

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**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**

Reyna Marina Elena Chavez Rodriguez
Rosa Maria Ruiz Ramos

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Lima, 2024

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TESIS

A : Eliana Carmen Mory Arciniega
Decano de la Facultad de Humanidades

DE : Mayra Vanessa Garcia Perez
Asesor de tesis

ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de tesis

FECHA : 9 de Enero de 2024

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado asesor de la tesis titulada: "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 ", perteneciente a las estudiantes Reyna Marina Elena Chavez Rodríguez y Rosa María Ruiz Ramos, de la E.A.P. de Psicología; se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 20 % de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores (Nº de palabras excluidas: 10) SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que la tesis constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad.

Recae toda responsabilidad del contenido de la tesis sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC.

Esperando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



Asesor de tesis

Cc.
Facultad
Oficina de Grados y Títulos
Interesado(a)

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Reyna Marina Elena Chavez Rodriguez, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 44416541, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "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", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

10 de Enero de 2024.



REYNA MARINA ELENA CHAVEZ RODRIGUEZ

DNI. No. 44416541

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Rosa Maria Ruiz Ramos, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 46021340, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "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", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

10 de Enero de 2024.



ROSA MARIA RUIZ RAMOS

DNI. No. 46021340

TESIS REVISADA

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	2%	13%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.ucsp.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
7	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	1%

10	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
12	catarina.udlap.mx Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1 %
15	repositorio.upt.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
17	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to Universidad Católica San Pablo Trabajo del estudiante	<1 %
20	sap.org.ar Fuente de Internet	<1 %
21	Submitted to Universidad Católica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1 %

22	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	core.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
24	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
25	repositorio.unsaac.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	Submitted to Universidad de Jaén Trabajo del estudiante	<1 %
27	www.repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
28	bibliotecas.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	www.colibri.udelar.edu.uy Fuente de Internet	<1 %
30	www.defensoria.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
31	docplayer.es Fuente de Internet	<1 %
32	repositorio.uandina.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
33	1library.co Fuente de Internet	<1 %

34	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
35	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
36	www.psicothema.com Fuente de Internet	<1 %
37	Submitted to Universidad Nacional San Agustín Trabajo del estudiante	<1 %
38	lac.unwomen.org Fuente de Internet	<1 %
39	revistas.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
40	"Experiencias y lecciones aprendidas en la lucha contra la COVID-19", Universidad del Pacífico, 2023 Publicación	<1 %
41	cdn.www.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
42	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
43	repositorio.ucp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
44	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

45	Submitted to Universidad Autónoma de Ica Trabajo del estudiante	<1 %
46	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Trabajo del estudiante	<1 %
47	Submitted to Unviersidad de Granada Trabajo del estudiante	<1 %
48	repositorio.lamolina.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
49	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
50	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
51	bibdigital.epn.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
52	somosleya.com Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 12 words

Excluir bibliografía Activo

DEDICATORIA

Le dedico este trabajo a mis padres Pedro y Miluska por brindarme amorosamente lo mejor que pudieron en mi crecimiento y por regalarme la vida; a mi hermana Nicole, porque sin darse cuenta siempre fue mi motivo para ser una mejor persona y poder brindarle el mejor ejemplo; a Ricardo mi compañero de vida y gran amor, por su confianza y soporte en este proceso. Y, por último, le dedico este trabajo a todas las mujeres de mi linaje femenino, por las que estuvieron, por las que están y por las que vendrán.

Bach. Reyna Marina Chavez

Dedico esta investigación a todos mis maestros que han significado un pilar importante en mi camino profesional y personal, que con su dedicación, vocación y pasión por la psicología que me guiaron y motivaron a seguir adelante. A todas las mujeres que me brindaron su conocimiento, sabiduría y testimonios, que fueron mi inspiración.

A mi familia por su apoyo.

Bach. Rosa Ruiz

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a nuestros maestros por transmitir con amor sus conocimientos hacia esta profesión.

De la misma manera, a nuestra asesora Mayra García, que confió y nos impulsó a seguir adelante en nuestro proyecto, además de ser una guía en este largo y emocionante proceso.

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo describir y determinar cuál es la relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de una institución educativa pública de Barranco, 2022. El tipo de investigación fue no experimental, y busca recopilar información de manera natural sobre las variables, el nivel de investigación es descriptiva, no experimental. En este estudio, se consideró un diseño correlacional, la población de estudio estuvo conformada por 197 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria con edades comprendidas entre 14 y 19 años. Además, para esta investigación se realizó un muestreo no probabilístico, pues se contó con la participación voluntaria de las estudiantes, los instrumentos utilizados para evaluar a las estudiantes fue el Inventario de Autoestima Coopersmith (SEI) y el Cuestionario de Creencias y Actitudes frente a la menstruación. 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.

Palabras clave: creencias, actitudes, autoestima, menstruación, adolescentes.

ABSTRACT

This research aimed to write and determine the relationship of beliefs and attitudes about menstruation in the self-esteem of adolescents in the fourth and fifth years of secondary school at an Educational Institution in Barranco, 2022.

The type of research was non-experimental which collected information in a natural way about the variables, the level of research is descriptive, non-experimental. In this study, a correlational design was considered, the study population was made up of “197” fourth and fifth high school students aged between 14 and 19 years. For this research, non-probabilistic sampling was carried out, since it had the voluntary participation of students, the instruments used to evaluate the students were the Coopersmith Self-Esteem Inventory (SEI) and the Questionnaire of Beliefs and Attitudes towards menstruation.

The results showed that there is a significant relationship between the beliefs and attitudes of menstruation and self-esteem. Likewise, it is observed that its correlation coefficient is -0.242, from which it is concluded that it has a weak negative correlation, where the greater attitudes and beliefs about menstruation, the lower their self-esteem.

Keywords: Belief, attitudes, self-esteem, menstruation, adolescents.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
ÍNDICE	vi
ÍNDICE DE TABLAS	x
ÍNDICE DE FIGURAS	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
1.1. Planteamiento del problema	13
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Objetivos de la investigación	18
1.3.1. Objetivos generales	18
1.3.2. Objetivos específicos	18
1.4. Hipótesis de la investigación	19
1.4.1. Hipótesis General	19
1.4.1. Hipótesis Específica	19
1.5. Justificación de estudio	20
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	23
2.1. Antecedentes de la Investigación	23

2.1.1. Antecedentes Internacionales	23
2.1.2. Antecedentes nacionales	24
2.1.3. Antecedentes locales	25
2.2. Bases teóricas	26
2.2.1. Creencias y actitudes hacia la menstruación	26
2.2.1.1. La Menstruación	26
2.2.1.2. La Menstruación en la historia	27
2.2.1.3. Creencias de la Menstruación	29
2.2.1.4. Actitudes en la menstruación	30
2.2.1.5. La Salud Menstrual en el Perú	30
2.2.2. Autoestima	31
2.2.2.1 Componentes de la autoestima	32
2.2.2.2 Dimensiones de la autoestima.	33
2.2.2.3 Cómo formar la autoestima.	33
2.2.2.4 Factores que integran la autoestima	35
2.2.2.5 Cómo fortalecer la autoestima	36
2.2.2.6 Problemas asociados a la autoestima	37
2.2.3 Adolescencia	39
2.2.3.1 Características físicas	39
2.2.3.2 Características cognitivas	39
2.2.3.3 Características psicosociales	40
2.3 Definición de términos	40
2.4. Descripción de variables	42

2.4.1 Variable 1: Actitudes y creencias frente a la menstruación	42
2.4.2 Variable 2: Autoestima	47
2.5. Operacionalización de variables	51
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	54
3.1. Clasificación de la investigación	54
3.1.1. Tipo de investigación	54
3.1.2. Nivel de investigación	54
3.1.3. Diseño de investigación	54
3.2. Población de estudio	55
3.2.1. Población	55
3.2.2. Muestra	55
3.2.2.1. Tipo de Muestreo	56
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	56
3.3.1. Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación	57
3.3.2. Inventario de autoestima de Coopersmith forma escolar	60
3.3.3. Procedimiento de recolección de datos	60
CAPÍTULO IV RESULTADOS	62
4.1. Presentación de resultados	62
4.2. Descripción de las variables de estudio	62
4.3. Prueba de hipótesis	68
4.3.1. Planteamiento de hipótesis general	69
4.3.2. Planteamiento de hipótesis específica 1	70

4.3.3. Planteamiento de hipótesis específica 2	71
4.3.4. Planteamiento de hipótesis específica 3	72
4.3.5. Planteamiento de hipótesis específica 4	73
4.3.6. Planteamiento de hipótesis específica 5	75
4.3.7. Prueba de Normalidad	76
CAPÍTULO V DISCUSIÓN	79
CONCLUSIONES	84
RECOMENDACIONES	86
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	88
ANEXOS	92

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 4 Distribución de los niveles de variable creencias - actitudes acerca de la menstruación	62
Tabla 5 Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable actitudes y creencias frente a la menstruación	64
Tabla 6 Distribución de los niveles de la variable autoestima	66
Tabla 7 Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable autoestima	67
Tabla 8 Prueba de hipótesis general	69
Tabla 9 Prueba de hipótesis específica	70
Tabla 10 Prueba de hipótesis específica	72
Tabla 11 Prueba de hipótesis específica	73
Tabla 12 Prueba de hipótesis específica	74
Tabla 13 Pruebas de normalidad	75
Tabla 14 Pruebas de normalidad	77

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Distribución de los niveles de la variable actitudes y creencias frente a la menstruación	63
Figura 2 Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable actitudes y creencias frente a la menstruación	64
Figura 3 Distribución de los niveles de la variable autoestima	66
Figura 4 Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable autoestima	67

INTRODUCCIÓN

Esta investigación que presentamos es acerca de la relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de una institución educativa pública de Barranco, 2022, tiene como objetivo demostrar cómo las adolescentes responden en sus dimensiones personales frente al conocimiento y percepción que poseen acerca de la menstruación. Se hizo esta investigación, debido a la poca incursión científica en este campo, porque a nivel social este tema se maneja como un tabú y los campos profesionales no han sido la excepción. Entendemos la importancia de que este tema para procurar a las nuevas generaciones información transparente, veraz e integral respecto al proceso psicológico y biológico que ocurre en sus cuerpos y las acompañará por 35 años aproximadamente.

En el capítulo I presentamos el problema de investigación planteamos cuál es la relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de una institución educativa pública de Barranco, 2022. A su vez, el capítulo II dará los fundamentos y antecedentes al planteamiento de nuestro marco teórico. Asimismo, el capítulo III procede con la metodología de la investigación, puesto que elegimos una población importante en una institución educativa antes femenina y que en la actualidad posee su mayor población femenina, lo cual propició a la detección del objeto de estudio. Además, en el capítulo IV exponemos los resultados obtenidos en este trabajo de investigación. Finalmente, en el capítulo V encontramos la discusión y capítulo VI las conclusiones de la tesis.

Este trabajo está desarrollado siguiendo el modelo correlacional para poder hallar la relación entre las dos variables que estamos postulando. Será también un estudio transversal y como muestra hemos considerado a adolescentes de una institución educativa de Barranco, 2022.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del Problema

La iniciación del periodo menstrual trae consigo síntomas y cambios en el estado de ánimo y en las emociones, lo cual muchas veces es estigmatizado por mujeres jóvenes y adultas que lo viven en el día a día. Por ello, en la presente investigación hemos buscado obtener la data sobre el comportamiento de las adolescentes frente a las creencias-actitudes, las cuales poseen sobre la menstruación y la evidencia que detectamos sobre el comportamiento y autoestima de las adolescentes de una población específica. Por lo que se puede señalar que tras generaciones ciertas creencias se han visto transmitidas en la población femenina. Es así que vimos necesario la investigación e intervención en temas ligados a la menstruación desde la temprana edad en niñas y adolescentes.

Un estudio realizado por la UNICEF (2017) revela que, en áreas alejadas a la ciudad de Colombia, el 34,8 % de jovencitas sondeadas indicaron no conocer en absoluto sobre el ciclo de la menstruación, esto antes que haya ocurrido la menarquia, y que el 45 % no reconoce de dónde se origina el fluido menstrual. En Honduras, en la zona de Mosquitia, el 55 % de las jóvenes mujeres que participaron de la investigación respondieron sentir desagrado al ir a sus escuelas en el transcurso de su periodo menstrual.

A su vez, en el estudio realizado por Moreno y Jauregui-Lobera (España 2021) se señala que, debido a la variación hormonal, propia del desarrollo biológico, diversas mujeres habrían reportado síntomas psicológicos y físicos, entre ellos inflamación y dolor de senos, acné,

migraña, cambios en el estado de ánimo, irritabilidad, etc. Estos son síntomas ocurridos durante la fase lútea, es decir, previo a la fase menstrual, debido a la caída de estrógenos y el alto nivel de progesterona. Debido a estos síntomas incluso previos a la menstruación, es importante señalar que se han tejido prejuicios y creencias negativas respecto a la fase menstrual propiamente dicha.

En Perú, en la investigación realizada por Amat y Torres (Arequipa, 2019), se concluye que gran parte de los estudiantes obtiene información sobre temas de la menstruación de sus madres (37,8 %) y con respecto a la educación sobre la menstruación, las instituciones educativas presentan un 86 % en la percepción del alumnado como una fuente informativa. Esto nos da una gran perspectiva sobre la poca difusión y normalización del tema, lo cual conlleva una respuesta de mito y tabú sobre el tema de la menstruación para mujeres y hombres en general.

Observamos que este tema ligado a la menstruación está por ampliar, y que existe falta de información, la cual tiene como principal consecuencia hoy en día muchas mujeres sienten vergüenza, ocultan y tienden al aislamiento durante su periodo menstrual, lo cual podría generar un efecto sobre su comportamiento, autoconcepto y autoestima.

En la actualidad, y a pesar del acceso a la información con que se cuenta hoy en día, la autoestima no es un concepto que se maneje de manera clara ni uniforme en la sociedad. El uso indiscriminado, sin guía ni supervisión de herramientas tecnológicas como los filtros en las redes sociales que distorsionan la imagen para que encaje en una “perfección” afecta potencialmente el autoconcepto de las adolescentes, principalmente ya que se encuentran en una etapa donde construyen su autonomía (Sahagún-Cuevas et al., 2015).

Además, en países como Chile, la ONU en alianza como empresa privada de distribución de los productos Dove generaron un programa de capacitación de docentes para fortalecer la autoestima en niñas y adolescentes, luchando con los estereotipos y avalando la igualdad, el respeto e inclusión (ONU Mujeres entrega herramientas a docentes para el fortalecimiento de la autoestima en niñas y jóvenes, s. f.).

La Encuesta Nacional de Hogares (ENAH) del INEI evidencia en la encuesta 2021 que la tasa total de participación escolar de adolescentes femeninas de 12 a 16 años de formación secundaria, a nivel nacional es de 85,1 % y si nos referimos específicamente del área urbana es del 86.8 %. En la misma encuesta se consultó el motivo por el cual no asisten a las escuelas en una población de 6 a 16 años, para lo que la cifra que muestra 62,7 % en el factor denominado problemas familiares y económicos. Se consultó el tipo de complicación de salud que afecta a la población menor a los 18 años, tomando como el indicador síntoma o malestar 1 (comprende tos, dolor de cabeza, fiebre y náuseas), que influye a nivel nacional en un 24, 6 % y el área urbana específicamente 24 %.

En una investigación realizada por la UNICEF en Colombia, se resalta que en los estudios realizados sobre el ausentismo escolar se ha enfocado en enfermedades propias de las adolescentes, pero también de familiares, en la poca calidad del sistema educativo, factores económicos, sociales (conductas de riesgo) vinculadas a la autoestima como son el enlazarse con pandillas, grupos antisociales, consumo de sustancias tóxicas, sin incluir el manejo de la menstruación como una de las causas de ausentismo.

La elección de la institución educativa fue debido a diversos factores, actualmente tiene una prevalencia significativa de alumnado femenino, sobre todo en sección de secundaria, para

lo cual se evidencia que a la fecha en nómina existían 197 alumnas matriculadas entre las secciones de cuarto y quinto de secundaria, pero de las cuales un número importante no asiste (29 %), a la fecha del estudio se contó con 140 alumnas. En una visita a la institución educativa se consultó a algunas adolescentes, sobre las causas de ausencia escolar, indican razones como síntomas menstruales (cólicos, dolores de cabeza, malestar general), no sentirse cómodas los días que requieren la realización de algún deporte, esto hace que se perciban menos productivas en sus labores y actividades físicas, perciben inseguridades, temores y miedos, de tal manera que evitan esta problemática ausentándose de clases, para lo cual podríamos comprender el elemento autoestima como una variable en el estudio a incidir. Un factor que se consideró fue que se conocía el funcionamiento al interior de la institución, debido a que una de las investigadoras cursó su formación educativa en este lugar y conocía la dinámica de la convivencia estudiantil, otro factor que se contempló fue que ante la ausencia de departamento psicológico de manera permanente, era una buena oportunidad de hacer una evaluación a las estudiantes en el área de autoestima siendo un cimiento muy valioso en la evolución personal en esta etapa de sus vidas y se confirmó durante la evaluación el entusiasmo y curiosidad de las adolescentes al hablar con ellas sobre el tema del autoestima y finalmente, puesto que es el primer año de retorno a clases luego de la pandemia y han percibido muchos cambios entre éstos, cómo socializar, cómo han presentado sus labores escolares, así mismo la participación en sus actividades cívicas (anexo 9).

En cuanto a población de los dos últimos años de formación secundaria, es el estrato de edad que se encuentran la mayoría de las alumnas que ya inició su ciclo menstrual y están familiarizadas con el tema, lo cual en secciones anteriores ocurre con menor incidencia y debido

a que en este grupo todas las alumnas viven la experiencia de la menstruación de los últimos años de secundaria, se optó por elegir dicha población de estudio.

En el sentido de la problemática actual, decidimos contrastar el tema de la menstruación con la autoestima de las adolescentes para poder en primer lugar saber el nivel de autoestima de las adolescentes limeñas y en segundo lugar correlacionar esta información con la primera variable de esta investigación.

1.2 Formulación del Problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la 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?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre percepción de la menstruación como un evento secreto 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?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento molesto 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?
- ¿Cuál es la relación que existe entre prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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?

- ¿Cuál es la relación que existe Percepción de la menstruación como un evento debilitante 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?
- ¿Cuál es la relación que existe entre percepción de la menstruación como posible evento positivo 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?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo general

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.

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar la relación que existe entre percepción de la menstruación como un evento secreto 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.
- Determinar la relación que existe entre percepción de la menstruación como un evento molesto 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.

- Determinar la relación que existe entre las prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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.
- Determinar la relación que existe entre percepción de la menstruación como un evento debilitante 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.
- Determinar la relación que existe entre percepción de la menstruación como posible evento positivo 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.

1.4 Hipótesis de investigación

1.4.1. Hipótesis general

- (Ha)-Existe relación entre 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.
- (Ho)-No existe relación entre 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.

