

Conocimiento y gestión de la menstruación en estudiantes de un área rural

Knowledge and management of menstruation in students in a rural area

Camacho, Jennyfer; Puente, Juvenal; Gudiño, Abraham; Córdova, Manuel; Torres, Janette

 Jennyfer Camacho
jenncamacho3@gmail.com
Médico Cirujano. Técnica en Salud Sexual y Reproductiva. Grupo Social Cesap

 Puente Juvenal
juvenalpuente1@gmail.com
Médico residente de emergencia, SERVILOT

 Abraham Gudiño
abraham178247@gmail.com
Médico residente, Venemergencia

 Manuel Córdova
manuelcordova1934@gmail.com
Médico Residente, Postgrado de Cirugía, Hospital Vargas. Caracas, Venezuela

 Janette Torres
jdelovera04@gmail.com
Maestría en Gerencia de Servicios Asistenciales de Salud, Profesor Agregado, Escuela de Salud Pública, Universidad Central de Venezuela. Caracas, Venezuela

Revista Digital de Postgrado
Universidad Central de Venezuela, Venezuela
ISSN-e: 2244-761X
Periodicidad: Cuatrimestral
vol. 14, núm. 3, e431, 2025
revistadpgmeducv@gmail.com

Recepción: 08 de agosto de 2025
Aprobación: 07 de noviembre de 2025

DOI: <https://doi.org/10.37910/RDP.2025.14.3.e431>

Cómo citar: Camacho J, Puente J, Gudiño A, Córdova M, Torres J. Conocimiento y gestión de la menstruación en estudiantes de un área rural. Rev. Digit Postgrado 2025;14(3): e431.
doi:10.37910/RDP.2025.14.3.e431

Resumen: Objetivo: Identificar el conocimiento, percepciones y creencias en zona rural, sobre la menstruación en féminas adolescentes, identificando factores que condicionan el acceso a la información y la gestión de la higiene menstrual. Métodos: estudio de campo, no experimental, descriptivo, transversal, cuantitativo, mediante cuestionario aplicado a 116 estudiantes. Justificación: El estudio se centra en las adolescentes rurales en área rural cercana a Caracas, y la salud menstrual como problema de salud pública, debido a que una educación deficiente y el desconocimiento del ciclo menstrual, genera riesgos en la salud física, ausentismo escolar y embarazos no deseados. Resultados: La edad promedio de menarquia fue a los 12,9 años; el 85,34 % nunca han acudido a consulta ginecológica y obtienen información de sus madres u otros familiares femeninos. Se identificó una confusión conceptual entre menstruación y ciclo menstrual. El uso de toallas higiénicas fue predominante, con escasa familiaridad con alternativas como tampones y copas menstruales. El 54,31 % reportó ausentismo escolar por malestar físico o estigmas sociales. Conclusión: Estos hallazgos revelan limitaciones de acceso a la educación y gestión de la menstruación, comprobando la necesidad de abordarla como un asunto de salud pública, por la repercusión sobre el bienestar de las adolescentes.

Palabras clave: Salud Menstrual, Educación Sexual Integral, Gestión Menstrual, Ausentismo Escolar, Género, Conocimiento Menstrual, Adolescentes Rurales.

Abstract: To identify knowledge, perceptions, and beliefs about menstruation in rural areas among adolescent girls, identifying factors that influence access to information and menstrual hygiene management. Methods: This was a non-experimental, descriptive, cross-sectional, quantitative field study conducted with a questionnaire survey of 116 students. Justification: This study focuses on rural adolescent girls in Cupira and menstrual health

as a public health issue. This is because poor education and lack of knowledge about the menstrual cycle pose risks to physical health, school absenteeism, and unwanted pregnancies. Results: The average age at menarche was 12.9 years; 85.34% of women had never been to a gynecological consultation and obtained information from their mothers or other female relatives. A conceptual confusion was identified between menstruation and the menstrual cycle. The use of sanitary napkins was predominant, with little familiarity with alternatives such as tampons and menstrual cups. 54.31% reported school absenteeism due to physical discomfort or social stigma. Conclusion: These findings reveal limitations in access to education and menstruation management, confirming the need to address it as a public health issue due to its impact on the well-being of adolescents.

