(2), 312–332. <https://doi.org/10.1080/13811118.2018.1430638>
- Jarrah, S. S., & Kamel, A. A. (2012). Attitudes and practices of school-aged girls towards menstruation. *International Journal of Nursing Practice, 18*(3), 308–315. <https://doi.org/10.1111/j.1440-172X.2012.02032.x>
- Jiménez, M. R., & Aguilá, N. C. (2017). El ciclo menstrual y sus alteraciones. *Pediatría Integral, 21*(5), 304–311. https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/xxi05/01/n5-304-311_MariaRguez.pdf
- Kohen, M., & Meinardi, E. (2016). Problematizando las enseñanzas sobre la menstruación en la escuela: Lo disimulado, lo negativo, lo silenciado. *Bio-grafía: Escritos sobre la Biología y su Enseñanza, 9*(16), 179–183. <https://doi.org/10.17227/20271034.vol.9num.16biografial79.183>
- Kulakaç, O., Öncel, S. F., İrat, M., & Akcan, A. (2008). Menstrual attitude questionnaire: Validity and reliability study. *Türkiye Klinikleri Journal of Gynecology and Obstetrics, 18*(6), 347–356. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2008.04919.x>

- Lara-Vargas, E. (2022). Los viejos caminos y las nuevas posibilidades: Marcas androcéntricas y epistemologías feministas en las representaciones sociales de la menstruación. *Pacha: Revista de Estudios Contemporáneos del Sur Global*, 3(9), 1–18. <https://doi.org/10.46652/pacha.v3i9.146>
- Liang, H.-Y., Lee, L.-W., Kelsen, B. A., Hsu, S.-C., Liu, C.-Y., & Chen, C.-Y. (2013). Attitudes toward menstruation in females with schizophrenia or schizoaffective disorders in Taiwan. *Climacteric*, 16 (6), 682–688. <https://doi.org/10.3109/13697137.2012.753872>
- León-Larios, F., Silva-Reus, I., & Puente Martínez, M. J. (2024). Influence of menstrual pain and symptoms on activities of daily living and work absenteeism: A cross-sectional study. *Reproductive Health*, 21, 25. <https://doi.org/10.1186/s12978-024-01757-6>
- López, D. C. M. (2022). Conocimientos sobre menarquía en padres de hijas adolescentes. *Enfermería, Innovación y Ciencia*, 4(1), 11–25. <https://doi.org/10.60568/eic.v3i1.1270>
- Lozano, L. (2010). *La sangre de las otras: Cambios generacionales en la percepción de la menstruación y su relación con la dominación masculina* [Tesis de grado, Universidad de Granada]. <http://hdl.handle.net/10481/34066>
- Marieb, E. N. (2008). *Anatomía y fisiología humana* (9.ª ed.). Pearson Educación. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/27169cd6cf60d4993790cf17632da8d3.pdf>
- Marroquín, N. (2017). Menstruación y mujer deportista. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 3(1), 58–70. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v3.n1.2017.361>
- Martínez, J. M. T. (2021). Modelo de creencias de salud en personas sanas o enfermas: Una revisión sistematizada. *Revista Mexicana de Enfermería Cardiológica*, 29(1), 24–33. <http://revistamexicanadeenfermeriacardiologica.com.mx/index.php/RevMexEnferCardiol/article/view/191/111>

- Martínez-Roldán, A. V. (2022). Plática de amistades: ¿Qué onda con mi menstruación? *Revista Digital Universitaria*, 23(5). <https://doi.org/10.22201/cuaieed.16076079e.2022.23.5.6>
- Marván, M. L., & Alcalá-Herrera, V. (2014). Age at menarche, reactions to menarche and attitudes towards menstruation among Mexican adolescent girls. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 27(2), 61–66. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2013.06.021>
- Marván, M. L., Cortés, S., & González, R. E. (2014). Significado psicológico de la menstruación en madres e hijas. *Psicología y Salud*, 24(1), 89–96. <https://psycnet.apa.org/record/2014-09234-009>
- Marván, M. L., Vázquez-Toboada, R., & Chrisler, J. C. (2014). Ambivalent sexism, attitudes towards menstruation and menstrual cycle-related symptoms. *International Journal of Psychology*, 49(4), 280–287. <https://doi.org/10.1002/ijop.12028>
- Marván, M. L., Espinosa-Hernández, G., & Vacio, A. (2002). Premenarcheal Mexican girls' expectations concerning perimenstrual changes and menstrual attitudes. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 23(2), 89–96. <https://doi.org/10.3109/01674820209042790>
- Marván, M. L., García-Prieto, C., Alcalá-Herrera, V., & Vacio-Muro, M. L. Á. (2024). Menarcheal experience, beliefs about and attitudes toward menstruation in Mexico: Changes in the last 20 years. *Health Care for Women International*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/07399332.2024.2342474>
- Marván, M. L., Cortés-Iniestra, S., & González, R. (2005). Beliefs about and attitudes toward menstruation among young and middle-aged Mexicans. *Sex Roles*, 53(3–4), 273–279. <https://doi.org/10.1007/s11199-005-5685-3>

