

Factores que impactan sobre la percepción de la menstruación en las adolescentes

Factors that impact on the perception of menstruation among female adolescents

Dra. Juana Serret-Montoya^a, Dr. Miguel A. Villasís-Keever^b,
Dra. María O. Mendoza-Rojas^a, Dra. Flor Granados-Canseco^c,
Dra. Eira A. Zúñiga-Partida^c y Dra. Jessie N. Zurita-Cruz^d

RESUMEN

Introducción. Se ha descrito que la menstruación se percibe como un evento natural pero molesto, con un impacto negativo en la vida diaria de la mujer. El objetivo del estudio fue identificar la percepción de la menstruación en adolescentes y los factores que podían influir sobre esta.

Material y métodos. Estudio transversal observacional comparativo en adolescentes posmenárquicas con y sin enfermedades crónicas, en 2 hospitales pediátricos y 2 escuelas de nivel primario y secundario. Se recabaron los datos de edad, escolaridad, tipo de población, fecha de menarca y presencia de dismenorrea. Se aplicó un cuestionario previamente validado para evaluar la percepción sobre la menstruación.

Resultados. Se incluyó un total de 346 adolescentes. Se encontró que la percepción más frecuente hacia la menstruación fue la negativa en un 65,6 % (n = 227), positiva en el 16 % (n = 55), sigilosa en el 13 % (n = 45) e indeterminada en el 5,4 % (n = 19). La presencia de enfermedad crónica demostró ser un factor protector de la percepción negativa de la menstruación (*odds ratio* 0,4 [intervalo de confianza del 95 %: 0,20-0,78], p = 0,007).

Conclusiones. Más de la mitad de las adolescentes presentaron una actitud negativa hacia la menstruación, pero la presencia de una enfermedad crónica la mejoró.

Palabras clave: *adolescentes, percepción, menstruación, enfermedad crónica.*

<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2020.e126>

Texto completo en inglés:

<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2020.eng.e126>

Cómo citar: Serret-Montoya J, Villasís-Keever MA, Mendoza-Rojas MO, Granados-Canseco F, et al. Factores que impactan sobre la percepción de la menstruación en las adolescentes. *Arch Argent Pediatr* 2020;118(2):e126-e134.

- Servicio de Adolescentes, Hospital Infantil de México Federico Gómez.
- Unidad Médica de Investigación en Epidemiología, Centro Médico Nacional Siglo XXI, Instituto Mexicano del Seguro Social.
- Departamento de Pediatría, Hospital de Pediatría, Centro Médico Nacional Siglo XXI, Instituto Mexicano del Seguro Social.
- Unidad de Investigación en Nutrición Médica, Centro Médico Nacional Siglo XXI, Instituto Mexicano del Seguro Social. Ciudad de México, México.

Correspondencia:
Dra. Jessie N. Zurita-Cruz:
zuritajn@hotmail.com

Financiamiento:
Ninguno.

Conflicto de intereses:
Ninguno que declarar.

Recibido: 8-3-2019
Aceptado: 17-9-2019

INTRODUCCIÓN

La percepción de las mujeres sobre la menstruación es variada y depende de muchos factores, entre los que se destacan la edad de las mujeres,¹⁻³ las actividades diarias,⁴ la presencia de dismenorrea,^{5,6} las condiciones culturales y familiares.^{7,8} Los estudios realizados en mujeres adultas reportaron que casi un tercio de las mujeres estudiadas había informado que el sangrado menstrual tenía un gran impacto negativo en su vida diaria, particularmente, con respecto a su vida sexual y a la realización de deportes.⁹

La percepción sobre la menstruación en adolescentes depende de la actitud que se tenga al inicio de la esta; ya sea negativa o positiva, será la misma que presentarán en los próximos ciclos menstruales. Las mujeres que tenían actitudes positivas en su imagen corporal y en su comportamiento ante la salud tuvieron una percepción hacia la menstruación positiva.¹⁰