Keywords: Menstrual Health, Comprehensive Sexuality Education, Menstrual Management, School Absenteeism, Gender, Menstrual Knowledge, Rural Adolescents

INTRODUCCIÓN

La menstruación, es un proceso fisiológico y se considera uno de los marcadores de salud y bienestar en general, desafortunadamente en muchos lugares y particularmente en áreas rurales, el acceso a la información correcta y recursos competentes sobre la salud menstrual sigue siendo poco realista, alterada por numerosos factores socioeconómicos, por lo que es menos probable que se proporcionen en esta esfera, servicios y conocimientos adecuados, en el caso particular de las zonas rurales hay una barrera primaria, por falta de programas estructurados o personal capacitado para abordar el tema, transformando tal situación en un estado de vulnerabilidad.⁽¹⁻⁴⁾

Las niñas y adolescentes a menudo no se sienten cómodas para consultar, preguntar o pedir ayuda cuando experimentan algo inusual, esta falta de comunicación permite que el miedo, la vergüenza y la ignorancia se propaguen, creando mitos y conceptos erróneos, que pueden poner en riesgo su salud menstrual; un aspecto crítico que abarca este tema es la higiene menstrual deficiente, la escasez y el acceso difícil a los insumos básicos, como toallas sanitarias, tampones, o copas menstruales, hacen que las jóvenes recurran a alternativas improvisadas e insalubres como trapos viejos y papel higiénico, aumentando el riesgo a infecciones urogenitales y otras complicaciones de salud de forma sustancial, afectando la dignidad, la salud física y menstrual de las adolescentes durante su “período”, “regla” o “días menstruales”.

La falta de conocimiento sobre el ciclo menstrual predispone a las adolescentes a embarazos no deseados, al ser más complejo la toma de decisiones en cuanto a su salud sexual y reproductiva, a esto se le suma la barrera en el acceso a métodos anticonceptivos que puede aumentar el riesgo de embarazo no deseado.⁽⁵⁻⁸⁾

Objetivo: Identificar el conocimiento, percepciones y creencias sobre la menstruación y los factores que influyen en el acceso a información y la gestión de la higiene menstrual.

MÉTODOS

Tipo de estudio: De campo al realizarse directamente con una población específica, no experimental al no manipular variables, descriptivo al caracterizar conocimientos y percepciones acerca de la salud menstrual

de las adolescentes, transversal al recoger los datos en un solo momento en el tiempo y cuantitativo al utilizar mediciones y análisis estadístico.

Población y muestra: La población estuvo conformada por 116 estudiantes, que cumplieron con los criterios de inclusión: sexo femenino, edad comprendida entre los 10 y 19 años (inclusive) al momento de la recolección de datos, estar inscrita y ser estudiante regular del complejo educativo “8 de diciembre” en Cupira, Municipio Pedro Gual, estado Miranda, Venezuela, contar con el consentimiento informado por escrito de su madre, padre o tutor legal en caso de ser menor de edad y, manifestar su asentimiento y consentimiento informado de forma escrita para participar en el estudio, indicando su comprensión y deseo de colaborar, estar presentes en la institución educativa el día de aplicación de la encuesta; los criterios de exclusión serían no cumplir con el rango etario establecido o tener alguna condición de salud o cognitiva, que impida la comprensión adecuada de las preguntas o a su participación segura y voluntaria en la encuesta.

Objeto de estudio: Se centra en el conocimiento y la gestión de la menstruación entre las estudiantes del Complejo Educativo Nacional "8 de diciembre", ubicado en Cupira, durante el mes de junio de 2025, el propósito es identificar de manera integral aspectos clave como el nivel de conocimiento y fuentes de información sobre el ciclo menstrual, la gestión de la menstruación y el impacto en la asistencia escolar así como las principales barreras que enfrentan las adolescentes en dicho contexto educativo y sociocultural.

