

	UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA GESTIÓN DE BIBLIOTECAS					 IC T884-1		 SA-CERES 39726	 OS-CER 39755	
	CARTA DE AUTORIZACIÓN									
CÓDIGO	AP-BIB-FO-06	VERSIÓN	1	VIGENCIA	2014	PÁGINA	1 de 2			

Neiva, mayo del 2025

Señores
CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN
UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA
Ciudad

El (Los) suscrito(s):

Santiago Daza Cadena, con C.C. No. 1003953063

Santiago Sánchez Villanueva, con C.C. No. 1003828462,

Vallery Toro Vera , con C.C. No. 1003865766.

Autor(es) de la tesis y/o trabajo de grado o investigación titulado Factores que influyen en la estigmatización del ciclo menstrual: revisión integrativa, presentado y aprobado en el año 2024 como requisito para optar al título de Enfermera(o);

Autorizo (amos) al CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN de la Universidad Surcolombiana para que, con fines académicos, muestre al país y el exterior la producción intelectual de la Universidad Surcolombiana, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera:

- Los usuarios puedan consultar el contenido de este trabajo de grado en los sitios web que administra la Universidad, en bases de datos, repositorio digital, catálogos y en otros sitios web, redes y sistemas de información nacionales e internacionales “open access” y en las redes de información con las cuales tenga convenio la Institución.
- Permita la consulta, la reproducción y préstamo a los usuarios interesados en el contenido de este trabajo, para todos los usos que tengan finalidad académica, ya sea en formato Cd-Rom o digital desde internet, intranet, etc., y en general para cualquier formato conocido o por conocer, dentro de los términos establecidos en la Ley 23 de 1982, Ley 44 de 1993, Decisión Andina 351 de 1993, Decreto 460 de 1995 y demás normas generales sobre la materia.
- Continúo conservando los correspondientes derechos sin modificación o restricción alguna; puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación del derecho de autor y sus conexos.

Vigilada Mineducación

La versión vigente y controlada de este documento, solo podrá ser consultada a través del sitio web Institucional www.usco.edu.co, link Sistema Gestión de Calidad. La copia o impresión diferente a la publicada, será considerada como documento no controlado y su uso indebido no es de responsabilidad de la Universidad Surcolombiana.



UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA
GESTIÓN DE BIBLIOTECAS



CARTA DE AUTORIZACIÓN

CÓDIGO

AP-BIB-FO-06

VERSIÓN

1

VIGENCIA

2014

PÁGINA

2 de 2

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables.

EL AUTOR/ESTUDIANTE:

EL AUTOR/ESTUDIANTE:

Firma:

Firma:

EL AUTOR/ESTUDIANTE:

Firma:

Vigilada Mineducación

La versión vigente y controlada de este documento, solo podrá ser consultada a través del sitio web Institucional www.usco.edu.co, link Sistema Gestión de Calidad. La copia o impresión diferente a la publicada, será considerada como documento no controlado y su uso indebido no es de responsabilidad de la Universidad Surcolombiana.

	UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA GESTIÓN DE BIBLIOTECAS					   	
	DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO						
CÓDIGO	AP-BIB-FO-07	VERSIÓN	1	VIGENCIA	2014	PÁGINA	1 de 3

TÍTULO COMPLETO DEL TRABAJO: Factores que influyen en la estigmatización del ciclo menstrual:
Revisión integrativa

AUTOR O AUTORES:

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
Daza Cadena	Santiago
Sánchez Villanueva	Santiago
Toro Vera	Vallery

DIRECTOR Y CODIRECTOR TESIS:

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre

ASESOR (ES):

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
Ramírez Perdomo	Claudia Andrea Ramírez Perdomo

PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Enfermera(o)

FACULTAD: Salud

PROGRAMA O POSGRADO: Enfermería

CIUDAD: Neiva **AÑO DE PRESENTACIÓN:** 2025 **NÚMERO DE PÁGINAS:** 80

TIPO DE ILUSTRACIONES (Marcar con una **X**):

Diagramas___ Fotografías___ Grabaciones en discos___ Ilustraciones en general X___
Grabados___ Láminas___ Litografías___ Mapas___ Música impresa___ Planos___
Retratos___ Sin ilustraciones___ Tablas o Cuadros X___

Vigilada Mineducación

La versión vigente y controlada de este documento, solo podrá ser consultada a través del sitio web Institucional www.usco.edu.co, link Sistema Gestión de Calidad. La copia o impresión diferente a la publicada, será considerada como documento no controlado y su uso indebido no es de responsabilidad de la Universidad Surcolombiana.

	UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA GESTIÓN DE BIBLIOTECAS					   	
	DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO						
CÓDIGO	AP-BIB-FO-07	VERSIÓN	1	VIGENCIA	2014	PÁGINA	2 de 3

SOFTWARE requerido y/o especializado para la lectura del documento:

MATERIAL ANEXO:

PREMIO O DISTINCIÓN (*En caso de ser LAUREADAS o Meritoria*):

PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS:

Español

1. Menstruación
2. Estigma social
3. Tabú
4. Discriminación
5. Investigación cualitativa

Inglés

- Menstruacion
Social stigma
Taboo
Social discrimination
Qualitative research

RESUMEN DEL CONTENIDO: (Máximo 250 palabras)

Objetivo: analizar los factores relacionados con la estigmatización percibida hacia el ciclo menstrual de acuerdo con investigaciones empíricas publicadas entre 2015 y 2024.

Métodos: revisión integrativa de la literatura con base en la metodología propuesta por los autores Whittemore y Knafl en el 2005, realizada entre los meses de agosto y septiembre del año 2024 en las bases de datos Scopus, National Library Of Medicine (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) y ScienceDirect . A partir de esta búsqueda se pretendió responder la pregunta central: ¿cuáles son los factores que se relacionan con la estigmatización sociocultural hacia el ciclo menstrual de acuerdo con la literatura? siendo usados los descriptores DeCS: “menstruación”, “estigma social”, “tabú”, “discriminación social” en los idiomas español, inglés y portugués, las cuales se combinaron mediante los operadores booleanos “AND” y “OR”.

Resultados: se consideraron 15 artículos que lograron cumplir con los criterios de inclusión establecidos. A partir de la información obtenida se realizó el análisis y se identificaron los factores relacionados con la estigmatización hacia el ciclo menstrual tales como pobreza menstrual, estigma menstrual, cultura, educación menstrual, tabú, secretismo, perspectivas negativas hacia la menstruación y perspectivas positivas hacia la menstruación.

	UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA GESTIÓN DE BIBLIOTECAS				   			
DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO								
CÓDIGO	AP-BIB-FO-07	VERSIÓN	1	VIGENCIA	2014	PÁGINA	3 de 3	

ABSTRACT: (Máximo 250 palabras)

Objective: To analyze the factors related to perceived stigma toward the menstrual cycle according to empirical research published between 2015 and 2024.

Methods: An integrative literature review based on the methodology proposed by Whittemore and Knafl in 2005 was conducted between August and September 2024 in the databases Scopus, National Library of Medicine (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), and ScienceDirect. This search aimed to answer the central question: What are the factors related to sociocultural stigma toward the menstrual cycle according to the literature? The DeCS descriptors used were: "menstruation," "social stigma," "taboo," and "social discrimination" in Spanish, English, and Portuguese. These descriptors were combined using the Boolean operators "AND" and "OR."

Results: Fifteen articles were considered for inclusion. Based on the information obtained, an analysis was conducted, and factors related to stigmatization of the menstrual cycle were identified, such as period poverty, period stigma, culture, period education, taboo, secrecy, negative perspectives on menstruation, and positive perspectives on menstruation.

APROBACION DE LA TESIS

Nombre Presidente Jurado: CLAUDIA ANDREA RAMIREZ PERDOMO

Firma: 

Nombre Jurado: REINALDO GUTIÉRREZ BARRIERO

Firma: 

Factores que influyen en la estigmatización del ciclo menstrual:

Revisión integrativa

Santiago Sánchez Villanueva

Santiago Daza Cadena

Vallery Toro Vera

Universidad Surcolombiana

Facultad de Salud

Programa de Enfermería

Neiva-Huila

2025

Factores que incluyen en la estigmatización del ciclo menstrual:

Revisión integrativa

Santiago Sánchez Villanueva

Santiago Daza Cadena

Vallery Toro Vera

**Trabajo de investigación presentado como requisito para optar
al título de Enfermeros**

Asesora:

Claudia Andrea Ramírez Perdomo

PhD. Enfermería

Universidad Surcolombiana

Facultad de Salud

Programa de Enfermería

Neiva-Huila

2025

Nota de aceptación:



Firma presidente del jurado



Firma del jurado

Neiva, mayo del 2025

Dedicatoria

El presente trabajo está dedicado:
a nuestras familias, quienes fortalecieron cada una de nuestras
capacidades y nos permitieron creer en cada paso y logro conseguido,
quienes nunca dejaron de recalcar la importancia de la investigación
para el futuro de las nuevas generaciones
Santiago, Santiago, Vallery

Agradecimientos

La culminación de esta tesis no hubiera sido posible sin el apoyo incondicional, la guía sabia y la confianza depositada por personas fundamentales a lo largo de este camino.

En primer lugar, nuestro más profundo agradecimiento a la docente Claudia Andrea Ramírez Perdomo, por ser mucho más que una orientadora académica. Su compromiso, exigencia constructiva y vocación docente marcaron una diferencia sustancial en cada etapa del proceso. Su guía oportuna, su disposición constante y su visión crítica fueron pilares esenciales que fortalecieron este trabajo y, sin duda, mi formación profesional y personal.

A nuestras familias, gracias por ser el mejor refugio y motor. Por su amor, comprensión y aliento constante incluso en los momentos de mayor dificultad. A nuestros padres, por enseñarnos el valor del esfuerzo y la perseverancia; y a cada uno de nuestros seres queridos que, con su cariño silencioso o palabras de ánimo, hicieron más liviano este recorrido.

Lista de abreviaturas

RIL: Revisión integrativa de la literatura.

Resumen

Objetivo: analizar los factores relacionados con la estigmatización percibida hacia el ciclo menstrual de acuerdo con investigaciones empíricas publicadas entre 2015 y 2024.

Métodos: revisión integrativa de la literatura con base en la metodología propuesta por los autores Whittemore y Knafl en el 2005, realizada entre los meses de agosto y septiembre del año 2024 en las bases de datos Scopus, National Library Of Medicine (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) y ScienceDirect . A partir de esta búsqueda se pretendió responder la pregunta central: ¿cuáles son los factores que se relacionan con la estigmatización sociocultural hacia el ciclo menstrual de acuerdo con la literatura? siendo usados los descriptores DeCS: “menstruación”, “estigma social”, “tabú”, “discriminación social” en los idiomas español, inglés y portugués, las cuales se combinaron mediante los operadores booleanos “AND” y “OR”.

Resultados: se consideraron 15 artículos que lograron cumplir con los criterios de inclusión establecidos. A partir de la información obtenida se realizó el análisis y se identificaron los factores relacionados con la estigmatización hacia el ciclo menstrual tales como pobreza menstrual, estigma menstrual, cultura, educación menstrual, tabú, secretismo, perspectivas negativas hacia la menstruación y perspectivas positivas hacia la menstruación.

Conclusiones:

La identificación de estos factores permite una visión amplia y encamina a la comprensión desde una perspectiva actual e histórica, reflejando las afectaciones que trae consigo la manera en que se aborda el ciclo menstrual.

Palabras clave: Menstruación; Cultura; Tabú; Discriminación social; Estigma social; Investigación cualitativa.

Abstract

Objective: To analyze the factors related to perceived stigma toward the menstrual cycle according to empirical research published between 2015 and 2024.

Methods: An integrative literature review based on the methodology proposed by Whittemore and Knafl in 2005 was conducted between August and September 2024 in the databases Scopus, National Library of Medicine (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), and ScienceDirect. This search aimed to answer the central question: What are the factors related to sociocultural stigma toward the menstrual cycle according to the literature? The DeCS descriptors used were: “menstruation”; “social stigma”; “taboo”; and “social discrimination”; in Spanish, English, and Portuguese.

These descriptors were combined using the Boolean operators “AND”; and “OR”.

Results: Fifteen articles were considered for inclusion. Based on the information obtained, an analysis was conducted, and factors related to stigmatization of the menstrual cycle were identified, such as period poverty, period stigma, culture, period education, taboo, secrecy, negative perspectives on menstruation, and positive perspectives on menstruation.

Conclusions:

The identification of these factors allows for a broader view and leads to understanding from a current and historical perspective, reflecting the impacts of how the menstrual cycle is approached.

Keywords: Menstruation; Culture; Taboo; Social discrimination; Social stigma; Qualitative research.

Contenido

Introducción	13
1 Planteamiento del problema.....	15
1.1 Formulación de la pregunta de investigación	19
2 Justificación	20
3 Objetivos.....	23
3.1 Objetivo general.....	23
3.2 Objetivos específicos	23
4 Marco conceptual.....	24
4.1 Menstruación	24
4.2 Estigma	24
4.3 Tabú.....	25
4.4 Discriminación.....	25
5 Diseño metodológico	26
5.1 Identificación del problema	26
5.2 Fuente de búsqueda.....	28
5.3 Estrategia de búsqueda	29
5.4 Filtros de selección	30
5.4.1 <i>Criterio de selección</i>	30
5.4.2 Criterio de Inclusión.....	30

5.4.3. <i>Criterio de Exclusión</i>	30
5.4.4. <i>Criterio de elegibilidad</i>	31
5.5 Evaluación de los datos	31
5.6 Análisis de los datos	35
5.7 Manejo de sesgos	36
5.8 Presentación de los datos.....	38
6 Consideraciones éticas	39
6.1 Conflictos de interés	400
7 Resultados	411
7.1 Prestación de las publicaciones incluidas.....	42
8 Discusión	644
9 Conclusiones.....	722
10 Recomendaciones.....	733
11 Limitaciones	744
Referencias bibliográficas.....	755

Lista de tablas

Tabla 1. Definición de términos, descriptores de salud o términos clave.....	27
Tabla 2. Bases de datos consultadas (Scopus, PubMed, CIHNAL Complete, Sciencedirect).....	28
Tabla 3. Estrategia de búsqueda.....	29
Tabla 4. Programa de lectura crítica (CASPe).....	32
Tabla 5. Caracterización de literatura integrada y evaluación de calidad.....	477
Tabla 6. Tema por artículo Título del artículo Año de publicación Autor.....	533

Lista de figuras

Figura 1. Identificación de estudios a través de bases de datos y registros, 2024	422
Figura 2. Temas desarrollados en la discusión	611

Introducción

A pesar de que la menstruación es un proceso fisiológico natural, esencial en la vida de las mujeres y personas menstruantes en todo el mundo, su importancia y significado personal suelen ser temas relegados o poco discutidos. La experiencia de la menstruación va mucho más allá de un evento biológico, puesto que afecta múltiples dimensiones de la vida cotidiana, incluyendo la salud física, el bienestar psicológico, el estado emocional, las interacciones sociales y las responsabilidades laborales (1). Este ciclo recurrente actúa como un determinante crucial en todas aquellas actividades diarias y rutinas que se ven alteradas o influenciadas desde la menarquia.