Para evaluar el impacto de la menstruación en las mujeres, se han realizado múltiples cuestionarios,^{8,11,12} pero, particularmente, el de "Creencias y actitud hacia la menstruación", que se ha utilizado en varios estudios^{1,2,12,13} (Anexo). Identifica percepciones negativas, positivas y de sigilo, que equivalen a vergüenza, pena o secreto. Una percepción de pena o secreto hacia la menstruación podría condicionar que las mujeres, al no querer hablar del tema, no pudieran identificar la diferencia entre condiciones normales y patológicas de la menstruación.¹²

Las adolescentes con enfermedades crónicas, al estar en contacto con personal de salud, pueden tener una mejor percepción de la menstruación por estar mejor informadas. No existen estudios que hayan analizado si la percepción hacia la menstruación se ve afectada cuando el estado de salud de las mujeres está modificado por el antecedente de una enfermedad crónica, etapa de la pubertad y tipo de vivienda (rural/urbana).

El objetivo de nuestro estudio fue identificar la percepción de la menstruación en adolescentes y los factores que podían influir sobre esta, y, particularmente, entre adolescentes con y sin enfermedades crónicas.

MÉTODOS Y MATERIALES

Mujeres adolescentes de 10 a 18 años de edad.

Este estudio se realizó en el período de enero a junio de 2017 en 2 hospitales pediátricos de tercer nivel que atendían a pacientes con enfermedades crónicas (Hospital de Pediatría, Centro Médico Nacional Siglo XXI y Hospital Infantil de México Federico Gómez) y en 2 escuelas públicas de nivel primario y secundario en la Ciudad de México. Las escuelas fueron seleccionadas por conveniencia, debido a la cercanía de los hospitales pediátricos incluidos en el estudio.

Todas las pacientes incluidas fueron seleccionadas por muestreo no probabilístico. El diseño del estudio fue transversal comparativo en un grupo de mujeres adolescentes. Los criterios de inclusión fueron adolescentes de 10 a 18 años de edad y que ya hubieran presentado menarca al momento de contestar el cuestionario. Se excluyeron aquellas pacientes que no aceptaron participar, que no supieran leer o escribir, o tuvieran el cuestionario incompleto.

Las adolescentes con enfermedades crónicas fueron invitadas a participar en la sala de espera antes de pasar a la consulta médica en cada uno de los hospitales participantes. El médico pediatra realizó la entrevista. Se recabaron los datos de edad, escolaridad, tipo de población, fecha de menarca, presencia de dismenorrea y enfermedad crónica.

La enfermedad crónica se definió como una enfermedad de más de 3 meses de evolución.^{14,15} La etapa de la adolescencia se clasificó en temprana (de 10 a 13 años), media (de 14 a 16 años) y tardía (de 17 a 18 años de edad). La dismenorrea se definió como la presencia de dolor durante la menstruación. El tipo de

población se definió como urbano cuando las pacientes vivían en una población mayor de 5000 habitantes sin actividad agrícola, y rural cuando la población era menor de 5000 habitantes con actividad agrícola.

La encuesta previamente mencionada contó con 25 ítems y el llenado del cuestionario duró 15 minutos aproximadamente. Se aplicó en un cuarto tranquilo, sin ruidos o distractores. Cada ítem tenía la intención de evocar una actitud hacia la menstruación mediante una escala de Likert; 10 ítems se referían a actitudes positivas hacia la menstruación; nueve, a negativas, y seis, a actitudes de vergüenza.^{2,12} Este cuestionario fue validado en adolescentes de habla hispana y, específicamente, en mexicanas.¹⁴

El protocolo de investigación fue aprobado por el Comité de Ética e Investigación del Hospital con el folio R-2014-3603-21. Se obtuvo el permiso de las autoridades educativas para realizar la entrevista y la encuesta en las escuelas participantes. Los padres firmaron el consentimiento informado, y las adolescentes, el asentimiento de acuerdo con las recomendaciones de la Declaración de Helsinki.

Análisis estadístico

El análisis descriptivo se presentó, para las variables cualitativas, como frecuencias absolutas y porcentajes. Se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk para variables cuantitativas; se demostró una distribución normal, por lo que se calculó la media y la desviación estándar.