Esta investigación fue aprobada en el comité de Bioética de la Escuela de Salud Pública de fecha 10 de mayo 2025. Se aplicó el instrumento, tomando en cuenta la voluntad expresa, en un consentimiento y asentimiento informado, posterior a una explicación amplia de las condiciones de manejo de información, con la confidencialidad pertinente.

RESULTADOS

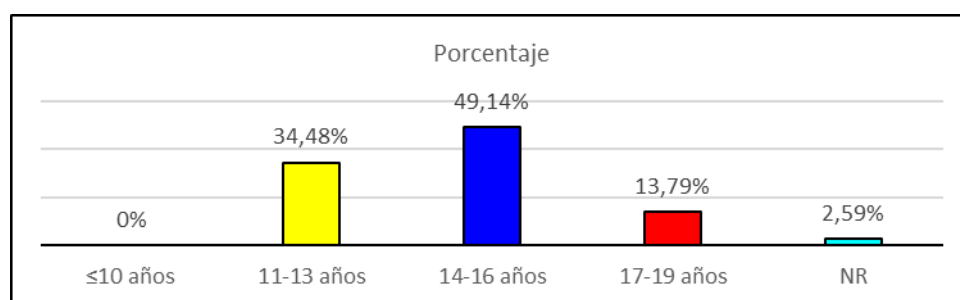


GRÁFICO 1.
Distribución porcentual de estudiantes según rango etario

El rango de edad de 14–16 años alcanzo el 49,14 %, seguido de los de 11 a 13 años de edad con 34, 48 %, el grupo de edad de 17 a 19 años representa el 3,79 % y el 2,59 % (n= 3) no respondió.

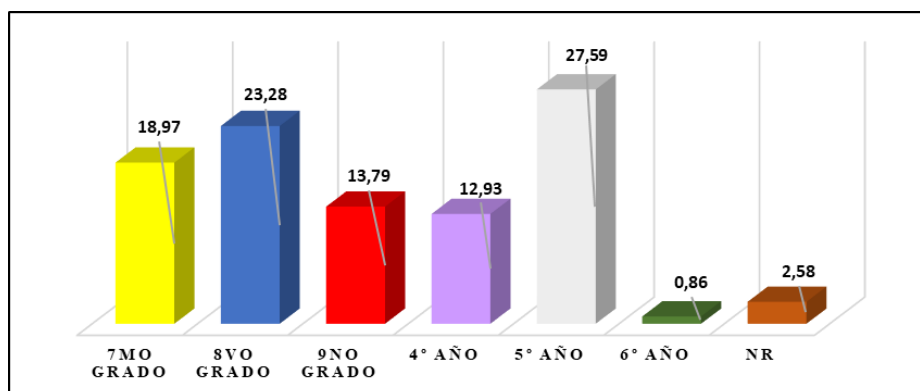


GRÁFICO 2.
Distribución porcentual de estudiantes según año académico

Actualmente en Venezuela el estudiantado se distribuyen por etapas: el 7mo, 8vo y 9no grado pertenecen a la segunda etapa de la educación básica, el 4to, 5to y 6to año de bachillerato es previo a la entrada al nivel universitario, por lo tanto se encuentra que la mayor participación fue de alumnas de 5to año del bachillerato con un 27,59 %, (n = 32), seguido de las de 8vo grado representando el 23,28 %, (n = 27), luego el 7mo grado con el 18,97 %, (n = 22), mientras que las de 9no grado y cuarto año tenían 13,79 % (n = 16) y 12,93 % (n = 15) respectivamente. Solo 1 estudiante estuvo en sexto año (0,86%) y 3 no respondieron acerca del año de escolaridad (2,59 %).