- Marván, M. L., & Trujillo, P. (2010). Menstrual socialization, beliefs, and attitudes concerning menstruation in rural and urban Mexican women. *Health Care for Women International*, 31(1), 53–67. <https://doi.org/10.1080/07399330902833362>
- Marván Garduño, M. A. L., & Molina Abolnik, M. A. (2002). Validación en México de un cuestionario de actitudes hacia la menstruación dirigido a adolescentes posmenarcas. *Psicología y Salud*, 12(2), 173–180. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/CLA01000194471>
- Marván, M. L., & Molina-Abolnik, M. (2012). Mexican adolescents' experience of menarche and attitudes toward menstruation: Role of communication between mothers and daughters. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 25(6), 358–363. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2012.05.003>
- Marván, M. L., Ramírez-Esparza, D., Cortés-Iniestra, S., & Chrisler, J. C. (2006). Development of a new scale to measure beliefs about and attitudes toward menstruation (BATM): Data from Mexico and the United States. *Health Care for Women International*, 27(5), 453–473. <https://doi.org/10.1080/07399330600629658>
- McCrudden, M. T., Marchand, G., & Schutz, P. A. (2021). Joint displays for mixed methods research in psychology. *Methods in Psychology*, 5, 100067. <https://doi.org/10.1016/j.metip.2021.100067>
- Mileo, A., & Suárez, D. (2018). El tabú de la menstruación como instancia productora y perpetuadora de ignorancia subjetiva y estructural. *Avatares Filosóficos*, 5, 159–171. <https://n2t.net/ark:/13683/pkht/cYc>
- Mirghafourvand, M., Ebadi, A., Jahanfar, S., Khorashadizadeh, F., & Shirzadi, S. (2024). Exploring the practice of Iranian adolescent females during menstruation and related

- beliefs: A qualitative study. *BMC Public Health*, 24, 1145. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18600-z>
- Mohamed, Y., Durrant, K., Huggett, C., Davis, J., Macintyre, A., Menu, S., Wilson, J. N., Ramosaea, M., Sami, M., Barrington, D. J., McSkimming, D., & Natoli, L. (2018). A qualitative exploration of menstruation-related restrictive practices in Fiji, Solomon Islands and Papua New Guinea. *PLOS ONE*, 13(12), e0208224. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208224>
- Moncayo, D. C. (2023). La menstruación como fenómeno cultural: Creencias arraigadas y transformaciones contemporáneas. *Antropología: Cuadernos de Investigación*, 28, 32–41. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9174821>
- Montoya, M. (2022). *El lenguaje y las dinámicas de la menstruación* [Trabajo de grado, Universidad de los Andes]. <https://hdl.handle.net/1992/64531>
- Morales, C. (2012). *Creencias y vivencias de mujeres adultas sobre la menstruación en el municipio de Cota* [Tesis de licenciatura, Universidad de La Sabana]. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/1476>
- Morales Lesmes, C. I., & Correal, C. A. (2016). Creencias y vivencias de mujeres adultas sobre la menstruación en el municipio de Cota, Colombia. *Revista Salud Bosque*, 6(1). <https://doi.org/10.18270/rsb.v6i1.1805>
- Morales, M. D. R. R. (2016). Del tabú a la sacralidad: La menstruación en la era del sagrado femenino. *Ciencias Sociales y Religión*, 18(24), 134–152. <https://doi.org/10.22456/1982-2650.62531>

- Morse, J. M., Kieren, D., & Bottorff, J. (1993). The adolescent menstrual attitude questionnaire, part I: Scale construction. *Health Care for Women International*, 14(1), 39–62. <https://doi.org/10.1080/07399339309516025>
- Newton, V. L., & Hoggart, L. (2015). Hormonal contraception and regulation of menstruation: A study of young women’s attitudes towards “having a period.” *Journal of Family Planning and Reproductive Health Care*, 41(3), 210–215. <https://doi.org/10.1136/jfprhc-2014-100956>
- Obscura, G. A. (2019). *Saberes y sentires de la menstruación y la menopausia: Una aproximación psicosocial a la experiencia menstrual de las mujeres* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco.] <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/26757>
- Olika, A. K., Debelew, G. T., Koricha, Z. B., & Wordofa, M. A. (2025). Mothers' intentions to discuss menstruation-related topics with their daughters using the theory of planned behavior. *The Pan African Medical Journal*, 51, 52. <https://doi.org/10.11604/pamj.2025.51.52.46662>
- Oliveira, V. C., Dumont Pena, É., Nepomuceno de Andrade, G., & Santos Felisbino-Mendes, M. (2023). Acceso y prácticas de higiene menstrual en América Latina: revisión de alcance. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 31. <http://doi.org/10.1590/1518-8345.6736.4028>
- Öztürk, R., & Güneri, S. E. (2020). Symptom experiences and attitudes towards menstruation among adolescent girls. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 41(3), 471–476. <https://doi.org/10.1080/01443615.2020.1789962>