La manera en que cada persona vive y percibe su menstruación puede variar considerablemente, asociándose con experiencias individuales que conllevan, tanto perspectivas positivas como negativas, las cuales se construyen y evolucionan a lo largo de los años (2).

A lo largo de la historia, el proceso de la menstruación ha tenido una visión con un enfoque cultural y social hacia lo misterioso o incluso peligroso, lo cual ha propiciado la creación de mitos, tabús y prácticas de exclusión o discriminación en diferentes contextos. A través de diversas culturas y épocas, se ha manifestado una mirada que enmarca el ciclo menstrual con ideas erróneas y conceptos estigmatizantes que impactan profundamente en la percepción y el trato hacia las personas que menstrúan. Esta estigmatización, alimentada por factores sociales, culturales y religiosos, condiciona un conjunto de actitudes y comportamientos diferenciados hacia las mujeres menstruantes, lo que puede resultar en limitaciones en su vida social, laboral y en el acceso a recursos básicos como productos de higiene menstrual (3).

Por estas razones, es fundamental que una revisión exhaustiva e integrativa de la literatura científica explore y aclare los factores que contribuyen a esta estigmatización y los

desafíos que enfrenta la atención en salud menstrual. A partir de dicha revisión, se busca no solo identificar los determinantes sociales, psicológicos y económicos que intervienen en el bienestar menstrual, sino también desarrollar herramientas que permitan ofrecer una atención en salud menstrual más inclusiva, equitativa y respetuosa. De esta forma, se pueden construir soluciones que aborden las necesidades específicas de niñas, adolescentes y mujeres adultas que menstrúan, promoviendo un entorno donde se reconozca y respete la naturaleza del ciclo menstrual sin prejuicios ni discriminación. Un espacio donde se apoye el derecho de cada persona a experimentar su menstruación de manera digna y saludable.

1 Planteamiento del problema

La menstruación es un proceso fisiológico exclusivo de la mujer que consiste en un fenómeno cíclico fisiológico, hormonal y emocional relacionado con la naturaleza reproductiva y que socialmente está relacionado con procesos sociales de violencia e inequidad basada en el género (4). A pesar de ser un proceso normativo, es considerado como tema tabú entre hombres y mujeres llegando a crearse diversos mitos, prejuicios y estigmas que han contribuido a la discriminación y limitación de las mujeres en diferentes ámbitos de su vida (5).

Según el Plan Internacional de América Latina y el Caribe, a nivel mundial cerca de 300 millones de mujeres y niñas menstrúan diariamente, de las cuales el 35 % piensan que la menstruación debe mantenerse en secreto (6). De igual forma, en una encuesta realizada a 4127 hombres de Brasil, Indonesia, Países Bajos y Uganda, se encontró que no se hablaba del tema por considerarse un asunto privado; adicionalmente, los encuestados asociaban frecuentemente la menstruación con palabras como algo “sucio”, “vergonzoso” y “asqueroso” (6).

De igual forma, el Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas [DANE] encontró que el 17.1 % de las mujeres que habitan en la ciudad de Neiva sufren de pobreza menstrual, lo que se traduce en dificultades para acceder a la educación, los diferentes elementos de higiene, a las instalaciones sanitarias, el manejo de desechos o una combinación de estos que impiden a las mujeres atender su periodo menstrual (7).

Lo anterior permite comprender que la menstruación no es solo un proceso fisiológico. Alrededor de ella hay una serie de condiciones culturales, económicas y de género que, al realizarse investigación científica sobre ellas, generan un campo de investigación psicológica, sociológica y antropológica sobre la forma en que se construyen ciertas percepciones alrededor del ciclo menstrual y cómo en ellas se expresan relaciones de

poder basadas en género inherentes a las diferencias entre grupos humanos (8).

Una síntesis de investigaciones sobre la cultura mexicana ha documentado las percepciones negativas del ciclo menstrual. Este proceso está marcado por procesos de desinformación y difusión de información imprecisa que impide el libre uso de métodos de cuidado menstrual, induciendo una experiencia de miedo y vergüenza en la mujer. En general, este proceso está marcado por la escasa información y educación en lo que respecta al ciclo menstrual, bajo acceso a servicios ginecológicos y tabúes culturales. En esta perspectiva, genera que no sea vista como un proceso natural sino que esté marcado por esfuerzos por el ocultamiento y la culpabilización (9).

Al explorar la experiencia de las mujeres hacia la menstruación, se encuentra poca comprensión hacia las mujeres que viven este proceso, llegando a existir prejuicios relacionados con los cambios emocionales y físicos que se puedan experimentar, lo que lleva a estigmatizar las emociones y descartar experiencias femeninas con el ciclo menstrual. Esto puede desencadenar consecuencias perjudiciales en la salud mental y emocional de las mujeres, al sentirse avergonzadas e incomprendidas no solo durante sus primeros ciclos menstruales, sino a lo largo de toda su vida (10).

De acuerdo con Cardozo (11), desde el punto de vista sociológico hay varias explicaciones con respecto a la formación de percepciones negativas hacia la menstruación y una de ellas está ligada con la religión y con los medios de comunicación, lo que lleva, en general, a que en la vida cotidiana, la mujer haga muchos esfuerzos por ocultar las manifestaciones del ciclo menstrual por nombrarla de manera eufemística o por considerarla una “enfermedad”.

La relación entre religiosidad y estigmatización del ciclo menstrual se basa, principalmente, en la generación de trasfondos de sentido que facilitan la construcción de ciertas percepciones. Cardozo (11) identificó, por ejemplo, la tradición judeocristiana en la

cual ya las manifestaciones de la menstruación están asociadas con representaciones de “inmundicia” y la prohibición del hombre de mantener cualquier tipo de contacto con una mujer menstruante. Esto contrasta con tradiciones de otras culturas antiguas matriarcales que le atribuían el significado de sagrado al proceso de la menstruación, lográndose evidenciar los diferentes significados culturales atribuidos al proceso de la menstruación.

Sin embargo, la relación entre mitología, religión y menstruación también ha sido estudiada con anterioridad, puesto que no solo la tradición abrahámica, sino también la dármica (hinduismo, budismo, sikhismo, sintoísmo), aunque no la relacionan con asco, se atribuye una incapacidad femenina para la participación de los roles sociales durante el proceso menstrual (12).

Mientras tanto, en lo que corresponde a los medios de comunicación, la forma en cómo están estructurados los mensajes sobre productos higiénicos provoca que, a menudo, se oculte la presencia de la sangre menstrual (11). En la sociedad moderna, estos mensajes publicitarios pueden ser mucho más influyentes que las creencias religiosas, aunque no se debe descartar el efecto combinado de ambos elementos.

Ya desde su menarca, se le enseña a la mujer a lidiar con su cuerpo desde el consumo, tanto por los miles de productos de higiene personal que pueden comprar como los distintos medicamentos que pueden ser utilizados para atenuar las posibles consecuencias psicológicas que tiene un ciclo hormonal, desnaturalizando por completo este proceso. (11)

Evidenciándose así toda la cultura consumista que existe alrededor de este proceso, además incluyendo la desinformación promovida por este tipo de medios de comunicación.

Con respecto a los medios de comunicación, uno de los enfoques que también permitiría aportar explicaciones al respecto de los estudios sobre información y desinformación en salud. En este enfoque se explora la relación entre la forma en que se distorsiona la información oficial sobre salud y se produce, en la población general, difusión

de información errónea con respecto a la naturaleza de ciertas enfermedades o procesos a través de los medios sociales (13).

El enfoque de desinformación en salud ha arrojado respuestas, por ejemplo, sobre la relación entre la distorsión de información sobre el aborto y la oposición hacia su despenalización: normalmente creencias que relacionan erróneamente el aborto con la infertilidad, con el cáncer de seno y con resultados negativos en salud mental llevan a intensificar la percepción moral negativa de este procedimiento, al igual que a promover acción política en contra de su despenalización (14).

Considerando lo anterior, esta perspectiva es potencialmente importante para comprender la estigmatización social de la menstruación, puesto que explora de qué manera las malinterpretaciones de información se producen en marcos culturales donde se intensifican los sentimientos de miedo, de sanción social, polarización y una descalificación de las experiencias vividas de las mujeres frente a este proceso.

Estas implicaciones promueven que la Organización Mundial de la Salud [OMS], por ejemplo, abogue por priorizar la salud menstrual no solo como un asunto de higiene, sino de salud pública y de derechos humanos, lo que justifica para las ciencias de la salud la necesidad de abordar los procesos de estigmatización, estereotipos nocivos y normas sociales discriminatorias (15). Aunque existe investigación, de orden médico, vinculada con la relación entre el ciclo menstrual y variables como la inmunología (16), el desempeño físico (17), el estado de ánimo psicológico (18) y las adicciones (19). En la actualidad, la salud menstrual y los aspectos socioculturales de esta se reconocen como una línea de investigación necesaria para la garantía de los derechos sexuales y reproductivos (4).

La exploración de literatura realizada hasta el momento muestra que, pese a que el interés científico sobre todos los elementos ha ido creciendo durante la última década, con teorizaciones y resignificaciones del ciclo menstrual, aún no se han realizado procesos de

síntesis que permitan establecer el estado del conocimiento frente a sus connotaciones socioculturales y su efecto sobre las prácticas en salud menstrual. Pese al interés creciente, se observó una ausencia de revisiones sistemáticas que permitan delimitar el estado de conocimiento científico con respecto a las actitudes y la percepción social del ciclo menstrual, en especial, aquellos procesos de estigmatización, discriminación o atribución de propiedades negativas a este proceso fisiológico.

A partir de estas consideraciones, es importante que la investigación sintetice el estado actual de los hallazgos relacionados con la percepción del ciclo menstrual, tratando de identificar, en primer lugar, las condiciones demográficas que aumentan la probabilidad de que la percepción social del ciclo menstrual sea estigmatizada. En segundo lugar, qué explicaciones relacionadas con cultura (como relaciones de género, religión, educación, etc.) son atribuidas a esta estigmatización. Y, en tercer lugar, explorar si se conoce si una percepción negativa influye en qué decisiones se toman respecto a métodos de cuidado menstrual.

1.1 Formulación de la pregunta de investigación

¿Cuáles son los factores que se relacionan con la estigmatización sociocultural hacia el ciclo menstrual de acuerdo con la literatura

2 Justificación

La presente investigación tiene una serie de justificantes que apoyan su necesidad y posibilidad. En muchas sociedades se ha construido una serie de percepciones negativas en torno al ciclo menstrual, lo que puede tener consecuencias significativas para la salud mental, el bienestar y la igualdad de género. El ciclo menstrual es una función fisiológica natural en la vida de las mujeres, pero ha estado rodeado de mitos, tabúes y estigmatización que impactan fuertemente sobre la participación social de las mujeres y su bienestar psicológico.

Por otro lado, esta revisión puede tener un impacto social al convertirse en un material de consulta para tomadores de decisiones en diseño y ejecución de políticas en salud o instituciones prestadoras de salud.

Este tipo de investigación detallada sobre los factores que contribuyen a la estigmatización del ciclo menstrual puede ayudar a la formulación de estrategias educativas más efectivas. Al entender los factores culturales, se pueden desarrollar programas de educación que desafíen percepciones alejadas del abordaje científico de este proceso fisiológico y fomenten la comprensión y el respeto hacia el ciclo menstrual. La estigmatización del ciclo menstrual está arraigada en normas culturales y sociales que han evolucionado a lo largo del tiempo. Comprender cómo estas normas influyen en la percepción pública del ciclo menstrual es esencial para desafiar estereotipos perjudiciales y fomentar una conversación abierta y saludable en la sociedad.

Identificar los factores determinantes en los prejuicios hacia la menstruación es crucial para desarrollar estrategias precisas y efectivas de intervención. Al comprender las raíces y motivaciones detrás de estos prejuicios, se pueden diseñar programas educativos y de sensibilización que abordan específicamente los aspectos más influyentes. Esta focalización permitirá una asignación eficiente de recursos y esfuerzos, maximizando el impacto de las

intervenciones destinadas a reducir los prejuicios y estigmas asociados con la menstruación. De esta manera, al desentrañar las complejidades de este estigma, se espera contribuir a la mejora de la calidad de vida de las mujeres y promover una sociedad equitativa y comprensiva, lo que hace que este sea un proyecto que aporte a mejorar la vida de mujeres en la atención de la salud sexual y reproductiva.

Con respecto a su viabilidad, al recopilar información, datos y experiencias relevantes para la investigación no solo a nivel nacional, sino también incluyendo estudios internacionales, se logra evidenciar una perspectiva amplia del fenómeno de estudio, permitiendo encontrar similitudes, diferencias y generalidades dentro de este y así facilitar la construcción de un concepto realista y certero. Además, se ve favorecida por partir de fuentes empíricas de las cuales algunas recolectaron datos en campo, permitiendo contar con una visión más amplia de las percepciones de las mujeres alrededor del mundo. Es decir, la viabilidad de esta investigación es positiva, al escogerse como principales insumos publicaciones científicas, considerando la disponibilidad del material en bases de datos científicas. Igualmente, permite contribuir a la viabilidad de otras investigaciones, al aportar una mirada crítica sobre el marco empírico del estudio de la percepción social del ciclo menstrual que pueda sustentar otros ejercicios investigativos. Del mismo modo, la factibilidad se asegura limitando la ventana de observación de la revisión a diez años, permitiendo obtener un número finito de artículos.

Por último, tiene pertinencia científica toda vez que llena un vacío actual relacionado con la necesidad de síntesis útiles para la disciplina de enfermería, considerando que se identificó una ausencia de referentes en español que ayuden a pensar el cuidado en salud desde el reconocimiento de tales estigmas. Con respecto al vacío que busca llenar, la revisión de la literatura científica, en torno a los factores que inciden en los prejuicios hacia la menstruación, se presenta como una necesidad en el desarrollo actual de la enfermería. En

primer lugar, la rapidez con la que evoluciona la comprensión social y cultural de los prejuicios sobre la menstruación exige una síntesis reciente para capturar las tendencias emergentes y los cambios en la percepción pública. En segundo lugar, permite identificar cuáles de estos factores deben estar asociados a la práctica del cuidado y a la prevención y promoción en salud sexual y reproductiva.