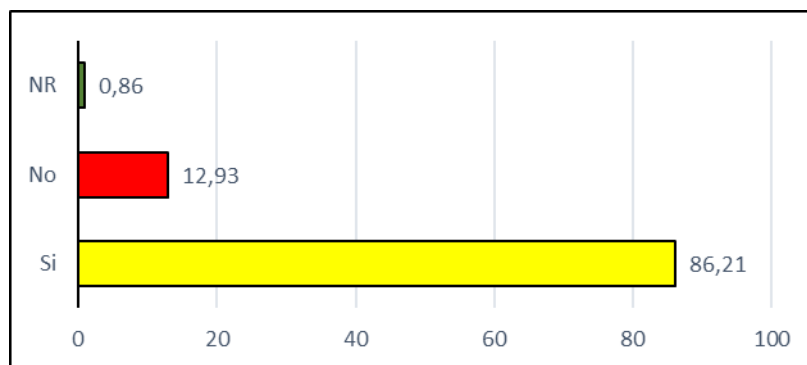


GRÁFICO 3.
Distribución porcentual de estudiantes según estado menárquico

86,21 % equivalente a 100 estudiantes que manifestaron que ya han experimentado la menarquia, en contraste a las que “no” con el 12,93 %, es decir, 15 estudiantes, solo el 0,86 % =1 no respondió a esta pregunta.

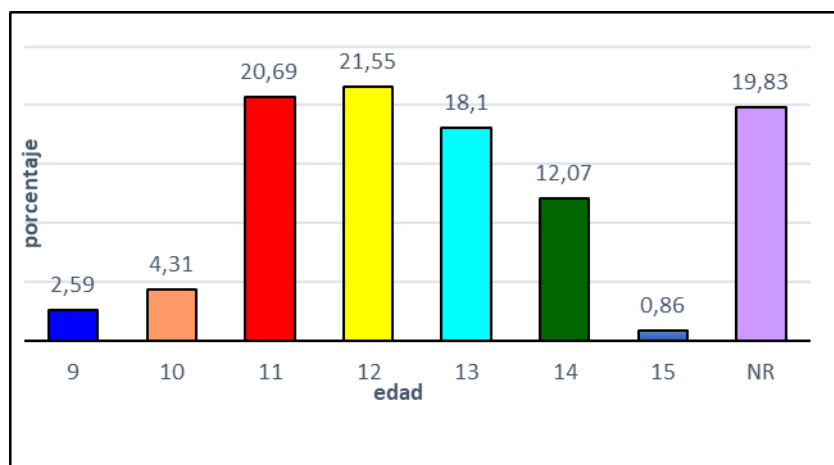


GRÁFICO 4.
Distribución porcentual de edad de la menarquia

El inicio de la menstruación se ubicó entre los 11 y los 13 años. La edad más común fue 12 años (21,55 %), seguida por 11 años (20,69 %) y 13 años (18,10 %). Las edades anteriores como de 9 años y 10 años eran menos comunes (2,59 % y 4,31 %, respectivamente). Un 0,86 % inició a los 15 años y un 19,83 % no respondió o desconocía este dato.

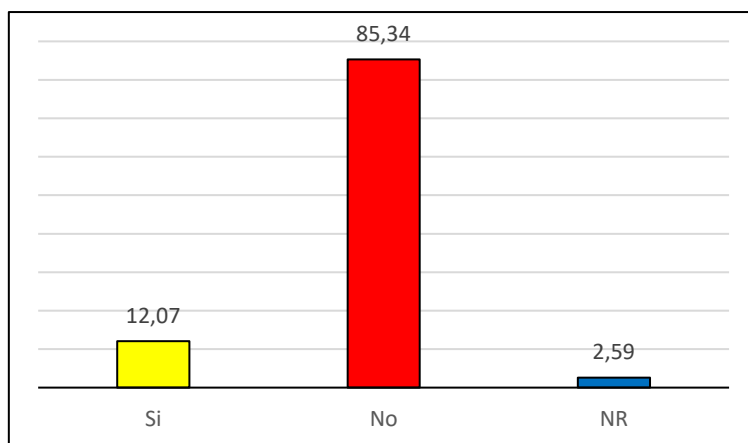


GRÁFICO 5.
Distribución según asistencia a primera consulta ginecológica

Se presenta en el gráfico 5, el desglose de las 116 estudiantes según la asistencia a primera consulta ginecológica. Solo el 12,07 % (n=14) ha asistido a su primera consulta ginecológica, el 85,34 % (n=99) nunca ha asistido. El 2,59 % (n=3) se abstuvo de responder.