- Padilla, K., & Garritz, A. (2014). Creencias epistemológicas de dos profesores-investigadores de la educación superior. *Educación Química*, 25(3), 343–353. [https://doi.org/10.1016/S0187-893X\(14\)70550-6](https://doi.org/10.1016/S0187-893X(14)70550-6)
- Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿Una etapa problemática del desarrollo humano? *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1), 5–8. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.7587>
- Patiño, M. (2022). *Anatomía & estiramientos para el embarazo y el posparto: Más de 25 videos tutoriales*. Editorial Paidotribo. <https://latam.casadellibro.com/ebook-anatomia-amp-estiramientos-para-el-embarazo-y-el-posparto-color-mas-de-25-videos-tutoriales-ebook/9788499109770/13307996>
- Pérez, R., Ferreres-Traver, A., Hernández-Baeza, A., Gadea-Doménech, M., González-Durán, E., & Nieves-Navarro. (1995). Efectos de la información acerca del ciclo menstrual sobre las actitudes hacia la menstruación. *Psicothema*, 7(2), 297–308. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2017250>
- Ramírez Morales, M. del R. (2016). Del tabú a la sacralidad: La menstruación en la era del sagrado femenino. *Ciencias Sociales y Religión*, 18(24), 134–152. <https://doi.org/10.22456/1982-2650.62531>
- Rembeck, G., Möller, M., & Gunnarsson, R. (2006). Attitudes and feelings towards menstruation and womanhood in girls at menarche. *Acta Paediatrica*, 95(6), 707–714. <https://doi.org/10.1080/08035250500531697>
- Reyes Revelo, M. N. (2023). *Creencias y actitudes hacia la menstruación en mujeres y hombres estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Nuevo Chimbote, 2022*

[Tesis de licenciatura, Universidad San Pedro].

<https://es.scribd.com/document/862255499/Reyes-2023>

Rodríguez, A., Campero, L., & Estrada, F. (2025). Intervención en salud sexual y reproductiva: Impacto en prejuicios sobre la menstruación. *Salud Pública de México*, 67(2), 124–134.

<https://doi.org/10.21149/16328>

Rodríguez, M. J., & Curell, N. (2017). El ciclo menstrual y sus alteraciones. *Pediatría Integral*, 21(5), 304–311. Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria.

<https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-07/el-ciclo-menstrual-y-sus-alteraciones/>

Rohatsch, M. (2015). *Menstruación: Entre la ocultación y la celebración*. XI Jornadas de Sociología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.

<https://www.aacademica.org/000-061/254>

Romero, J. (2018). *Anatomía y fisiología fáciles*. Editorial UFV.

<https://www.digitaliapublishing.com/a/61846>

Rosas, D. (2019). Menstruación, epistemología y etnografía amazónica. *Maguaré*, 33(1), 75–107.

<https://doi.org/10.15446/mag.v33n1.82407>

Sánchez, M. (2003). *Creencias y actitudes sobre la menstruación en mujeres universitarias y no universitarias* [Tesis de licenciatura no publicada, Universidad de las Américas Puebla].

<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/7742545?show=full>

Sánchez, S., Barrington, D. J., & Poveda, R. (2023). Spanish menstrual literacy and experiences of menstruation. *BMC Women's Health*, 23, 161. [https://doi.org/10.1186/s12905-023-](https://doi.org/10.1186/s12905-023-02293-4)

[02293-4](https://doi.org/10.1186/s12905-023-02293-4)