1.4.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre percepción de la menstruación como un evento secreto 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.
- Existe relación entre percepción de la menstruación como un evento molesto 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.
- Existe relación entre prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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
- Existe relación entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento debilitante 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.
- Existe relación entre la percepción de la menstruación como un posible evento positivo 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.

1.5 Justificación del estudio

Menstruación en muchos casos es una palabra altisonante, dependerá del contexto en el que sea usado. Desde el principio de los acontecimientos históricos de los que se tiene

conocimiento ha poseído un aspecto desfavorable en una amplia gama de culturas. Se eligió hacer una investigación sobre este tema al ver que en el Perú la realidad respecto al tema no ha cambiado. Al buscar información objetiva como, por ejemplo, investigaciones sobre la menstruación o programas que promuevan información precisa y constructiva, la sorpresa al no encontrar referencias previas trabajadas en el país, al contrario de otros países de Sudamérica como Argentina y Colombia que están algunos pasos por delante en ese tópic. Esa es una de las mayores motivaciones por las cuales se hace esta investigación.

Otro motivo es que al reconocer las limitaciones que pueden generar sobre todo en la población adolescente, tener este tipo de creencias podría traer como consecuencias algunas actitudes, lo cual podría limitar diversos aspectos de sus vidas y como resultado un concepto desacertado de sí mismas.

En los últimos años, toda adolescente debe conocer en qué consiste su ciclo menstrual sin considerarlo un tabú, valorando su feminidad a nivel escolar, familiar y social. De esta manera, sentirse empoderada y con la capacidad de decidir sobre su feminidad, con seguridad y percibiendo a la menstruación como un evento cíclico y positivo. Es así como los resultados obtenidos tienen como objetivo ampliar el conocimiento con base científica, puesto que en el marco nacional y local existe una limitada evidencia de investigaciones sobre la menstruación relacionada con la autoestima, motivo por el cual cobra mayor relevancia el tocar estos temas y pone en manifiesto la necesidad de contribuir con más estudios.

Bajo el aspecto social, este proyecto busca obtener información que permita atender las necesidades de una manera direccionada en la construcción de programas de información y herramientas para transitar esta etapa de una manera segura y saludable atendiendo dos dimensiones importantes en su desarrollo como lo son el ciclo menstrual y la autoestima.

El presente trabajo tiene una utilidad metodológica, pues haciendo uso de dos instrumentos, que han sido validados, podría ser tomado por nuevas investigaciones sobre el tema, mostrando confiabilidad en ambas. El resultado obtenido en este estudio serviría como antecedente y guía a futuras investigaciones en el área de la menstruación, principalmente al ser de los primeros estudios que busca analizar la relación entre las creencias-actitudes frente a la menstruación y la autoestima de adolescentes en el Perú, específicamente en un distrito de la capital.

En el aspecto disciplinario, la presente investigación pretende contribuir a los estudios que se realizan en el territorio local, sobre la relación entre las actitudes y creencias de la menstruación con la autoestima de las niñas y adolescentes de diversas instituciones escolares, como factor primordial para la atención, promoción y difusión sobre el significado del ciclo femenino, que como consecuencia pretende extender la visión sobre la condición de vida y autoestima, ampliando los canales de comunicación, informando y contribuyendo de manera positiva en la vida propiamente dicha de las mujeres peruanas.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Barclay (2003), en “Actitudes y creencias sobre la menstruación en mujeres de distintas etapas del desarrollo”, tiene como objetivo saber y relacionar las actitudes y creencias sobre la menstruación en México según las mujeres a través de las diferentes fases de su vida. Se utilizó un cuestionario que realizó Ramírez en el 2003 sobre este tema y fue administrado a una muestra de 250 participantes. Asimismo, el muestreo se realizó por disponibilidad. Los resultados revelaron que las mujeres de la tercera edad fueron las que más notaban a la fase menstrual como un evento secreto; entretanto que las mujeres en su fase de adolescencia y juventud son las que experimentan en su mayoría al periodo menstrual como un suceso molesto. En general las féminas en sus distintas fases de vida manifestaron que sienten la menstruación como un acontecimiento parcialmente debilitante, mientras que las mujeres en su fase de adultez son las que evidenciaron la menstruación más como un evento positivo. Finalmente, se infiere que las féminas siguen transformando las actitudes y creencias respecto a su ciclo menstrual a lo largo de sus vidas.

Por su parte, Serret-Montoya (2020), en un artículo para *Arch Argent Pediatr* 2020 realiza un estudio titulado “Factores que impactan en la percepción de la menstruación en las adolescentes”, en el cual busca reconocer la impresión de la menstruación en las jovencitas y los componentes que pueden intervenir respecto a ella. Para lo cual se usó el instrumento de Creencias y Actitud hacia la Menstruación. Asimismo, fue un estudio transversal observacional

comparativo en adolescentes, donde participó una población de 346 adolescentes de diversas instituciones de salud pediátrica. Detectaron que la percepción de menstruación como un evento negativo tenía una relevancia de 65,6 %, como un evento positivo el 16 %, sigilosa en 13 %, e indeterminante en 5,4 %. En el caso de las adolescentes que mostraron una enfermedad crónica demostró ser un factor protector de la percepción negativa sobre la menstruación. La conclusión de este estudio fue que más del 50 % de las adolescentes mostraban una actitud negativa hacia la menstruación, pero la existencia de una enfermedad crónica la mejoró.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Amat & Torres (2019), en “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”, tuvo el propósito de definir las creencias y actitudes acerca de la menstruación en adolescentes escolares de instituciones educativas del Estado y particulares de la localidad de Arequipa. Asimismo, esta investigación es de tipo transversal, descriptiva y comparativa. En este estudio hubo 894 estudiantes, de los cuales el 52 % fueron estudiantes varones y el restante fueron estudiantes femeninas de los dos últimos años de la formación secundaria. Se utilizó como instrumento de recolección el Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (Ramírez, 2003). La conclusión del estudio señala que los estudiantes varones y mujeres perciben la menstruación propiamente como un evento molesto, además se halló que se evidenció una perspectiva más cliché respecto a la menstruación en las instituciones educativas del estado y en una institución privada de estudiantes varones contrastado a las otras instituciones educativas que se utilizaron en la muestra.

Por su parte, Barbarón & Dueñas (2020), en “Autoestima y resiliencia en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa estatal de la provincia de Huancavelica 2020”,

analizaron la correlación entre la escala de autoestima y resiliencia en alumnos en etapa adolescente que oscilan entre los 11 y 15 años. Asimismo, el método empleado fue cuantitativo, de nivel relacional y diseño correlacional, su muestreo fue no probabilístico por conveniencia con una muestra de 80 alumnas. Para lograrlo se empleó el Inventario de Autoestima de Coopersmith y la Escala de Resiliencia de Wagnilg Young en formato virtual. Además, el producto de la investigación demostró que el promedio de la dimensión autoestima y la dimensión resiliencia es superior con un 28,7 % y 47,5 % en ese orden, además se definió estar presente en una relación directa y relevante de las dos variables aceptándose la hipótesis alterna, con esto el análisis concluyó que existe una correspondencia directa entre estas variables entendiéndose que, con un número superior de autoestima, el nivel de resiliencia también lo será.

2.1.3. Antecedentes locales

Chininin (2022), en “Niveles de autoestima en mujeres adolescentes y adultas residentes de un distrito de Lima en el año 2021”, tuvo como objetivo precisar las diferencias que hay en los niveles de autoestima en mujeres adolescentes y adultas de un distrito de Lima, la muestra de este estudio estuvo formada por una población de 368 mujeres en general. Asimismo, el diseño del estudio fue no experimental, descriptivo comparativo y se usó el Inventario de autoestima de Coopersmith. El resultado mostró que el nivel de autoestima de las adolescentes fue más bajo con un 55,2 % que el nivel que presentaban las mujeres adultas con una tendencia a ser alto en un 36,7 %. El estudio concluye en que hay una diferencia en los niveles de autoestima de mujeres adolescentes y adultas, fue directamente significativa.

A su vez, Escobar (2019) concibió un estudio sobre el “Nivel de autoestima en adolescentes de la Institución educativa Technology School Independencia 2019”. Esta tesis

tuvo como objetivo determinar la autoestima en adolescentes de la institución educativa en un distrito de Lima Norte. Asimismo, fue cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, estuvo conformada por cien estudiantes adolescentes, del que se puede observar que el 54 % tiene un nivel alto de autoestima, 38 % un nivel promedio, el 5 % muy alta y 3 % baja autoestima, el instrumento utilizado fue el inventario de autoestima de Coopersmith, el tipo de estudio fue cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. La conclusión del presente estudio fue que la mayoría de las adolescentes presentan un nivel alto de autoestima.

Mientras que Supanta (2018), en un estudio realizado sobre autoestima y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa El Salvador, se estableció en una población de 450 estudiantes de educación secundaria de ambos sexos. Las herramientas que se emplearon fueron el Inventario de Autoestima de Coopersmith y la Escala de Proyecto de vida, en cuanto al desenlace se visibilizó que el nivel de autoestima en la muestra estudiada fue de 26,4 % en un indicador bajo y 22,7 % promedio bajo. Finalmente, la investigación determina que posee una concordancia realmente relevante entre la autoestima relacionada con las dimensiones posibilidad de logro y fuerza de motivación del proyecto de vida asimismo de una correlación relevante con la dimensión planeación de la meta.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Creencias y actitudes hacia la menstruación

2.2.1.1 La menstruación

Si basamos el origen de la palabra *menstruación* en el griego antiguo, podemos encontrar la raíz *men* está relacionada con la Luna y antiguamente se creía que había una relación entre estas. Y desde el latín su origen viene de *menstruus*, cuyo significado es “lo que ocurre cada mes” (Pozuelo, s. f.).

La menstruación es una fase de todo el ciclo, que está dividida en cuatro etapas. La primera fase de esta etapa es la menstruación donde ocurre el sangrado vaginal que sale del útero al no haberse fecundado el óvulo que madura cada mes, esto genera una caída en la generación de dos hormonas (estrógeno y progesterona), que ocurre en los ovarios, lo que genera así el flujo menstrual. Una mujer promedio vivirá este proceso cada 30 días aproximadamente, desde la pubertad en la mayoría de los casos hasta la menopausia, que es la etapa donde cesa el ciclo menstrual. (Knudtson & McLaughlin, 2019).

Según la Dra. Caroppo [Reproducción Asistida ORG] (2015), la menstruación es el resultado de la descamación del endometrio que estaba preparado para un posible proceso de anidación de un embarazo que al no ocurrir la fecundación se descama iniciando un nuevo ciclo menstrual para que el útero se prepare nuevamente a recibir un futuro embarazo.

Las fases cuatro fases que conforman el ciclo menstrual son los siguientes:

- Fase menstrual, que es donde ocurre el sangrado.
- Fase folicular, también denominada preovulatoria.
- Fase ovulatoria que es el momento óptimo para quedar embarazada.
- Fase lútea, también llamada premenstrual, usualmente en este momento las mujeres experimentan el SPM (síndrome premenstrual) es acerca de una serie de síntomas que experimentan las mujeres en esta fase que también puede empezar en la fase Ovulatoria y desaparece generalmente en los primeros días de la fase menstrual. (Enciclopedia Médica, A.D.A.M., 2020).

2.2.1.2 La menstruación en la historia

La menstruación desde la antigüedad ha sido un proceso biológico femenino ajeno a los hombres, que son los que principalmente estaban a cargo de documentar las explicaciones que encontraban a lo largo de la historia. Asimismo, se tiene conocimiento de que los egipcios

utilizaban elementos similares a los que ahora conocemos como tampones y eran hechos del material que conformaba el papiro, pero que antes habían pasado por un proceso para que pueda ser más flexible y suave. (Bazán Huapaya, 2021).

En la antigua Grecia, Aristóteles (1990), quien en su publicación de *Historia animalium*, hace mención, recogiendo las creencias populares de la época, de que la menstruación tenía una influencia del ciclo lunar puntualmente con la fase menguante, identificaba una relación entre el ciclo femenino y el ciclo lunar.

Hace 800 años antes de Cristo, los persas consideraban que las mujeres que habían procreado y del mismo modo las mujeres que menstruaban eran vistas como impuras, y como consecuencia tenían que estar aisladas en un cuarto lleno de paja por un periodo de cuatro días aproximadamente. Durante el siglo VI antes de nuestra era, los vedas en la India oriental practicaban una especie de “purificación” mediante ritos que incluían una serie de pasos que incluían refregarse el cuerpo con lodo que contenía estiércol y zambullirse en un río treinta y cuatro veces, luego restregar azafrán en su cuerpo y volver a zambullirse veinticuatro veces en el agua (Iglesias-Benavides, 2009)

En América prehispánica se enlazaba el ciclo femenino con la tierra y el universo que según su cosmovisión estaba conformado por el cuerpo, mente y alma. En investigaciones de Bembe (2020), se señala que muchas de las culturas del continente americano coincidían en las creencias alrededor de la menstruación, por ejemplo, de manera similar a Aristóteles en la lejana Grecia, también enlazaban el ciclo femenino con el ciclo lunar, habiéndose hallado en Perú restos de piezas de cerámicas con gráficos de vulvas y lunas. La menstruación también se asociaba fuertemente con la fertilidad agrícola, siendo la menarquía especialmente simbólica para rituales de pago a la tierra con estos fluidos que representaban el inicio de la fertilidad en la mujer y así se aseguraba la fertilidad de la tierra, respecto a este concepto también en Perú se

han hallado vasijas con representación de “clítoris sangrante” que eran utilizadas en estos rituales.

2.2.1.3 Creencias de la menstruación

La menstruación hasta la actualidad es un proceso biológico que ha mantenido las creencias históricas respecto a su origen y significado en las diferentes culturas; lamentablemente, la gran mayoría de estas creencias la posicionan como un evento molesto, vergonzoso y secreto. Frazer (1951) señalaba que, históricamente, la sangre de la menstruación era considerada peligrosa y mágica, en tal modo se creía que la mujer en su ciclo menstrual podría echar a perder algunas bebidas, alimentos, marchitar plantas, incluso propiciar abortos en animales o destruir cosechas.

Una de las principales creencias que se sostienen en la actualidad es que la menstruación es el punto de referencia en el desarrollo femenino que inicia la adultez, siendo la menarquía (la primera menstruación) un paso abrupto que convierte a una niña en mujer. Este proceso está rodeado de representaciones que en su mayoría tienen carga negativa, esto genera que las niñas sientan miedo, frustración o incomodidad al pasar por esta experiencia y convertirse en “mujeres” (Parra, 2020).

Desde la visión de diversas religiones se ha relacionado con el ciclo menstrual y puntualmente la menstruación como un fenómeno sobrenatural, en comunidades americanas indígenas sucede algo similar por lo cual desarrollaron rituales que la conectan con fenómenos fantásticos. Un punto en el que convergen diversas creencias sobre la menstruación es en apoyar el aislamiento de la mujer durante esta fase. Además, al concebirse como un evento secreto al referirse a la menstruación, se utilizan infinidad de palabras coloquiales que se trasladan de generación en generación y hace que las mujeres se sientan más cómodas.

Si bien es cierto en la actualidad se puede creer que muchas de estas creencias difieren, diversos estudios indican que las creencias se siguen manteniendo, lo cual provoca creencias erróneas acerca de la menstruación, Clarke y Ruble (1978) referían que mujeres antes y después de su menarquía y chicos del mismo rango de edad muestran actitudes y expectativas negativas en su mayoría: pues creían que la menstruación estaba ligada al malestar físico, un ascenso en sus emociones y la limitación de interacciones sociales.

2.2.1.4 Actitudes en la menstruación

Las actitudes negativas frente a la menstruación se pueden inducir a la mayoría de las mujeres en general. Estas actitudes negativas conllevan la afectación de la imagen corporal femenina y el autoconcepto. En el ciclo fértil de la mujer pasaría menstruando un equivalente de seis años continuos de su vida (Ussher 1991).

El prevalecer con estas actitudes se ve reforzado lo que se manifiesta en los medios de comunicación, las creencias religiosas, la cultura popular y la educación familiar. Por lo general se les transmite a las mujeres que deben ocultar que están menstruando y a ver la menstruación, un acontecimiento sucio, poniendo el foco en el aspecto negativo y no como un proceso normal y natural.

2.2.1.5 La salud menstrual en el Perú

La salud menstrual está dentro de los derechos humanos, porque acompaña la vida de las mujeres aproximadamente 30 años y tener un adecuado conocimiento y manejo de esto prevalece la dignidad de las personas. En un artículo de Blanco (2022) se hace mención sobre la falta de sensibilidad por parte del Estado para poder cubrir esta necesidad recurrente en la mitad de la población peruana y teniendo en cuenta el difícil acceso con el que cuentan muchas peruanas tanto a la educación menstrual como a un adecuado desarrollo e higiene menstrual.

En el Perú existe la Ley N.º 31148 (2021) que fomenta y respalda el procedimiento de la higiene menstrual de niñas, adolescentes y mujeres vulnerables, la cual tiene por objetivo modificar los prejuicios y las praxis contraproducentes alrededor de la menstruación, con ello brindar el acceso a la elección de productos de contención a la menstruación. Además, autoriza al ministerio de salud a instaurar el Observatorio de Gestión Menstrual, la cual generaría, información, datos y estadística con el fin de incrementar las investigaciones, así lograr la implementación de políticas públicas para el bienestar de las mujeres y disminuir las brechas de la desigualdad.

2.2.2 Autoestima

Para entender la autoestima entendamos su origen, la cual está conformada por los vocablos *auto*, que proviene del griego *autos* y quiere decir “por sí mismo o propio”, de pertenencia, y el vocablo *stima*” del latín *aestimare*, este verbo tiene por significado “valorar, aprecio, consideración”.

La autoestima es aquella postura que posee el individuo sobre sí mismo, estableciendo el factor valorativo del autoconcepto (estimación global que la persona elabora de sí). La autoestima colectiva alude a la conducta de la persona sobre clase y conjuntos sociales a los cuales pertenece. Gran parte de las personas de diferentes culturas, donde se han desarrollado investigaciones sobre el tema de la autoestima, manifiestan una autoestima positiva.

Los individuos con menor autoestima tienen una idea personal menos positiva que aquellas que obtuvieron alta autoestima, a pesar no cuentan con más evidencia negativa sobre sí mismas. Por el contrario, aquellas personas con alta autoestima tienen más ideas, claras y confiadas sobre sí mismas (Páez, Zubieta, Mayordomo, Jiménez, y Ruiz, 2004).

Por su parte, Rosenberg (1965) determina a la autoestima como la conducta individual que se apoya en la percepción sobre el propio valor de la persona, el cual se relaciona con sus valores y creencias personales y sociales, y que son desenvueltos a través de la socialización. Africa Boss (2018) refiere que en el axioma de Carl Rogers éste manifiesta que “todo ser humano sin excepción, por el solo hecho de serlo, es digno de respeto incondicional por parte de los demás y de sí mismo, merece ser apreciado y valorado”.

En RPP, la psicóloga Rachel Watson (2019) indica “El querer a uno mismo es posible a pesar de las experiencias vividas, y todo lo aprendido, uno puede ser resiliente, no es sencillo pero es posible”. La felicidad parte de la autoestima, cómo te percibes como persona y cómo te autodefines tiene una influencia directa con la felicidad (Chávez, 2022).