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

- Analizar los factores relacionados con la estigmatización percibida hacia el ciclo menstrual de acuerdo con investigaciones empíricas publicadas entre 2015 y 2024.

3.2 Objetivos específicos

- Identificar en la literatura los factores que influyen en la estigmatización del ciclo menstrual en las mujeres.
- Describir los datos obtenidos donde se identifiquen los factores que influyen en la estigmatización del ciclo menstrual en las mujeres.
- Integrar los resultados derivados de la síntesis y análisis de los datos obtenidos en la revisión de la literatura.

4 Marco conceptual

Se plantean una serie de conceptos relacionados entre sí, los cuales resultan útiles en el desarrollo de la investigación en pro de la búsqueda y el análisis de los conceptos principales en fuentes bibliográficas confiables que guían y favorecen la comprensión respecto a la importancia del estudio de los aspectos socioculturales que promueven el estigma frente a la menstruación. Estos conceptos toman fuerza y se amplían a medida que se desarrolla la revisión de literatura.

4.1 Menstruación

Es un proceso biológico normal que ocurre desde que inicia la menarquia hasta la menopausia, siendo así un proceso que le acompaña durante casi toda su vida, el cual a nivel fisiológico consiste en el desecho de sangre y células muertas normalmente durante un periodo de 3 a 8 días, el cual se repite cada 21 o 35 días (dentro de parámetros normales) (20).

En este sentido, “la menstruación es un fenómeno fisiológico asociado a una multitud de aspectos biológicos y psicosociales que influyen en cómo la mujer vive su ciclo menstrual” (21). La menstruación “tiene un impacto importante en la vida de las mujeres que parece estar más relacionado con la alta frecuencia de los síntomas que con el nivel de sangrado. La esfera sexual es la más afectada” (22).

4.2 Estigma

Es definido como la atribución de etiquetas sociales, estereotipos, separación, pérdida de estatus y discriminación dentro de un contexto en el cual a quien se le asigna el estigma, se encuentra oprimido (23,24).

4.3 Tabú

La palabra tabú presenta dos significaciones:

[...] La de lo sagrado o consagrado y la de lo inquietante, peligroso, prohibido o impuro. En polinesio, lo contrario de tabú es noa, o sea lo ordinario, lo que es accesible a todo el mundo. El concepto de tabú entraña, pues, una idea de reserva, y, en efecto, el tabú se manifiesta especialmente en prohibiciones y restricciones. (25)

4.4 Discriminación

Más concretamente, discriminación normativa. Corresponde a un comportamiento dirigido hacia los miembros de una categoría que tiene como consecuencia ciertos resultados, y que es dirigido hacia ciertas personas no por algún merecimiento o reciprocidad en particular, sino simplemente porque resultan ser miembros de tal categoría (26).

5 Diseño metodológico

El presente estudio se llevó a cabo mediante la metodología de revisión integrativa de la literatura, la cual sintetiza la información relevante sobre un problema clínico o fenómeno de interés al incorporar diversas perspectivas y tipos de literatura. Se desarrolló la búsqueda de artículos con una fecha de publicación no mayor a diez años, logrando visualizar durante esta periodicidad un análisis del fenómeno desde múltiples perspectivas, lo que permitió una comprensión amplia de la problemática y la importancia de su revisión. Se abordaron estudios de metodología cualitativa, todos potencialmente relevantes para identificar, evaluar e integrar datos, interpretaciones y conclusiones sobre los factores que influyen en la estigmatización del ciclo menstrual.

La elaboración de esta investigación se fundamentó en los parámetros establecidos por Whittemore (27), cumpliendo con el rigor metodológico de las investigaciones primarias con las siguientes 5 etapas: 1. Identificación del problema, 2. Búsqueda de la literatura, 3. Evaluación de los datos, 4. Análisis de los datos, 5. Presentación de los datos. Se planteó como pregunta de investigación el siguiente interrogante: ¿cuáles son los factores que se relacionan con la estigmatización sociocultural hacia el ciclo menstrual de acuerdo con la literatura?

5.1 Identificación del problema

Partiendo de la problemática de estudio planteada en la pregunta y objetivos de investigación, se determinó realizar un estudio de revisión integrativa que proporciona una mayor extensión, correspondiente al resumen de la literatura investigada. Por lo que se describirán los diferentes posibles factores relacionados a la estigmatización del ciclo menstrual, teniendo en cuenta las dimensiones del desarrollo humano donde la presencia de

estos genera un conjunto de complicaciones en el estilo y calidad de vida de las mujeres.

- **Concepto:** menstruación.
- **Población:** mujeres en edad fértil quienes presentan su ciclo menstrual.
- **Contexto:** mujeres en el mundo que han tenido el ciclo menstrual.
- **Búsqueda de la literatura.**

Tabla 1.

Definición de términos, descriptores de salud o términos clave

Descriptores en ciencias de la salud			
Palabras clave	Traducción Español	Traducción Inglés	Traducción Portugués
Menstruación: expulsión periódica del endometrio, asociada a la salida de sangre menstrual en el ciclo menstrual de humanos y primates. La menstruación se debe a la bajada de la progesterona circulante y se produce en la fase lútea tardía cuando tiene lugar la luteolisis del cuerpo lúteo.	Menstruación	Menstruation	Menstruação
Estigma social: atributo que se percibe profundamente desacreditado y se considera como una violación de normas sociales.	Estigma Social	Social Stigma	Estigma Social
Tabú: cualquier tradición o comportamiento negativo que generalmente es considerado dañino al bienestar social y prohibido dentro de un grupo cultural o social.	Tabú	Taboo	Tabú

Discriminación social: comportamiento de grupo diferencial o perjudicial hacia otros en virtud de su pertenencia al grupo. Término(s) alternativo(s): Discriminación Discriminación en la Vivienda Exposición a la Discriminación Prácticas Discriminatorias	Discriminación	Social Discrimination	Discriminação Social
--	----------------	--------------------------	-------------------------

Fuente: Elaboración propia.

5.2 Fuente de búsqueda

La búsqueda de la literatura disponible que versa sobre el tema objeto de estudio fue realizada en las bases de datos de Scopus, National Library Of Medicine (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) y ScienceDirect (ver tabla 2)

Tabla 2.

Bases de datos consultadas (Scopus, PubMed, CIHNAL Complete, Sciencedirect)

Bases de datos	Descripción
Scopus	Base de datos creada en el año 2004, la cual ofrece revistas, series monográficas, actas de congreso, libros y patentes en áreas tales como ciencias, tecnologías, medicina y ciencias sociales. Dispone de herramientas digitales para facilitar la búsqueda avanzada de la evidencia investigativa y contiene producciones científicas en más de 40 idiomas (28).
PubMed	Sistema de búsqueda relacionado con biomedicina y ciencias de la salud. Perteneciente a la división de la Nacional Library of Medicine de Estados Unidos, ofreciendo así más de 35 millones de referencias bibliográficas de forma gratuita (29).
CIHNAL Complete	Es la base de datos con más importancia dentro de la profesión de enfermería. Esta incluye una rigurosa curación e indexación de revistas de acceso abierto lo que ha permitido una colección de 1443 revistas activas en la actualidad, Permite una búsqueda completa y con información científica (30).

Sciencedirect	Es considerado una de las más importantes fuentes de información dentro del ámbito investigativo. Ofrece el texto completo de las revistas científicas que publica Elsevier, así como capítulos de libros, procedentes de más de 2500 revistas con revisión por pares y de más de 11 000 libros. En total, supera los 9 millones y medio de artículos y capítulos (31).
---------------	---

Fuente: Elaboración propia

5.3 Estrategia de búsqueda

Como estrategia de búsqueda se realizaron dos diferentes conjugaciones entre los siguientes términos o descriptores controlados DeCS y MeSH: “Menstruation”, “social stigma”, “social discrimination” y “taboo”. Los términos libres o los descriptores no controlados (“Qualitative research”) se combinaron mediante los operadores booleanos “AND” y “OR” (ver Tabla 3).

Tabla 3.

Estrategia de búsqueda

Bases de datos	Ecuación de búsqueda
Scopus (52 Artículos) PubMed (331 Artículos) CIHNAL Complete (288 Artículos)	“Menstruation”AND“social stigma”OR“social discrimination”OR“taboo”AND“Qualitative research”
Sciencedirect (45 Artículos)	Menstruation”AND“social stigma”OR“social discrimination”OR“taboo”AND“Qualitative research

Fuente: elaboración propia

La búsqueda de estudios en los cuales se reportaron fenómenos que fueron interpretados por los investigadores como factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual, se llevó a cabo siguiendo los pasos que se describen a continuación:

Se aplicaron los siguientes descriptores DeCS y MeSH tanto en el idioma español como en inglés y portugués: “Menstruación”, “Estigma Social”, “Tabú” y “Discriminación”. Asimismo, se aplicaron los siguientes términos libres o descriptores no controlados:

“Qualitative research”. Estos términos se combinaron mediante los operadores booleanos “AND” y “OR” en las bases de datos Scopus, PubMed, CINAHL y ScienceDirect.

De acuerdo con esta estrategia de búsqueda, se logró realizar un conteo total, determinando la cantidad de artículos que se encontraron dentro de cada base de datos al momento de implementar nuestra ecuación de búsqueda. Evidenciándose así la siguiente distribución: Scopus: 52 Artículos, Pubmed: 331 Artículos, CIHNAL Complete: 288 Artículos y en Sciencedirect: 45 Artículos, obteniendo un total de 716 artículos, los cuales posterior a esto fueron sometidos a diferentes procesos tratando de determinar la calidad de estos, la relación que presentaban de acuerdo con el trabajo de investigación y la importancia de poder ser añadidos a la investigación.

5.4 Filtros de selección

En el presente estudio se elaboraron una serie de criterios de inclusión y exclusión, a modo de filtros, para realizar la búsqueda de la literatura en la que se abordaba el tema en estudio y seleccionar aquellas fuentes que se incluirían en la investigación y servirían como insumo para el análisis. Estos criterios fueron los siguientes:

5.4.1 Criterios de selección:

Los siguientes criterios de inclusión y exclusión fueron elegidos con el fin de fijar parámetros adecuados para la selección de artículos hallados en las diversas bases de datos y que, a su vez, posteriormente faciliten el análisis de estos.

5.4.2 Criterios de inclusión:

Mujeres que han tenido la experiencia del ciclo menstrual.

5.4.3 Criterios de exclusión:

Mujeres que han tenido amenorreas primarias.

5.4.4 Criterios de elegibilidad:

La revisión bibliográfica se basa en un rango de búsqueda entre los años 2015 y 2024 con las palabras clave: menstruación, estigma social, tabú, discriminación social. Se han elegido artículos en el idioma español, inglés y portugués, que tengan acceso completo de manera online y que analicen los aspectos socioculturales que promueven el estigma frente a la menstruación. Las bases de datos digitales usadas fueron: PubMed, Sciencedirect, Scopus, CINAHL complete. Se contemplan en una revisión sistemática de la literatura criterios de inclusión en los artículos:

- Artículos en el idioma español, inglés y portugués
- Artículos con acceso al texto completo que se encuentren en base de datos digitales como PubMed, Sciencedirect, Scopus, CINAHL complete.
- Artículos de metodología cualitativa.

5.5 Evaluación de los datos

Para poder realizar la medición de los criterios de calidad se empleó el instrumento “CASPE” (Critical Appraisal Skills Programme Español) (32), una cuyo objetivo es proporcionar las habilidades necesarias para la lectura crítica de la evidencia científica. Esta evaluación de los datos pretende identificar patrones, tendencias y posibles sesgos que se presenten en la información recopilada. Así se garantizó la validez y viabilidad de los datos obtenidos durante la búsqueda de información de carácter científica (ver tabla 4.)

Tabla 4.

Programa de lectura crítica (CASPe)

PREGUNTA (CASPe)	SI	NO SE	NO
¿Se definieron de forma clara los objetivos de la investigación? Consideraciones: - ¿Queda implícita/explicita la pregunta de investigación? - ¿Se identifica con claridad el objetivo/s de investigación? - ¿Se justifica la relevancia de los mismos?			
¿Es congruente la metodología cualitativa? Consideraciones: - Si la investigación pretende explorar las conductas o experiencias subjetivas de los participantes con respecto al fenómeno de estudio. - ¿Es apropiada la metodología cualitativa para dar respuesta a los objetivos de investigación planteados?			
¿El método de investigación es adecuado para alcanzar los objetivos? Consideraciones: - Si el investigador hace explícito y justifica el método elegido (p.ej. fenomenología, teoría fundamentada, etnología, etc.).			
¿La estrategia de selección de participantes es congruente con la pregunta de investigación y el método utilizado? Consideraciones: - Hay alguna explicación relativa a la selección de los participantes. - Justifica por qué los participantes seleccionados eran los más adecuados para acceder al tipo de conocimiento que requería el estudio. - El investigador explica quién, cómo, dónde se convocó a los participantes del estudio.			

¿Las técnicas de recogida de datos utilizadas son congruentes con la pregunta de investigación y el método utilizado? Consideraciones: -El ámbito de estudio está justificado. -Si se especifica claramente y justifica la técnica de recogida de datos (p. ej. entrevistas, grupos de discusión, observación participante, etc.). -Si se detallan aspectos concretos del proceso de recogida de datos (p. ej. elaboración de la guía de entrevista, diseño de los grupos de discusión, proceso de observación). - Si se ha modificado la estrategia de recogida de datos a lo largo del estudio y si es así, ¿explica el investigador cómo y por qué? - Si se explicita el formato de registro de los datos (p. ej. grabaciones de audio/vídeo, cuaderno de campo, etc.) - Si el investigador alcanza la saturación de datos y reflexiona sobre ello			
¿Se ha reflexionado sobre la relación entre el investigador y el objeto de investigación (reflexividad)? Consideraciones: -Si el investigador ha examinado de forma crítica su propio rol en el proceso de investigación (el investigador como instrumento de investigación), incluyendo sesgos potenciales: - En la formulación de la pregunta de investigación. - En la recogida de datos, incluida la selección de participantes y la elección del ámbito de estudio. - Si el investigador refleja y justifica los cambios conceptuales (reformulación de la pregunta y objetivos de la investigación) y metodológicos (criterios de inclusión, estrategia de muestreo, técnicas de recogida de datos, etc.).			
¿Se han tenido en cuenta los aspectos éticos? Consideraciones: - Si el investigador ha detallado aspectos relacionados con: - El consentimiento informado. - La confidencialidad de los datos. - El manejo de la vulnerabilidad emocional (efectos del estudio sobre los participantes			

durante y después del mismo como consecuencia de la toma de conciencia de su propia experiencia). - Si se ha solicitado aprobación de un comité ético			
¿Fue el análisis de datos suficientemente riguroso? Consideraciones: - Si hay una descripción detallada del tipo de análisis (de contenido, del discurso, etc.) y del proceso. - Si queda claro cómo las categorías o temas emergentes derivaron de los datos. - Si se presentan fragmentos originales de discurso significativos (verbatim) para ilustrar los resultados y se referencia su procedencia (p. ej. entrevistado 1, grupo de discusión 3, etc.) - Hasta qué punto se han tenido en cuenta en el proceso de análisis los datos contradictorios (casos negativos o casos extremos). - Si el investigador ha examinado de forma crítica su propio rol y su subjetividad de análisis.			
¿Es clara la exposición de los resultados? Consideraciones: - Los resultados corresponden a la pregunta de investigación. - Los resultados se exponen de una forma detallada, comprensible. - Si se comparan o discuten los hallazgos de la investigación con los resultados de investigaciones previas. - Si el investigador justifica estrategias llevadas a cabo para asegurar la credibilidad de los resultados (p.ej. triangulación, validación por los participantes del estudio, etc.) - Si se reflexiona sobre las limitaciones del estudio.			

