



Universidad Andina del Cusco

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Obstetricia



**MANIFESTACIONES DEL CLIMATERIO Y MODALIDADES DE
AUTOCUIDADO EN MUJERES DE LA COMUNIDAD CAMPESINA
DE RAYAMPATA PROVINCIA DE CALCA-CUSCO – 2022**

TESIS PRESENTADO POR:

Bach.

Luana Gamboa Saloma 0000-0003-1030-8255

Lady Meylyn Pillco Pilares 0000-0003-2012-4142

TESIS PARA OPTAR EL TITULO

PROFESIONAL:

Licenciadas en Obstetricia

ASESORA:

Dra. Gladis Edith Rojas Salas 0000-0002-4980-3889

CUSCO-PERU

2022



RESUMEN

La investigación “**MANIFESTACIONES DEL CLIMATERIO Y MODALIDADES DE AUTOCUIDADO EN MUJERES DE LA COMUNIDAD CAMPESINA DE RAYAMPATA PROVINCIA DE CALCA-CUSCO – 2022**”, tiene como objetivo describir las manifestaciones del climaterio y modalidades de autocuidado en mujeres de la comunidad campesina de Rayampata de la Provincia de Calca- Cusco – 2022. Se utilizó un paradigma cualitativo y se enmarco en un enfoque etnográfico. La población de la investigación fueron mujeres climatéricas de la comunidad de Rayampata, recurriendo a aplicación de entrevistas hasta saturar la información, que fueron procesados con la ayuda del Software para el análisis cualitativo ALTAS-ti. Se obtuvo resultados: Las manifestaciones del climaterio, que abarca lo emocional como lo físico, ya que algunas mujeres afirmaron haber notado cambios importantes como en la vista, el peso, piel y dolores corporales etc. Recalcando que algunas no percibieron algunos de estos cambios. Así como también ellas practican distintas maneras de autocuidado para alivianar las molestias físicas y emocionales aplicando sus costumbres y medicina tradicional en su vida cotidiana, incluyendo a su alimentación variedad de nutrientes y vitaminas a base de productos naturales y de animales. Conclusiones las manifestaciones del climaterio y las medidas de autocuidado en las mujeres de la comunidad campesina de Rayampata son variadas llegando a ser opuestas según lo expresado por cada entrevistada, lo que se puede evidenciar en el caso del cambio del deseo sexual, la irritabilidad y el consumo de carne roja que en algunas mujeres aumento mientras que en otras disminuyó, sin embargo, se observaron algunos cambios más generalizados como la presencia de bochornos y el uso de medicina tradicional.

Palabras Claves: Climaterio, Físicas, Emocionales, Autocuidado, Dispareunia, Irritabilidad



ABSTRACT

The research "MANIFESTATIONS OF THE CLIMATERIA AND MODALITIES OF SELF-CARE IN WOMEN OF THE CAMPESINA COMMUNITY OF RAYAMPATA PROVINCE OF CALCA-CUSCO - 2022", aims to describe the manifestations of the climacteric and modalities of self-care in women of the rural community of Rayampata of the Province de Calca- Cusco - 2022. A qualitative paradigm was used and it was framed in an ethnographic approach. The research population was climacteric women from the community of Rayampata, resorting to the application of interviews until the information was saturated, which were processed with the help of the Software for qualitative analysis ALTAS-ti. Results were obtained: The manifestations of the climacteric, which encompasses the emotional as well as the physical, since some women claimed to have noticed important changes such as in sight, weight, skin and body aches, etc. Emphasizing that some did not perceive some of these changes. As well as they practice different ways of self-care to alleviate physical and emotional discomfort by applying their customs and traditional medicine in their daily lives, including a variety of nutrients and vitamins based on natural and animal products in their diet. Conclusions the manifestations of the climacteric and the self-care measures in the women of the rural community of Rayampata are varied, becoming opposite as expressed by each interviewee, which can be evidenced in the case of the change in sexual desire, irritability and consumption of red meat that in some women increased while in others it decreased, however, some more generalized changes were observed, such as the presence of hot flashes and the use of traditional medicine.

Keywords: Climacteric, Physical, Emotional, Self-care, Dyspareunia, Irritability