Mientras que Rodrich (2019) señala que parte del concepto de cómo la persona se autoevalúa reflejando una postura de aprobación o desaprobación, para lo cual extiende a la persona como un ser apto, valioso y triunfante. Se observa que la autoestima del mismo modo relativa, incorporando que la persona puede asentir o no, la conclusión de dicha percepción (Coopersmith 1981).

2.2.2.1 Componentes de la autoestima

Para Mruk (1999), la autoestima, en Investigación, teoría y práctica, plantea tres componentes principales de la autoestima, los cuales son los siguientes:

Componente cognitivo. El juicio que se posee de su personalidad, conductas, ideas, creencias. “Lo que pienso”.

Componente afectivo. Es una opinión al mérito sobre nuestras aptitudes, aquella resolución afectiva sobre la apreciación de sí mismo. “Lo que siento”

Componente conductual. Aquellas acciones que son determinadas por la opinión que se tiene de sí mismo. “Lo que hago”

2.2.2.2 Dimensiones de la autoestima

Coopersmith (1981) indica que la autoestima tiene cuatro valoraciones y que se definen por la gran variedad de acción, siendo respuesta a estímulos ambientales. Estas se pueden identificar de esta manera:

Autoestima personal. Contiene la valoración que el individuo ejecuta y preserva con respecto a sí mismo en concordancia con su imagen física y aptitudes personales, sumado a sus capacidades, importancia, productividad, dignidad, incluye el juicio personal expuesto hacia actitudes de sí mismo.

Autoestima en el área académica. Encuentra su estimación que la persona desarrolla y preserva respecto a sí mismo con base en la práctica académica, poniendo en manifiesto su capacidad, importancia, productividad, dignidad, incluye el juicio personal expuesto hacia actitudes de sí mismo.

Autoestima en el área familiar. Tiene como factor determinante la evaluación que la persona elabora y preserva respecto a sí mismo en coherencia a sus relaciones con los integrantes de su círculo familiar, su disposición, importancia, rendimiento, honorabilidad, incluye el juicio personal expuesto hacia actitudes de sí mismo.

Autoestima en el área social. Estructura la valoración que la persona realiza y preserva de sí mismo, respecto a sus relaciones sociales, resaltando su capacidad, importancia, productividad, dignidad, incluye el juicio personal expuesto hacia actitudes de sí mismo.

2.2.2.3 Cómo formar la autoestima

La representante de UNICEF en Perú indica que niñas, niños o adolescentes que se han desarrollado en un ambiente de violencia, suelen tener baja autoestima, su aprendizaje es menor en la escuela y por ende hasta suelen abandonar sus estudios antes de culminar la escuela. Esto desencadenará a que resuelva sus conflictos con violencia y es más probable que acudirá al uso de la violencia en la adultez (De Mendoza, 2019).

La trascendencia de formar la autoestima del individuo radica desde sus primeros años de vida, como nos ha explicado la especialista, menores que se han desarrollado en un entorno de brusquedad poseen baja autoestima, de ahí radica la problemática que puede desatar a conductas conflictivas y hasta delictivas.

La autoestima se inicia desde los bebés. Se desarrolla de manera progresiva a lo largo del tiempo. Se da cuando los niños, niñas y adolescentes sienten amor, seguridad y aceptación. Cada que van creciendo también se incrementa su autoestima si como adultos, padres o cuidadores les cubren con amor, buen ejemplo y acompañamiento en sus logros y metas.

Para poder ayudar a los menores en la construcción de la autoestima, es importante:

- *Demostrar amor y afecto a los niños (hijos)*. Todas las acciones deben hacerse con amor desde el afecto.
- *Facilitar a los menores*. Hacer saber a los niños que se siente orgulloso de ellos, cuando alcanzan un logro y lo hacen correctamente.

a) Fijar metas alcanzables

Según sea la edad y según sus capacidades delegue ciertas actividades, el que sean tareas inalcanzables podrán tener un efecto negativo.

b) Critique la acción, más no a la persona

Cuando el niño realice algo indebido, tenga en cuenta que está en un proceso de desarrollo y aprendizaje. Es suficiente con explicar que es incorrecto, en vez de usar frases como “eres malo”.

c) Tomar en cuenta los sentimientos del menor

Cuando el niño tenga alguna desilusión, pérdidas o se vea en situaciones de fracaso, es importante poder reconocer sus sentimientos, dar ánimos y ayudarlo a seguir adelante.

d) Hablar positivamente

Cuando se está rodeado de personas importantes en su vida, es necesario el lenguaje positivo, delante de amigos, maestros, abuelos, etc.

e) Nunca usar la comparación

Evitar hacer comparaciones con otros niños o familiares. Y si estas comparaciones son hechas por otras personas, explique al menor lo especial y único que es, y así lo ama, tal y como es.

2.2.2.4 Factores que integran la autoestima

Para Lagarde (2000), la autoestima real en contraste con el ideal de autoestima se alcanza con la integración de importantes factores que son los siguientes:

- La autocrítica. Aquel procedimiento que integra la exploración de los errores personales, saber gestionarlos, admitirlos y condonarlos para así superarlos. También examinar los aciertos, lo cual produce complacencia y noción de utilidad, sea o no sea comprobado por otros, basta con el reconocimiento personal.

- La responsabilidad. Ser consciente que la vida es el resultado de las propias decisiones, asumiendo ser las protagonistas de su propia existencia. Es en la toma de decisiones el cambiar aquello que no le satisface, ya sea por acción u omisión, o por permitir aquello que le puede estar lo que genera malestar.
- El respeto a sí misma y hacia el propio valor como persona. El respeto por sí misma partiendo del autoconocimiento, amor propio y el derecho a ser dichosos como todo ser humano. Hay que reconocer que para practicar la igualdad se debe poseer claridad sobre la valía propia como persona y no sentirse inferior que los demás.
- El límite de los propios actos y de los actos de los demás. En cuanto al respeto está el principio que rige el no dañar a otros, pero tampoco permitir que los otros lo hagan con uno.
- La autonomía. Es logrado a través de la exploración de lugares y momentos para la autorrealización y la autonomía la cual surge como consecuencia del trayecto de la autoestima.

2.2.2.5 Cómo fortalecer la autoestima

Gálvez (2021), en una entrevista, señala que para fortalecer la autoestima en niñas, niños y adolescentes es importante la comunicación, teniendo espacios de conversaciones lúdicas entre padres e hijos, resalta la importancia de escuchar, conocer cómo piensan y qué les está pasando, comprendiendo que los padres tienen función de mediadores entre el niño y el mundo, siendo ellos el reflejo y modelo para sus hijos. Juntos durante el diálogo pueden llegar a ideas propicias para la vida. En niños pequeños indica la importancia de reforzar las conductas positivas a través de palabras de afirmación, reconociendo las fortalezas y no solo centrándose

en los errores con críticas severas o castigos, lo cual tiene un efecto contrario y no fortalece la autoestima.

Risso (BBVA, 2020) señala que existen cuatro pilares para cuidar la autoestima y son fundamentales practicarlos en la vida diaria desde los colegios. Señala que los cuatro pilares son el autoconcepto, autoimagen, autorrefuerzo y autoeficacia.

- a) *Primer pilar-autoconcepto*. Consiste en aceptarse como persona, tratarse bien, no lastimarse (uso de etiquetas, autocrítica) lo que en la cultura budista se llama autocompasión, consta del cuidado por sí mismo con empatía y compasión. No permitir la autodestrucción del yo. El autoconcepto es un pilar que se estructura.
- b) *Segundo pilar-autoimagen*. Qué tanto te gustas o no, expone a la belleza como una actitud, depende del sentirse agradable, lo cual será transmitido. Quererse a uno mismo, explica, es exaltar lo que le gusta, comprendiendo que la validación no depende del entorno, sino de uno mismo.
- c) *Tercer pilar-autoreforzo*. consiste en el autoelogio con frases como “me gusto”, “lo hice bien”, la autofelicitación, ello no consiste en alimentar el ego o narcisismo
- d) *Cuarto pilar-autoeficacia*. Radica en la confianza que se tiene a sí mismo, tener la habilidad y competencias necesarias para poder afrontar una situación, siendo perseverante y persistente ante esta. Poner en manifiesto la cultura del esfuerzo.

2.2.2.6 Problemas asociados a la autoestima

El artículo de Palomares (2021), se explica lo relacionado que está la autoestima con el sistema de creencias y la red de conceptos con los cuales es interpretada la realidad, lo cual repercute en la manera de pensar y en el comportamiento, pero también las influyen otras

variables. Es lo que conlleva la búsqueda de psicoterapia sobre aspectos relacionados con la autovaloración.

Entre los diversos malestares cabe la posibilidad de distinguir los diversos problemas en la autoestima, lo cual alude a la comprensión de las diversas alteraciones, de ahí parte la propuesta de soluciones para poder superarlas. entre las principales podemos destacar:

a) Autoestima inflada

Es un fenómeno psicológico asociado al narcisismo, pues es generado por una exagerada sobrevaloración de las cualidades y habilidades en su forma más extrema es considerado como un trastorno psicológico. Asimismo, es habitual que el exceso de autovaloración positiva sea llevado a todas las dimensiones de su vida y de manera constante. En el caso de consumo de ciertas drogas, pueden llevar a quienes las consumen a creer que son muy poderosas y de manera relativamente parecida ocurre en el trastorno bipolar en su episodio maníaco.

b) Falta de autoestima

En muchas ocasiones los problemas de autoestima se manifiestan en el día a día sin ser conscientes de ello (temor a enfrentar situaciones, exposiciones, etc.) que no es debido a la falta de capacidades o conocimientos, sino más bien por miedo, al miedo por falta de autoestima.

c) Falta de autoestima generalizada

Se refiere al desorden de la autoestima que están presentes casi siempre en la vida de la persona que lo padece, y no se aplacan cuando estando rodeado de determinadas personas o situaciones a realizar. Podemos determinar que existen diversos problemas de autoestima, los que nos permiten observar escalas y subtipos.

- Baja autoestima por crisis existencial
- Baja autoestima por sentimientos de culpa al haber caído en algún error.
- Baja autoestima por sentimientos de culpa como consecuencia de haber sido víctima de algún tipo de agresión.
- Baja autoestima por exceso de timidez.
- Baja autoestima generada tras haber vivido en un estilo de crianza basado en la sobreprotección.

2.2.3 Adolescencia

2.2.3.1 Características físicas

La adolescencia inicia con la pubertad, que es una fase que da paso a la adolescencia en la cual ocurren una serie de cambios biológicos producto de la segregación de hormonas en el hipotálamo, lo que da lugar al inicio de la maduración de los óvulos y da paso en la mayoría de los casos a la menarquía. Las variaciones fisiológicas más significativas son el crecimiento del conjunto de rasgos sexuales secundarios, la cúspide del desarrollo de glándulas suprarrenales y el aumento de la masa muscular y ósea (Vicario & González-Fierro, 2014).

2.2.3.2 Características cognitivas

Según Piaget (1990), en la adolescencia se alcanza la cúspide del desarrollo cognitivo alcanzando el nivel de tener la capacidad de pensamiento abstracto, este nivel lo alcanzan aproximadamente a los 11 años, lo que les permite procesar de manera más sofisticada la información. A partir de eso se expande su noción del tiempo y del espacio, entender las metáforas, simbolismos, alegorías. Además, amplían el espectro de imaginar más posibles escenarios y proponer o probar hipótesis. Esta nueva capacidad también impacta en la dimensión

emocional, ya no solo se limita en experimentar sentimientos hacia personas puntuales (un padre, amigo, etc.), sino hacia ideas como la libertad, la discriminación, el medio ambiente.

2.2.3.3 Características psicosociales

Durante el desarrollo de los adolescentes, sus iguales ocupan una gran importancia para brindar el soporte tanto afectivo, solidario, de comprensión. Además de ser un ambiente donde desarrollarán vínculos afectivos más sostenidos fuera del círculo familiar, como amistades o las primeras relaciones amorosas. En este punto aparece un nuevo nivel en la manera en cómo se relacionan y en este se tiene en cuenta la reputación o la imagen que proyectan ante sus pares, lo que genera un sentido de pertenencia en su entorno social, ya sea escolar, según su lugar de procedencia. estrato social, etc. (Papalia, 2001).

2.3 Definición de Términos

Creencia. Es la convicción de ideas adquiridas mediante el contexto cultural, económico, espiritual, etc. Tiene como característica principal que pasan de generación en generación y quedan impregnadas en el imaginario colectivo, de esta manera las personas generalmente no los cuestionan y los asumen de manera orgánica.

Actitud. Es la disposición ante una situación en particular que puede expresar el tono sentimental y se desarrolla a partir de la experiencia e influye directa y activamente en la respuesta de una persona en relación con los objetos y posturas que le atañen (Allport, 1935)

Menstruación. La primera fase del ciclo menstrual que comprende el desprendimiento del endometrio, preparando el útero para un nuevo ciclo de ovulación.

Autoestima. Es la agrupación de juicios, percepción, afectos sobre sí mismos. Es lo que se piensa y siente sobre sí mismos. La complacencia de cada uno consigo mismos. Coopersmith

(1967) la define como el discernimiento personal de estimación, el cual es manifestado en las conductas de una persona hacia sí misma. Esta experiencia personal se transfiere a los demás expresándose verbal o conductualmente.

Adolescencia. Periodo de vida que corresponde a un proceso de desarrollo bio psico social, que corresponde consecuente a la niñez y que anticipa a la etapa adulta. Inicia en la pubertad.

Relación. Conexión o correspondencia entre dos o más variables.

Área de sí mismo. Hace referencia a la autonomía personal, la cual es una aptitud para llevar a cabo actividades diarias utilizando recursos propios.

Área escolar. Mide el desenvolvimiento de los adolescentes con respecto a sus compañeros de clase y profesores.

Área social. Es la dimensión acerca del nivel de aceptación de los adolescentes en concordancia con sus similares.

Área familiar. Mide el grado de aceptación con el que los adolescentes valoran sus conductas autodescriptivas con respecto a su núcleo familiar.

Evento secreto. Mide los recursos con los que cuentan las adolescentes para hablar o mostrar abiertamente el tránsito por la fase menstrual.

Evento molesto. Calcula la aceptación de las adolescentes de los procesos biológicos, fisiológicos y emocionales de la etapa menstrual sin percibir que es algo incómodo.

Prohibiciones y obligaciones. Evalúa si las adolescentes asocian la etapa menstrual como un periodo limitante en el plano físico o emocional.

Evento debilitante. Dimensión que evalúa si las adolescentes perciben a la etapa menstrual como influyente de sus actividades académicas o sociales.

Evento positivo. Evalúa si las adolescentes aceptan de manera favorable la menstruación, sintiendo gratitud y orgullo por transitar esta etapa.

2.4 Descripción de Variables

2.4.1 Variable 1. Actitudes y creencias frente a la menstruación.

Esta variable comprende las actitudes y que tan mentalmente están dispuestas las mujeres al enfocarse en la menstruación como un evento cíclico y repetitivo en su vida.

Indicadores:

- *Percepción de la menstruación como un evento secreto.* Este indicador calcula si las adolescentes tienen la suficiencia para conversar acerca de la menstruación sin sentir pudor o miedo a como la vayan a percibir los demás.
- *Percepción de la menstruación como un evento molesto.* Este indicador calcula si las adolescentes admiten el desarrollo biológico y psicológico de la menstruación y no lo perciben como un evento doloroso, incómodo, que influya negativamente en su dimensión emocional y/o física.
- *Prohibiciones y obligaciones de la menstruación.* Este indicador calcula si las adolescentes relacionan la menstruación como un suceso que implica restricciones en sus actividades cotidianas.
- *Percepción de la menstruación como un evento debilitante.* Este indicador calcula si las adolescentes piensan que la menstruación influye en su vida escolar y cotidiana, inhabilitando, haciendo que se sienta frágil o que lo perciba como una mortificación.

- *Percepción de la menstruación como un posible evento positivo.* Este indicador calcula que tan tolerable es la menstruación en sus vidas.

Tabla 1

Cuestionario de Creencias y Actitudes frente a la Menstruación

Cuestionario de Creencias y Actitudes frente a la Menstruación	
Percepción de la menstruación como un evento secreto.	<p>P1 Es importante hablar de la menstruación con los hombres.</p> <p>P2 Es importante que el tema de la menstruación sea debatido en la Escuela con las niñas y niños juntos.</p> <p>P7 Es importante discutir abiertamente el tema de la menstruación en casa.</p> <p>P11 Las mujeres debemos ocultar cualquier cosa que muestre que estamos menstruando.</p> <p>P19 Las mujeres debemos alejarnos de los hombres mientras estamos menstruando.</p> <p>P21 A las mujeres nos incomoda hablar de la menstruación.</p> <p>P23 Es importante que nadie sepa cuando una mujer está menstruando</p> <p>P25 Es vergonzoso hablar de la menstruación.</p> <p>P28 Las mujeres nos ponemos rojas cuando un hombre nos ve comprar toallas sanitarias.</p> <p>P33 Es importante que la menstruación se mantenga en secreto.</p> <p>P35 Es importante que las mujeres evitemos hablar de la menstruación cuando hay hombres presentes.</p>
Percepción de la menstruación como un evento molesto.	<p>P4 La menstruación es un gran problema.</p> <p>P6 La menstruación es sucia.</p> <p>P10 Los hombres tienen una gran ventaja al no tener la menstruación</p> <p>P13 A las mujeres nos gustaría que alguna menstruación dure pocos minutos.</p> <p>P14 La menstruación es un gran fastidio.</p>

	<p>P15 A las mujeres nos incomoda la menstruación.</p> <p>P17 La regla es molesta</p> <p>P20 A las mujeres nos gustaría que la regla no existiera.</p> <p>P22 Es pesado tener la regla cada mes.</p> <p>P24 Creo que hay veces que las mujeres no aguantamos nuestra regla.</p> <p>P27 La menstruación es dolorosa.</p> <p>P38 La menstruación es algo que las mujeres tenemos que soportar</p> <p>P41 Vivir con la menstruación es difícil.</p>
<p>Prohibiciones y obligaciones de la menstruación.</p>	<p>P5 Las mujeres debemos evitar nadar cuando estamos menstruando</p> <p>P8 Las mujeres debemos evitar tener relaciones sexuales cuando estamos menstruando.</p> <p>P26 Las mujeres debemos tomar bebidas calientes cuando estamos menstruando.</p> <p>P30 Las mujeres debemos evitar cargar cosas pesadas cuando estamos con la menstruación.</p> <p>P34 Las mujeres debemos bañarnos con agua caliente cuando estamos menstruando</p> <p>P37 Las mujeres debemos evitar hacer ejercicios cuando estamos menstruando.</p> <p>P40 Las mujeres debemos evitar comer ácido (limón) y picante (ají), cuando estamos menstruando.</p> <p>P42 Las mujeres debemos evitar comer o beber cosas frías durante la menstruación</p> <p>P48 Las mujeres debemos comer o beber cosas calientes cuando estamos menstruando.</p>
<p>Percepción de la menstruación como un evento debilitante.</p>	<p>P3 La menstruación afecta las labores de la mujer en la vida diaria.</p> <p>P9 Las mujeres esperamos más atenciones de la gente cuando estamos menstruando.</p> <p>P12 La menstruación afecta el desempeño de la mujer en los Estudios.</p> <p>P16 La menstruación incapacita a las mujeres.</p>

	<p>P32 Las mujeres aumentamos de peso justo antes o durante la menstruación.</p> <p>P43 El tener la menstruación es un castigo para las mujeres.</p> <p>P45 La menstruación afecta las actividades diarias de la mujer.</p> <p>P47 Las mujeres estamos más cansadas cuando estamos menstruando.</p>
<p>Percepción de la menstruación como un posible evento positivo.</p>	<p>P29 Hay mujeres que disfrutan de la menstruación.</p> <p>P31 Hay mujeres que se ven más atractivas cuando están menstruando.</p> <p>P36 Las mujeres nos sentimos orgullosas cuando empezamos a menstruar</p> <p>P39 Las mujeres nos emocionamos cuando tenemos nuestra primera menstruación</p> <p>P44 Hay mujeres que se sienten alegres cuando tienen su menstruación.</p> <p>P46 La menstruación tiene cosas buenas.</p> <p>P49 Hay mujeres que se sienten contentas por la menstruación.</p>

2.4.2 Variable 2. Autoestima

Esta variable comprende la influencia de la autoestima en cuatro dimensiones personales.