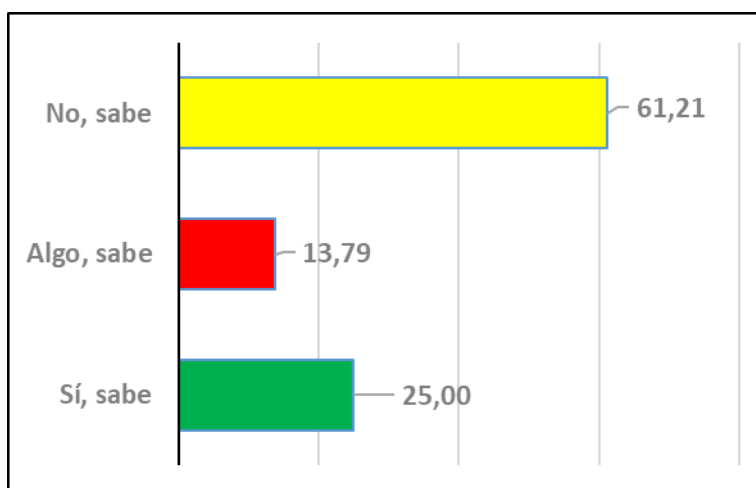


GRÁFICO 6.
Distribución de porcentaje sobre ¿sabes qué es el ciclo menstrual?

El 61,21 %, que se traduce en 71 alumnas no tiene conocimiento sobre que es el ciclo menstrual, solo el 25 % representado por 29 estudiantes afirman conocer que es el ciclo menstrual y un 13,79 %, lo que equivale a 16 adolescentes que reconoce conocer en algo de que es el ciclo menstrual

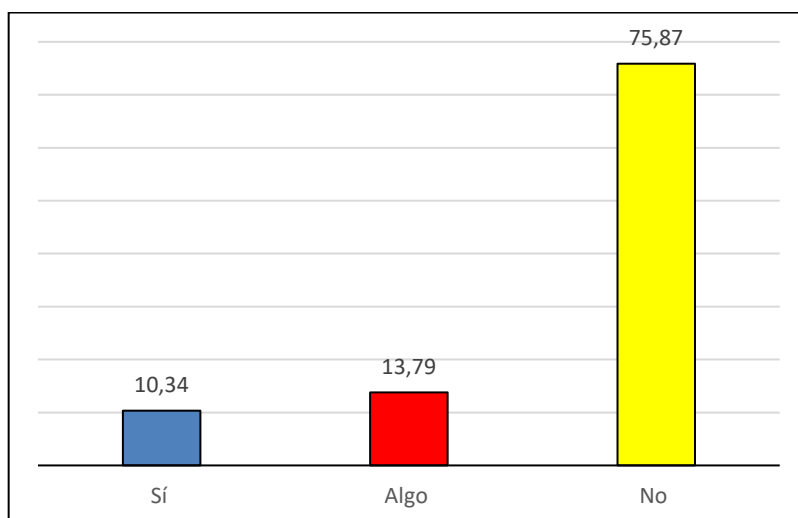


GRÁFICO 7.
Distribución porcentual de las estudiantes según conocimiento de la diferencia entre ciclo menstrual y menstruación o regla

El 75,87 % desconoce la diferencia entre ambos conceptos, mientras el 13,79 % afirma tener “algo” de noción. Solo el 10,34 % conoce claramente la diferencia entre ciclo menstrual y menstruación.