¿Son aplicables los resultados de la investigación? Consideraciones: -El investigador explica la contribución que los resultados aportan al conocimiento existente y a la práctica clínica. - Se identifican líneas futuras de investigación. -El investigador reflexiona acerca de la transferibilidad de los resultados a otros contextos.			
---	--	--	--

Fuente: Cano et al., (32).

5.6 Análisis de los datos

El análisis de los datos es una etapa determinante en cualquier proyecto de investigación que se realice con la finalidad de causar algún impacto dentro de la comunidad científica. Es un proceso donde se transforman los datos recopilados en información relevante y de suma importancia para la toma de decisiones dentro del proyecto.

Se realizó una lectura crítica de los artículos incluidos y un análisis profundo de los datos extraídos. En esta cuarta etapa de la investigación se caracterizaron las publicaciones según los datos reportados e interpretados de acuerdo con los resultados obtenidos de la búsqueda en las bases de datos. Para ejecutar con éxito este paso se siguieron las recomendaciones de Whittemore (27) consistentes en realizar las tareas que se describen a continuación: reducción de datos, visualización de datos, comparación de datos y extracción de conclusiones.

Reducción de datos: en este proceso se simplificaron, resumieron, codificaron y organizaron los datos extraídos de los estudios seleccionados, con el propósito de garantizar la calidad de los hallazgos de la presente revisión. Este paso, que se ejecutó mediante la lectura crítica de los artículos, lo cual permitió la identificación de factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual. Por último, en esta etapa se ejecutó el control de las

duplicaciones con la exclusión de los artículos repetidos.

Visualización de datos: en este paso se organizó la información extraída utilizando la matriz del programa Microsoft Excel. Una vez concluida la extracción y la codificación de los hallazgos, se realizó la caracterización, el análisis y la interpretación de los datos por medio de tablas y gráficos.

Comparación de datos: en el apartado de análisis de los resultados se examinó a profundidad cada uno de los subgrupos y se establecieron esquemas de integración de los hallazgos, encontrando diferentes factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual.

Extracción de conclusiones: en el último paso se procedió a derivar las conclusiones de la revisión mediante la generalización de la integración de la literatura revisada, lo cual se puede interpretar como el aporte más importante en la profundización de los conocimientos de los datos revisados. Este proceso de generalización, facilitando la identificación de las conclusiones derivadas de la revisión que se ejecutó.

5.7 Manejo de sesgos

Durante el desarrollo de esta Revisión Integrativa de la Literatura (RIL) se tuvieron en cuenta los posibles errores, las interpretaciones equívocas o los sesgos potenciales que podían cometerse en la lectura de la información. Teniendo en cuenta que estos deben contemplarse en toda investigación para intentar controlarlos y, de ese modo, prevenir que se presenten análisis equivocados y conclusiones inexactas a partir de la mala interpretación de los datos analizados. Para evitar incurrir en estos errores en el marco de este estudio se consideraron los siguientes sesgos (33):

- Sesgo de evaluación inicial: este tipo de sesgo puede afectar los estudios secundarios, debido a que consiste en la búsqueda y el análisis exhaustivo de

la literatura científica. Se basa en la extracción de datos y reportes de estudios primarios que son ejecutados por otros autores, lo cual exige al investigador darse a la tarea de corroborar la calidad de dichos reportes de investigación. Este tipo de sesgo debe ser, además, controlado desde el establecimiento de las primeras etapas del estudio, específicamente en el planteamiento del problema y la formulación de la pregunta de investigación que orienta la búsqueda de información de manera correcta, previniendo interpretaciones erróneas.

- Sesgo de concepto: para controlar este sesgo se describió de manera detallada el planteamiento del problema, la pregunta de investigación y los objetivos del estudio, bajo el soporte que representa el marco teórico donde se definieron los conceptos que se utilizarían a lo largo de este estudio y se hizo una contextualización preliminar de la evidencia científica relacionada con la temática en estudio. De este modo, fue posible seleccionar la metodología para desarrollar la presente RIL.
- Sesgo de selección: el control de este potencial sesgo se garantizó estableciendo y siguiendo criterios de selección para escoger los artículos que serían revisados en la investigación. Con este propósito, enmarcado en la pregunta central, también se aplicó un instrumento para la correcta identificación de la información. Para ello se hizo una revisión independiente en las bases de datos y, posteriormente, una revisión grupal de los artículos seleccionados para este estudio de acuerdo con los filtros de selección.
- Sesgo del observador: para prevenir este sesgo los mismos investigadores a quienes se suscribe este estudio se encargaron de realizar la búsqueda de los

artículos y la extracción de los datos, dado que tenían claridad sobre los objetivos de la RIL. Además de haber recibido un entrenamiento previo en cuanto a la búsqueda y selección de la información. Este entrenamiento fue realizado por la asesora.

En los casos donde los autores de este estudio presentaron desacuerdos respecto a la selección de algún artículo la asesora se encargaba de realizar la orientación, actuando como moderadora, reiterando los criterios de inclusión y exclusión establecidos previamente y evaluando la información seleccionada para verificar si cumplían o no con dichos criterios.

- Sesgo de análisis, interpretación y subjetividad: los datos extraídos de los artículos incluidos en la RIL fueron identificados, ordenados y consolidados en una matriz de Excel. De esta manera fue posible realizar el análisis individual de cada artículo y hacer la posterior discusión con los demás autores y el orientador, lo cual permitió verificar el cumplimiento de los objetivos de la presente RIL, generando así los resultados obtenidos y las conclusiones pertinentes.

5.8 Presentación de los datos

La presentación efectiva de los resultados es un aspecto fundamental dentro de un proyecto de investigación, la manera en la que se presentan y se comunican los hallazgos serán fundamentales para la comprensión e interpretación que la comunidad académica, profesional y personas lectoras puedan obtener de lo expuesto dentro de este. De acuerdo con “The integrative review: updated methodology” por Whitemore (27) existen distintos métodos de presentación de los resultados tales como las tablas y los diagramas. En este contexto el uso de diagramas se ha convertido en un tipo de instrumento útil con el fin de representar datos de manera visual y más comprensible.

6 Consideraciones éticas

Esta investigación se llevó a cabo haciendo uso del método revisión integrativa de la literatura, el cual permite acceder a información a nivel mundial, nacional y local dando así una perspectiva más amplia y clara de la problemática que se aborda en este estudio, la cual consiste en identificar los factores relacionados a la estigmatización del ciclo menstrual. Razón por la cual es pertinente abarcar diferentes perspectivas y conocimientos a escala global.

Por otro lado, tenemos que este estudio al realizarse con base a información, no está relacionado con intervenciones hacia personas, razón por la cual cumple con lo estipulado en la Resolución 8430 de 1993, siendo un referente fundamental para la investigación en salud en el país en cuyo artículo 11 se consignan los lineamientos para declarar una investigación sin riesgo debido a ser un estudio de análisis de investigaciones preexistentes y no implica la interacción directa con participantes.

Además, teniendo en cuenta los principios éticos de la enfermería y el aporte científico, esta investigación acoge lo estipulado por las leyes 266 de 1996 y 911 de 2004, con el fin de fortalecer esta disciplina bajo el marco del respeto por la dignidad humana y los lineamientos legales establecidos por nuestra profesión en Colombia.

Con el fin de respetar la integridad y derechos de los autores estudiados y citados en esta investigación, se siguieron los lineamientos estipulados por la Ley 1915 de 2018, evitando cualquier tipo de plagio o infracción a la propiedad intelectual, conservando la integridad del estudio, aportando así al conocimiento científico en salud sin transgredir límites éticos ni legales.

6.1 Conflictos de interés

Los autores y la docente orientadora de este estudio declaran no tener ningún tipo de conflicto de interés que pueda comprometer la objetividad de este.

7 Resultados

De acuerdo con la estrategia de búsqueda explicada dentro de la investigación, fueron identificados 716 artículos en las cuatro bases de datos. Estos fueron sometidos a su vez a diferentes procesos, tratando de explicar la importancia de su implementación y la calidad de este. Los puntos que se desarrollaron fueron los siguientes:

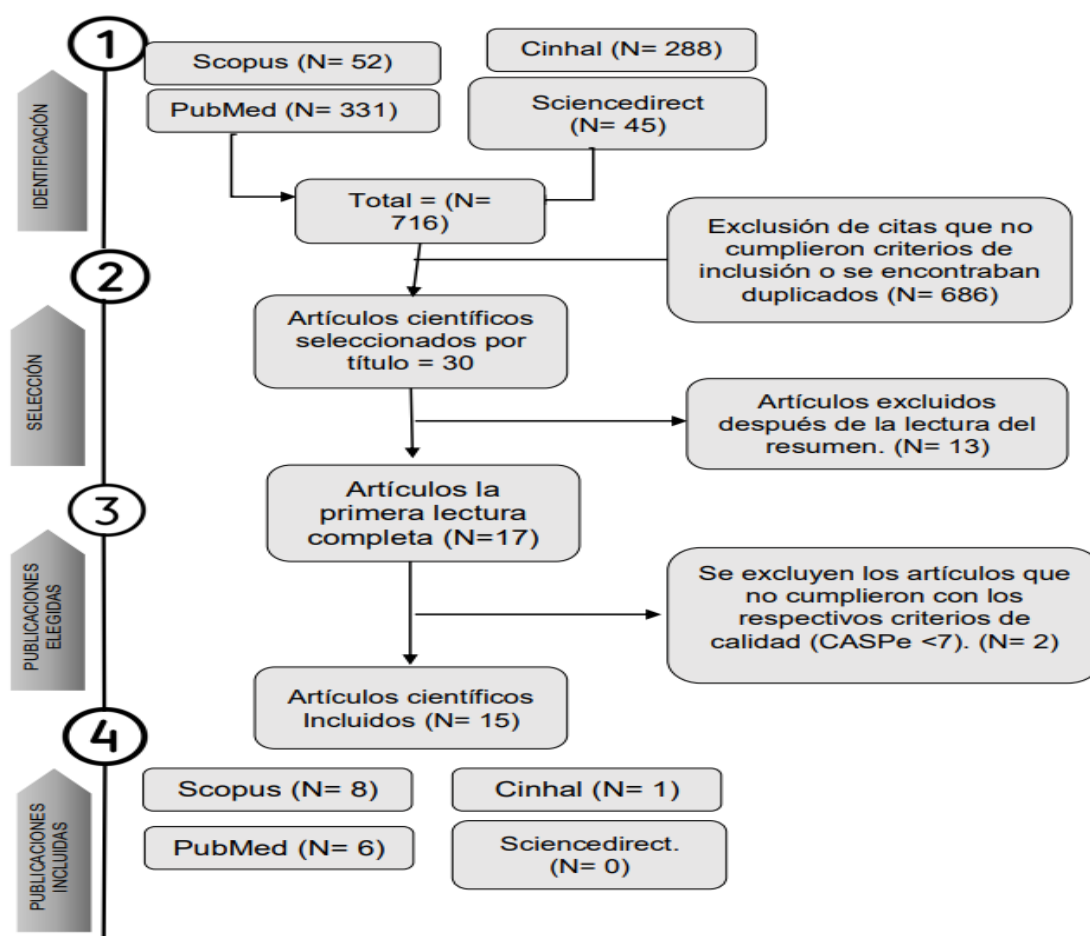
- Después de aplicar los criterios de inclusión y de exclusión e identificar los estudios que se encontraban duplicados, se descartaron 686, quedando 30 artículos seleccionados.
- Posterior a la lectura de los resúmenes de los artículos que cumplían con los criterios de inclusión, fueron elegidas 17 publicaciones y se excluyeron 13 de estas por no cumplir con el propósito de la pregunta central del estudio.
- Luego se realizó una lectura integral de cada artículo a partir de la cual se descartaron 2 estudios por no cumplir con los criterios de calidad establecidos en el CASPe (28). Por lo tanto, se incluyeron en total 15 artículos en el estudio para analizarlos durante la extracción de datos.

En la Figura 1 que se muestra, a continuación, se detalla el proceso de identificación, selección, elección e inclusión de los estudios que fueron incluidos en la presente investigación. Se realiza el proceso de identificación y selección de los artículos. Solo fueron incluidos 15 estudios para la extracción de datos. Lo anterior evidencia que el fenómeno principal de la presente RIL, la cual corresponde a los factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual, ha sido poco investigado. Se hizo necesario realizar un análisis de la información que reportaron los autores sobre este fenómeno, por ejemplo, con

respecto a educación menstrual, pobreza menstrual, estigma social, tabú y perspectivas negativas, entre otros que pudieran ser interpretados como factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual. Ello demuestra lo poco que se ha abordado esta temática y justifica la realización de la presente investigación.

Figura 1.

Identificación de estudios a través de bases de datos y registros, 2024



Fuente: elaboración propia, utilizando el diagrama Prisma 2020.

7.1 Presentación de las publicaciones incluidas

Una vez ejecutada la búsqueda y selección de los artículos se procedió a ordenarlos para la extracción de datos que correspondían a las variables de interés para la presente investigación. A estos artículos se les asignó un código conformado por la letra A seguida de

un número del 10 al 24 de acuerdo con la matriz del programa Microsoft Excel para facilitar la descripción y el análisis. La información encontrada se expone de la siguiente manera:

En la Tabla 5 se presenta el listado de los artículos incluidos en el estudio según el código, el título, los autores y el objetivo junto con la caracterización de los artículos según la revista de publicación, la base de datos, el año de publicación, el idioma y el país, además el diseño de estudio, la población, la muestra y el resultado obtenido en la evaluación de la calidad del artículo mediante la aplicación CASPe.