Indicadores:

- Área de sí mismo. Este indicador calcula el grado de aprobación con que uno evalúa sus conductas autodescriptivas.
- Área social. Este indicador calcula el grado de aprobación con el que uno evalúa sus conductas autodescriptivas en relación con los demás.
- Área escolar. Este indicador calcula el grado de aprobación con el que uno evalúa sus conductas autodescriptivas en relación con sus profesores y compañeros de clase.
- Área de hogar. Este indicador calcula el grado de aprobación con el que uno evalúa sus conductas autodescriptivas en relación con su núcleo familiar.

Tabla 2

Cuestionario de Autoestima de Coopersmith

Cuestionario de Autoestima de Coopersmith	
Área de Si Mismo	<p>P1 Generalmente los problemas me afectan muy poco</p> <p>P3 Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí.</p> <p>P4 Puedo tomar una decisión fácilmente.</p> <p>P7 Me cuesta trabajo, acostumbrarme a algo nuevo.</p> <p>P10 Me rindo fácilmente.</p> <p>P12 Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy</p> <p>P13 Mi vida es complicada</p> <p>P15 Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo (a).</p> <p>P18 Físicamente no soy tan simpático (a) como la mayoría de personas.</p> <p>P19 Si tengo algo que decir, generalmente lo digo</p> <p>P24 Generalmente desearía ser otra persona.</p> <p>P25 Se puede confiar muy poco en mí</p> <p>P27 Estoy seguro (a) de mí mismo (a).</p> <p>P30 Paso bastante tiempo soñando despierto(a)</p> <p>P31 Desearía tener menos edad</p> <p>P34 Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer</p> <p>P35 Generalmente me arrepiento de las cosas que hago</p> <p>P38 Generalmente puedo cuidarme sola(o)</p>

	<p>P39 Soy bastante feliz</p> <p>P43 Me comprendo a mí mismo (a).</p> <p>P47 Puedo tomar una decisión y mantenerla</p> <p>P48 Realmente no me gusta ser un adolescente</p> <p>P51 Generalmente me avergüenzo de mí mismo (a)</p> <p>P55 No me importa lo que me pase.</p> <p>P56 Soy un fracaso.</p> <p>P57 Me fastidio fácilmente cuando me regañan.</p>
Área Social	<p>P5 Soy una persona divertida.</p> <p>P8 Soy popular entre los chicos (as) de mi edad.</p> <p>P14 Los (as) chicos (as) generalmente aceptan mis ideas.</p> <p>P21 La mayoría de personas caen mejor de lo que yo caigo.</p> <p>P28 Caigo bien fácilmente.</p> <p>P40 Preferiría jugar con niños (as) más pequeños (as) que yo.</p> <p>P49 No me gusta estar con otras personas</p> <p>P52 Los (as) chicos (as) generalmente se la agarran conmigo.</p>
Área escolar	<p>P2 Me resulta muy difícil hablar frente a la clase.</p> <p>P17 Generalmente me siento aburrido (a) en la escuela.</p> <p>P23 Generalmente me siento desmoralizado (a) en la escuela.</p> <p>P33 Estoy orgulloso (a) de mi rendimiento en la escuela.</p> <p>P37 Estoy haciendo lo mejor que puedo</p>

	<p>P42 Me gusta cuando me llaman a la pizarra</p> <p>P46 No me está yendo tan bien en la escuela como quisiera</p> <p>P54 Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz</p>
Área Hogar	<p>P6 En casa me fastidio fácilmente.</p> <p>P9 Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos.</p> <p>P11 Mis padres esperan demasiado de mí</p> <p>P16 Muchas veces me gustaría irme de casa.</p> <p>P20 Mis padres me comprenden.</p> <p>P22 Generalmente siento que mis padres me estuvieran presionando.</p> <p>P29 Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos.</p> <p>P44 Nadie me presta mucha atención en casa.</p>
Escala de mentiras	<p>P26 Nunca me preocupo de nada</p> <p>P32 Siempre hago lo correcto</p> <p>P36 Nunca estoy contento (a)</p> <p>P41 Me gustan todas las personas que conozco</p> <p>P45 Nunca me llaman la atención</p> <p>P50 Nunca soy tímido (a)</p> <p>P53 Siempre digo la verdad</p> <p>P58 Toda acción que realizo siempre debo comunicárselo a los demás</p>

2.5. Operacionalización de Variables

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Item	Valoración
Creencias y Actitudes frente a la Menstruación	<p>“Las actitudes y creencias sobre la menstruación se forman desde temprana edad y están determinadas por el contexto en que se desarrollan, lo cual influye cómo interpretan algunos cambios relacionados con ella”</p> <p>Balarezo 2012</p>	Percepción de la menstruación como un evento secreto	<p>Bajo 12-29</p> <p>Medio 30-36</p> <p>Alto 37-56</p>	<p>P1-P2-P7-P11-P18- P19-</p> <p>P21-P23-P25-P28-P33-</p> <p>P35</p>	<p>1. Muy en desacuerdo</p> <p>2. Casi en desacuerdo</p> <p>3. Ni de acuerdo ni desacuerdo</p> <p>4. Casi en desacuerdo</p> <p>5. Muy en desacuerdo</p>
		Percepción de la menstruación como un evento molesto	<p>Bajo 15-46</p> <p>Medio 47-53</p> <p>Alto 54-65</p>	<p>P4-P6-P10-P13-P14-P15-</p> <p>P17-P20-P22-P24-P27-</p> <p>P38-P41</p>	<p>1. Muy en desacuerdo</p> <p>2. Casi en desacuerdo</p> <p>3. Ni de acuerdo ni desacuerdo</p> <p>4. Casi en desacuerdo</p> <p>5. Muy en desacuerdo</p>

		Prohibiciones y obligaciones de la menstruación	Bajo 9-28 Medio 29-33 Alto 28-40	P5-P8-P26-P30-P34-P37-P40-P42-P48	1. Muy en desacuerdo 2. Casi en desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni desacuerdo 4. Casi en desacuerdo 5. Muy en desacuerdo
		Percepción de la menstruación como un evento debilitante	Bajo 10-23 Medio 24-27 Alto 28-40	P3-P9-P12-P16-P32-P43-P45-P47	1. Muy en desacuerdo 2. Casi en desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni desacuerdo 4. Casi en desacuerdo 5. Muy en desacuerdo
		Percepción de la menstruación como un posible evento positivo	Bajo 7-18 Medio 19-22 Alto 23-35	P29-P31-P36-P39-P44-P46-P49	1. Muy en desacuerdo 2. Casi en desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni desacuerdo 4. Casi en desacuerdo 5. Muy en desacuerdo
Autoestima	“La autoestima es la evaluación que el	Área de Si Mismo	Categorías: -Muy alto	P1-P3-P4-P7-P10-P12-P13-	VERDADERO o FALSO

<p>individuo realiza y cotidianamente mantiene respecto de sí mismo, que se expresa en una actitud de aprobación o desaprobación e indica la media en que el individuo cree ser capaz, significativo, exitoso y valioso” (Coopersmith, 1967)</p>		(desde 62 a más)	P15-P18-P19-P24-P25-P27-P30-P31-P34-P35-P38-P39-P43-P47-P48-P51-P55- P56-P57	Verdadero= 1 Falso = 0
	Área Social	- Moderadamente Alto (entre 55 a 60)	P5-P8-P14-P21-P28-P40-P49-P52	VERDADERO o FALSO Verdadero= 1 Falso = 0
	Área escolar	- Moderadamente Bajo (entre 34 a 39)	P2-P17-P23-P33-P37-P42-P46-P54	VERDADERO o FALSO Verdadero= 1 Falso = 0
	Área de Hogar	-Muy baja (menor a 33)	P6-P9-P11-P16-P20-P22-P29-P44	VERDADERO o FALSO Verdadero= 1 Falso = 0
	Escala de mentiras		P26- P32- P36- P41- P45- P50- P53- P58	VERDADERO o FALSO Verdadero= 1 Falso = 0

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Clasificación de la Investigación

3.1.1 Tipo de investigación

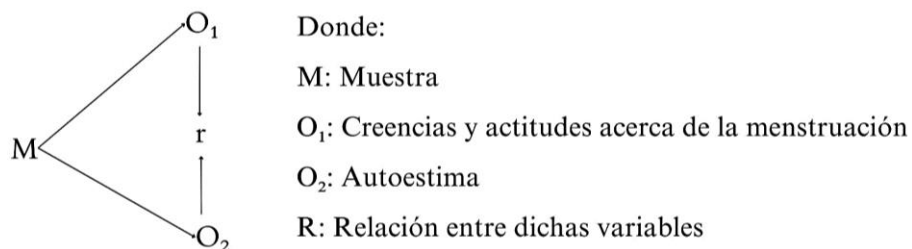
Descriptiva, pues según Hernández (2014), una investigación es descriptiva cuando busca narrar y explicar lo obtenido en la recopilación de datos, plasmando lo hallado, lo cual nos permite evidenciar aspectos comportamentales de las variables de estudio.

3.1.2. Nivel de investigación

Esta investigación es de nivel correlacional, ya que para Hernández (2014) tiene como propósito medir la relación de dos variables sin restringir valores, plasma de manera específica las propiedades del grupo de estudio.

3.1.3. Diseño de investigación

En este estudio se consideró un diseño no experimental, transeccional correlacional, donde se asocian las dos variables a estudiar. Este diseño, según Hernández (2014) es no experimental, puesto permitirá recopilar información de manera natural sobre las variables a investigar. Sarmiento (2019) indica que un diseño es transicional cuando se realiza en un momento determinado.



3.2 Población de Estudio

3.2.1 Población

La población de estudio estuvo conformada por “197” estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa del distrito de Barranco, Lima, Perú.

Tabla 3. Distribución de la población

Grado	Matriculados	Total
4.ºA	24	90
4.ºB	21	
4.ºC	25	
4.ºD	20	
5.ºA	20	107
5.ºB	26	
5.ºC	22	
5.ºD	22	
5.ºE	17	

3.2.2. Muestra

La muestra estuvo establecida por un total de 140 estudiantes que asistieron el día de la aplicación del instrumento del total de 197, estuvo conformado por 65 de cuarto y 75 de quinto

año de secundaria de una institución educativa del distrito de Barranco. Las edades están comprendidas entre 14 y 19 años, las cuales asistieron a la institución educativa el día de aplicación de las pruebas.

3.2.2.1. Tipo de muestreo

Para esta investigación se realizó un muestreo no probabilístico, intencional, pues según Hernández (2014) se considera contar con el apoyo voluntario de las estudiantes que se encontraron en la institución educativa al momento de la aplicación de los cuestionarios.

A) Criterios de inclusión

- Estar matriculada en la nómina de la institución educativa pública de Barranco en 2022.
- Asistir el día de la aplicación de las pruebas psicológicas.
- Aceptar y firmar el consentimiento informado.
- El tutor debe haber aceptado la autorización

B) Criterios de exclusión

- No haber asistido el día de la aplicación de las pruebas psicológicas,
- No aceptar y no haber firmado el consentimiento informado.
- El tutor no haya aceptado la autorización.

3.3. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Los datos se obtuvieron por medio de la aplicación de dos pruebas en la cual se realizó la técnica de la encuesta de manera colectiva, todas las alumnas fueron encuestadas en un lugar y momento determinado, luego los resultados de estas fueron correlacionados entre sus dimensiones.

Los instrumentos que se aplicaron fueron los siguientes:

- Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación que permite conocer las creencias con las que cuentan las estudiantes a la fecha de la evaluación, su tipo de respuesta en Escala Likert y son cinco categorías (1) muy en desacuerdo, (2) casi en desacuerdo, (3) ni de acuerdo ni desacuerdo, (4) casi en desacuerdo, (5) muy en desacuerdo,
- Inventario de Autoestima de Coopersmith que permite conocer el estado real de autoestima de las estudiantes, el tipo de respuesta es dicotómica; verdadero (1) y falso (0).

3.3.1. Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación

Se utilizó el Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación (Ramírez, 2003), el cual consta de unos 49 ítems en escala de Likert, con 5 opciones de calificación.

Ficha técnica

Nombre: Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación

Autor: Ramírez Lara (México)

Administración: Individual y colectiva

Duración: 25 minutos

Aplicación: De 11 a más

Tipificación: Muestra de escolares

Descripción. El instrumento llamado Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación fue elaborado por Ramírez Lara en el 2003, en la ciudad de México, tiene la

finalidad de crear un instrumento que pueda medir aquellas actitudes y creencias que tienen las mujeres de 11 años a más.

Este cuestionario consta de 49 ítems, en una escala de calificación de tipo Likert, desde “muy de acuerdo”, “casi de acuerdo”, “ni de acuerdo, ni en desacuerdo”, “casi en desacuerdo” y “muy en desacuerdo”. Este cuestionario consta de 5 factores:

- Percepción de la menstruación como un evento secreto (dimensión I) con 12 ítems.
- Percepción de la menstruación como un evento molesto (dimensión II) con 13 ítems.
- Prohibiciones y obligaciones de la menstruación (dimensión III) con 9 ítems.
- Percepción de la menstruación como un evento debilitante (dimensión IV) con 8 ítems.
- Percepción de la menstruación como un posible evento positivo (dimensión v) con 7 ítems.

Validez y confiabilidad. Se consideró que en la tesis de Amat y Torres (2019) realizada en la ciudad de Arequipa a través del método de jueces, ha sido calificada para la validez y confiabilidad del instrumento, por Condori y Cuaquira (2007) por medio del coeficiente de fiabilidad del alfa de Cronbach, para los cuales hallaron las siguientes cifras: dimensión I con 0,79; dimensión II: 0,87; dimensión III: 0,73; dimensión IV: 0,66 y para la dimensión V: 0,68 y lo que de manera global consiste en 0,87.

La confiabilidad del Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación obtuvo mediante alfa de Cronbach un coeficiente de confiabilidad de 0.893 en la presente tesis.

3.3.2. Inventario de Autoestima de Coopersmith Forma Escolar

Se correlacionó con el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Forma Escolar, el cual consta de 58 ítems, con respuestas de tipo dicotómicas de sí y no. Este cuestionario presenta los indicadores: área de sí mismo, área social, área escolar, área de hogar.

Ficha técnica

Nombre: Inventario de Autoestima Coopersmith-Forma Escolar

Autor: Stanley Coopersmith

Adaptación: Hiyo (2018)

Administración: Individual y colectiva

Duración: De 15 a 20 minutos

Aplicación: De 11 a 20 años

Tipificación: Muestra de escolares

Descripción. El instrumento de nombre Inventario de Autoestima de Coopersmith forma escolar SEI, es una prueba de composición verbal e impresa, homogénea y de potencia. Esta prueba consta de 58 afirmaciones y sus respuestas son de tipo dicotómicas, los cuales tienen ítems de verdadero y falso, los cuales manifiestan datos sobre de las propiedades de autoestima a través de la evaluación, cuatro subescalas y una adicional de mentiras. Estas son las siguientes:

- Área de sí mismo (SM) representa 26 ítems.
- Área social (SOC) representa 8 ítems.
- Área escolar (ESC) representa 8 ítems.
- Área de hogar (H) representa 8 ítems.
- Escala de mentiras (L) representa 8 ítems.

Validez y confiabilidad. El Inventario de Autoestima de Coopersmith fue adaptado al contexto peruano en el año 2018 por Carmen Hiyo Bellido, el cual fue dirigido a una población estudiantil del nivel secundario, entre 11 a 18 años, de la ciudad de Lima, entre los distritos de Surco, Barranco y Chorrillos. La confiabilidad por consistencia interna marcó un nivel adecuado, siendo el Alfa de Crombach de 0.584.

Los resultados obtenidos dicho estudio demuestra que los 58 ítems presentan validez de contenido, por ello son válidos, como lo presenta en contenidos obtenidos que varían en 0,80 y 1,00 en la “V” de Aiken. Para detallar la validez concurrente fueron correlacionados con el Inventario de Ansiedad de Beck y el Cuestionario de Dependencia Emocional ACCA (Anicama et.) el cual obtuvo una $\rho = 0.227$ para Inventario de Ansiedad de Beck y $\rho = 0.405$ para Cuestionario de Dependencia Emocional, lo que llevó a obtener valores moderados y aceptados para la aplicación en adolescentes. Es por ello, que afirma que el Inventario de Autoestima de Coopersmith tienen la validez de contenido, contando con 58 ítems.

La confiabilidad del Inventario de Autoestima de Coopersmith mediante el Alfa de Cronbach presenta coeficiente de confiabilidad de 0.87 en la presente tesis. Se habría observado que el inventario cuenta con nivel de confiabilidad, lo que significa que el inventario es preciso y confiable como un instrumento de evaluación. Hiyo Bellido (2018)

3.3.3. Procedimiento de recolección de datos

Se realizó una primera visita a la institución educativa solicitando una entrevista con la directora para realizar la solicitud formal de la investigación. En una segunda visita se efectuó la solicitud formal, con documento a cargo, para la autorización de la investigación con la población del centro educativo y el uso del nombre de dicha institución. En una tercera visita se

coordinó las fechas a aplicar las pruebas y se solicitó el número de la población que sería evaluada, para contar con la logística el día de la visita.

Entre los días 15 al 17 de junio se realizó de manera óptima la aplicación de los instrumentos, se continuó con ingresar a cada aula haciendo la presentación respectiva y el motivo de nuestra visita, entregando un cuadernillo con un consentimiento informado a cada estudiante, mencionando los objetivos de la investigación, al cual de manera voluntaria aceptaron participar del estudio. Posteriormente, se entregó una ficha socio demográfica y finalmente las pruebas a aplicar.