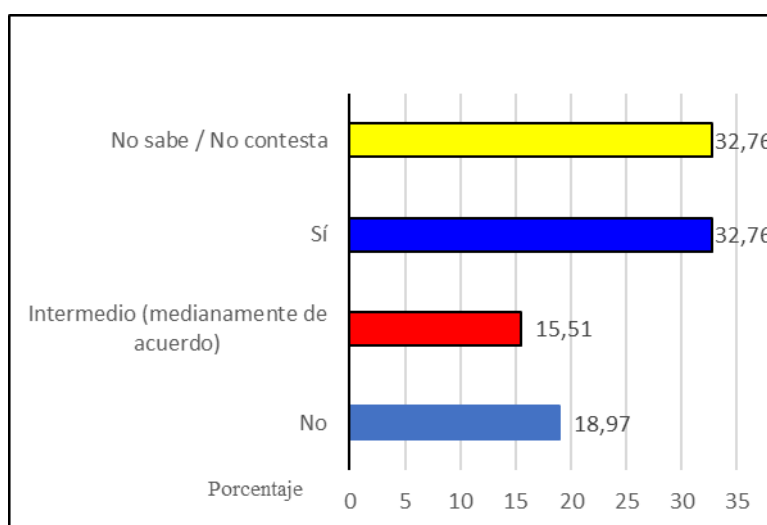


GRÁFICO 8.
Distribución de percepción en adolescentes: ¿Deberías recibir más información sobre el ciclo menstrual?

El 32,76 % reconoce necesitar más información sobre el ciclo menstrual, mientras el resto dice que “no” (18,97 %), indecisión (15,52 %) o “no sabe o no contesta” (32,76%).

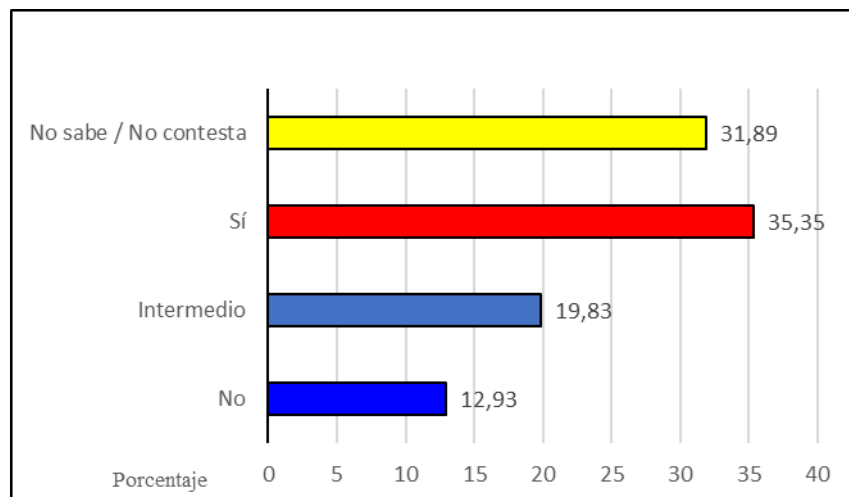


GRÁFICO 9.
Distribución de percepción sobre: ¿Deberías recibir más información sobre la menstruación?

El 35,35 % de las estudiantes responden que deben recibir más información sobre la menstruación. Por otro lado, un 31,89 % “no sabía”, mientras que un 19,83 % se quedó en una respuesta intermedia y un 12,93 % optó por decir que no.

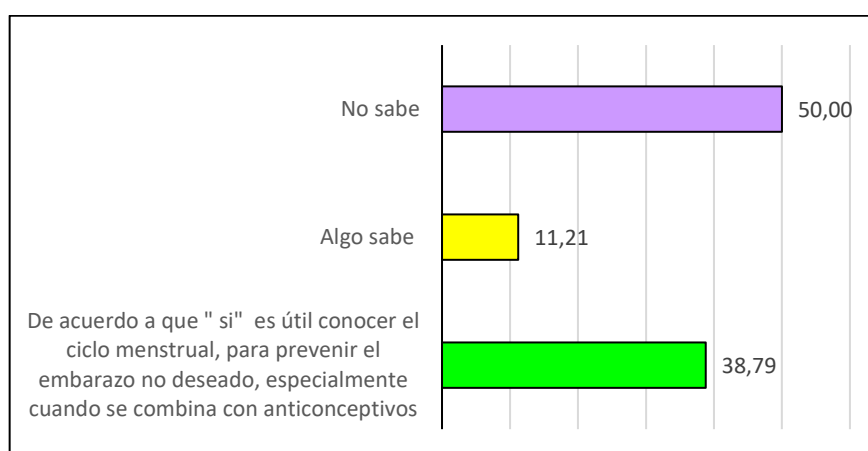


GRÁFICO 10.
Distribución porcentual de la percepción de estudiantes: ¿Conocer mejor tu ciclo menstrual te ayudaría a prevenir embarazo no intencional, junto con el uso de anticonceptivos?