Tal como se aprecia en la Tabla 5, la mayoría de los estudios centraron sus objetivos en identificar, comprender, explorar, analizar y conocer diferentes factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual en la población de estudio. Asimismo, los autores plantearon las posibles intervenciones que debían realizarse por parte del personal educador, específicamente, el personal de salud, pudiendo llegar a generar un cambio positivo en las experiencias vividas por parte de la población estudio que estuvo expuesta a diferentes factores que promueven la estigmatización de su ciclo menstrual.

Lo anterior demuestra que se encontraron factores protectores y factores de riesgo que, según estos estudios, influían en la percepción que se tenía de la menstruación para esa población de estudio, las cuales pueden ser interpretadas como requerimientos de educación por los profesionales de enfermería, lo que permitiría brindar intervenciones efectivas que promuevan conocimientos acertados y experiencias un tanto positivas relacionadas con las experiencias al presentar el ciclo menstrual

Se evidencia que la mayoría de los artículos fueron obtenidos de la base de datos Scopus. Esta es considerada una base de datos de gran cobertura que almacena artículos de alta calidad en distintos idiomas y dispone de más un total de 26 037 artículos indexados. Igualmente, ofrece un manejo amigable y facilita el acceso a la información permitiendo realizar búsquedas específicas, lo cual la convirtió en una herramienta adecuada para cumplir

con el objetivo de esta investigación (28). Asimismo, se evidencia que todos los artículos se encuentran publicados en idioma inglés. Cabe aclarar que los artículos incluidos solo contaban con versiones en el idioma inglés. Esto se debe, de acuerdo con Lopardo (34), a que el idioma inglés es considerado el lenguaje universal en el reporte de hallazgos científicos. De ahí que la mayoría de los autores publiquen en este idioma con el objetivo de dar mayor difusión a los resultados de sus investigaciones en la evidencia científica.

Con respecto a la distribución por países de los artículos incluidos en este estudio, se encontró una gran participación de investigadores en la región de África, Estados Unidos, India. En menor medida se encontraron estudios desarrollados en Europa y Sudamérica, específicamente, en España y Chile. El mayor desarrollo de estudios que abordan esta temática en países africanos puede explicarse por el hecho de que en esta región se presenta una cultura con diversos grupos y comunidades que cuentan con su propia percepción acerca de su cultura y desarrollo (35).

En relación con el tiempo de publicación, el total de 15 artículos fueron publicados recientemente en un tiempo menor de 10 años. El artículo más antiguo fue publicado en el año 2016 y los más recientes fueron publicados en el año 2024. La ampliación del rango de tiempo de publicación en el marco de esta revisión se debe a la poca disponibilidad de artículos que cumplieron con los criterios de inclusión, lo cual hizo necesario el establecimiento de parámetros temporales más extensos que permitieran la identificación de una mayor cantidad de estudios. De esta manera, se pudo obtener información actualizada para orientar la presente revisión, lo cual fue un aspecto fundamental en el estudio considerando que, como lo señalaron Manterola et al. (2013), la calidad de los reportes de revisiones se ve comprometida cuando se incluyen artículos antiguos y desactualizados que no corresponden a las problemáticas actuales del campo investigativo (6).

Además, se describen las características de los estudios según el diseño, el tamaño de

la muestra y la evaluación de la calidad de las mismas publicaciones, se evidencia los estudios corresponde a investigaciones de enfoque cualitativo, siendo las entrevistas las más abundantes en la literatura, seguidos por los grupos de discusión. Dentro de estas investigaciones se incluyeron, además, estudios de tipo exploratorio y de tipo análisis fenomenológico.

Es importante resaltar que los estudios de carácter cualitativo son aquellos donde se estudia la calidad de las actividades, relaciones, asuntos, medios, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema. Asimismo, mediante estos estudios se logra describir un grado de certeza preliminar de la asociación de dos o más variables, las cuales se estudian de manera simultánea, por lo tanto, estos estudios son considerados con un nivel de evidencia elevado (36). Se encontraron investigaciones secundarias que proporcionan un análisis profundo de los resultados aportados por otros autores que indagaron sobre aspectos vinculados con la presente investigación.

Por otra parte, se observa que las muestras reportadas en los artículos contaban con un número de participantes acorde a cada diseño metodológico. Los estudios de enfoque cualitativo no precisan contar con una mayor cantidad de participantes para responder adecuadamente a los objetivos que se plantean bajo este enfoque investigativo. En el caso opuesto, las investigaciones con enfoque cuantitativo casi siempre se emplean muestras con una mayor cantidad de participantes para responder adecuadamente a los objetivos de la investigación, Lo anterior se debe al hecho de que el interés de la investigación cualitativa se centra en describir significados, experiencias o emociones (36).

Finalmente, se presenta la evaluación de la calidad de los artículos, según el CASPe. Esta herramienta de evaluación de la calidad de estudios incluidos en esta revisión de literatura es aplicable para estudios de enfoque cualitativo, debido a que el diseño de investigación de cada artículo debe evaluarse por sus propios méritos, especialmente

valorando si el diseño que se utilizó en cada referencia fue apropiado y guarda coherencia con la pregunta de investigación. En este sentido, para determinar la calidad de los artículos incluidos en la presente RIL, se evaluaron las 10 preguntas las cuales disponen de una breve descripción relacionada con el correcto diligenciamiento de las mismas preguntas, aclarando que no se incluyen los artículos que presentaran un puntaje menor a 7 puntos (32).

De manera adicional, se evidencia que todos los estudios incluidos en esta investigación tienen una puntuación que oscila entre 7 puntos y 10 puntos. Los con un CASPe menor a 7 puntos fueron excluidos de manera previa a la inclusión y extracción de la información.

Tabla 5.

Caracterización de literatura integrada y evaluación de calidad

Cod	Título	Autores	Objetivos	Base de datos	Revista	Año	Idioma	País	Diseño del estudio	Tamaño de la muestra	Puntaje CASPE
A10	Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion	Anne Mutunda Lahme, Ruth Stern, Diane Cooper	Analizan los factores que influyen en la comprensión, las experiencias y las prácticas de higiene menstrual entre las adolescentes del distrito de Mongu, provincia occidental de Zambia.	PubMed	Glob Health Promot	2018	Ingles	Zambia	Metodología cualitativa- Estudio exploratorio	51 participantes	7/10
A11	Experience of Menarche Among Jordanian Adolescent Girls: An Interpretive Phenomenological Analysis	Omar Al Omari, Nadin M Abdel Razeq, Marjaneh M Fooladi	Explorar la experiencia de la menarquia entre las adolescentes jordanas cuando llegan a la menarquia.	PubMed	J Pediatr Adolesc Gynecol	2016	Ingles	Jordania	Metodología cualitativa- Análisis Fenomenológico	7 participantes	9/10
A12	Perceptions, Beliefs, and Experiences about the Menstrual Cycle and Menstruation among Young Women: A Qualitative Approach	Alicia Botello-Hermosa, María González-Cano-Caballero, María Dolores Guerra-Martín, Carmen Flores Navarro-Pérez, Socorro	Explorar las percepciones, creencias y conocimientos de las mujeres jóvenes españolas sobre el ciclo menstrual y la menstruación y	PubMed	Healthcare (Basel).	2024	Ingles	España	Metodología cualitativa- Grupos de discusión	45 participantes	8/10

		Arnedillo-Sánchez	su impacto en sus vidas.								
A13	School nurses and menstrual communication: Destigmatizing the stigma among adolescents	Sarah S LeBlanc	Comprender cómo las enfermeras escolares, a menudo la primera línea de defensa de las adolescentes que menstrúan, utilizan la comunicación para ayudar a las adolescentes a desestigmatizar la menstruación.	PubMed	Womens Health (Lond).	2024	Ingles	Estados unidos	Metodología cualitativa-Enfoque iterativo fonético	9 participantes	8/10
A14	"My mama told me it would happen": menarche and menstruation experiences across generations	Andrea L DeMaria, Cara Delay, Beth Sundstrom PhD, MPH, Audrey L Wakefield, Zeina Naoum MPH, Jaziel Ramos-Ortiz, Stephanie Meier, Kristin Brig	Comprender los conocimientos, actitudes y comportamientos relacionados con la menarquia y la menstruación de las mujeres a lo largo de las generaciones.	PubMed	Women Health	2019	Ingles	Estados unidos	Metodología cualitativa	70 participantes	8/10
A15	Perspectives on menstrual policymaking and community-based actions in Catalonia (Spain): a qualitative study	Andrea García-Egea, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques-Aviñó, Cristina Martínez-Bueno, Anna	Identificar y proponer políticas y acciones comunitarias para abordar la inequidad menstrual y promover la	PubMed	Reprod Health.	2024	Ingles	Cataluña-España	Metodología cualitativa-selección intencional y selectiva	56 participantes	9/10

		Berenguera, María Mercedes Vicente-Hernández, Carme Valls-Llobet, Diana Pinzón-Sanabria, Georgina Pujolar-Díaz, Laura Medina-Perucha	salud menstrual en Cataluña (España).								
A16	Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study	María Félix Rodríguez-Camacho, María José Sanchís-Ramón, Gaby Ortiz-Barreda, Daniel La Parra-Casado & Diana Gil González	Explorar las percepciones de las mujeres gitanas sobre su experiencia de la menarquia y la salud reproductiva considerando los principios de la justicia reproductiva.	Scopus	Reprod Health.	2024	Ingles	España	Metodología cualitativa-entrevistas semiestructuradas	19 participantes	10/10
A17	Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa	Departamento de Antropología, Arqueología y Estudios del Desarrollo, Facultad de Humanidades, Universidad de Pretoria, Pretoria, Sudáfrica/Vista de Sobudula Dhee Naidoo	Explorar las barreras a la educación menstrual entre las figuras maternas y las niñas.	Scopus	Sexuality, Gender & Policy (SGP)	2024	Ingles	Sudáfrica.	Metodología cualitativa-entrevistas semiestructuradas	20 participantes	10/10

A18	Coming of age: a qualitative study of adolescent girls' menstrual preparedness in Palestinian refugee camps in the West Bank and Jordan.	Rula Ghandour, a, b Weeam Hammoudeh, c Rita Giacaman, d Gerd Holmboe-Ottesen, e y Heidi E. Fjeld f	Investigar el estado de preparación menstrual de las adolescentes que viven en los campos de refugiados palestinos en Cisjordania y Jordania.	Scopus	Taylor & Francis	2022	Ingles	Estado palestino	Metodología cualitativa	232 participantes	8/10
A19	Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia	Sharifah Zahhura Syed Abdullah	Examinar las restricciones alimentarias y los tabúes impuestos a las mujeres de Temiar que menstrúan.	Scopus	PLOS ONE JOURNAL	2022	Ingles	Estados Unidos	Metodología cualitativa-grupos de discusión	38 participantes	10/10
A20	"Menstruation is a Fearful Thing": A Qualitative Exploration of Menstrual Experiences and Sources of Information About Menstruation Among Adolescent Schoolgirls	Balem Demtsu Betsu, Araya Abrha Medhanyie, Tesfay Gebregzabher Gebrehiwet, L Lewis Wall	Explorar las experiencias de las mujeres escolares y la información que reciben sobre el manejo de la higiene menstrual en Tigray.	Scopus	International Journal of Women's Health.	2023	Ingles	Nueva Zelanda	Metodología cualitativa-Entrevistas y grupos de discusión	79 participantes	10/10
A21	A Qualitative Content Analysis of Rural and Urban School Students' Menstruation-	Deena Mehjabeen, Erin C. Hunter, Mehjabin Tishan Mahfuz,	Explorar los tipos de información y apoyo relacionados con la menstruación	Scopus	International Journal of Environmental Research and Public Health.	2022	Ingles	Bangladesh	Metodología cualitativa	374 participantes	10/10

	Related Questions in Bangladesh	Moshammot Mobashara, Mahbubur Rahman y Farhana Sultana.	que los estudiantes varones y mujeres adolescentes desean pero que pueden resultar incómodos al verbalizar.								
A22	Cultural meaning of menstruation among Spanish women Significado cultural de la menstruación en mujeres españolas	Alicia Botello Hermosa y Rosa Casado Mejía	Conocer qué significados culturales existen en nuestra sociedad respecto a la menstruación, desde la perspectiva de la enfermería transcultural, y analizar si se han superado falsas creencias del pasado.	Scopus	Ciencia y enfermería	2017	Ingles	Chile	Metodología cualitativa- Entrevistas semiestructuradas y grupos de discusión	47 participantes	10/10
A23	A qualitative study of adolescent girls' experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien	Explorar cómo las adolescentes en la zona rural de Thirumalaikodi, Tamil Nadu, India experimentan la menarquia y la menstruación, cómo sus experiencias se conectan con el contexto sociocultural y	Scopus	International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being	2020	Ingles	India	Metodología cualitativa- Entrevistas semiestructuradas	10 participantes	10/10

			qué estrategias utilizan para manejar la menstruación.								
A24	"But I think there's always been that stigma": Adult women's perceptions of menstrual product advertising.	Mucedola, Adriana S, Andrea M.	Comprender cómo la publicidad de productos menstruales moldea las interpretaciones que las mujeres tienen de sus cuerpos y del proceso menstrual.	CIHNAL Complete	HEALTH CARE WOMEN INT	2023	Inglés	Estados Unidos	Metodología cualitativa- Entrevistas semiestructuradas	18 participantes	10/10

Fuente: Elaboración propia, 2024.

En la Tabla 6 se presenta la frecuencia de los temas encontrados en la literatura, elaborado a partir de la discusión de los investigadores. Una vez verificada la calidad de los estudios se procedió a realizar la lectura integral y el respectivo análisis de cada artículo, identificando y describiendo los principales resultados reportados por los autores que fueron interpretados como factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual. Estos datos se extrajeron y se organizaron en una plantilla de Word que facilitó la identificación de los temas similares y/o coincidencias, lo que a su vez permitió agrupar los hallazgos de los diferentes investigadores y proponer los siguientes factores que promueven la estigmatización del ciclo menstrual.

La organización de la información de estas categorías permite comprender los principales factores que promueven esta estigmatización del ciclo menstrual, como se muestra en la Figura 1. Ello demuestra que este tipo de situaciones generan diferentes pensamientos o creencias en las mujeres, las cuales pueden generar perspectivas negativas o positivas en su proceso, hecho que demanda a los profesionales de enfermería tener una visión amplia, integral y holística frente a esta población y poder brindar la educación pertinente.

Tabla 6.