La evaluación inició con la ficha socio-demográfica, recopilando información necesaria para demostrar que cumplen con los requisitos propios del estudio, posteriormente se aplicó el cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación y finalmente el cuestionario de autoestima de Coopersmith para lo cual tuvo una duración de 45 minutos aproximado para culminar la totalidad de la evaluación.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4. 1. Presentación de Resultados

En el capítulo IV presentamos la descripción de las variables de estudio, actitudes y creencias frente a la menstruación y autoestima, las cuales fueron cuantificadas con los instrumentos: Cuestionario de Creencias y Actitudes acerca de la Menstruación y el Inventario de Autoestima Coopersmith-Forma Escolar. La aplicación de dichas pruebas se formuló a través de un cuadernillo de preguntas, el cual contuvo el consentimiento informado, ficha socio demográfica y las pruebas aplicadas.

4.2 Descripción de las variables de estudio

Tabla 4

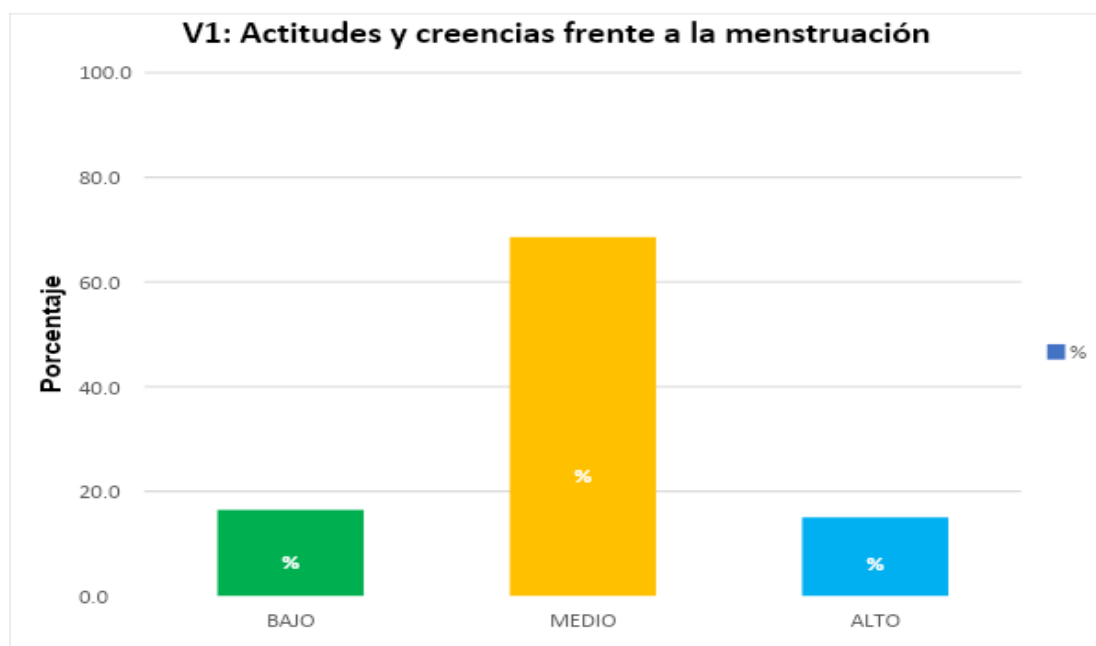
Distribución de los niveles de la variable, actitudes y creencias frente a la menstruación.

V1: Actitudes y creencias frente a la menstruación		
Niveles	f	%
BAJO	23	16.4
MEDIO	96	68.6
ALTO	21	15.0
Total	140	100.0

Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Figura 1

Distribución de los niveles de la variable, actitudes y creencias frente a la menstruación.



Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Interpretación. En la tabla 1 y figura 1 se puede evidenciar que el 16.4 % de las estudiantes encuestadas se ubica en un nivel bajo en las actitudes y creencias frente a la menstruación, el 68.6 % se sitúa en el nivel medio y el 15.0 % se sitúa en el nivel alto, lo cual indica que más del 50 % de la muestra de estudio tiene un nivel medio de creencias-actitudes frente a la menstruación; sin embargo, hay una equidad en el porcentaje entre el nivel bajo y alto contando con una diferencia mínima entre ambos niveles.

Tabla 5

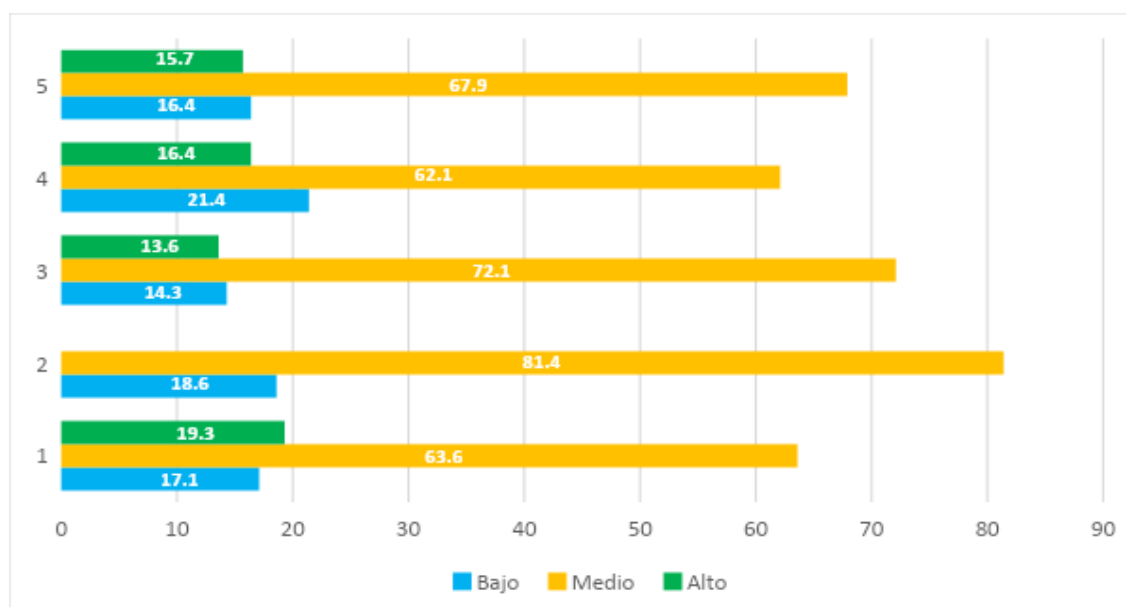
Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable, actitudes y creencias frente a la menstruación.

Niveles		Bajo	Medio	Alto	Total
Percepción de la menstruación como un evento secreto	f	24	89	27	140
	%	17.1	63.6	19.3	100
Percepción de la menstruación como un evento molesto	f	26	114	0	140
	%	18.6	81.4	0	100
Prohibiciones y obligaciones de la menstruación	f	20	101	19	140
	%	14.3	72.1	13.6	100
<i>Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26</i>					
Percepción de la menstruación como un evento debilitante	f	30	87	23	140
	%	21.4	62.2	16.4	100
Percepción de la menstruación como un posible evento positivo	f	23	95	22	140
	%	16.4	67.9	15.7	100

Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Figura 2

Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable, actitudes y creencias frente a la menstruación.



Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Interpretación. De la tabla 2 y figura 2, de acuerdo con la primera dimensión se puede evidenciar que el 17.1 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en la percepción de la menstruación como un evento secreto, el 63.6 % se sitúa en el nivel medio y el 19.3 % se sitúa en el nivel alto. De acuerdo con la segunda dimensión se puede demostrar que el 18.6 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en la percepción de la menstruación como un evento molesto, el 81.4 % se sitúa en el nivel medio y ningún estudiante se sitúa en el nivel alto. De acuerdo con la tercera dimensión se puede probar que el 14.3 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en las prohibiciones y obligaciones de la menstruación, el 72.1 % se ubica en el nivel medio y el 13.6 % se ubica en el nivel alto. De acuerdo con la cuarta dimensión se puede evidenciar que el 21.4 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en la percepción de la menstruación como un evento debilitante, el 62.1 % se sitúa en el nivel medio y el 16.4 % se sitúa en el nivel alto. De acuerdo con la quinta dimensión, se puede demostrar que el 16.4 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en la percepción de la menstruación como un posible evento positivo, el 67.9 % se sitúa en el nivel medio y el 15.7 % se sitúa en el nivel alto. Esta figura revela que no hay participantes que perciban en un nivel alto la menstruación como un evento molesto, siendo el 100 % de estudiantes que perciben la menstruación como un evento molesto entre un nivel medio y bajo. En cada una de las dimensiones del test se visibiliza que el nivel medio es el que se lleva el mayor porcentaje, superando el 60 % en todos los casos, además de también coincidir en que los niveles alto y bajo mantienen un equilibrio en porcentajes con una diferencia muy corta entre ambos niveles.

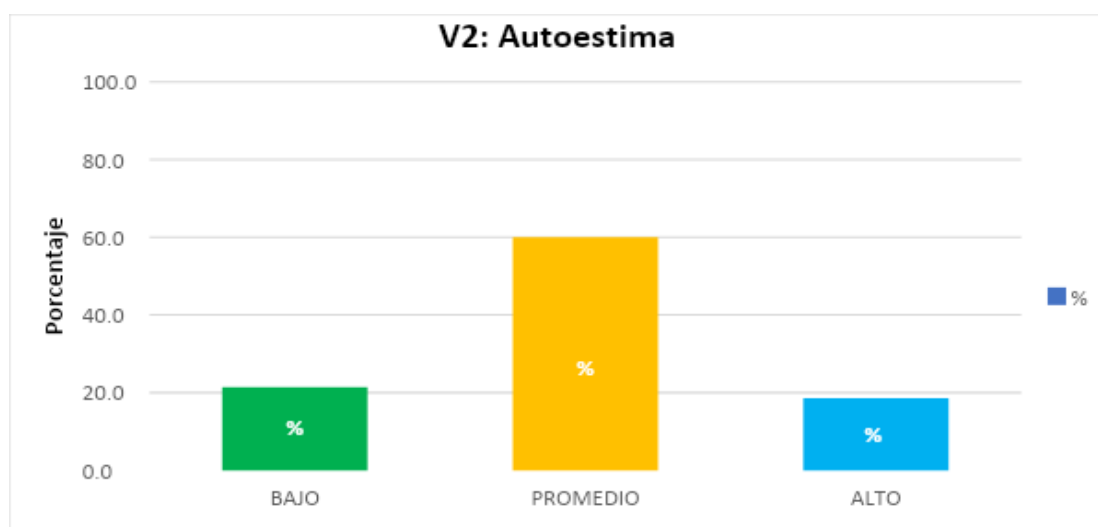
Tabla 6*Distribución de los niveles de la variable autoestima.*

V2: Autoestima		
Niveles	f	%
Bajo	30	21.4
Promedio	84	60.0
Alto	26	18.6
Total	140	100.0

Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Figura 3

Distribución de los niveles de la variable autoestima.



Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Interpretación. En la tabla 3 y figura 3 se puede evidenciar que el 21.4 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en la autoestima, el 60.0 % se ubica en el nivel promedio y el 18.6 % se emplaza en el nivel alto, esto significa que el promedio encabeza la lista (60.0 %) y el menor indicador presentó el nivel bajo (21.4 %), siendo el nivel alto la variable media (18.6 %).

Tabla 7

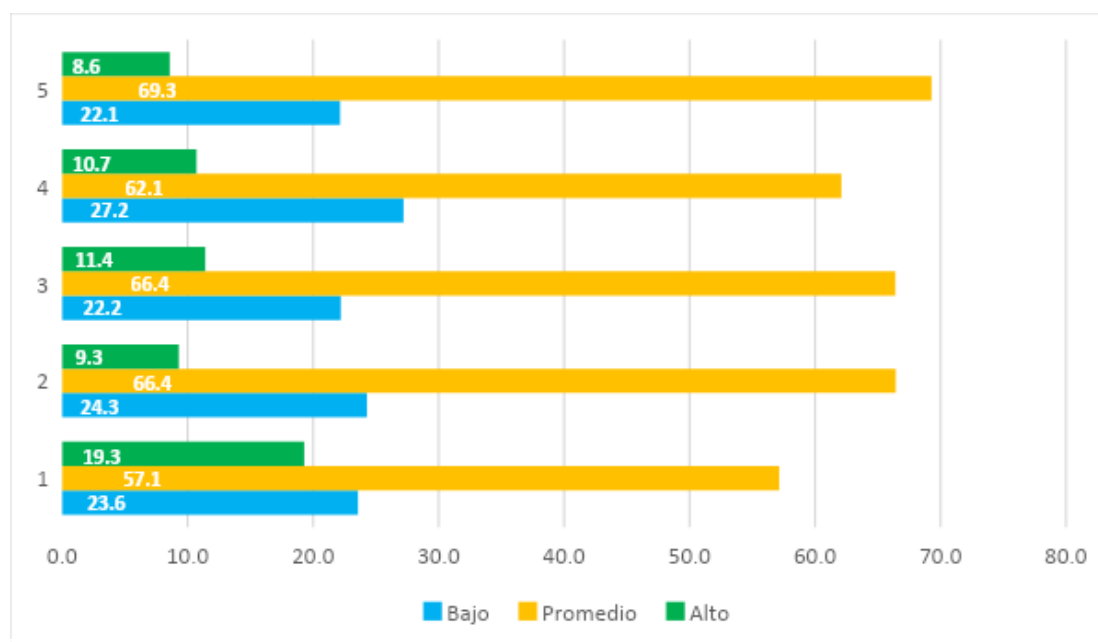
Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable autoestima.

Niveles		Bajo	Promedio	Alto	Total
Área de sí mismo	f	33	80	27	140
	%	23.6	57.1	19.3	100
Área social	f	34	93	13	140
	%	24.3	66.4	9.3	100
Área escolar	f	31	93	16	140
	%	22.2	66.4	11.4	100
Área hogar	f	38	87	15	140
	%	27.2	62.1	10.7	100
Escala de mentiras	f	31	97	12	140
	%	22.1	69.3	8.6	100

Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Figura 4

Distribución de los niveles de cada dimensión de la variable autoestima.



Nota. Elaborado con IBM SPSS V.26

Interpretación. De la tabla 4 y figura 4, se distingue que la primera dimensión se puede evidenciar que el 23.6 % de las estudiantes encuestadas se ubica en el nivel bajo en el área de sí mismo; el 57.1 %, en el nivel promedio; y el 19.3 %, en el nivel alto. De acuerdo con la segunda dimensión, se puede evidenciar que el 24.3 % de las estudiantes encuestadas se ubica en el nivel bajo en el área social; el 66.4 %, en el nivel promedio; y el 9.3 %, en el nivel alto. En referencia a la tercera dimensión, se puede evidenciar que el 22.1 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en el área escolar; el 66.4 %, en el nivel promedio; y el 11,4 %, en el nivel alto. De acuerdo con la cuarta dimensión, se puede evidenciar que el 27.1 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en el área hogar; el 62.1 %, en el nivel promedio; y el 10.7 %, en el nivel alto. Según la quinta dimensión, se puede evidenciar que el 22.1 % de las estudiantes encuestadas se sitúa en el nivel bajo en la escala de mentiras; el 69.3 %, en el nivel promedio; y el 8.6 %, en el nivel alto; lo que refleja que en las cinco dimensiones de este test coincide en nivel medio como el que tiene el mayor porcentaje con más del 50 % en cada una de las dimensiones, en el área de mentiras, social, escolar y hogar la desigualdad de ambos niveles (bajo y alto), tiene una diferencia mediana entre ambos niveles siendo el nivel bajo el de menor porcentaje en todos los casos. En el área de sí mismo existe una equidad entre los porcentajes del nivel medio y alto, aunque de igual forma como en las áreas anteriores, siendo el nivel bajo el menor porcentaje.

4.3. Pruebas de hipótesis

Para realizar el análisis de hipótesis se realizó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, al ser un número de datos mayor a 50, y con el instrumento de correlación Rho de Spearman.

4.3.1. Planteamiento de hipótesis general

- H0: No existe relación significativa en relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria una institución educativa pública de Barranco, 2022.
- H1: Existe relación significativa en relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria en una institución educativa pública de Barranco, 2022.

Tabla 8

Prueba de hipótesis general

Correlaciones

		Actitudes y creencias frente a la menstruación	Autoestima
Rho de Spearman	Coefficiente de correlación	1.000	—,242**
	Actitudes y creencias frente a la menstruación	Sig. (bilateral)	0.004
	N	140	140
	Coefficiente de correlación	—,242**	1.000
	Autoestima	Sig. (bilateral)	0.004
	N	140	140

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación. De acuerdo con la tabla 5, se distingue lo siguiente, la significancia (p) es 0.004 (menor a 0.05), de la cual se concluye aceptar la hipótesis alterna, es decir, existe

relación significativa de la relación de las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria una institución educativa pública de Barranco, 2022. 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 (esto también es aplicable a la inversa). De tal modo se evidencia que existe relación débil en esta población barranquina de adolescentes, pues las jóvenes, a pesar de las creencias y actitudes frente a la menstruación que aún mantienen, desarrollan un nivel promedio de autoestima en dicho periodo.

4.3.2. Planteamiento de hipótesis específica 1

- H0: No existe relación entre percepción de la menstruación como un evento secreto 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.
- H1: Existe relación entre percepción de la menstruación como un evento secreto 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

Tabla 9.

*Prueba de hipótesis específica 1.
Correlaciones*

		Percepción de la menstruación como un evento secreto	Autoestima
Rho de Spearman	Coefficiente de correlación	1.000	-0.155

Percepción de la menstruación como un evento secreto	Sig. (bilateral)		0.067
	N	140	140
Autoestima	Coefficiente de correlación	-0.155	1.000
	Sig. (bilateral)	0.067	
	N	140	140

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación. De acuerdo con la tabla 6, se distingue lo siguiente, la significancia (p) es 0.067 (mayor a 0.05), de la cual se concluye aceptar la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre la percepción de la menstruación como un evento secreto 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.

Este resultado refleja que a pesar de que a nivel cultural la menstruación aún mantiene una imagen Tabú, son las adolescentes las que logran disminuir esta percepción al tener mayor acceso al menos en la zona urbana de la ciudad, siendo algo conveniente tanto para ellas como para las nuevas generaciones.

4.3.3. Planteamiento de hipótesis específica 2

- H0: No existe relación entre percepción de la menstruación como un evento molesto 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.
- H1: Existe relación entre percepción de la menstruación como un evento molesto 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.

Tabla 10*Prueba de hipótesis específica 2.****Correlaciones***

			Percepción de la menstruación como un evento molesto	Autoestima
Rho de Spearman	Percepción de la menstruación como un evento molesto	Coefficiente de correlación	1.000	-,411*
		Sig. (bilateral)		0.000
	Autoestima	N	140	140
		Coefficiente de correlación	-,411*	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	140	140

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación. De acuerdo con la tabla 7, se distingue lo siguiente, la significancia (p) es 0.000 (menor a 0.05), del cual se concluye aceptar la hipótesis alterna, es decir, existe relación entre la percepción de la menstruación como un evento molesto 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. Asimismo, se observa que su coeficiente de correlación es -0.411, del cual se concluye que tiene una correlación negativa media, en donde, a mayor percepción de la menstruación como un evento molesto, menor será la autoestima (esto también es aplicable a la inversa). Esto nos indica que las adolescentes mientras mantengan una percepción de la menstruación como molesto o incómodo, influirá sobre su autoestima teniendo un impacto en ésta.