- Sanz, E. (2024). *Menstruación: De tabú a resistencia* [Trabajo de grado, Universitat Oberta de Catalunya]. <http://hdl.handle.net/10609/151307>
- Sobudula, V., & Naidoo, D. (2024). Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa. *Sexuality, Gender & Policy*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1002/sgp2.12107>Digital Object Identifier (DOI)
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código ético del psicólogo*. Editorial Trillas. https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/CODIGO_ETICO_SMP.pdf
- Solis, C. (2015). Creencias sobre enseñanza y aprendizaje en docentes universitarios: Revisión de algunos estudios. *Propósitos y Representaciones*, 3(2), 227–260. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n2.83>
- Tapia, H. (2018). Actitud hacia las TIC y hacia su integración didáctica en la formación inicial docente. *Actualidades Investigativas en Educación*, 18(3), 702–731. <https://doi.org/10.15517/aie.v18i3.34437>
- Torres, M. (2021). *Intervención psicoeducativa desde la inteligencia emocional en estudiantes de octavo y décimo semestre de licenciatura en educación infantil* [Trabajo de grado, Centro Regional UNIMINUTO Buga]. <https://hdl.handle.net/10656/12695>
- Urazan, Y. (2021). *Actitudes y discursos usados en la publicidad de copas menstruales en la red social Instagram* [Tesis doctoral, Fundación Universitaria Konrad Lorenz]. <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/4787>
- Vásquez, M. B., & Carrasco, A. M. (2017). Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres aymara del norte de Chile: Un aporte desde el género a los estudios

- antropológicos de la sangre menstrual. *Chungará*, 49(1), 99–108.
<https://doi.org/10.4067/S0717-73562016005000036>
- Wall, L. L., Belay, S., Bayray, A., Salih, S., & Gabrehiwot, M. (2016). A community-based study of menstrual beliefs in Tigray, Ethiopia. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 135(3), 310–313. <https://doi.org/10.1016/j.ijgo.2016.05.015>
- Wong, L. P. (2011). Attitudes toward menstruation, menstrual-related symptoms, and premenstrual syndrome among adolescent girls: A rural school-based survey. *Women & Health*, 51(4), 340–364. <https://doi.org/10.1080/03630242.2011.574792>
- Wong, W. C., Li, M. K., Chan, W. Y., Choi, Y. Y., Fong, C. H., Lam, K. W., Sham, W. C., So, P. P., Wong, K., Yeung, K. H., & Yeung, T. Y. (2013). A cross-sectional study of the beliefs and attitudes towards menstruation of Chinese undergraduate males and females in Hong Kong. *Journal of Clinical Nursing*, 22(23–24), 3320–3327.
<https://doi.org/10.1111/jocn.12462>
- Younas, A., Fàbregues, S., Munce, S., & Creswell, J. W. (2025). Framework for types of metainferences in mixed methods research. *BMC Medical Research Methodology*, 25(1), 18. <https://doi.org/10.1186/s12874-025-02475-8>

Anexos

Anexo 1: Carta de consentimiento informado madres



Pachuca de Soto, Hgo, a ____ de ____ de 20__

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO MADRES

Título del proyecto: Creencias y Actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre-hija adolescente. Un estudio Mixto.

Investigadora principal: April Escorcía Arroyo

Sede donde se realizará el estudio: Secundaria General Número 6, ubicada en Pachuca Hidalgo, México.

Nombre de la participante:

Aspectos generales

Hola, mi nombre es April Escorcía Arroyo licenciada en psicología.

En primer lugar, me encuentro realizando una investigación llamada, **Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en la díada madre – hija adolescente. Un estudio mixto**, y por medio de este documento se le invita a participar en la misma. Antes de tomar una decisión sobre su participación, es importante que conozca y comprenda la siguiente información sobre la investigación.

Por favor pregunte sobre cualquier duda o información que desee conocer.

Su consentimiento para participar en la presente investigación se dará por entendido al firmar y en caso de que usted lo solicite, recibirá por vía electrónica una copia escaneada de la presente.

Las creencias y actitudes que existen alrededor de la menstruación tienen un efecto importante en la manera en que las mujeres la experimentan, interfiriendo en su bienestar. Se sabe que es un acontecimiento natural y biológico pero también contempla otras áreas, tales como la influencia cultural, social y aspectos psicológicos. Por ello, se planea investigar este tema con el objetivo de describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, desde un enfoque cuantitativo y cualitativo, a partir de las experiencias en la díada madre-hija adolescente que se encuentran en Pachuca Hidalgo.

Su participación estará relacionada para la primera etapa de la presente investigación, en la cual, responderá el “Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la menstruación (*Beliefs about and Attitudes Toward Menstruation*, BATM)”. Contestarlo le tomará aproximadamente de 30 a 45 minutos.

En relación con los **riesgos**, esta investigación es considerada como sin riesgo pues es un estudio en el que solo responderá un cuestionario.

Con respecto a los **beneficios** del estudio, se compartirá información científica con base en los resultados del mismo y se impartirá un taller relacionado al tema de menstruación a todos los grupos de la Secundaria General Número 6 de Pachuca Hidalgo.

Debe tener en cuenta que:

- Su decisión de participar en el estudio es completamente voluntaria.
- No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted y su hija, en caso de no aceptar participar.
- Recibirá respuesta a cualquier pregunta, duda y aclaración acerca de los procedimientos, riesgos, beneficios y otros asuntos relacionados con la investigación antes, durante y después de la investigación.
- Si decide participar en el estudio puede retirarse en el momento que lo desee, sin informe de las razones de su decisión.