Se dividieron las adolescentes, de acuerdo con la percepción de la menstruación, en 3 grupos: indeterminada, positiva y negativa o vergüenza. Para comparar las variables cuantitativas entre los grupos, se aplicó la prueba de análisis de la varianza (*analysis of variance*; ANOVA, por sus siglas en inglés) y Bonferroni, mientras que, para las cualitativas, se utilizó χ^2 . Se consideró estadísticamente significativa una $p < 0,05$. Se usó el programa estadístico STATA v.11.

RESULTADOS

De las pacientes con enfermedades crónicas, 132 cumplieron con los criterios de selección; sin embargo, 19 fueron excluidas debido a que ocho pacientes no sabían leer ni escribir, nueve no habían aceptado participar y dos cuestionarios estaban incompletos. De las adolescentes sanas, 237 cumplieron con los criterios de selección, y cuatro pacientes fueron excluidas debido a que los cuestionarios no estaban completos (*Figura 1*).

De las 346 adolescentes incluidas, el promedio de la edad fue $13,5 \pm 1,3$ años. De acuerdo con la etapa de la adolescencia, la mitad de las adolescentes se ubicó en la etapa temprana (el 49,4 %, $n = 171$) y la otra mitad, en la etapa intermedia (el 49,4 %, $n = 171$), mientras que solo el 1,2 % ($n = 4$), en la etapa tardía. La gran mayoría (el 80,3 %) cursaba escolaridad secundaria. Hubo predominio de adolescentes provenientes del medio urbano (el 82,9 %, $n = 287$) respecto al medio rural (Tabla 1).

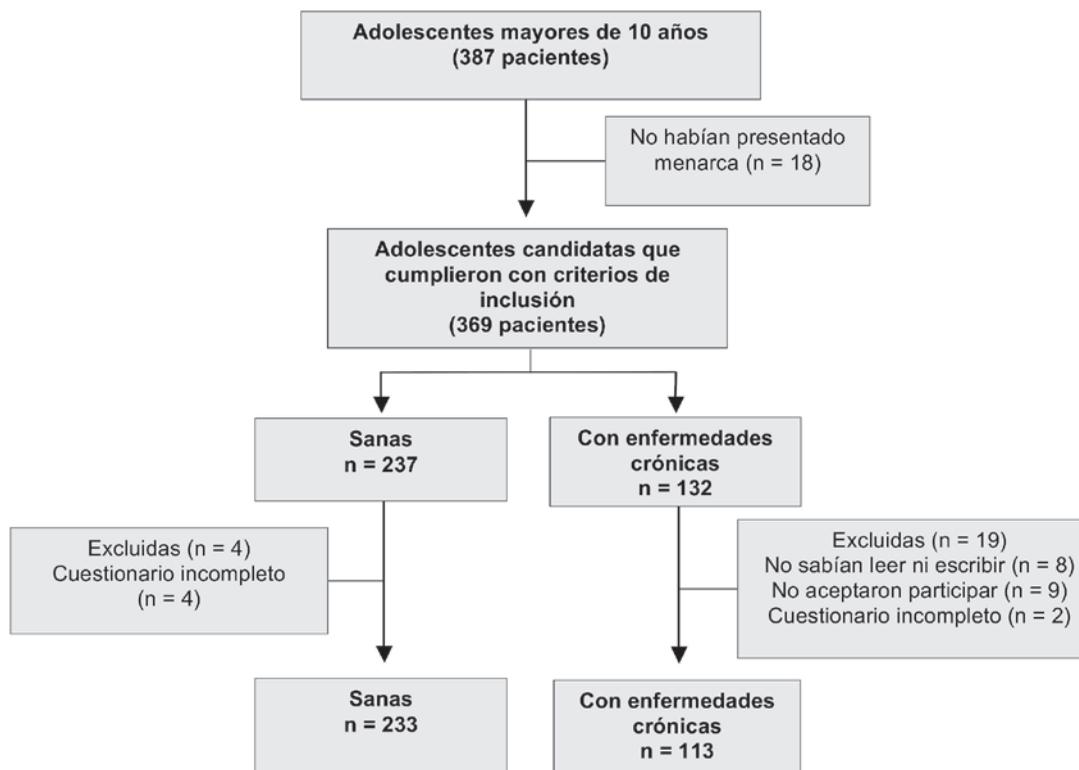
A todas las adolescentes a las que se les aplicó la encuesta se les preguntó la edad de su menarca y, por medio de ella, se determinó su edad ginecológica. El promedio de la edad de la menarca fue de $11,5 \pm 1,1$ años, mientras que el 84,4 % ($n = 292$) de las adolescentes tenían una edad ginecológica menor de 3 años (edad ginecológica < 1 año: $n = 145$; de 2 a 3 años: $n = 147$; > 3 años: $n = 54$). Otro aspecto considerado en el interrogatorio fue la presencia de dismenorrea durante sus ciclos menstruales, lo cual estuvo presente en 240 (el 69,4 %).