4.3.4. Planteamiento de hipótesis específica 3

- H0: No existe relación entre prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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.

- H1: Existe relación entre prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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.

Tabla 11

*Prueba de hipótesis específica 3.
Correlaciones*

			Prohibiciones y obligaciones de la menstruación	Autoestima
Rho de Spearman	Prohibiciones y obligaciones de la menstruación	Coefficiente de correlación	1.000	-0.113
		Sig. (bilateral)		0.184
		N	140	140
	Autoestima	Coefficiente de correlación	-0.113	1.000
		Sig. (bilateral)	0.184	
		N	140	140

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación. De acuerdo con la tabla 8, se distingue lo siguiente, la significancia (p) es 0.184 (mayor a 0.05), de la cual se concluye aceptar la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre las prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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.

Este resultado responde al cambio generacional y cómo con este, la menstruación como suceso está separándose de los estigmas que la han rodeado desde hace cientos de años, es en esta variable donde se puede evidenciar mejor la evolución y la vía que hay que continuar para lograr el cambio integral de la menstruación en favor y libertad de la mujer y sociedad en general.

4.3.5. Planteamiento de hipótesis específica 4

- H0: No existe relación entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento debilitante 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.
- H1: Existe relación entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento debilitante 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.

Tabla 12

*Prueba de hipótesis específica 4.
Correlaciones*

			Percepción de la menstruación como un evento debilitante	Autoestima
Rho de Spearman	Percepción de la menstruación como un evento debilitante	Coefficiente de correlación	1.000	-,288*
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	140	140
	Autoestima	Coefficiente de correlación	-,288*	1.000
Sig. (bilateral)		0.000		
		N	140	140

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación. De acuerdo con la tabla 9, se distingue lo siguiente, la significancia (p) es 0.000 (menor a 0.05), de esto se concluye aceptar la hipótesis alterna, es decir, existe relación entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento debilitante 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. Asimismo, se observa que su coeficiente de correlación es -0.288, del cual se concluye que tiene una correlación negativa débil, en donde,

a mayor percepción de la menstruación como un evento debilitante, menor será la autoestima (esto también es aplicable de manera inversa).

Este resultado puede tener una explicación a en un rango fisiológico por el impacto hormonal en el cuerpo y emociones de las adolescentes durante la fase menstrual, además puede estar apoyado por los estereotipos sociales frente a la típica imagen de una mujer menstruante con signos de debilidad y dolor.

4.3.6. Planteamiento de hipótesis específica 5

- H0: No existe relación entre la percepción de la menstruación como un posible evento positivo 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.
- H1: Existe relación entre la dimensión percepción de la menstruación como un posible evento positivo 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.

Tabla 13

Prueba de hipótesis específica 5.

Correlaciones

		Percepción de la menstruación como un posible evento positivo		Autoestima
Rho de Spearman	Percepción de la menstruación como un posible evento positivo	Coefficiente de correlación	1.000	,209*
		Sig. (bilateral)		0.013
	Autoestima	N	140	140
		Coefficiente de correlación	,209*	1.000
		Sig. (bilateral)	0.013	
		N	140	140

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación. De acuerdo con la tabla 10, se distingue lo siguiente, la significancia (p) es 0.013 (menor a 0.05), del cual se concluye aceptar la hipótesis alterna, es decir, existe relación entre la percepción de la menstruación como un posible evento positivo 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. Asimismo, se observa que su coeficiente de correlación es 0.209, del cual se concluye que tiene una correlación positiva débil, en donde, a mayor percepción de la menstruación como un posible evento positivo, mayor será la autoestima (esto también es aplicable en el criterio de menor uno, menor será el otro).

Esto denota que el tener una percepción de la menstruación como un posible evento positivo demuestra la capacidad de resiliencia ante un tema tabú y estigmatizado socialmente, hoy en día jóvenes y adolescentes vienen construyendo una visión integral y positiva sobre el ciclo femenino.

4.3.7. Prueba de normalidad

- **H0:** Los datos de la muestra siguen una distribución normal.
- **H1:** Los datos de la muestra no siguen una distribución normal.

En función del hallazgo de la prueba de normalidad, se evaluará la normalidad de los datos, para lo que se tomará el siguiente criterio:

Si $p < 0,05$ rechazamos la H0 y aceptamos la H1.

Si $p \geq 0,05$ aceptamos la H0 y rechazamos la H1

Tabla 14.*Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Actitudes y creencias frente a la menstruación	0.043	140	,200*	0.992	140	0.646
Percepción de la menstruación como un evento secreto	0.126	140	0.000	0.916	140	0.000
Percepción de la menstruación como un evento molesto	0.111	140	0.000	0.946	140	0.000
Prohibiciones y obligaciones de la menstruación.	0.067	140	,200*	0.984	140	0.105
Percepción de la menstruación como un evento debilitante	0.073	140	0.068	0.984	140	0.111
Percepción de la menstruación como un posible evento positivo	0.056	140	,200*	0.990	140	0.435
V2: Autoestima	0.102	140	0.001	0.965	140	0.001
Área de sí mismo	0.123	140	0.000	0.946	140	0.000
Área social	0.118	140	0.000	0.957	140	0.000
Área escolar	0.116	140	0.000	0.960	140	0.000
Área hogar	0.127	140	0.000	0.944	140	0.000
Escala de mentiras	0.139	140	0.000	0.918	140	0.000

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Interpretación. En la tabla 11 se aprecia la prueba de normalidad realizada, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov (comprende los datos es mayor a 50 en número), en el cual, el valor de significancia (p) de la V1 (actitudes y creencias frente a la menstruación) es 0.200 (mayor a 0.05), por lo que se plantea que los datos siguen una distribución normal y en relación a la V2 (autoestima) la significancia (p) es 0.001 (menor a 0.05), por lo que se dispone que los datos no siguen una distribución normal, en tanto para evaluar la relación de estas dos variables se dispuso una prueba no paramétrica, de acuerdo con las teorías y cualidades de las variables (variables cualitativas) se determinó hacer uso de la prueba de Rho de Spearman.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

En el estudio presentado se evidencia que contó con la participación de 140 estudiantes femeninas asistentes el día de la aplicación del instrumento, debido a la ausencia de 57 alumnas de un total de 197 a dicha fecha, estas participantes de cuarto y quinto de secundaria son un número de 65 y 75 alumnas respectivamente, las edades transcurren entre los 14 y 19 años, siendo la media 16.5 años.

Se puede evidenciar que, frente a las creencias-actitudes sobre la menstruación, el nivel medio abarca en la mayor población de estudiantes (68.6 %) y la minoría fue del nivel alto (15.0 %) y en un porcentaje medio está el nivel bajo (16.4 %). Respecto a la autoestima, el promedio encabeza la lista (60.0 %) y el menor indicador presentó el nivel bajo (21.4 %), siendo el nivel alto la variable media (18.6 %).

La hipótesis general de este estudio sugirió que existe relación entre las creencias-actitudes frente a la menstruación y la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco, 2022, la cual fue aceptada (sig. 004). De tal modo se evidencia que existe relación débil en esta población barranquina de adolescentes, pues las jóvenes, a pesar de las creencias y actitudes frente a la menstruación que aún mantienen, desarrollan un nivel promedio de autoestima en dicho periodo.

En la primera hipótesis que correlaciona el indicador de la menstruación como un evento secreto y la variable autoestima, se acepta la hipótesis nula, pues no existe relación entre ambas con $p(0.067)$. Con respecto a la variable autoestima el presente estudio difiere con los resultados obtenidos por Chininin (2022) en cuanto a los rangos del porcentaje de esta variable, donde se

obtuvo 6,9 % un nivel alto, 44.8 % un nivel medio y 48.3 % en un nivel bajo de las adolescentes de esta investigación mientras que en nuestros resultados hallamos 18,6 % en un nivel alto, el 60 % en nivel medio y un 21.4 % nivel bajo. Del cual podemos resaltar la divergencia marcada en el nivel bajo de autoestima del estudio en mención y el presente mientras en México las adolescentes evaluadas obtuvieron 48.3 % en nivel bajo de autoestima, las adolescentes evaluadas en Lima obtuvieron un 21.4 % en dicho nivel. En relación al indicador evento secreto coincidimos con el estudio de Serret-Montoya (2020) que señala que, en México, la mayoría de adolescentes le es inaccesible una información confiable y clara sobre el significado del ciclo menstrual atribuyéndole a ello un alto porcentaje de adolescente que visibilizan la menstruación como una situación negativo que denota vergüenza y por lo tanto una actitud a querer mantener en secreto esta fase menstrual. El presente estudio revela que, entre un nivel alto y medio, un total del 82 % de las adolescentes perciben la menstruación como un evento secreto.

La segunda hipótesis señala la percepción de la menstruación como un evento molesto de las creencias-actitudes de la menstruación en correlación con la autoestima, el cual aceptó la hipótesis alterna la cual señala que existe una relación entre éstas, obteniendo un Rhode Spearman de -0.411 en tanto manifiesta una correlación negativa media, por tal, a mayor percepción de la menstruación como un evento molesto, menor será la autoestima. En cuanto al indicador Evento molesto de las creencias-actitudes de la menstruación coincidimos con la investigación realizada por Amat & Torres (2019), que señala que las adolescentes evaluadas en instituciones educativas femeninas privadas y públicas obtuvieron un mayor puntaje en el indicador de la menstruación como un evento molesto siendo un 52,09 % en instituciones educativas privadas y 50,9 % en instituciones educativas públicas, mencionando que a pesar que en sus familias si se habla sobre el tema no es suficiente para que las adolescentes transiten esta

fase enfocadas en su bienestar. Lo que concuerda con nuestro resultado obtenido ya que revela que si en el hogar las adolescentes sienten mayor seguridad y comprensión teniendo el ambiente familiar como soporte de cuidado en la etapa menstrual no ascenderá su percepción como un evento molesto tanto a un rango físico como emocional.

La tercer hipótesis señala que no hay una relación entre el indicador prohibiciones y obligaciones de la menstruación con la variable autoestima, siendo aceptada la hipótesis nula, lo cual en contraste con la investigación realizada por Barclay (2003) donde afirma que las adolescentes mexicanas dentro de los indicadores de creencias y actitudes frente a la menstruación perciben en segundo lugar de importancia esta variable en tanto nos señala que si tiene una relevancia en sus vidas; en lo cual nuestra investigación se halló que no impacta sobre la autoestima de las adolescentes evaluadas. Escobar (2019) en su investigación de estudiantes, hombres y mujeres del distrito de Independencia describe que el resultado en la dimensión sí mismo de la autoestima es 27 % en un nivel bajo, 44 % en un nivel medio y 29 % en un nivel alto, tal estudio difiere con el nuestro en el nivel alto, ya que nuestro resultado señala un 19,3 en un nivel alto, visibilizando una gran diferencia que existe en ambas investigaciones. El estudio del que hacemos mención no muestra una diferencia entre hombres y mujeres, pero podríamos inferir que la diferencia tendría que ver con la diferencia de género, esto se podría confirmar con próximos estudios.

La cuarta hipótesis señala que hay relación entre la percepción de la menstruación como un evento debilitante con la variable autoestima aceptando la hipótesis alterna con un Rho de Spearman (-0.288) lo cual indica una correlación negativa débil, es decir, a mayor percepción de la menstruación como un evento debilitante, menor será la autoestima de las adolescentes.

Este resultado obtenido en la dimensión evento debilitante, donde el puntaje promedio es de 26.32, que se puede estimar como medio dentro de los niveles del indicador, lo cual coincide con Amat & Torres (2019) que muestran un promedio de 24,88 que incluye a escolares de ambos géneros de escuelas nacionales y particulares, masculinas, femeninas y mixta de la Ciudad de Arequipa que también se estima como medio en los niveles de esta sub escala, presentando un puntaje promedio de 24,2 en la población femenina específicamente dentro de este indicador.

La quinta hipótesis propuso que existe relación entre el indicador posible evento positivo de las creencias-actitudes de la menstruación con la variable autoestima, el cual es aceptada la hipótesis alterna, nos indica que debido a tener una percepción más integral y menos prejuiciosa sobre la menstruación permite a las adolescentes transitar este evento con mayor información, y se asemeja con la investigación propuesta por Barbarón (2020), ya que tener una percepción de la menstruación como un posible evento positivo demuestra la capacidad de resiliencia ante un tema tabú, el cual es estigmatizado socialmente, hoy en día jóvenes y adolescentes vienen construyendo una visión integral y positiva sobre el ciclo femenino.

Para Escobar (2019) en cuanto a la dimensión general de autoestima presenta lo siguiente: 29 % tiene autoestima alta; 44 %, una autoestima media; y 27 %, baja autoestima en un grupo de adolescentes entre 10 y 17 años del distrito de independencia, el cual se asemeja a los resultados hallados en el presente estudio en tanto a la proporción de sus niveles, y en una población con un rango de edad muy similar, obteniendo como resultados 18.6 % en nivel alto de autoestima, 60 % nivel medio y 21.4 % nivel bajo. Podríamos evidenciar que en esta etapa de vida las jóvenes muestran un nivel medio, que visibiliza positividad hacia la autoestima y

con certeza se va complementando con los conceptos sobre la feminidad, ciclo menstrual y creencias-actitudes sobre ella.

Por su parte, Amat & Torres (2019) afirmaron, en su estudio sobre la influencia contextual de las creencias y actitudes hacia la menstruación en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas públicas y privadas de Arequipa, que respecto a la dimensión de la menstruación como un evento positivo obtuvieron un puntaje medio en la población evaluada, así mismo coincide con nuestra investigación la cual halló un 67.9 %, en nivel medio de la misma dimensión. Esto refiere que la mayoría de los adolescentes tanto de Arequipa como de Lima consideran que la menstruación es un evento positivo para sus vidas y para ellas mismas, identificándose con este suceso propiamente femenino. Este resultado es ampliamente favorable dentro de la investigación porque a pesar de que inferimos que este resultado sería opuesto, las adolescentes encuestadas demostraron que esta creencia viene cambiando progresivamente con las nuevas generaciones, lo que motiva a direccionar y reforzar este nuevo paradigma.

CONCLUSIONES

1. En esta investigación según el objetivo general se ha determinado que la relación que existe entre las creencias-actitudes de la menstruación y la autoestima es negativa débil donde a mayor creencias-actitudes de la menstruación menor será la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de una institución pública de Barranco, 2022 y de manera inversa también. Sin embargo, no se presenta de manera significativa en esta población.
2. Según el objetivo específico 1 se ha determinado que no existe relación entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento secreto de las creencias-actitudes de la menstruación y la variable autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco, 2022. Lo que indica que la percepción de las adolescentes de la menstruación como evento secreto no influirá en su nivel de autoestima.
3. Según el objetivo específico 2 se ha determinado que existe una relación negativa media entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento molesto de las creencias-actitudes de la menstruación y la variable autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco, 2022. Mientras las adolescentes más perciban la menstruación como un evento molesto será menor el nivel de autoestima, y de manera inversa.
4. Según el objetivo específico 3 se ha determinado que no existe relación entre la dimensión Prohibiciones y obligaciones de la menstruación de las creencias-actitudes de la menstruación y la variable autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco, 2022. Lo que concluye que

las adolescentes de la población estudiada no perciben que las prohibiciones y obligaciones influyan en su nivel de autoestima.

5. Según el objetivo específico 4 se ha determinado que existe una relación negativa débil entre la dimensión percepción de la menstruación como un evento debilitante de las creencias-actitudes de la menstruación y la variable autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de Barranco, 2022. Lo que demuestra que a mayor percepción de la menstruación como un posible evento positivo será menor el nivel de autoestima, aunque no de manera significativa.
6. Según el objetivo específico 5 se ha determinado que existe una relación positiva débil entre la dimensión percepción de la menstruación como un posible evento positivo de las creencias-actitudes de la menstruación y la variable autoestima de las adolescentes. Que describe que a mayor percepción de las adolescentes de que viven un evento positivo mayor será el nivel de autoestima a pesar de que sea de manera mínima, es un cambio social significativo.

RECOMENDACIONES

1. La presente investigación podrá ser usada en estudios posteriores como referencia, para medir las creencias-actitudes frente a la menstruación y la autoestima en jóvenes mujeres, sobre todo en poblaciones al interior del país, puesto que esta investigación tuvo como muestra a una población específica de Lima, con mayor accesibilidad a la información y el conocimiento, es por ello que sería de suma importancia comprender cómo enfrenta este tema las distintas personas en diversas condiciones y contextos sociales.
2. Se sugiere plantear nuevas investigaciones empleando metodologías diferentes a la nuestra para robustecer los estudios en relación con la influencia de la menstruación sobre la autoestima en mujeres jóvenes y también adultas.
3. Se recomienda sentar las bases en las facultades y escuelas académico-profesionales de psicología a la búsqueda de mayor data en distintos tipos de poblaciones en la diversidad de nuestro país.
4. Se exhorta a motivar a otras áreas académicas en el campo de la salud como ginecología y endocrinología a crear nuevos estudios sobre el comportamiento de la menstruación en la autoestima de pacientes que acuden a consulta en sus servicios de salud integral que estas brindan.
5. Se sugiere que en el área psicológica se pueda realizar programas preventivo-promocionales con la finalidad de proponer, diseñar y ejecutar una intervención completa y estandarizada, basada en información científica, que posibilite a jóvenes y adultos conocer en qué consiste la menstruación y el ciclo menstrual, y cómo esto impacta en el aspecto físico, psicológico y emocional de las mujeres.