- Su participación en la investigación no tiene costo económico.
- En el transcurso del estudio podrá solicitar información actualizada sobre el mismo al investigador responsable.
- La información que usted proporcione (nombre, datos de contacto, antecedentes, etcétera), así como los resultados de su participación serán tratados con estricto apego confidencial y se encontrarán bajo resguardo de los investigadores.

Este estudio ha sido aprobado por el Comité de Ética e Investigación de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

Si desea mayor información sobre la esencia de la investigación, por favor comuníquese con la Licenciada en Psicología April Escorcía Arroyo, responsable de la investigación, al número: 775-757-4083 o al correo electrónico: es323336@uaeh.edu.mx

Carta de Consentimiento Informado

Yo, _____, entiendo la información anterior y mis dudas han sido respondidas de manera adecuada. De igual manera me han mencionado que los resultados obtenidos en el presente estudio serán publicados y/o difundidos con utilidad científica. Acepto participar en este estudio de investigación y si lo solicito, recibiré una copia vía electrónica firmada de esta forma de consentimiento.

Firma de la participante

Fecha

Número de celular de la participante: _____

Correo electrónico: _____

Este cuestionario representa la primera etapa de esta investigación, si le surge interés de conocer y/o participar en la segunda etapa (entrevista a profundidad) en conjunto con su hija, marque con una **X** en "sí" o "no" para contactarla posteriormente (esta es la única respuesta que debe de coincidir con la de su hija).

Sí	No
----	----

Investigadora responsable:

He explicado a _____ en qué consiste el estudio, cuáles son sus objetivos, los riesgos y beneficios que implica su participación. Declaro que conozco la normatividad para realizar investigación con seres humanos y me apego a ella.


Firma de la investigadora

Fecha

Anexo 2: Asentimiento informado hijas



CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

<p>Título del proyecto: Creencias y Actitudes relacionadas con la menstruación en la diada madre – hija adolescente. Un estudio Mixto. Investigadora principal: Lic. Psic. April Escorcía Arroyo Sede donde se realizará el estudio: Secundaria General Número 6, ubicada en Pachuca Hidalgo, México.</p>		
<p>¡Les invito a participar en mi investigación!</p> <p>¡Antes pregunten sobre cualquier duda o información que deseen conocer!</p> 	<p>¡Les cuento!</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Las creencias y actitudes que existen alrededor de la menstruación tienen un efecto importante en la manera en que las mujeres la experimentan, interfiriendo en su bienestar. <input type="checkbox"/> Por ello, se planea investigar con el objetivo de describir las creencias y actitudes relacionadas con la menstruación, desde un enfoque cuantitativo y cualitativo, a partir de las experiencias en la diada madre-hija adolescente que se encuentran en Pachuca Hidalgo. 	<p>¿En qué consisten sus participaciones?</p> <p>Sólo les pediré que respondan UN cuestionario</p> <p>A las estudiantes corresponde el “Cuestionario de Actitudes hacia la menstruación dirigido a Adolescentes posmenarcas” tomará máximo 10 minutos responderlo.</p> <p>A las madres, corresponde el “Cuestionario de Creencias y Actitudes hacia la menstruación (<i>Beliefs about and Attitudes Toward Menstruation, BATM</i>)”, tomará de 30 a 45 minutos terminarlo.</p> <p>Esta investigación es considerada como sin riesgo pues es un estudio en el que solo responderás UN cuestionario.</p>
<p>Los beneficios o ventajas de este estudio, tienen que ver con que se impartirá un taller a todos los grupos de la Secundaria General No. 6 de Pachuca Hidalgo. Este taller tiene como objetivo contribuir y mejorar la calidad de vida de las adolescentes al brindar información clara, científica con respecto al tema.</p>		
<p>Deben tener en cuenta que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Los datos personales (nombre de usted y de su hija y/o datos de contacto), no se publican, únicamente el conjunto de todos los cuestionarios respondidos. <input type="checkbox"/> Los resultados de sus participaciones serán tratados con estricto apego confidencial y se encontrarán bajo resguardo de los investigadores. <input type="checkbox"/> Sus decisiones de participar son completamente voluntarias. <input type="checkbox"/> No habrá consecuencias negativas en caso de no aceptar participar. <input type="checkbox"/> Hagan todas las preguntas que se les vengán a la mente, en caso de alguna aclaración acerca de los procedimientos, riesgos, beneficios y otros asuntos relacionados con la investigación antes, durante y después de la investigación. <input type="checkbox"/> Si deciden participar en el estudio pueden retirarse en el momento que lo deseen. <input type="checkbox"/> Sus participaciones en la investigación no tienen costo económico. <input type="checkbox"/> En el transcurso del estudio podrán solicitar información actualizada sobre el mismo a la investigadora responsable. 		
<p>Nombre completo de la madre y firma: _____</p> <p>Nombre completo de la hija _____</p> <p>Grado y Grupo: _____</p>		
<input type="checkbox"/> Aceptamos participar		<input type="checkbox"/> No aceptamos participar