La escolaridad de las adolescentes con enfermedades crónicas era, en un 25 %, de

nivel preparatoria y el tipo de población era rural en la mitad de las pacientes. En cuanto a los servicios tratantes de las pacientes con enfermedades crónicas, hubo prácticamente de todas las especialidades, pero un poco más de la mitad se concentró en los servicios de Nefrología ($n = 15$, el 13,3 %), Oncología ($n = 14$, el 12,4 %), Pediatría ($n = 13$, el 11,5 %), Reumatología ($n = 12$, el 10,6 %), Hematología ($n = 10$, el 8,8 %), Endocrinología ($n = 9$, el 8 %), Neurología ($n = 6$, el 5,3 %), Gastroenterología ($n = 6$, el 5,3 %) y otras ($n = 26$, el 23 %). El tiempo de evolución de las enfermedades fue de menos de un año hasta un tiempo máximo de 17 años, con un promedio de 4,5 años.

Con respecto a las respuestas de los cuestionarios, se ponderaron y se evaluó la predominancia de una percepción hacia la menstruación, y se encontró que fue más común la percepción negativa o la vergüenza, con una frecuencia del 78,6 % ($n = 272$), seguida de la percepción positiva en el 15,9 % ($n = 55$). En el 5,5 % ($n = 19$) de las adolescentes, no se pudo determinar una percepción preponderante, ya que sus puntuaciones para cada actitud en la

FIGURA 1. Flujograma de las pacientes



encuesta original fueron igual de bajas para las tres percepciones consideradas, por lo que se debió clasificar a estas pacientes con una percepción indeterminada hacia la menstruación (Tabla 2).

Las características generales de las adolescentes que se usaron para comparar la percepción de la menstruación fueron la edad, el tipo de población,

la etapa de la adolescencia, la escolaridad, la edad ginecológica, la presencia de dismenorrea y la presencia de enfermedades crónicas. Se observó que las adolescentes que vivían en una población de tipo urbano (el 86,4 % vs. el 69,1 %, $p = 0,004$) y aquellas sin enfermedades crónicas (el 71,3 % vs. el 28,7 %, $p < 0,009$) tenían una mayor percepción negativa (Tabla 2).

TABLA 1. Características demográficas de las 346 pacientes encuestadas

Características		Todas n = 346 n (%)
Edad (años)*		13,5 ± 1,3
Etapa de la adolescencia	Temprana (9-13 años)	171 (49,4)
	Intermedia (14-16 años)	171 (49,4)
	Tardía (17-20 años)	4 (1,2)
Escolaridad	Primaria	39 (11,3)
	Secundaria	278 (80,3)
	Preparatoria	29 (8,4)
Tipo de población	Rural	287 (82,9)
	Urbano	59 (17,1)
Edad ginecológica	< 1 año	145 (41,9)
	2-3 años	147 (42,5)
	> 3 años	54 (15,6)
Presencia de dismenorrea		240 (69,4)
Enfermedad crónica	Sin	233 (67,3)
	Con	113 (32,7)

* Media ± desviación estándar.