6. Se pide incorporar campañas y talleres en diversas instituciones educativas, públicas y privadas, femeninas, masculinas y mixtas, con la finalidad de brindar información certera y objetiva basada en ciencia, así desterrar mitos y creencias en torno a la menstruación en niños, niñas y adolescentes.
7. Se recomienda crear estrategias de sensibilización social basada en evidencia real con el fin de normalizar la menstruación como un evento natural, conociendo certeramente el ciclo femenino y lo importante que esto significa.
8. Se sugiere hacer partícipes a padres de familia y maestros de charlas que expongan estas investigaciones, así ir desterrando los mitos que existen sobre la menstruación, al presente año existe casi el 50 % de población femenina y el desconocer este tema se invisibiliza una realidad que vive la mitad de las habitantes de un país, con la finalidad de generar empatía y así fortalecer el empoderamiento en niñas y mujeres.
9. Se plantea promover a que la menstruación sea llamada por su nombre, sin sentir rechazo o vergüenza, ya que es parte importante de la salud femenina y acompaña gran parte de sus vidas.
10. Se recomienda promover que el ciclo femenino sea visto como parte esencial de la salud, no solo como sinónimo de fertilidad y como única función reproductiva.
11. Se exhorta fomentar la ley 31148 que es la ley que promueve y garantiza el manejo de la higiene menstrual de niñas, adolescentes y mujeres en situación de vulnerabilidad, la cual es poco conocida y difundida, esta sí existe y debe estar en conocimiento desde las escuelas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Africa Bos. (s. f.). (30 enero 2018). 10 frases de Carl Rogers necesarias para tu desarrollo personal (+Explicación) [Vídeo]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=Gnx3VjlXpC0>
- Allport, G.W. (1935). Attitudes. In: Murchison, C., Ed. *Handbook of social psychology*. Clark University Press.
- Amat, S. F., & Torres 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 en Psicología. Escuela Profesional de Psicología, Universidad Católica de San Pablo.
- Aristóteles. (1990). *Historia de los animales* (De José Vara Donado ed.). Akal.
<https://issuu.com/bibliotecacientifica/docs/cientifica-v9n2/6>
- Barclay Alavez, L. A. (2003). *Actitudes y creencias acerca de la menstruación entre mujeres en distintas etapas del desarrollo*. Tesis Licenciatura. Psicología. Departamento de Psicología, Escuela de Ciencias Sociales, Universidad de las Américas Puebla. Diciembre.
- BBVA [Aprendemos Juntos]. (24 junio 2020). *Cuatro pilares para cuidar tu autoestima*. Walter Riso, psicólogo y escritor [Vídeo]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=8iOo3ii0RTM>
- Bembe, L. (26 febrero 2020). Lunas y magia: 5 fascinantes creencias prehispánicas sobre la menstruación. *Helloclue*. <https://Helloclue.Com/Es/Articulos/Cultura/Lunas-Y-Magia-5-Fascinantes-Creencias-Prehispanicas-Sobre-La/>
- Blanco, C. (22 noviembre 2022). Salud menstrual: una cuestión de justicia e igualdad. *IDEHPUCP*. <https://idehpucp.pucp.edu.pe/notas-informativas/salud-menstrual-una-cuestion-de-justicia-e-igualdad/>
- Blondet Gálvez, E. (9 diciembre 2021). Consejos para fortalecer la autoestima de los niños y adolescentes. *RPP*. <https://rpp.pe/peru/actualidad/consejos-para-fortalecer-la-autoestima-de-los-ninos-y-adolescentes-noticia-1374054?ref=rpp>
- Caroppo, N. [Reproducción Asistida ORG]. (24 marzo 2015). ¿Qué es la menstruación? YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=TSdl2SBxDNU>
- Chávez, D. (12 abril 2022). Seis consejos para ser feliz contigo misma, según la psicología. *El Comercio Perú*. <https://elcomercio.pe/viu/actitud-viu/dia-internacional-de-la-felicidad-dia-de-la-felicidad-seis-consejos-para-ser-feliz->

[contigo-misma-segun-la-psicologia-felicidad-empoderamiento-femenino-amor-propio-psicologia-bienestar-felicidad-noticia/](#)

- Chininin, Y. (2022). *Niveles de autoestima en mujeres adolescentes y adultas residentes de un distrito de Lima, 2021*. Tesis de licenciatura en Psicología. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Privada del Norte.
- Clarke, A. E., & Ruble, D. N. (1978). *Young adolescents' beliefs concerning menstruation*. *Child Development*, 231-234.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. W. H. Freeman and Company.
- De Mendoza, A. (3 octubre 2019). Perú sin violencia, una tarea conjunta. Noticias. *Diario Oficial El Peruano*. <https://elperuano.pe/noticia/84990-peru-sin-violencia-una-tarea-conjunta>
- Enciclopedia Médica A.D.A.M. (22 junio 2020). Syndrome premenstrual. *Medline Plus*. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001505.htm>
- EH (1964). *Insight y responsabilidad: Conferencias sobre las implicaciones éticas del insight psicoanalítico*. WW Norton y compañía
- Escobar, G. (2019). *Nivel de autoestima en adolescentes de la Institución Educativa Technology Schools, Independencia-2019*. Tesis de Licenciatura en Enfermería. Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Cesar Vallejo.
- Formato APA. (s. f.). *Normas APA*. <https://normas-apa.org/formato/>
- Frazer, J.G. (1951): *The golden bough*. Macmillan.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed.). McGraw-Hill.
- Hiyo, C. (2018). *Propiedades psicométricas y estandarización del inventario de autoestima de Coopersmith en escolares de secundaria de Lima Sur: Chorrillos, Surco, Barranco*. Tesis de Licenciatura en Psicología. Facultad de Humanidades, Universidad Autónoma del Perú.
- Iglesias-Benavides, J. L. (2009, 1 octubre). *La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores | Medicina Universitaria*. *ELSEVIER*. <https://www.elsevier.es/en-revista-medicina-universitaria-304-articulo-la-menstruacion-un-asunto-sobre-X1665579609481166>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022) Estado de la niñez y la adolescencia: abril mayo junio 2022. (s. f.). *INEI*. <https://m.inei.gob.pe/biblioteca-virtual/boletines/ninez-y-adolescencia-8436/1/#lista>

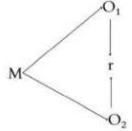
- Knudtson, J. and McLaughlin, J., 2019. Endocrinología reproductiva femenina- Ginecología y obstetricia-Manual MSD versión para profesionales. [online] Manual MSD versión para profesionales. *Merckmanuals*.
<https://www.merckmanuals.com/es-us/professional/ginecolog-%C3%ADa-y-obstetricia/endocrinolog-%C3%ADa-reproductiva-femenina/endocrinolog-%C3%ADa-reproductiva-femenina>
- Lagarde, M. (2000) *Claves feministas para la mejora de la autoestima*. Horas y horas.
- Ley N.º 31148 (31 de marzo de 2021). Ley que promueve y garantiza el manejo de la higiene menstrual de niñas, adolescentes y mujeres vulnerables.
<https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-que-promueve-y-garantiza-el-manejo-de-la-higiene-mestrua-ley-n-31148-1939914-1/>
- Moreno E, Jáuregui- I. (2022). Variables emocionales y food craving: Influencia del ciclo menstrual. *JONNPR*, 7(1):28-63.
<https://revistas.proeditio.com/jonnpr/issue/view/231>
- Mruk, C. (1998). *Autoestima. Investigación, teoría y práctica*. Desclée De Brouwer
- ONU (s. f.). Mujeres entrega herramientas a docentes para el fortalecimiento de la autoestima en niñas y jóvenes. *ONU Mujeres-América Latina y el Caribe*.
<https://lac.unwomen.org/es/noticias-y-eventos/articulos/2020/07/onu-mujeres-entrega-herramientas-a-docentes-jovenes-y-ninas>
- Páez, D., Zubieta, E., Mayordomo, S., Jiménez, A., y Ruiz, S. (2004). Identidad: Auto-concepto, auto-estima, auto-eficacia y locus de control. En: Páez, D., Fernández, I., Ubillos, S. y Zubieta, E. (Eds.). *Psicología social: Cultura y educación*. Pearson Prentice-Hall.
- Palomares, L. (16 septiembre 2021). Los principales tipos de problemas de autoestima analizados. *Avance Psicólogo.s* <https://www.avancepsicologos.com/problemas-de-autoestima/>
- Parra, S. (2020). Menstruación: de los imaginarios a la imaginación. *Estudios Artísticos: Revista de Investigación Creadora*, 6(9), 280-292. DOI:
<https://doi.org/10.14483/25009311.16243>
- Piaget, J. (1990). *Seis estudios de psicología*. Ariel.
- Pozuelo, A. (s.f.). Origen de la palabra menstruación ¿Por qué la llamamos regla? *CYCLO*. [online]. <https://ilovecyclo.com/blog/origen-palabra-menstruacion/>
- Rodrich, A (2019). *Autoestima y ansiedad estado-rasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima*. Tesis de Licenciatura en Psicología. Facultad de Psicología, Universidad de Lima.

- Rosenberg, M. J. and Hovland, C. I. (1960). Cognitive, Affective and Behavioral Components of Attitudes. In: Rosenberg, M.J. and Hovland, C.I., Eds., *Attitude Organization and Change: An Analysis of Consistency among Attitude Components*, Yale University Press.
- Sahagún-Cuevas, M. N., Martínez-Castillo, B. A., Delgado-Quñones, E. G., & Salamanca-Rodríguez, C. G. (2015). Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima En la población de 15 a 19 años en población derechohabiente del Instituto Mexicano del Seguro Social. *Revista Médica MD*, 4, 285-289. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=60331>
- Serret-Montoya J, Villasís-Keever MA, Mendoza-Rojas MO, Granados-Canseco F, et al. (2020). Factores que impactan sobre la percepción de la menstruación en las adolescentes. *Arch Argent Pediatr*, 118(2), 126-134. <https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2020/v118n2a10.pdf>
- UNICEF. (2015) *Higiene menstrual en las niñas de las escuelas del área rural del Pacífico colombiano*. UNICEF para cada niño. <https://www.javeriana.edu.co/documents/7590033/9029152/MHM+Cartilla.pdf/7a686b1c-91a4-4d9a-be36-cce24ae86dc0>
- UNICEF. (octubre 2017). *El camino al empoderamiento en las niñas de América Latina y el Caribe; 5 derechos*. UNICEF. [https://www.unicef.org/lac/media/1436/file/PDF %20El %20camino %20al %20empoderamiento %20de %20las %20ni %C3 %B1 as %20en %20Am %C3 %A9 ricau %20Latina %20y %20el %20Caribe %3A %205 %20Derechos.pdf](https://www.unicef.org/lac/media/1436/file/PDF%20El%20camino%20al%20empoderamiento%20de%20las%20ni%C3%B1as%20en%20Am%C3%A9rica%20Latina%20y%20el%20Caribe%3A%205%20Derechos.pdf)
- Universidad Continental. (2019, 20 agosto). *Diseño de Investigación. Marco Antonio Sarmiento Cornejo, docente de asignatura* [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=5UYi3FWe12E>
- Vicario, J. (1991). *La psicología del cuerpo femenino*. Ed. Arias Montano.
- Vicario, M., & González-Fierro, M. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada*, 12(1), 42–46. [https://doi.org/10.1016/s1696-2818\(14\)70167-2](https://doi.org/10.1016/s1696-2818(14)70167-2)
- Watson, R. (6 agosto 2019). El impacto de la autoestima en la vida cotidiana. *RPP Noticias*. <https://rpp.pe/columnistas/rachelwatsondelucchi/el-impacto-de-la-autoestima-en-la-vida-cotidiana-noticia-1212998>

Anexos

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

"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"

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS Y VARIABLES	POBLACIÓN Y MUESTRA	METODOLOGÍA	INSTRUMENTO
<p>¿Cuál es la 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?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>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</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Determinar la relación que existe entre Percepción de la menstruación como un evento secreto 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. - Determinar la relación que existe entre Percepción de la menstruación como un evento molesto 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. - Determinar la relación que existe entre las Prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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. - Determinar la relación que existe entre Percepción de la menstruación como un evento debilitante 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. - Determinar la relación que existe entre Percepción de la menstruación como posible evento positivo 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. 	<p>Hipótesis general:</p> <ul style="list-style-type: none"> • (Ha) - Existe relación entre 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. • (Ho) - No existe relación entre 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. <p>Hipótesis específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Existe relación entre Percepción de la menstruación como un evento secreto 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. - Existe relación entre Percepción de la menstruación como un evento molesto 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. - Existe relación entre Prohibiciones y obligaciones de la menstruación 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. - Existe relación entre la dimensión Percepción de la menstruación como un evento debilitante 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. - Existe relación entre la Percepción de la menstruación como un posible evento positivo 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. <p>Variables</p> <p>Variable 1: Actitudes y creencias frente a la menstruación.</p> <p><u>Indicadores:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Percepción de la menstruación como un evento secreto. - Percepción de la menstruación como un evento molesto. - Prohibiciones y obligaciones de la menstruación. - Percepción de la menstruación como un evento debilitante. - Percepción de la menstruación como un posible evento positivo. <p>Variable 2: Autoestima</p> <p><u>Indicadores:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Área de Si Mismo - Área Social - Área escolar - Área de Hogar 	<p>Población:</p> <p>197 estudiantes femeninas de cuarto y quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco 2022.</p> <p>Muestra:</p> <p>La muestra estuvo establecida por un total de 140 estudiantes que asistieron el día de la aplicación del instrumento del total de 197, conformado por 65 de cuarto y 75 de quinto año de secundaria.</p>	<p>Nivel de investigación: Descriptivo</p> <p>Tipo de investigación: Exploratorio</p> <p>Diseño de investigación: No experimental- Correlacional.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Donde: M: Muestra O₁: Creencias y actitudes acerca de la menstruación O₂: Autoestima r: relación entre dichas variables</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación. (Ramírez 2003) - Inventario de Autoestima Coopersmith, forma escolar. (Abendaño, Hiyó 2018)

ANEXO 2: MATRIZ OPERACIONAL

VARIABLE	DIMENSIONES	ITEMS	INDICADORES																												
Variable I Cuestionario de Creencias y Actitudes frente a la Menstruación	— Percepción de la menstruación como un evento secreto.	P1-P2-P7-P11-P19-P21-P23-P25-P28-P33-P35	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">Sub escalas del cuestionario de creencias y actitudes hacia la menstruación</th> </tr> <tr> <th></th> <th>Bajo</th> <th>Medio</th> <th>Alto</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Evento secreto</td> <td>12-29</td> <td>30-36</td> <td>37-56</td> </tr> <tr> <td>Evento molesto</td> <td>15-46</td> <td>47-53</td> <td>54-65</td> </tr> <tr> <td>Prohibiciones y obligaciones</td> <td>9-28</td> <td>29-33</td> <td>34-45</td> </tr> <tr> <td>Evento debilitante</td> <td>10-23</td> <td>24-27</td> <td>28-40</td> </tr> <tr> <td>Evento positivo</td> <td>7-18</td> <td>19-22</td> <td>23-35</td> </tr> </tbody> </table>	Sub escalas del cuestionario de creencias y actitudes hacia la menstruación					Bajo	Medio	Alto	Evento secreto	12-29	30-36	37-56	Evento molesto	15-46	47-53	54-65	Prohibiciones y obligaciones	9-28	29-33	34-45	Evento debilitante	10-23	24-27	28-40	Evento positivo	7-18	19-22	23-35
	Sub escalas del cuestionario de creencias y actitudes hacia la menstruación																														
		Bajo		Medio	Alto																										
	Evento secreto	12-29		30-36	37-56																										
	Evento molesto	15-46		47-53	54-65																										
	Prohibiciones y obligaciones	9-28		29-33	34-45																										
Evento debilitante	10-23	24-27		28-40																											
Evento positivo	7-18	19-22	23-35																												
— Percepción de la menstruación como un evento molesto.	P4-P6-P10-P13-P14-P15-P17-P20-P22-P24-P27-P38-P41																														
—Prohibiciones y obligaciones de la menstruación.	P5-P8-P26-P30-P34-P37-P40-P42-P48																														
—Percepción de la menstruación como un evento debilitante.	P3-P9-P12-P16-P32-P43-P45-P47																														
—Percepción de la menstruación como un posible evento positivo.	P29-P31-P36-P39-P44-P46-P49																														
Variable II Cuestionario de Autoestima de Coopersmith	- Área de Si Mismo	P1-P3-P4-P7-P10-P12-P13-P15-P18-P19-P24-P25-P27-P30-P31-P34-P35-P38-P39-P43-P47-P48-P51-P55- P56-P57	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Criterios diagnósticos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 a 45 puntos</td> <td>Baja autoestima</td> </tr> <tr> <td>46 a 74 puntos</td> <td>Nivel medio</td> </tr> <tr> <td>75 a 100 puntos</td> <td>Alta autoestima</td> </tr> </tbody> </table>	Criterios diagnósticos		0 a 45 puntos	Baja autoestima	46 a 74 puntos	Nivel medio	75 a 100 puntos	Alta autoestima																				
	Criterios diagnósticos																														
	0 a 45 puntos	Baja autoestima																													
	46 a 74 puntos	Nivel medio																													
	75 a 100 puntos	Alta autoestima																													
	- Área Social	P5-P8-P14-P21-P28-P40-P49-P52																													
- Área escolar	P2-P17-P23-P33-P37-P42-P46-P54																														
- Área de Hogar	P6-P9-P11-P16-P20-P22-P29-P44																														
- Escala de mentiras	P26- P32- P36- P41- P45- P50- P53- P58																														

ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ADOLESCENTES Y ADULTOS (CON CAPACIDAD DE DECISIÓN)

Propósito del estudio:

Te invitamos a participar en un estudio para evaluar impacto de las creencias y actitudes de la menstruación en la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una institución Educativa Pública de Barranco, este es un estudio que será desarrollado por la Facultad de Humanidades de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Continental.

Esta evaluación es parte de una investigación, para lo cual se realizará una serie preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, usted podrá tomar el tiempo que sea necesario para responder, también puede detener su evaluación en el momento que lo desee.

Si decide participar en este estudio, se realizará lo siguiente

1. Se aplicará el Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación. (Ramírez 2003)
2. Se aplicará el Inventario de autoestima de COOPERSMITH. Forma escolar. (Hiyo 2018)

Riesgos:

Las aplicaciones de estas pruebas no generan ningún riesgo para su salud.

Beneficios:

Se beneficiará de una evaluación psicológica, puesto que con la información adquirida que es anónima, se podrá realizar un programa para próximas charlas educativas en bienestar de niñas, niños y adolescentes.

Costos y compensación

Esta investigación no le generará ningún costo. De tal modo, no recibirá ningún incentivo económico ni de otro tipo, de nuestra parte.

Confidencialidad:

Su participación es voluntaria, todos los datos son anónimos y se respeta la confidencialidad. Los datos obtenidos esta investigación serán utilizados únicamente con fines de la investigación. Si algunos de los resultados obtenidos son publicados, no se mostrará ninguna información que propicie la identificación de las personas que han participado en este estudio.

Derechos del participante:

Si decide participar en esta investigación y luego cambia de opinión, puede suspender su evaluación en el momento que lo desee, o puede no participar en una parte del estudio sin que ello ocasione ningún perjuicio para usted.

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto de manera voluntaria participar en esta investigación, comprendo en qué consiste y también si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos: Participante	Firma
Nombres y Apellidos: Investigador 1	Firma
Nombres y Apellidos: Investigador 2	Firma

CONSENTIMIENTO INFORMADO A PADRES DE FAMILIA

Reciba un cordial saludo srs Padres de Familia.

Por medio de la presente informamos lo siguiente; la sección de su menos hija ha sido seleccionada en un proyecto de investigación para evaluar “El impacto de las creencias y actitudes de la menstruación en la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco”, a cargo de la srta Reyna Marina Chavez y srta Rosa Ruiz Ramos de la Universidad Continental .

Beneficios:

Se beneficiará de una evaluación psicológica, puesto que con la información adquirida que es anónima, se podrá realizar un programa para próximas charlas educativas en bienestar de mujeres, niñas y adolescentes.