Este estudio ha sido aprobado por el Comité de Ética e Investigación de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

Si desea mayor información sobre la esencia de la investigación, por favor comuníquese con la Licenciada en Psicología April Escorcía Arroyo, responsable de la investigación, al número: 775-757-4083 o al correo electrónico: es323336@uah.edu.mx

Anexo 3: Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación (mujeres)

CUESTIONARIO DE CREENCIAS Y ACTITUDES ACERCA DE LA MENSTRUACIÓN (mujeres)

Fecha de aplicación _____ Ocupación _____
 Edad _____ Lugar de nacimiento _____
 Escolaridad _____
 Fecha de su última menstruación _____
 Edad que tenía cuando tuvo su primera menstruación _____

Instrucciones:

Estamos estudiando qué es lo que se cree acerca de la menstruación. No hay respuestas buenas o malas, solo le pedimos que ponga lo que crea. Esta información será anónima, sirve únicamente para esta investigación.

	Muy en desacuerdo	Casi en desacuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	Casi de acuerdo	Muy de acuerdo
1. Es importante hablar de la regla con los hombres					
2. Las mujeres debemos evitar nadar cuando estamos reglando					
3. Creo que hay veces que las mujeres no aguantamos nuestra regla					
4. Las mujeres nos sentimos orgullosas cuando empezamos a reglar					
5. Es importante que el tema de la regla sea discutido en la escuela con las niñas y los niños juntos					
6. La regla es sucia					
7. Las mujeres debemos evitar comer o beber cosas frías durante la regla					
8. Los hombres tienen una gran ventaja al no tener la molestia de la regla					
9. Las mujeres debemos esconder cualquier cosa que muestre que estamos reglando					
10. La regla afecta la labor de las mujeres en el trabajo					
11. A las mujeres nos gustaría que el período menstrual durara pocos minutos					
12. Es importante que las mujeres nos preocupemos por comprar toallas sanitarias sin que nos vean					
13. Hay mujeres que se sienten contentas por reglar					
14. A las mujeres nos gustaría que la regla no existiera					
15. A las mujeres nos incomoda hablar de la regla					

16. Hay mujeres que se sienten alegres cada vez que tienen su regla					
17. Es importante que nadie sepa cuando una mujer está reglando					
18. Las mujeres debemos evitar fumar durante la regla					
19. La regla es molesta					
20. Las mujeres debemos evitar comer ciertos alimentos cuando estamos reglando					
	Muy en desacuerdo	Casi en desacuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	Casi de acuerdo	Muy de acuerdo
21. Es penoso cuando un hombre se da cuenta que una mujer está reglando					
22. Las mujeres debemos tomar té cuando estamos reglando					
23. La regla es dolorosa					
24. Las mujeres nos ponemos rojas cuando vemos un anuncio de toallas sanitarias y estamos con algún hombre					
25. La regla incapacita a las mujeres					
26. Hay mujeres que disfrutan su regla					
27. Las mujeres debemos evitar cargar cosas pesadas cuando estamos reglando					
28. Hay mujeres que se ven más atractivas cuando están reglando					
29. Es importante que la regla se mantenga en secreto					
30. A las mujeres nos incomoda tener la regla					
31. Las mujeres debemos bañarnos con agua caliente cuando estamos reglando					
32. Es importante que las mujeres evitemos hablar de <u>nuestra</u> regla cuando hay hombres presentes					
33. La regla es un gran problema					
34. Las mujeres debemos evitar hacer ejercicio cuando estamos reglando					
35. La regla es algo que las mujeres tenemos que soportar					
36. Las mujeres nos emocionamos cuando tenemos nuestra primera regla					
37. La regla afecta el trabajo de las mujeres en la casa					
38. Vivir con la regla es difícil					

39. Es importante discutir el tema de la regla abiertamente en casa					
40. El tener la regla es un castigo para las mujeres					
41. Es una lata tener la regla cada mes					
42. La regla afecta las actividades diarias de las mujeres					
43. La regla es un gran fastidio					
44. Las mujeres debemos comer o beber cosas calientes cuando estamos reglando					
45. Las mujeres debemos alejarnos de los hombres mientras estamos reglando					

Anexo 4: Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas

Cuestionario de Actitudes Menstruales para Adolescentes Posmenarcas

Instrucciones

Se está estudiando las actitudes que se presentan en la menstruación. No hay respuestas buenas o malas, solo te pedimos que pongas lo que creas. Esta información será anónima, sirve únicamente para esta investigación.