Tema por artículo Título del artículo Año de publicación Autor

Tema por artículo	Título del artículo	Año de publicación	Autor
Pobreza menstrual: Barreras que se presentan al acceder a productos menstruales, instalaciones sanitarias e información verídica.	Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion	2018	Anne Mutunda Lahme, Ruth Stern, Diane Cooper
	School nurses and menstrual communication: Destigmatizing the stigma among adolescents	2024	Sarah S LeBlanc

	“Menstruation is a Fearful Thing”: A Qualitative Exploration of Menstrual Experiences and Sources of Information About Menstruation Among Adolescent Schoolgirls	2023	Balem Demtsu Betsu, Araya Abrha Medhanyie, Tesfay Gebregzabher Gebrehiwet, L Lewis Wall
	Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study	2024	María Félix Rodríguez-Camacho ,María José Sanchís-Ramón ,Gaby Ortiz-Barreda ,Daniel La Parra-Casado &Diana Gil González
	A Qualitative Content Analysis of Rural and Urban School Students’ Menstruation-Related Questions in Bangladesh	2022	Deena Mehjabeen, Erin C. Hunter,Mehjabin Tishan Mahfuz,Moshammot Mobashara,Mahbubur Rahman y Farhana Sultana.
	Perspectives on menstrual policymaking and community-based actions in Catalonia (Spain): a qualitative study	2024	Andrea García-Egea, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques-Aviñó, Cristina Martínez-Bueno, Anna Berenguera, María Mercedes Vicente-Hernández, Carme Valls-Llobet, Diana Pinzón-Sanabria, Georgina Pujolar-Díaz, Laura Medina-Perucha
Estigma menstrual: Se refiere a cómo algunas mujeres que menstrúan asimilan y aceptan la estigmatización de la sangre menstrual y de la menstruación en sí. Esto se traduce en una mayor timidez durante este periodo, reforzando la idea de que la sangre menstrual es desagradable tanto para los demás como para ellas mismas, lo que a su vez fomenta sentimientos de vergüenza.	Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion	2018	Anne Mutunda Lahme, Ruth Stern, Diane Cooper
	A qualitative study of adolescent girls’ experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
	Perspectives on menstrual policymaking and community-based actions in Catalonia (Spain): a qualitative study	2024	Andrea García-Egea, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques-Aviñó, Cristina Martínez-Bueno, Anna Berenguera, María Mercedes Vicente-Hernández, Carme Valls-Llobet, Diana Pinzón-Sanabria, Georgina Pujolar-Díaz, Laura Medina-Perucha
	Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study	2024	" María Félix Rodríguez-Camacho ,María José Sanchís-Ramón ,Gaby Ortiz-Barreda ,Daniel La Parra-Casado &Diana Gil González "

	Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa	2024	Departamento de Antropología, Arqueología y Estudios del Desarrollo, Facultad de Humanidades, Universidad de Pretoria, Pretoria, Sudáfrica/Vista de Sobudula Dhee Naidoo
	A Qualitative Content Analysis of Rural and Urban School Students' Menstruation-Related Questions in Bangladesh	2022	Deena Mehjabeen, Erin C. Hunter, Mehjabin Tishan Mahfuz, Moshammot Mobashara, Mahbubur Rahman y Farhana Sultana.
	Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia	2022	Sharifah Zalhura Syed Abdullah
	"But I think there's always been that stigma": Adult women's perceptions of menstrual product advertising	2023	Mucedola, Adriana S, Andrea M.
Cultura: Conjunto de creencias, valores y costumbres que rodean el proceso del ciclo menstrual, que influyen en la vivencia de la menstruación de las niñas, adolescentes	Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion	2018	Anne Mutunda Lahme, Ruth Stern, Diane Cooper
	Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study	2024	María Félix Rodríguez-Camacho ,María José Sanchís-Ramón ,Gaby Ortiz-Barreda ,Daniel La Parra-Casado & Diana Gil González "
	Experience of Menarche Among Jordanian Adolescent Girls: An Interpretive Phenomenological Analysis	2016	Omar Al Omari, Nadin M Abdel Razeq, Marjaneh M Fooladi
	Cultural meaning of menstruation among Spanish women Significado cultural de la menstruación en mujeres Españolas"	2017	Alicia Botello Hermosa y Rosa Casado Mejía
	Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia	2022	Sharifah Zalhura Syed Abdullah

	"But I think there's always been that stigma": Adult women's perceptions of menstrual product advertising.	2023	Mucedola, Adriana S, Andrea M.
	Coming of age: a qualitative study of adolescent girls' menstrual preparedness in Palestinian refugee camps in the West Bank and Jordan	2022	Rula Ghandour , a, b Weeam Hammoudeh , c Rita Giacaman , d Gerd Holmboe-Ottesen , e y Heidi E. Fjeld f
	A qualitative study of adolescent girls' experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
Educación menstrual: Información científica sobre los procesos que se desarrollan en la menarquia, integrando el manejo de la menstruación y los impactos relacionados con la salud, como método que reduce los mitos y estigmas en conjunto de educación sexual y derechos sexuales y reproductivos.	Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion	2018	Anne Mutunda Lahme, Ruth Stern, Diane Cooper
	Perspectives on menstrual policymaking and community-based action y mujeres. s in Catalonia (Spain): a qualitative study	2024	Andrea García-Egea, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques-Aviñó, Cristina Martínez-Bueno, Anna Berenguera, María Mercedes Vicente-Hernández, Carme Valls-Llobet, Diana Pinzón-Sanabria, Georgina Pujolar-Díaz, Laura Medina-Perucha
	Cultural meaning of menstruation among Spanish women Significado cultural de la menstruación en mujeres Españolas"	2017	Alicia Botello Hermosa y Rosa Casado Mejía
	A Qualitative Content Analysis of Rural and Urban School Students' Menstruation-Related Questions in Bangladesh	2022	Deena Mehjabeen, Erin C. Hunter, Mehjabin Tishan Mahfuz, Moshammot Mobashara, Mahbubur Rahman y Farhana Sultana.
	"Menstruation is a Fearful Thing": A Qualitative Exploration of Menstrual Experiences and Sources of Information About Menstruation Among Adolescent Schoolgirls	2023	Balem Demtsu Betsu, Araya Abrha Medhanyie, Tesfay Gebregzabher Gebrehiwet, L Lewis Wall

	Coming of age: a qualitative study of adolescent girls' menstrual preparedness in Palestinian refugee camps in the West Bank and Jordan	2022	Rula Ghandour , a, b Weeam Hammoudeh , c Rita Giacaman , d Gerd Holmboe-Ottesen , e y Heidi E. Fjeld f
	Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa	2024	Departamento de Antropología, Arqueología y Estudios del Desarrollo, Facultad de Humanidades, Universidad de Pretoria, Pretoria, Sudáfrica/Vista de Sobudula Dhee Naidoo
	Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study	2024	" María Félix Rodríguez-Camacho ,María José Sanchís-Ramón ,Gaby Ortiz-Barreda ,Daniel La Parra-Casado &Diana Gil González "
	"My mama told me it would happen": menarche and menstruation experiences across generations	2019	Andrea L DeMaria, Cara Delay, Beth Sundstrom PhD, MPH, Audrey L Wakefield, Zeina Naoum MPH, Jaziel Ramos-Ortiz, Stephanie Meier, Kristin Brig
	School nurses and menstrual communication: Destigmatizing the stigma among adolescents	2024	Sarah S LeBlanc
	Perceptions, Beliefs, and Experiences about the Menstrual Cycle and Menstruation among Young Women: A Qualitative Approach	2024	Alicia Botello-Hermosa, María González-Cano-Caballero, María Dolores Guerra-Martín, Carmen Flores Navarro-Pérez, Socorro Arnedillo-Sánchez
	Experience of Menarche Among Jordanian Adolescent Girls: An Interpretive Phenomenological Analysis	2016	Omar Al Omari, Nadin M Abdel Razeq, Marjaneh M Fooladi
	A qualitative study of adolescent girls' experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
Tabú: Restricciones sociales que se promueven alrededor de las prácticas	Experience of Menarche Among Jordanian Adolescent Girls: An Interpretive Phenomenological	2016	Omar Al Omari, Nadin M Abdel Razeq, Marjaneh M Fooladi

relacionadas con el proceso de la menstruación. Consideradas como positivas o negativas de acuerdo al contexto social.	Analysis		
	"Cultural meaning of menstruation among Spanish women Significado cultural de la menstruación en mujeres Españolas"	2017	Alicia Botello Hermosa y Rosa Casado Mejía
	"Menstruation is a Fearful Thing": A Qualitative Exploration of Menstrual Experiences and Sources of Information About Menstruation Among Adolescent Schoolgirls	2023	Balem Demtsu Betsu, Araya Abrha Medhanyie, Tesfay Gebregzabher Gebrehiwet, L Lewis Wall
	Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia	2022	Sharifah Zahhura Syed Abdullah
	Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa	2024	Departamento de Antropología, Arqueología y Estudios del Desarrollo, Facultad de Humanidades, Universidad de Pretoria, Pretoria, Sudáfrica/Vista de Sobudula Dhee Naidoo
	Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study	2024	" María Félix Rodríguez-Camacho ,María José Sanchís-Ramón ,Gaby Ortiz-Barreda ,Daniel La Parra-Casado &Diana Gil González "
	Perspectives on menstrual policymaking and community-based actions in Catalonia (Spain): a qualitative study	2024	Andrea García-Egea, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques-Aviñó, Cristina Martínez-Bueno, Anna Berenguera, María Mercedes Vicente-Hernández, Carme Valls-Llobet, Diana Pinzón-Sanabria, Georgina Pujolar-Díaz, Laura Medina-Perucha
	A qualitative study of adolescent girls' experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
	"My mama told me it would happen": menarche and menstruation experiences across generations	2019	Andrea L DeMaria, Cara Delay, Beth Sundstrom PhD, MPH, Audrey L Wakefield, Zeina Naoum MPH, Jaziel Ramos-Ortiz, Stephanie Meier, Kristin Brig

Perspectivas negativas hacia la menstruación: Interpretaciones pesimistas que se generan de acuerdo a las experiencias relacionadas con la menstruación, las cuales pueden generar vergüenza, miedo, temor, molestia, bochorno, entre otros.	Experience of Menarche Among Jordanian Adolescent Girls: An Interpretive Phenomenological Analysis	2016	Omar Al Omari, Nadin M Abdel Razeq, Marjaneh M Fooladi
	“Menstruation is a Fearful Thing”: A Qualitative Exploration of Menstrual Experiences and Sources of Information About Menstruation Among Adolescent Schoolgirls	2023	Balem Demtsu Betsu, Araya Abrha Medhanyie, Tesfay Gebregzabher Gebrehiwet, L Lewis Wall
	Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia	2022	Sharifah Zahhura Syed Abdullah
	A qualitative study of adolescent girls’ experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
	Perceptions, Beliefs, and Experiences about the Menstrual Cycle and Menstruation among Young Women: A Qualitative Approach	2024	Alicia Botello-Hermosa, María González-Cano-Caballero, María Dolores Guerra-Martín, Carmen Flores Navarro-Pérez, Socorro Arnedillo-Sánchez
	"But I think there's always been that stigma": Adult women's perceptions of menstrual product advertising.	2023	Mucedola, Adriana S, Andrea M.
Perspectivas positivas hacia la menstruación: Interpretaciones positivas y optimistas generadas de acuerdo a las experiencias relacionadas con la menstruación, las cuales promueven acciones de cuidado y autocuidado.	A qualitative study of adolescent girls’ experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
	"But I think there's always been that stigma": Adult women's perceptions of menstrual product advertising.	2023	Mucedola, Adriana S, Andrea M.
	Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia	2022	Sharifah Zahhura Syed Abdullah

Secretismo: Prácticas de ocultamiento enfocadas en el proceso del ciclo menstrual en las mujeres, las cuales conducen a la vergüenza y promueven el estigma social.	A qualitative study of adolescent girls' experiences of menarche and menstruation in rural Tamil Nadu, India	2020	Anise Gold-Watts, Marte Hovdenak, Marguerite Daniel, Subramanian Gandhimathi, Rajamani Sudha, Sheri Bastien
	Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa	2024	Departamento de Antropología, Arqueología y Estudios del Desarrollo, Facultad de Humanidades, Universidad de Pretoria, Pretoria, Sudáfrica/Vista de Sobudula Dhee Naidoo
	A Qualitative Content Analysis of Rural and Urban School Students' Menstruation-Related Questions in Bangladesh	2022	Deena Mehjabeen, Erin C. Hunter, Mehjabin Tishan Mahfuz, Moshammot Mobashara, Mahbubur Rahman y Farhana Sultana.
	Coming of age: a qualitative study of adolescent girls' menstrual preparedness in Palestinian refugee camps in the West Bank and Jordan	2022	Rula Ghandour , a, b Weeam Hammoudeh , c Rita Giacaman , d Gerd Holmboe-Ottesen , e y Heidi E. Fjeld f

Fuente: construcción propia, 2024.

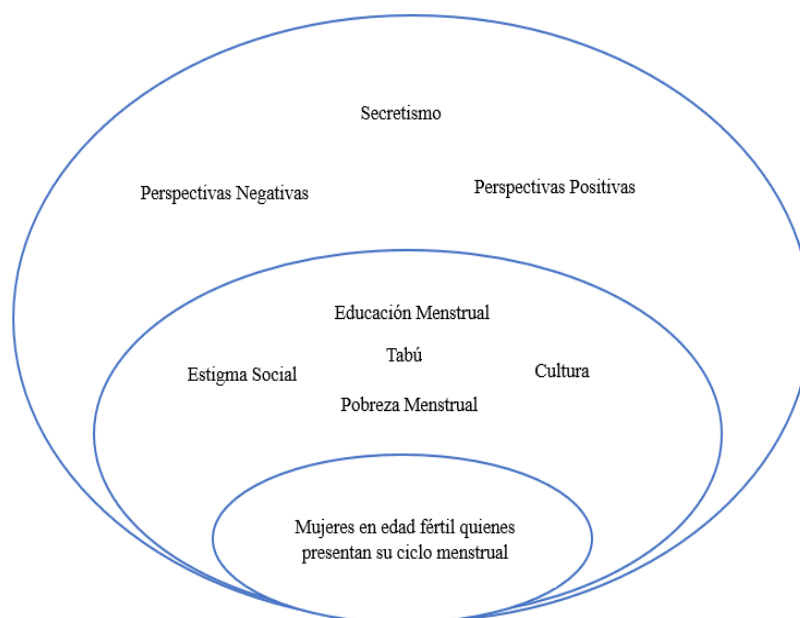
En la Figura 2 se puede observar la organización de los temas, se incluyeron 8 temas en total, los cuales presentan una serie de aparición dentro de las diferentes investigaciones incluidas dentro de nuestra revisión integrativa. Además, los temas con una mayor frecuencia al momento de la discusión fueron “educación menstrual”, “tabú”, “cultura”, “estigma social” y “pobreza menstrual” y los temas con menor presencia al momento de la discusión evidenciamos que son “perspectivas negativas hacia la menstruación”, “perspectivas positivas hacia la menstruación” y “secretismo”.