Riesgos:

Las aplicaciones de estas pruebas no generan ningún riesgo para su salud.

Confidencialidad:

Su participación es voluntaria, todos los datos son anónimos y se respeta la confidencialidad. Los datos obtenidos en ésta investigación serán utilizados únicamente con fines de la investigación. Si algunos de los resultados obtenidos son publicados, no se mostrará ninguna información que propicie la identificación de las personas que han participado en este estudio.

Previa autorización de la institución y consentimiento informado por parte de los padres y la adolescente, debidamente firmado, se procederá a aplicar los siguientes instrumentos de manera anónima:

1. Cuestionario de creencias y actitudes acerca de la menstruación. (Ramírez 2003)
2. Inventario de autoestima de COOPERSMITH. Forma escolar. (Hiyo 2018)

La evaluación tendrá un tiempo de duración de 45 minutos.

Participación Voluntaria

La participación de la alumna en este estudio es completamente voluntaria, si ella se negara a participar o decidiera retirarse, esto no le generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social.

Agradeciendo su atención,

Cordialmente

AUTORIZACIÓN

Yo _____ PPF de la alumna: _____
_____ Del _____ grado de nivel secundaria, sección _____ doy mi
autorización y consentimiento para la participación de mi menor hija en el proyecto de
investigación “El impacto de las creencias y actitudes de la menstruación en la autoestima
de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública
de Barranco”, a cargo de la srta Reyna Marina Chavez y srta Rosa Ruiz Ramos de la
Universidad Continental.

Este consentimiento no inhibe el derecho que tiene mi hijo(a) de ser informado(a)
suficientemente y comprender los puntos mencionados previamente y a ofrecer su
asentimiento informado para participar en el estudio de manera libre y espontánea, por lo
que mi firma en este formato no obliga su participación.

Nombres y Apellidos: Parentesco	Firma
--	-------

ANEXO 4: FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

FICHA DEMOGRÁFICA

I.E. 7047 Tacna Barranco

Fecha:

Edad: Grado: _____ Secundaria

- A) EDAD EN LA QUE EMPEZASTE A MENSTRUAR_____
- B) TIPO DE FAMILIA:
- Nuclear (solo papás y hermanos)
 - Extensa (abuelos, tíos, primos, entre otros)
 - Monoparental (con un solo miembro familiar, papá o mamá)
- C) CONOZCO SOBRE EL TEMA DE LA MENSTRUACIÓN PORQUE:
- Mamá me lo dijo.
 - Veo en la televisión, medios de comunicación o redes sociales.
 - Lo que escucho de mis amigas.
 - Lo veo en familiares del sexo femenino de mi familia (hermanas, primas, etc.).
 - No recibo ningún tipo de información.
- D) EN MI CENTRO EDUCATIVO ME ENSEÑAN SOBRE TEMAS DE SEXUALIDAD
- Si
 - No
- E) EN CASA PUEDO HABLAR LIBREMENTE DEL TEMA DE LA MENSTRUACIÓN
- Si
 - No

ANEXO 5: CUESTIONARIO DE CREENCIAS Y ACTITUDES ACERCA DE LA MENSTRUACIÓN

Estamos investigando acerca de lo que se cree sobre la menstruación. No hay respuestas buenas ni malas solo te pido que pongas lo que creas. Esta información será anónima y confidencial.

	Muy de Acuerdo	Casi de Acuerdo	Ni de acuerdo Ni Desacuerdo	Casi en Desacuerdo	Muy en Desacuerdo
1. Es importante hablar de la menstruación con los hombres.					
2. Es importante que el tema de la menstruación sea debatido en la Escuela con las niñas y niños juntos.					
3. La menstruación afecta las labores de la mujer en la vida diaria.					
4. La menstruación es un gran problema.					
5. Las mujeres debemos evitar nadar cuando estamos menstruando.					
6. La menstruación es sucia.					
7. Es importante discutir abiertamente el tema de la menstruación en casa.					
8. Las mujeres esperamos más atenciones de la gente cuando estamos menstruando.					
9. Las mujeres debemos evitar tener relaciones sexuales cuando estamos menstruando.					
10. Los hombres tienen una gran ventaja al no tener la menstruación.					
11. Las mujeres debemos ocultar cualquier cosa que muestre que estamos menstruando.					
12. La menstruación afecta el desempeño de la mujer en los Estudios.					
13. A las mujeres nos gustaría que alguna menstruación dure pocos minutos.					
14. La menstruación es un gran fastidio.					
15. A las mujeres nos incomoda la menstruación.					
16. La menstruación incapacita a las mujeres.					
17. La regla es molesta					
18. Es importante que las mujeres nos preocupemos por comprar toallas sanitarias sin que nos vean					
19. Las mujeres debemos alejarnos de los hombres mientras estamos menstruando.					
20. A las mujeres nos gustaría que la regla no existiera.					
21. A las mujeres nos incomoda hablar de la menstruación.					
22. . Es pesado tener la regla cada mes.					

	Muy de Acuerdo	Casi de Acuerdo	Ni de acuerdo Ni Desacuerdo	Casi en Desacuerdo	Muy en Desacuerdo
23. Es importante que nadie sepa cuando una mujer esta menstruando					
24. Creo que hay veces que las mujeres no aguantamos nuestra regla.					
25. Es vergonzoso hablar de la menstruación.					
26. Las mujeres debemos tomar bebidas calientes cuando estamos menstruando.					
27. La menstruación es dolorosa.					
28. Las mujeres nos ponemos rojas cuando un hombre nos ve comprar toallas sanitarias.					
29. Hay mujeres que disfrutan de la menstruación.					
30. Las mujeres debemos evitar cargar cosas pesadas cuando estamos con la menstruación.					
31. Hay mujeres que se ven más atractivas cuando están menstruando.					
32. Las mujeres aumentamos de peso justo antes o durante la menstruación.					
33. Es importante que la menstruación se mantenga en secreto.					
34. Las mujeres debemos bañarnos con agua caliente cuando estamos menstruando.					
35. Es importante que las mujeres evitemos hablar de la menstruación cuando hay hombres presentes.					
36. Las mujeres nos sentimos orgullosas cuando empezamos a menstruar.					
37. Las mujeres debemos evitar hacer ejercicios cuando estamos menstruando.					
38. La menstruación es algo que las mujeres tenemos que soportar.					
39. Las mujeres nos emocionamos cuando tenemos nuestra primera menstruación.					
40. Las mujeres debemos evitar comer acido (limón) y picante (ají), cuando estamos menstruando.					
41. Vivir con la menstruación es difícil.					
42. Las mujeres debemos evitar comer o beber cosas frías durante la menstruación.					
43. El tener la menstruación es un castigo para las mujeres.					
44. Hay mujeres que se sienten alegres cuando tienen su menstruación.					
45. La menstruación afecta las actividades diarias de la mujer.					

	Muy de Acuerdo	Casi de Acuerdo	Ni de acuerdo Ni Desacuerdo	Casi en Desacuerdo	Muy en Desacuerdo
46. La menstruación tiene cosas buenas.					
47. Las mujeres estamos más cansadas cuando estamos menstruando.					
48. Las mujeres debemos comer o beber cosas calientes cuando estamos menstruando.					
49. Hay mujeres que se sienten contentas por la menstruación.					

ANEXO 6: INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH FORMA ESCOLAR

**INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH FORMA
ESCOLAR**

Adaptado por Abendaño, Hiyo 2018

INSTRUCCIONES

A continuación, hallarás algunas preguntas acerca de las maneras como te comportas o te sientes. Después de cada pregunta tu puedes ver que hay dos espacios en blanco, uno pertenece a la columna de “SI” y la otra columna a la de “NO”. Es decir, que marcarás con una X en el espacio de “SI”, si la pregunta está de acuerdo con la manera en que generalmente actúas o te sientes; y, marcarás con una X el “NO”, cuando la pregunta nodiga la manera en que actúas o te sientes.

Trabaja rápidamente y no te demores mucho tiempo en cada pregunta.

Asegúrate de no dejar de responder ninguna de ellas. Ahora puedes comenzar.

ITEMS	SI	NO
1. Las cosas generales no me preocupan.		
2. Me resulta muy difícil hablar frente a la clase.		
3. Hay muchas cosas sobre mí mismo (a) que cambiaría si pudiera.		
4. Puedo tomar decisiones sin muchas dificultades.		
5. Soy una persona divertida.		
6. En casa me fastidio fácilmente.		
7. Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo.		
8. Soy popular entre los chicos (as) de mi edad.		
9. Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos.		
10. Me rindo fácilmente.		
11. Mis padres esperan demasiado de mí.		
12. Es bastante difícil ser yo mismo (a).		
13. Mi vida es complicada.		
14. Los (as) chicos (as) generalmente aceptan mis ideas.		
15. Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo (a).		
16. Muchas veces me gustaría irme de casa.		
17. Generalmente me siento aburrido (a) en la escuela.		
18. Físicamente no soy tan simpático (a) como la mayoría de personas.		
19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.		
20. Mis padres me comprenden		
21. La mayoría de personas caen mejor de lo que yo caigo.		
22. Generalmente siento que mis padres me estuvieran presionando.		
23. Generalmente me siento desmoralizado (a) en la escuela.		

24. Generalmente desearía ser otra persona.		
25. No se puede confiar en mí.		
26. Nunca me preocupo de nada.		
27. Estoy seguro (a) de mí mismo (a).		
28. Caigo bien fácilmente.		
29. Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos.		
30. Paso bastante tiempo soñando despierto (a).		
31. Desearía tener menos edad.		
32. Siempre hago lo correcto.		
33. Estoy orgulloso (a) de mi rendimiento en la escuela.		
34. Alguien siempre debe decirme lo que debo hacer.		
35. Generalmente me arrepiento de las cosas que hago.		
36. Nunca estoy contento (a).		
37. Estoy haciendo lo mejor que puedo.		
38. Generalmente puedo cuidarme solo (a).		
39. Soy bastante feliz.		
40. Preferiría jugar con niños (as) más pequeños (as) que yo.		
41. Me gustan todas las personas que conozco.		
42. Me gusta cuando me llaman a la pizarra.		
43. Me comprendo a mí mismo (a).		
44. Nadie me presta mucha atención en casa.		
45. Nunca me llaman la atención.		
46. No me está yendo tan bien en la escuela como quisiera.		
47. Puedo tomar una decisión y mantenerla.		
48. Realmente no me gusta ser un (a) adolescente.		
49. No me gusta estar con otras personas.		
50. Nunca soy tímido (a).		
51. Generalmente me avergüenzo de mí mismo (a).		
52. Los (as) chicos (as) generalmente se la agarran conmigo.		
53. Siempre digo la verdad.		
54. Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz.		
55. No me importa lo que me pase.		
56. Soy un fracaso.		
57. Me fastidio fácilmente cuando me regañan.		
58. Siempre sé lo que debo decir a las personas.		

ANEXO 7: AUTORIZACIÓN PARA INVESTIGACIÓN

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Lima, 10 de mayo del 2022

Señorita:

Chávez Rodríguez Reyna Marina Elena
Ruiz Ramos Rosa María
Bachilleres en Psicología

Presente,

Asunto : Autorización para el desarrollo del trabajo de investigación en nuestra
Institución Educativa.

Ref. : Solicitud de fecha 09 de mayo 2022

Por el presente tengo el agrado de dirigirme a ustedes a fin de hacerle extensivo el saludo cordial y a nombre de la Institución Educativa 7047 Tacna – Barranco, de tal modo dar atención a su solicitud y comunicarles que Autorizo el desarrollo de su Trabajo de Investigación titulado "El impacto de las creencias y actitudes de la menstruación en la autoestima de las adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Tacna de Barranco en el año 2022", y hacer uso del nombre de nuestro Centro Educativo.

Es todo en cuanto tengo que comunicar, a fin de los temas administrativos que sean necesarios.

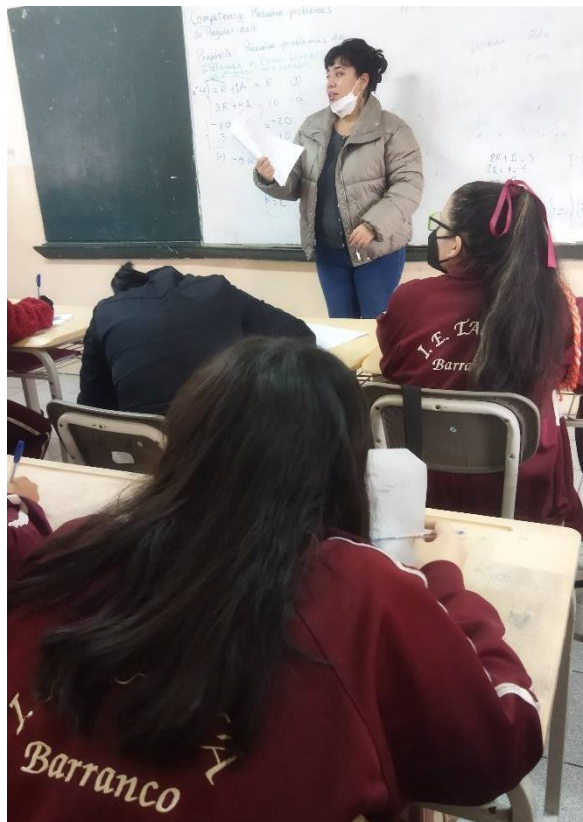
Sin otro particular al cual hacer referencia, me despido de ustedes.

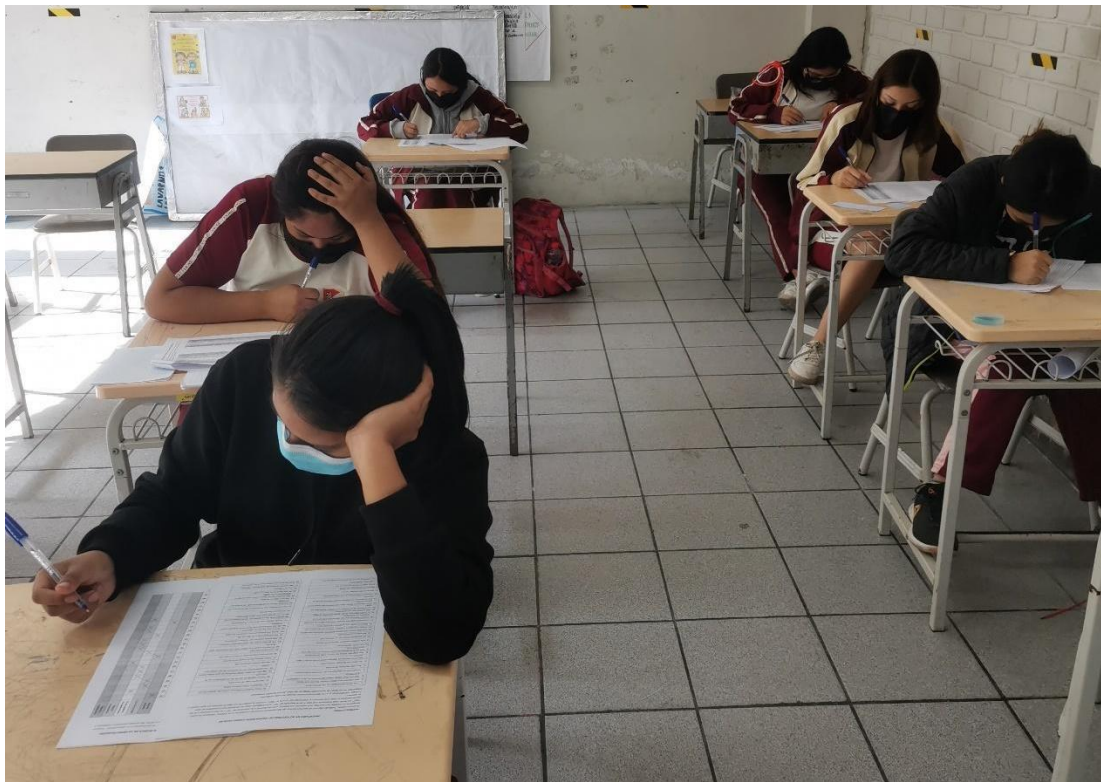
Atentamente,



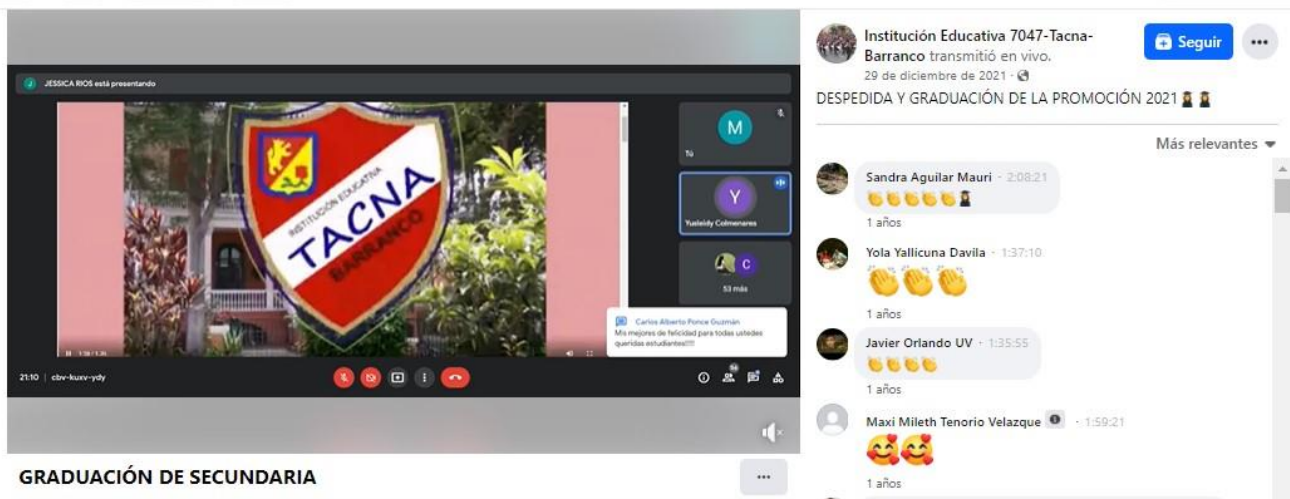
[Handwritten Signature]
Ms. CHÁVEZ ROSA MARÍA
Directora de la I.E. "Tacna"

ANEXO 8: IMÁGENES DE LA INVESTIGACIÓN





ANEXO 9



<https://www.facebook.com/100063451779059/videos/1529530477422454>

ESTADÍSTICA DE MATRICULA NIVEL SECUNDARIA AÑO 2022

Grado	Matriculados	Total	Trasladadas
1° A	22	93	2
1° B	24		1
1° C	23		
1° D	24		
2° A	25	104	1
2° B	25		2
2° C	28		
2° D	26		
3° A	26	105	2
3° B	26		
3° C	26		
3° D	27		
4° A	24	90	2
4° B	21		3
4° C	25		2
4° D	20		
5° A	20	107	
5° B	26		1
5° C	22		
5° D	22		
5° E	17		
Total	499	499	16