REACTIVOS	RESPUESTAS				
	(1) Sí es cierto	(2) Casi sí es cierto	(3) No sé, o más o menos	(4) Casi no es cierto	(5) No es cierto
1. Me siento orgullosa cuando estoy reglando	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. Me hace sentir muy contenta saber que estoy reglando	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. Me siento contenta cuando pienso en mi regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. Cuando reglo me siento bien	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. Me siento bien cuando tengo mi regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. Me siento emocionada cuando tengo mi regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. Me siento especial cuando tengo mi regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8. Esperaba con ganas tener mi primera regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Me sentí contenta cuando me enteré que existe la regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10. Estoy contenta porque ya he madurado lo suficiente para reglar	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11. Cuando las muchachas tienen su regla se les debería dejar quedarse en casa	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12. Me siento distinta cuando reglo	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. El solo hecho de tener mi regla me hace sentir incómoda	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. Está bien que alguien falte a la escuela si tiene cólicos durante su regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

15. Cada vez que las muchachas empiezan a reglar se les debería permitir faltar a clases de deportes	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16. Durante la regla hay algo que funciona mal	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17. Me siento asustada porque no sé qué está pasando cuando reglo	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18. Las muchachas deben preocuparse cuando están reglando	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19. Me preocupa mucho que empiece mi regla sin esperarla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20. Me siento incómoda cuando hablo con mis amigos o amigas acerca de la regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21. Me aterra que la gente sepa que estoy reglando	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22. Es penoso hacer preguntas acerca de la regla	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23. Cuando estoy reglando me da miedo que los muchachos se enteren	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24. Las muchachas se sienten incómodas cuando ven el tema de la regla en la escuela	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25. Cada vez que la gente menciona la palabra "regla" me pongo nerviosa	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Anexo 5: Tabla de ejes y categorías – Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación - madres

Tabla de ejes y categorías – Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación - madres

Ejes	Categorías	Indicadores
Actitudes frente a la menstruación	Positivas, negativas o sigilosas	<p>¿Qué piensa usted acerca de la menstruación?</p> <p>¿Qué aspectos positivos piensa que hay alrededor de la experiencia de la menstruación?</p> <p>¿Qué aspectos negativos piensa que hay alrededor de la experiencia de la menstruación?</p> <p>¿Considera que es importante hablar de la menstruación con cualquier persona?</p>
	Proceso del desarrollo:	¿Cómo fue su experiencia cuando le llegó su primera menstruación?

	Experiencia en la menarca	¿Cuál ha sido su experiencia con la menstruación a lo largo de su vida?
	Experiencia en la adultez	¿Cómo vive la menstruación en la actualidad?
Creencias sociales asociadas a la menstruación	Aspectos culturales y sociales	¿Qué ha escuchado que dicen sobre la menstruación?
	Tabúes estigmas	¿Cuáles son las frases más comunes que escucha sobre la menstruación? ¿Cree que la perspectiva de la menstruación ha cambiado con el tiempo?
	Molestia Prohibiciones/obligaciones Incapacitante Secreto Agradable	¿Considera usted que hay acontecimientos molestos cuando menstruamos? ¿Qué opina sobre que las mujeres deben de evitar hacer cosas cuando están menstruando? ¿Qué piensa cuando dicen que la menstruación afecta la realización de nuestras actividades cotidianas? ¿A qué cree que se debe cuando dicen que la menstruación es un tema del que no se habla? ¿Considera que la vivencia de la menstruación es grata?
	Díada madre-hija	¿Cuál fue su primer conocimiento acerca de la menstruación? ¿Hubo alguien específicamente que le hablara de la menstruación? ¿Quién? ¿Considera que su madre ha influido en la perspectiva que tiene usted acerca de su experiencia a la menstruación?
Manejo del cuerpo	Dolor menstrual	¿Cómo describe la experiencia con respecto al dolor en la fase de la menstruación? ¿Cuáles son las alternativas que utiliza para el control del dolor?