TABLA 2. Percepción de la menstruación de acuerdo con las características generales de las 346 adolescentes

Características		Indeterminada n = 19 5,5 % n (%)	Positiva n = 55 15,9 %	Negativa o vergüenza n = 272 78,6 %	p
Edad (años)*		13,6 ± 1,4	13,5 ± 1,3	13,4 ± 1,3	0,17
Etapa de la adolescencia	Temprana	6 (31,6)	24 (43,6)	141 (51,8)	0,25
	Intermedia	13 (68,4)	31 (56,4)	127 (46,7)	
	Tardía	-	-	4 (1,5)	
Escolaridad	Primaria	4 (21)	7 (12,7)	28 (10,3)	0,008
	Secundaria	12 (63,2)	41 (74,6)	225 (82,7)	
	Preparatoria	3 (15,8)	7 (12,7)	19 (7)	
Tipo de población	Urbano	14 (73,7)	38 (69,1)	235 (86,4)	0,004
	Rural	5 (26,3)	17 (30,9)	37 (13,6)	
Edad ginecológica	< 1 año	10 (52,6)	19 (34,5)	116 (42,6)	0,072
	2-3 años	7 (36,9)	32 (58,2)	108 (39,7)	
	> 3 años	6 (31,6)	17 (30,1)	48 (17,7)	
Presencia de dismenorrea		13 (68,4)	38 (69,1)	189 (69,5)	0,99
Enfermedad crónica	Sin	11 (4,7)	28 (12)	194 (71,3)	0,009
	Con	8 (7,1)	27 (23,9)	78 (28,7)	

* Media ± desviación estándar.

Análisis de la varianza (*analysis of variance*; ANOVA, por sus siglas en inglés) en años.

Chi² en proporciones.

Al comparar la percepción de la menstruación negativa entre las adolescentes con y sin enfermedades crónicas, se pudo observar una diferencia estadísticamente significativa en la edad, la etapa de la adolescencia, el nivel escolar de secundaria, el tipo de población, la edad ginecológica y la presencia de dismenorrea; y, al realizar el análisis multivariado, se identificó que la presencia de una enfermedad crónica fue un factor protector para presentar una percepción negativa de la menstruación (*odds ratio* -OR- 0,4 [intervalo de confianza -IC- 95 %: 0,20-0,78], $p = 0,007$) (Tabla 3).

DISCUSIÓN

Se encontró que la percepción negativa fue menor en las adolescentes con enfermedades crónicas en comparación con las sanas. En la literatura, se menciona que las actitudes hacia la menstruación son variadas y depende de la edad, de los factores socioeconómicos, entre otros.^{10,15-17} En un estudio realizado en ocho países diferentes, se encontró que solo un tercio de las mujeres encuestadas reportaba un impacto negativo de la menstruación en sus vidas, mientras que, en otro estudio realizado en mujeres que tomaban anticonceptivos, las mujeres que vivían en países predominantemente católicos y las mujeres jóvenes preferían presentar amenorrea que ciclos menstruales regulares.^{9,18}

Con respecto a la influencia de la dismenorrea sobre la percepción de la menstruación, en 2013, Pitanguy y cols., realizaron un estudio en adolescentes en Brasil, en el que encontraron que, de 218 adolescentes sanas, el 73 % refería dismenorrea.⁴

En el estudio de Houston y colaboradores, se encuestaron 184 adolescentes y se reportó una frecuencia de dismenorrea del 65 %.⁵ En nuestro estudio, se pudo observar que las adolescentes sanas tenían una frecuencia semejante de

dismenorrea a lo reportado en los otros estudios, mientras que las pacientes con enfermedades crónicas tenían una frecuencia menor, lo que pudo influenciar la percepción de la menstruación, ya que, particularmente, hubo un mayor porcentaje de actitudes negativas en aquellas adolescentes sanas con dismenorrea en comparación con las adolescentes con enfermedades crónicas.