Dentro del diagrama se busca ejemplificar la periodicidad con la que aparecían estos temas. Se evidencia que, dentro del óvalo de mayor tamaño, los temas que se repiten con menor frecuencia y permite identificar el impacto y la influencia de estos factores que estigmatizan la experiencia del ciclo menstrual. Dentro del óvalo mediano se identifican los temas que se repitieron con una mayor frecuencia constatando así la influencia de estos mismos en las experiencias vividas por los participantes y dentro del óvalo de menor tamaño

se observa la población objeto de estudio dentro de la investigación.

Figura 2.

Temas desarrollados en la discusión



Fuente: Elaboración propia, 2024.

- **Estigma menstrual:** el estigma se relaciona con las injusticias sociales e inequidades de género, que produce sentimientos de miedo, vergüenza y soledad (37,38); que lleva a las mujeres a sentirse incapacitadas para la participación en actividades de la vida cotidiana (39); cambio en su modo de vestir (40), y miedo a sufrir accidentes (37).
- **Secretismo:** las prácticas de ocultamiento y secretismo son factores relevantes en la experiencia menstrual debido a que dificultan el acceso a educación adecuada. Sumado a esto, facilitar la difusión de información falsa o poco realista y, a su vez, fortalecen los sentimientos de vergüenza alrededor del ciclo (41,42).

- **Educación menstrual:** la revisión permitió identificar la importancia de educar a las mujeres brindando información que les permita una adecuada gestión y cuidado durante su ciclo menstrual (43), incrementar la conciencia de su cuerpo y el cuidado en las diferentes etapas de la vida (44), educación con abordaje físico, social y emocional (44), informar a la familia (37).
- **Pobreza menstrual:** la pobreza menstrual afecta a las mujeres en el mundo por la falta de acceso a recursos, información, déficit económico, personal preparado adecuadamente para el manejo del ciclo menstrua (39,40,45,46,49)
- **Cultura:** la cultura comprende diversas creencias, tradiciones, tabúes, estigmas culturales o sociales que influyen en las percepciones y actitudes de la sociedad en torno a la menstruación (42,45), las cuales influyen en la vivencia del ciclo menstrual de las niñas, adolescentes y mujeres (39,37,40,45).
- **Tabú:** los tabúes alrededor de la menstruación son descritos dentro de distintas culturas, dentro de las cuales pueden repercutir de manera positiva o negativa en su percepción del ciclo según la intención que representen para las niñas, adolescentes y mujeres que forman parte de ellas (37,40,46).
- **Percepciones negativas hacia la menstruación:** los diversos factores que permean la experiencia menstrual pueden influir en sentimientos negativos con respecto a esta, afectando la calidad de vida de las menstruantes y, por ende, la dignificación de su ciclo menstrual (40,45).

- **Percepciones positivas hacia la menstruación:** en cuanto a las diversas miradas hacia el ciclo, también la revisión de la literatura describe la existencia de sentimientos positivos alrededor del mismo (47), dentro de los cuales sobresalen el sentirse protegidas y/o ayudadas por las personas que forman parte de sus vidas o de su comunidad (45).

A partir de esta investigación se logró evidenciar la existencia de factores que promueven el estigma del ciclo menstrual, abarcando contextos sociales, políticos, comunitarios, familiares e individuales, manifestando la necesidad de la participación del personal educador principalmente de salud en general y de enfermería en particular, considerado pertinente para realizar este tipo de educación, previniendo la perpetuación de estos factores en la sociedad en general. Estos temas serán desarrollados de manera pertinente dentro de esta revisión integrativa.

8 Discusión

De acuerdo al análisis riguroso de los datos obtenidos a partir de la recolección de información en la literatura a nivel global, se identificaron diversos temas que influyen en la experiencia individual de las mujeres menstruantes, los cuales tendrán una repercusión directa en su día a día, debido a la internalización de cambios en su cotidianidad, lo cual puede generar situaciones de evitación dadas de sus actividades rutinarias por temor a ser juzgadas o avergonzadas (39).

A su vez, la presión social para ocultar la menstruación genera una modificación en la elección de ciertos espacios y prendas específicas, que permitan disimular que se encuentran menstruando, sobre todo, con aquellas de color claro debido al miedo o incomodidad por mancharse y que sean estigmatizadas por ello (40). Esto evidencia que la posibilidad de que su estado menstrual sea descubierto puede representar preocupaciones durante su ciclo debido a el miedo que esto les produce, lo cual incluso lleva a que, por ejemplo, las niñas en etapa escolar no puedan concentrarse adecuadamente durante sus clases e incluso el tener que ausentarse a estas (7,40). Además, también se ve reflejado en que las mujeres se vean en la necesidad de interrumpir sus actividades diarias por diversas causas asociadas a la menstruación, lo cual refuerza estereotipos de género ya que se disminuye la participación de las mujeres en la vida pública (7). Estos son claros ejemplos de cómo se manifiesta el estigma en su vida diaria.

La experiencia menstrual abarca múltiples aspectos en la vida de las mujeres, es por esto por lo que sentirse comprendidas o acompañadas dentro de estos procesos puede hacer que sean amenos o, por el contrario, que sean solitarios, ya que el apoyo emocional puede no ser el adecuado durante este momento de su vida (48). El no contar con el apoyo emocional durante su ciclo menstrual puede generar sentimientos de desesperanza, vergüenza y soledad, los cuales podrían conducir al ocultamiento de estas experiencias, incluso dentro de sus

propias familias, muchas veces relacionado a la falta de capacitación en torno la búsqueda de información adecuada. Esta situación representa un obstáculo a la hora de romper el ciclo generacional de mantener en secreto la menstruación, llevando a que sea gestionada en privado y dificultando el apoyo emocional dado por las madres, lo que puede limitar a sus hijas (37).

La discusión sobre el secretismo en torno a la menstruación es crucial para abordar adecuadamente los desafíos que enfrentan las niñas y mujeres cuando se llevan a cabo prácticas de ocultamiento que conducen a la vergüenza y el estigma, debido a la falta de conocimientos precisos sobre el ciclo menstrual antes de su menarquía (41). Por esta razón, la primera experiencia menstrual de las mujeres frecuentemente termina con experiencias de vergüenza corporal, que puede perjudicar a lo largo de la vida de la mujer en su autoestima y en sus fortalezas para afrontar los cambios físicos, psicológicos y emocionales en el futuro.

Las prácticas de ocultamiento y secretismo, en relación con la menstruación, producen que los tabúes menstruales se difundan más rápido que la información verídica, lo cual es un factor de riesgo para que se presenten conductas o prácticas menstruales poco saludables, lo que repercute negativamente en la educación menstrual y en la preparación emocional cuando se presenta la menarquía (41). Teniendo en cuenta que la información es un aspecto fundamental en la vida de las niñas y adolescentes a la hora de resolver dudas, es importante tener un enfoque integral en la preparación menstrual, la cual es definida como el “acceso a información precisa, oportuna y apropiada para la edad” que tiene en cuenta factores socioculturales más amplios” (42).

La educación menstrual es un tema crucial que abarca diversos aspectos, desde la información verídica sobre el ciclo menstrual hasta la correcta gestión y cuidados durante la menstruación, en múltiples ocasiones se ha identificado que las niñas no siempre están preparadas para su primera menstruación ya que cuentan con un conocimiento inadecuado,

por lo que se ven obligadas a buscar información al respecto de diferentes maneras, encontrando en su camino información falsa o poco real (40).

Teniendo en cuenta que es un aspecto que jugará un papel fundamental en la vida diaria de las mujeres, es importante eliminar los diversos tabúes y estigmas que lo rodean, como también el desaprender conductas que puedan ser perjudiciales para las mujeres. Además de brindar información a nivel fisiológico, psicológico y emocional con el fin de fomentar el cuidado menstrual en todas las etapas de las experiencias menstruales con el fin de promover la dignificación del ciclo menstrual (43).

Cabe resaltar que es fundamental que las niñas y adolescentes reciban una educación precisa en los ámbitos académicos, suele ser en estos espacios donde es visible la discriminación hacia estos grupos poblacionales, para que así sea posible abordar la educación menstrual desde antes de la menarquia y durante su experiencia menstrual en los entornos escolares, con el fin de darles las herramientas necesarias para vivir plenamente su ciclo, además de crear entornos seguros y cómodos para ellas (43). Esto se evidencia, por ejemplo, en la falta de comprensión sobre el ciclo menstrual que las niñas pueden experimentar por parte de sus compañeros masculinos del curso ya que suelen ridiculizarlas debido al desconocimiento y los tabúes alrededor del ciclo, perpetuando estereotipos que afectan negativamente la autoestima y salud emocional de las niñas y adolescentes, al ser juzgadas incluso por mancharse o depositar sus compresas usadas en sus bolsos (37).

A su vez, el contar con educación menstrual adecuada permite luchar contra la discriminación social alrededor del ciclo, la cual representa barreras significativas que afectan la salud y el bienestar de las niñas, adolescentes y mujeres en todo el mundo. Esto abarca incluso situaciones en las que, a la hora de manifestar el dolor físico menstrual o síntomas asociados a la menstruación, suelen ser normalizados por las mujeres, así los perciban como debilitantes (43).

Hoy en día también es relevante hablar de los medios de comunicación por ser medios de comunicación masiva y tener una influencia directa en el público general. Suelen promover sentimientos y conductas que incrementan el estigma menstrual, el tabú y la discriminación social, generando sentimientos de vergüenza, temor, molestia o bochorno “los anuncios provocaban sentimientos de vergüenza y enfatizaban cómo debían verse, oler o actuar durante la menstruación” (40).

Ahora bien, cuando se habla de la inequidad en salud relacionada con el proceso menstrual que vivencian las mujeres, se puede notar que este acontecimiento es de gran relevancia al momento de abarcar aquellas situaciones en las que no se presta atención de calidad en salud para las mujeres y sus síntomas, preocupaciones y demás aspectos relacionados con su ciclo menstrual, así como se describe a continuación: “a lo largo de su ciclo vital, las mujeres presentan necesidades de salud específicas, todo lo cual supone una exposición a desigualdades de género en salud y derechos humanos” (38).

Asimismo, un tema de gran importancia para la mujer menstruante es la pobreza menstrual, la cual es una realidad que afecta a mujeres y niñas alrededor del mundo. Este término es entendido como “la falta de acceso a productos menstruales, instalaciones sanitarias e información adecuada y oportuna” (44). Las dificultades en el acceso a productos menstruales y a instalaciones sanitarias adecuadas impactan la vida diaria de las mujeres y niñas, especialmente en entornos educativos como las escuelas, en donde las niñas, suelen encontrarse con baños generalmente sucios, sin papel, jabón ni contenedores de basura, lo cual limita su acceso a una higiene adecuada y por ende a una correcta gestión de su menstruación (39).

Estas carencias no solo se limitan al aspecto físico de las instalaciones, sino que también representa situaciones complejas como las vividas por las niñas y adolescentes de Tigray, Etiopía en donde al no tener acceso a compresas desechables, deben recurrir a utilizar

tiras de tela arrancadas de vestidos viejos, trozos de colchones viejos o cualquier material absorbente que haya a mano, con el fin de usarlos como reemplazo de elementos de higiene menstrual, sin embargo estos métodos no suelen ser eficaces (49). Esta problemática demuestra cómo el estrés económico también juega un papel fundamental dentro de la experiencia menstrual, sobre todo, para poblaciones económicamente vulnerables (48).

Además, otro factor relevante en torno a la pobreza menstrual es el contexto social, puesto que, a menudo, representa un entorno que marginaliza y estigmatiza el ciclo, el cual puede llegar a afectar a más de 30 millones de mujeres y niñas que viven en medio de guerras o desastres, debido a la falta de recursos y acceso a una adecuada atención y educación en salud menstrual (39).

Así como es necesario reconocer la pobreza menstrual como una problemática de salud pública, es pertinente valorar como algunas propuestas pueden facilitar y mejorar la comodidad frente al ciclo menstrual, logrando un gran desafío, como lo realizado por Mei. Una enfermera de secundaria que, mediante la valoración de las necesidades de las estudiantes de su institución, identificó que el “tener maestros con suministros puede ayudar a los estudiantes a no tener que viajar demasiado lejos dentro de la escuela para buscar ayuda” (40). Por medio de esta estrategia busca garantizar que las estudiantes tengan acceso a suministros menstruales y se sientan cómodas y apoyadas durante su ciclo menstrual, incluso, verificando que “los estudiantes tengan suministros durante el fin de semana, ya que les preocupa que los estudiantes tengan acceso a los suministros cuando no hay clases” (46).

Con respecto a las propuestas que facilitan la vivencia del ciclo menstrual, la mayoría de las políticas se concentran en las instalaciones y suministros para una adecuada gestión de la menstruación, lo cual minimiza otras necesidades menstruales. Esto hace necesario que la formulación de políticas públicas debe estar encaminada a la solución de las diversas problemáticas que surgen alrededor del ciclo, con enfoque holístico, es decir, dando un

manejo no solo desde el aspecto económico y de infraestructura, si no también, un abordaje desde la incapacitación de la mujer, acceso a servicios de salud integrales, desestigmatización del proceso, entre otros.

Las políticas menstruales y las acciones comunitarias deben enmarcarse en la interseccionalidad para considerar cómo el poder y las estructuras sociales opresivas influyen en las experiencias menstruales, así como se describe “los participantes también se refirieron a las políticas laborales, como la licencia menstrual, y la necesidad de cuestionar críticamente los sistemas socioeconómicos actuales para garantizar la salud y la equidad menstrual. Según las narrativas de los participantes, la interseccionalidad debería ser fundamental para la formulación de políticas menstruales y se deberían considerar especialmente las necesidades de las poblaciones vulnerables” (48).

Por otro lado, el ciclo menstrual se ve influenciado también por la cultura y las normas sociales, las cuales van a formar parte de los factores que moldean la percepción alrededor del mismo (43). Estos procesos se ven ejemplificados en diferentes sociedades como en Lozi de Zambia, la cual se considera una sociedad muy conservadora, por ende, cuenta con tradiciones y costumbres consideradas estrictas, como, por ejemplo, la creencia de que hablar de las funciones corporales es un tabú (37). También se pueden observar situaciones como las vividas en la cultura jordana, donde al estar influenciada por las enseñanzas islámicas, ven la menarquía como un símbolo de madurez femenina y es por esto por lo que se considera que la niña o adolescente ya es responsable de sí misma y a su vez, elegible para prácticas religiosas (40). Asimismo, también se encontraron otras creencias religiosas las cuales realizan acciones con intención protectora y de cuidado, en donde las restricciones menstruales funcionan no solo para proteger a las mujeres que menstrúan y a la comunidad, sino también para mantener intacta la frontera simbólica con el mundo humano (46).