	<p>Conocimiento del ciclo menstrual</p> <p>Gestión menstrual</p>	<p>¿Cuál cree que es la utilidad del ciclo menstrual?</p> <p>¿Qué piensa sobre la idea de que conocer tu cuerpo te puede ayudar a saber cuándo te llegará tu menstruación y cuándo no?</p> <p>¿Qué acciones toma en cuenta cuando estás menstruando?</p>
--	--	--

Anexo 6: Tabla de ejes y categorías – Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación - hijas

Tabla de ejes y categorías – Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación - hijas

Ejes	Categorías	Indicadores
Actitudes frente a la menstruación	Positivas, negativas o sigilosas	<p>¿Qué piensas sobre la menstruación?</p> <p>¿Qué aspectos positivos piensas que hay alrededor de la experiencia de la menstruación?</p> <p>¿Qué aspectos negativos piensas que hay alrededor de la experiencia de la menstruación?</p> <p>¿Consideras que es importante hablar de la menstruación con cualquier persona?</p>
	Proceso del desarrollo:	¿Cómo fue tu experiencia cuando llegó tu primera menstruación?
	Experiencia en la menarca	¿Cuál ha sido tu experiencia con la menstruación?
	Experiencia en la actualidad	¿Cómo vives la menstruación en la actualidad?
Creencias sociales asociadas a la menstruación	Aspectos culturales y sociales	<p>¿Qué has escuchado que dicen sobre la menstruación?</p> <p>¿Cuáles son las frases más comunes que escuchas sobre la menstruación?</p>
	Tabúes estigmas	¿Crees que la perspectiva de la menstruación ha cambiado con el tiempo?

	Molestia	¿Qué acontecimientos consideras que son molestos cuando menstruamos?
	Prohibiciones/ obligaciones	¿Qué opinas sobre que las mujeres deben de evitar hacer cosas cuando están menstruando?
	Incapacitante	¿Qué piensas cuando dicen que la menstruación afecta la realización de nuestras actividades del día a día?
	Secreto	¿A qué crees que se debe cuando dicen que la menstruación es un tema del que no se habla?
	Agradable	¿Consideras que la vivencia de la menstruación es grata?
	Día da madre- hija	¿Cuál fue tu primer conocimiento acerca de la menstruación? ¿Hubo alguien específicamente que te hablara de la menstruación? ¿Quién? ¿Consideras que tu mamá ha influido en la perspectiva que tienes acerca de tu experiencia a la menstruación?
Manejo del cuerpo	Dolor menstrual	¿Cómo describes la experiencia con respecto al dolor en la fase de la menstruación? ¿Qué haces para eliminar el dolor?
	Conocimiento del propio cuerpo o del ciclo	¿Para qué crees que sirve el ciclo menstrual? ¿Qué piensas sobre la idea de que conocer tu cuerpo te puede ayudar a saber cuándo te llegará tu menstruación y cuándo no?
	Gestión menstrual	¿Qué acciones tomas en cuenta cuando estás menstruando?

Anexo 7: Aprobación de Comité de Ética



Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo
 Instituto de Ciencias de la Salud
School of Medical Sciences
Coordinación de Investigación
Area of Research

San Agustín Tlaxiaca, Hidalgo a **5 de marzo de 2025**
 Oficio Comitée.icsa JCSa «270» / 2025
Asunto: DICTAMEN DEL COMITÉ DE ÉTICA E INVESTIGACIÓN.

Escamilla Gutiérrez María Luisa
Investigador de la UAEH
Correo: maria_escamilla@uaeh.edu.mx
Alumno/Investigador externo: Escorcía Arroyo April
Correo: es323336@uaeh.edu.mx

PRESENTE

Título del Proyecto: Creencias y actitudes relacionadas con la menstruación en diada madre – hija adolescente. Un estudio mixto.

Le informamos que su proyecto ha sido evaluado por el Comité de Ética e Investigación del Instituto de Ciencias de la Salud y el dictamen emitido respecto a su proyecto de investigación es:

Decisión
«Aprobado»

Este protocolo tiene vigencia del **5 de marzo de 2025** al **5 de marzo de 2026**.

En caso de requerir una ampliación del plazo, le rogamos tenga en cuenta que deberá enviar al Comité la solicitud del motivo junto con un reporte del progreso de avance de su proyecto, al menos 90 días antes de la fecha de término de su vigencia.

Le solicitamos atender las indicaciones realizadas por el revisor -si es el caso-, y enviar la versión corregida de su protocolo para una nueva evaluación, a más tardar 15 días naturales posteriores a la recepción de este documento.

Atentamente



Dr. Diego Estrada Luna
 Presidente del Comité



Para la validación de este documento informe el siguiente código en la sección Validador de Documentos del sitio web oficial del Comité: «**E_59m4.JV**»
<https://sites.google.com/view/comiteci-icsa/validador-de-documentos>



Circuito ex-Hacienda La Concepción s/n
 Carretera Pachuca Actopan, San Agustín
 Tlaxiaca, Hidalgo, México, C.P. 42160
 Teléfono: 52 (771) 71 720 00 Ext. 4306
 investigacion_icsa@uaeh.edu.mx

uaeh.edu.mx