Brooks-Gunn y colaboradores¹⁹ evaluaron la percepción de la menstruación en adolescentes antes y después de la menarca, y observaron que fue mejor después de la menarca. De la misma forma, Marván y cols.,² describieron, en las adolescentes sanas (desde quinto de primaria hasta preparatoria), que quienes tuvieron menarca a una edad menor de 11 años tenían más frecuentemente percepción negativa o de vergüenza, en comparación con las que presentaron la menarca a mayor edad. Esto fue semejante a lo encontrado en nuestro estudio, que, a menor edad, las adolescentes tendían a presentar una actitud más negativa. Se puede decir que la percepción de la menstruación es diferente según la edad de menarca; es decir, a mayor edad, las adolescentes tuvieron mejor aceptación de la menstruación.

Además, un hallazgo relevante durante el análisis de las respuestas de las adolescentes fue que un 13 % no pudo determinar la presencia de una actitud o percepción positiva, negativa o de vergüenza, ya que sus respuestas no se orientaban hacia ninguna de las tres. Al respecto de esta situación, el método de evaluación utilizado en el presente estudio no pareciera ser tan adecuado para nuestro grupo de estudio, ya que la población incluyó las tres etapas de la adolescencia, con un mayor porcentaje de adolescentes en la etapa intermedia. En los estudios en los que se validó la encuesta, se realizó en un grupo de menor edad, que se encontraba, principalmente, en la etapa inicial de la adolescencia.

TABLA 3. Análisis multivariado de los factores relacionados con la percepción negativa o vergüenza de la menstruación en las adolescentes analizadas

	OR	IC 95 %)		p
Enfermedad crónica	0,4	0,20	0,78	0,007
Edad (años)	1,06	0,70	1,60	0,780
Etapa de la adolescencia	0,51	0,20	1,25	0,144
Escolaridad	1,23	0,61	2,46	0,549
Tipo de población	0,65	0,30	1,40	0,278
Edad ginecológica (años)	1,26	0,80	1,99	0,299
Dismenorrea	1,08	0,64	1,82	t0,763

OR: *odds ratio*; IC: intervalo de confianza.

Es importante recalcar que se debe considerar que existen otros factores que pueden afectar la percepción de la menstruación y que no pudieron ser evaluados en el presente estudio. Como se ha mencionado antes, las fuentes de información con las cuales las adolescentes forman una idea de la menstruación afectan de modo directo esta configuración. Se sabe que una de las principales fuentes de información es la familia, específicamente, las madres, por lo que se podría comparar su percepción con la de las adolescentes y tomarlo en cuenta para estudios próximos. Otros factores relevantes para considerar son la etapa del ciclo menstrual en la que la paciente se encuentra, ya que se ha observado, en algunos estudios, que, dependiendo de los niveles hormonales que tengan las mujeres durante las distintas fases de la menstruación, su percepción sobre diferentes situaciones puede modificarse,²⁰ y la presencia de síndrome premenstrual, del que, probablemente, muchas de estas adolescentes desconocen sus signos y síntomas por falta de información y de conocimiento de sus cuerpos y esto impacta de manera aún más negativa en la percepción.

Este estudio muestra que las adolescentes tienen percepción distinta de la menstruación, dados ciertos factores alrededor de ellas. Por ejemplo, las que padecen una enfermedad crónica perciben la menstruación, preferentemente, como un evento positivo. Esto puede estar relacionado con que tienen más contacto con profesionales de la salud. En este sentido, conviene señalar que, en los hospitales donde se incluyeron estas adolescentes, contaban con una clínica de adolescentes. Así, una de las actividades en estas clínicas era explicar que la menstruación es parte del desarrollo normal de la pubertad y que presentarla indicaba un adecuado estado de salud y, en forma indirecta, un mejor control de la enfermedad crónica. Lo anterior supone crear un ambiente de confianza que se tiene en la consulta médica, en la que las adolescentes puedan expresar sus dudas, particularmente, en aspectos de la menstruación.