A su vez, se pueden presentar situaciones a nivel cultural en donde haya oposición frente a la enseñanza de los procesos fisiológicos del ciclo menstrual, argumentando que la temática a tratar no es apropiada para la población que recibirá dicha educación, siendo mal visto socialmente y repercutiendo negativamente incluso en aquellas mujeres que están dispuestas a explicar estos temas a las niñas (39).

Teniendo en cuenta los diversos aspectos que permean la vivencia del ciclo menstrual, se encontraron distintas creencias, actitudes y estigmas culturales o sociales que pueden hacer que sea visto de manera negativa, incluso desde la primera menstruación, dado que “las emociones negativas asociadas con la menarquia se describen como sentimientos de vergüenza, miedo, temor, molestia, bochorno, sorpresa, conmoción, preocupación y confusión” (45).

Por otro lado, también existen sentimientos negativos hacia la menarquia que pueden estar relacionados con la preparación inadecuada de las niñas para la menstruación, la pérdida percibida de la niñez, la baja autoestima general y la falta de apoyo y conocimiento, lo cual demuestra que las perspectivas negativas pueden afectar la calidad de vida de las mujeres que presenten su ciclo menstrual, así como influir en su acceso a recursos y apoyo adecuados (40).

Sin embargo, alrededor de la menstruación, hay diversas miradas, entre ellas, las percepciones positivas asociadas a esta experiencia en donde, por ejemplo, las mujeres que refieren tenerlas afirman que “los tabúes dirigidos a las mujeres que menstrúan a menudo tienen una intención solidaria y protectora” (47). Como lo dicho por las mujeres Temiar en Malasia, quienes también revelan que las “restricciones menstruales funcionan no sólo para proteger a las mujeres que menstrúan y a la comunidad, sino también para mantener intacta la frontera simbólica entre el mundo humano y el no humano del que provienen las enfermedades y la debilidad” (45) .

Teniendo en cuenta lo mencionado, se reflejan algunas experiencias positivas que surgen a raíz de las diferentes creencias, tabúes, restricciones y entre otros aspectos que permean la vivencia menstrual, las cuales fortalecen la dignificación de la menstruación y se traducen en experiencias más sanas, cómodas y amigables para las niñas, adolescentes y mujeres alrededor del mundo.

El reconocimiento de los diversos factores relacionados con la estigmatización del ciclo menstrual es de suma importancia para enfrentar los diversos desafíos asociados con la experiencia menstrual de las niñas, adolescentes y mujeres alrededor del mundo, con el fin de crear entornos más cómodos y seguros para ellas, además de reducir las inequidades de género y, a su vez, ofrecerles una atención integral en salud.

9 Conclusiones

En esta Revisión Integrativa de la Literatura se tuvieron en cuenta un total de 15 artículos que aportaron diversos conocimientos, conceptos, experiencias y demás aspectos relacionados a la vivencia del ciclo menstrual. Un proceso que se encuentra permeado por múltiples perspectivas alrededor del mundo y que, a su vez, serán vitales para la vida de las niñas, adolescentes y mujeres puesto a que, al ser un proceso fisiológico natural, se verán inmersas en él y en todo lo que le rodea.

Teniendo en cuenta los temas que fueron identificados como factores relacionados al ciclo menstrual, podemos afirmar que muchos de ellos se manifiestan de forma ambigua, siendo que pueden resultar como protectores o de riesgo según se presenten o no en la vida de las mujeres menstruantes, y, por ende, van a generar un efecto en sus vidas y en la dignificación de su ciclo menstrual.

10 Recomendaciones

A raíz de lo encontrado en este estudio y al explorar las diversas situaciones a las que se ven expuestas las mujeres menstruantes, como enfermeros y educadores en salud, es nuestro deber aportar información en salud menstrual, apoyo emocional y psicológico, escucha activa a las experiencias y percepciones de las niñas, adolescentes y mujeres. Es fundamental difundir estos conocimientos a un nivel social y comunitario que permita un mayor alcance de estos y contribuya a la dignificación de la vivencia del ciclo menstrual.

11 Limitaciones

La principal limitación que se presentó en el desarrollo de este trabajo se relaciona con el hecho de que el fenómeno principal que se aborda en esta RIL no se presentaba como un objetivo de estudio o una necesidad de cuidado de enfermería. De acuerdo con la situación presentada se establecieron criterios de búsqueda y estrategias que permitieron interpretar los hallazgos obtenidos en la búsqueda de la literatura.

Otra dificultad se relaciona con la claridad en la metodología usada en los artículos encontrados, durante el proceso de comprensión de la información debido a que carecían de cualidades cualitativas de calidad. Como medida para garantizar la calidad de los resultados de la presente RIL se cumplieron todos los criterios de inclusión y exclusión establecidos, siendo dichos estudios excluidos de la revisión. Adicional a esto, se observó una limitación relacionada con los idiomas incluidos en la presente revisión, debido a que se tuvo en cuenta únicamente los idiomas: español, inglés y portugués, por lo tanto, existe la posibilidad que se haya omitido información relevante para este estudio publicados en otros idiomas y, por tanto, no fueron considerados estudios que posiblemente hayan sido desarrollados en otras zonas geográficas.

No obstante, cabe destacar que las anteriores limitaciones y dificultades no obstaculizaron el logro de los objetivos establecidos en esta investigación.

Referencias bibliográficas

1. Rizkia M, Setyowati , Ungsianik T. Female adolescents' preparations, knowledge, and emotional response toward menarche: A preliminary study. *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*. 2019; 42(sup1).
2. Ariza-Ruiz LK. Desafíos de la menstruación en niñas y adolescentes de comunidades rurales del Pacífico Colombiano.. *Revista de Salud Pública*. 2017; 19(6).
3. Gundi M, Subramanyam MA. Menstrual health communication among Indian adolescents: A mixed-methods study. *PloS One*. 2019; 10(14).
4. Critchley H, Babayev E, Bulun SE, Clark S, Garcia-Grau I, Gregersen PK. Menstruation: science and society. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. 2020 Noviembre ; 223(5).
5. Guzmán MMA. Corporalidades menstruantes. Acercamiento a los significados de la menstruación y las prácticas de autocuidado en mujeres de diferentes generaciones [Tesis de Maestría de Estudios en Género]. [Online].; 2022. Available from: <https://ri-ng.uaq.mx/handle/123>.
6. Plan International America Latina. Los tabúes en torno al periodo menstrual siguen muy arraigados. [Online].; 2022. Available from: <https://plan-international.org/america-latina/noticias/2022/05/27/los-tabues-en-torno-al-periodo-menstrual/>.
7. Departamento Administrativo Nacional de Estadística [DANE]. Menstruación en Colombia. [Online].; 2022. Available from: https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/Nota-estadistica-Menstruacion-Colombia_VF.pdf.
8. Renne EP. Menstruation: Sociocultural perspectives: Routledge; 2021.

9. Navarro DKC. Menstruación y cultura mexicana. Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja. 2020 Julio ; 2(1).
- 10 León LM. Lo menstrual es político : la experiencia emocional, sensorial y corporal de . menstruar [Internet] [Tesis de Licenciatura en Pedagogía].. [Online].; 2022. Available from: <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/37091>.
- 11 Cardozo S. Ciclo menstrual. Una perspectiva sociológica. [Online].; 2015. Available . from: <https://cdsa.aacademica.org/000-061/193.pdf>.
- 12 Tan DA, Haththotuwa R, Fraser IS. Cultural aspects and mythologies surrounding . menstruation and abnormal uterine bleeding. Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology. 2017 Abril; 40.
- 13 Suarez-Lledo V, Alvarez-Galvez J. Prevalence of Health Misinformation on Social . Media: Systematic Review. Journal of Medical Internet Research. 2021 Enero; 23(1).
- 14 Patev AJ, Hood KB. Towards a better understanding of abortion misinformation in the . USA: a review of the literature. Culture, Health & Sexuality. 2021 Marzo; 23(3).
- 15 Oficina del Alto Comisionado De las Naciones Unidas para los Derechos Humanos . [OHCHR]. Declaración de la Alta Comisionada : OHCHR; 2022.
- 16 Oertelt-Prigione S. Immunology and the menstrual cycle. Autoimmunity Reviews. 2012 . Mayo ; 11(6-7).
- 17 McNulty KL, Elliott-Sale KJ, Dolan E, Swinton PA, Ansdell P, Goodall S. The Effects . of Menstrual Cycle Phase on Exercise Performance in Eumenorrheic Women: A Systematic Review and Meta-Analysis. Sports Med. 2020 Octubre ; 50(10).
- 18 Romans S, Clarkson R, Einstein G, Petrovic M, Stewart D. Mood and the Menstrual . Cycle: A Review of Prospective Data Studies. Gender Medicine. 2012 Octubre ; 9(5).
- 19 Joyce KM, Good KP, Tibbo P, Brown J, Stewart SH. Addictive behaviors across the

- . menstrual cycle: a systematic review. Arch Womens Ment Health. 2021 Agosto ; 24(4).
- 20 Crawford M, Menger LM, Kaufman MR. ‘This is a natural process’: managing menstrual . stigma in Nepal. Culture, health & sexuality. 2014; 16(4).
- 21 Guvenc G, Kilic A, Akyuz A, Ustunsoz A. Premenstrual syndrome and attitudes toward . menstruation in a sample of nursing students. Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology. 2012 Septiembre ; 33(33).
- 22 Martínez F, Parera N, Rius J. Características e impacto de la menstruación en la mujer . española: el porqué del interés de la posibilidad de supresión de la menstruación. Medicina Reproductiva y Embriología Clínica. 2018 Mayo ; 5(2).
- 23 Goffman E. Estigma: la identidad deteriorada: Amorrortu Buenos Aires; 1970.
- .
- 24 Hatzenbuehler ML. Structural stigma: Research evidence and implications for . psychological science. American Psychologist. 2016; 71(8).
- 25 Freud S. Tótem y tabú: Algunas concordancias en la vida anímica de los salvajes y de los . neuróticos. [Online].; 1912-1913. Available from:
<https://web.seducoahuila.gob.mx/biblioweb/upload/TOTEM%20Y%20TABU.pdf>.
- 26 Benard S, Correll SJ. Normative Discrimination and the Motherhood Penalty. Gender & . Society. 2010 Octubre ; 24(5).
- 27 Whittemore R. Combining Evidence In Nursing Research: Methods And Implications. . Nurs Res. 2005; 54(1).
- 28 Llurba SS. ¿Qué es Scopus? ¿Y para qué sirve? [Online].; 2018. Available from:
<https://bibliosjd.org/2018/01/24/scopus-que-es-para-que-sirve/>.
- 29 Universidad de Zaragoza. Guía de PubMed. [Online].; s.f.. Available from:
<https://unizar.libguides.com/PubMed>.

- 30 EBSCO. CINAHL Complete.. [Online].; s.f.. Available from:
. <https://www.ebsco.com/es/productos/bases-de-datos/cinahl-complete>.
- 31 Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. ScienceDirect: Introducción. [Online].; s.f..
. Available from: <https://biblioguias.ulpgc.es/sciencedirect>.
- 32 Cano A, González T, Cabello JB. Plantilla para ayudarte a entender un estudio
. cualitativo. [Online].; 2010. Available from:
https://redcaspe.org/plantilla_cualitativa.pdf.
- 33 Manterola C, Otzen T. Los sesgos en la investigación clínica. Int J Morphol.. 2015
. Septiembre ; 33(3).
- 34 Lopardo HÁ. La Ciencia, El Idioma Y Las Evaluaciones. Acta Bioquímica Clínica
. Latinoam. 2020 Junio ; 54(2).
- 35 Fábregas M. Las tribus más famosas de África y sus curiosidades. [Online].; 2019.
. Available from: <https://somosidealibre.org/tribus-africa/>.
- 36 Manterola C, Quiroz G, Salazar PN, García N. Metodología de los tipos y diseños de
. estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. Rev. Med. Clin.. 2019;
30(1).
- 37 Betsu BD, Medhanyie AA, Gebrehiwet TG, Wall LL. Menstruation is a fearful thing”: A
. qualitative exploration of menstrual experiences and sources of information about
menstruation among adolescent schoolgirls. International Journal of Women’s Health.
2023; 15.
- 38 Botello A, González M, Guerra MD, Navarro CF, Arnedillo S. Perceptions, beliefs, and
. experiences about the menstrual cycle and menstruation among young women: A
qualitative approach. Healthcare. 2024; 12(5).
- 39 Vélez L. La investigación cualitativa. [Online].; s.f.. Available from:

- . https://www.trabajosocial.unlp.edu.ar/uploads/docs/velez_vera_investigacion_cualitativa_pdf.pdf.
- 40 Ghandour R, Hammoudeh W, Giacaman R, Holmboe-Ottesen G, Fjeld HE. Coming of age: a qualitative study of adolescent girls' menstrual preparedness in Palestinian refugee camps in the West Bank and Jordan. *Sexual and Reproductive Health Matters*. 2022; 30(1).
- 41 Lahme AM, Stern R, Cooper D. Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion. *Global Health Promotion*. 2018; 25(1).
- 42 Sobudula V, Naidoo D. Exploring barriers to menstrual education between maternal figures and young girls: A pilot study in South Africa. *Gender & Policy*. 2024; 7(3).
- 43 García-Egea A, Holst AS, Jacques-Aviñó C, Martínez-Bueno C, Berenguera A, Vicente-Hernández MM, et al. Perspectives on menstrual policymaking and community-based actions in Catalonia (Spain): a qualitative study. *Reproductive Health*. 2024; 21(1).
- 44 Rodríguez-Camacho MF, Sanchís-Ramón MJ, Ortiz-Barreda G, La Parra-Casado D, Gil-González D. Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: a qualitative study. *Reproductive Health*. 2024; 21(1).
- 45 Syed SZ. Menstrual food restrictions and taboos: A qualitative study on rural, resettlement and urban indigenous Temiar of Malaysia. *PloS One*. 2022; 17(12).
- 46 LeBlanc SS. School nurses and menstrual communication: Destigmatizing the stigma among adolescents. *Women's Health*. 2024; 20.
- 47 Al Omari O, Abdel Razeq NM, Fooladi MM. Experience of menarche among Jordanian adolescent girls: An interpretive phenomenological analysis. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*. 2016; 29(3).
- 48 Mucedola AS, Smith AM. "But I think there's always been that stigma": Adult women's

- . perceptions of menstrual product advertising. *Health Care Women Int.* 2023; 44(5).
- 49 Wall LL, Teklay K, Desta A, Belay S. Tending the “monthly flower:” a qualitative study . of menstrual beliefs in Tigray, Ethiopia. *BMC Women’s Health.* 2018; 18(1).