En general, se puede decir que se identificó una percepción negativa elevada, debido a la insuficiente información que recibían las adolescentes sobre el proceso de la menstruación.²¹ En México, se otorga educación sexual integral (ESI) en la etapa escolar de secundaria, a una edad de entre 12 y 16 años, y, de acuerdo con lo reportado, solo lo recibe un 55 % de los adolescentes, por lo que es mayor

la proporción de la ESI en las zonas urbanas.²² Este bajo porcentaje de adolescentes con ESI explica por qué un evento tan natural y que forma parte de la vida de una mujer tiene un alto porcentaje de adolescentes con una percepción negativa o de vergüenza. Como consecuencia, las adolescentes están perdiendo la oportunidad de recibir orientación sobre problemas relacionados con la menstruación, el diagnóstico temprano y el tratamiento especializado.

En este contexto, se propone utilizar rutinariamente un cuestionario estandarizado sobre la percepción de la menstruación en la atención de las adolescentes en los hospitales pediátricos y, en las escuelas, promover pláticas sobre la menstruación como un evento natural y que refleja un adecuado estado de salud en las mujeres.

CONCLUSIONES

En general, más de la mitad de las adolescentes presentan una actitud negativa hacia la menstruación; sin embargo, la presencia de una enfermedad crónica mejora esta actitud. ■

REFERENCIAS

1. Marván ML, Molina-Abolnik M. Mexican adolescents' experience of menarche and attitudes toward menstruation: role of communication between mothers and daughters. *J Pediatr Adolesc Gynecol.* 2012; 25(6):358-63.
2. Marván ML, Vácio A, García-Yañez G, Espinosa-Hernández G. Attitudes toward menarche among Mexican preadolescents. *Women Health.* 2007; 46(1):7-23.
3. Jarrah S, Kamel A. Attitudes and practices of school-aged girls towards menstruation. *Int J Nurs Pract.* 2012; 18(3):308-15.
4. Pitanguí A, Gomes M, Lima A, Shwingel P, et al. Menstruation disturbances: prevalence, characteristics, and effects on the activities of daily living among adolescent girls from Brazil. *J Pediatr Adolesc Gynecol.* 2013; 26(3):148-52.
5. Houston A, Abraham A, Huang Z, Angelo L. Knowledge, attitudes, and consequences of menstrual health in urban adolescent females. *J Pediatr Adolesc Gynecol.* 2006; 19(4):271-5.
6. Szűcs M, Bitó T, Csíkos C, Párducz Szöllösi A, et al. Knowledge and attitudes of female university students on menstrual cycle and contraception. *J Obstet Gynaecol.* 2017; 37(2):210-4.
7. Roberts T. Female trouble: the menstrual self-evaluation scale and women's self-objectification. *Psychol Women Q.* 2004; 28(1):22-6.
8. Bramwell R, Biswas E, Anderson C. Using de menstrual attitude questionnaire with a british and an indian sample. *J Reprod Infant Psychol.* 2002; 20(3):159-70.
9. Szarewski A, VonStenglin A, Rybowski S. Women's attitudes towards monthly bleeding: results of a global population-based survey. *Eur J Contracept Reprod Health Care.* 2012; 17(4):270-83.
10. McPherson M, Korfine L. Menstruation across time: Menarche, menstrual attitudes, experiences, and behaviors.

- Womens Health Issues*. 2004; 14(6):193-200.
11. Chrisler JC, Marván ML, Gorman JA, Rossini M. Body appreciation and attitudes toward menstruation. *Body Image*. 2015; 12:78-81.
 12. Marván ML, Ramírez-Esparza D, Cortés-Iniestra S, Chrisler J. Development of a new scale to measure Beliefs about and Attitudes Toward Menstruation (BATM): data from Mexico and the United States. *Health Care Women Int*. 2006; 27(5):453-73.
 13. Marván ML, Bejarano J. Premenarcheal Mexican girls' and their teachers' perceptions of preparation students receive about menstruation at school. *J Sch Health*. 2005; 75(3):86-9.
 14. Marván M, Molina Abolnik M. Validación en México de un cuestionario de actitudes hacia la menstruación dirigido a adolescentes posmenarcas. *Psicol Salud*. 2002; 12(2):173-8.
 15. Metusela C, Ussher J, Perz J, Hawkey A, et al. "In My Culture, We Don't Know Anything About That": Sexual and Reproductive Health of Migrant and Refugee Women. *Int J Behav Med*. 2017; 24(6):836-45.
 16. Sveinsdóttir H. Menstruation, objectification and health-related quality of life: A questionnaire study. *J Clin Nurs*. 2018; 27(3-4):e503-13.
 17. Tan DA, Haththotuwa R, Fraser I. Cultural aspects and mythologies surrounding menstruation and abnormal uterine bleeding. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol*. 2017; 40:121-33.
 18. Fiala C, Chabbert-Buffet N, Häusler G, Jamin C, et al. Women's preferences for menstrual bleeding frequency in 12 European countries: the Inconvenience Due to Women's Monthly Bleeding (ISY) survey. *Eur J Contracept Reprod Health Care*. 2017; 22(4):268-73.
 19. Brooks-Gunn J, Ruble D. The development of menstrual-related beliefs and behaviors during early adolescence. *Chil Dev*. 1982; 53(6):1567-77.
 20. American Academy of Pediatrics Committee on Adolescence; American College of Obstetricians and Gynecologists Committee on Adolescent Health Care, Diaz A, Laufer MR, Breech L. Menstruation in girls and adolescents: using the menstrual cycle as a vital sign. *Pediatrics*. 2006; 118(5):2245-50.
 21. Chandra-Mouli V, Patel S. Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reprod Health*. 2017; 14(1):30.
 22. Rojas R, Castro F, Villalobos A, Allen-Leigh B, et al. Educación sexual integral: cobertura, homogeneidad, integralidad y continuidad en las escuelas de México. *Salud Pública Méx*. 2017; 59(1):19-27.

ANEXO.

Cuestionario "Creencias y actitud hacia la menstruación"

Nombre:..... Fecha:.....

Instrucciones: Marca con una X lo que mejor describa cómo te sientes al respecto de cada oración.

No hay respuestas buenas ni malas.

- | | | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|--|
| 1 | Me siento orgullosa cuando estoy reglando. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 2 | Me hace sentir muy contenta saber que estoy reglando. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 3 | Me siento contenta cuando pienso en mi regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 4 | Cuando reglo me siento bien. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 5 | Me siento bien cuando tengo mi regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 6 | Me siento emocionada cuando tengo mi regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 7 | Me siento especial cuando tengo mi regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 8 | Esperaba con ganas tener mi primera regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 9 | Me sentí contenta cuando me enteré de que existía la regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 10 | Estoy contenta porque ya he madurado lo suficiente para reglar. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 11 | Cuando las muchachas tienen su regla, se les debería dejar quedarse en casa. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 12 | Me siento distinta cuando reglo. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 13 | El solo hecho de tener mi regla me hace sentir incómoda. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |

- | | | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|--|
| 14 | Está bien que alguien falte a la escuela si tiene cólicos durante su regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 15 | Cada vez que las muchachas empiezan a reglar, se les debería permitir faltar a clases de deportes. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 16 | Durante la regla, hay algo que funciona mal. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 17 | Me siento asustada porque no sé qué está pasando cuando reglo. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 18 | Las muchachas deben preocuparse cuando están reglando. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 19 | Me preocupa mucho que empiece mi regla sin esperarla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 20 | Me siento incómoda cuando hablo con mis amigos o amigas acerca de la regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 21 | Me aterra que la gente sepa que estoy reglando. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 22 | Es penoso hacer preguntas acerca de la regla. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 23 | Cuando estoy reglando me da miedo que los muchachos se enteren. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 24 | Las muchachas se sienten incómodas cuando ven el tema de la regla en la escuela. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |
| 25 | Cada vez que la gente menciona la palabra "regla", me pongo nerviosa. | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente de acuerdo. | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Ligeramente en desacuerdo. | <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo. |