El 38,79 % (n=45) manifestó “sí” sobre la utilidad de conocer el ciclo menstrual para prevenir embarazos, especialmente cuando se combina con anticonceptivos. En cambio, el 11,21 % (n=13) mostró que algo sabe, mientras que al menos la mitad, un 50 % (n=58), no sabe.

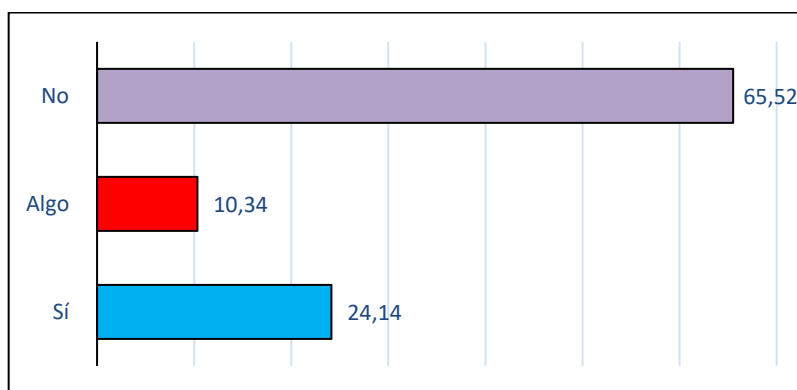


GRÁFICO 11.

Distribución porcentual saber sí: ¿cuándo tuviste la menstruación o regla por primera vez, sabías lo que me estaba sucediendo en tu cuerpo, con seguridad?

Referente a la percepción de las estudiantes sobre si sabían con seguridad qué es la menstruación, la primera vez que la experimentaron, el 65,52 % (n=76) indicó no saberlo con seguridad, mientras que el 24,14 % (n=28) afirmó comprenderla claramente en ese momento y el 10,34 % (n=12) manifestó tener nociones parciales.

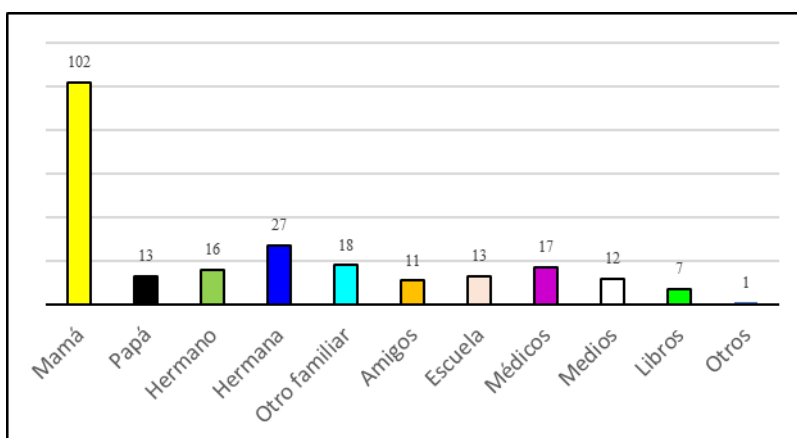


GRÁFICO 12.

Frecuencia según ¿de quién te ha informado sobre la menstruación?

La madre fue la fuente de información más consultada, con 87,93 % (n=102), seguida por la hermana con un 23,28 % (n=27), familiares reflejados como otro un 15,52 % (n=18) seguido de los médicos 14,66 % (n=17), las figuras masculinas, como los hermanos 13,79 % (n=16) y el papa 11,21 % (n=13), las fuentes institucionales 11,21 % (n=13), los medios de comunicación 10,34 % (n=12), las amistades (amigos) tuvieron como fuente una participación de 9,48 % (n=13), los libros 6,03 % (n=7) y otros 0,86 % (n=1) fueron los menos utilizados para obtener información.

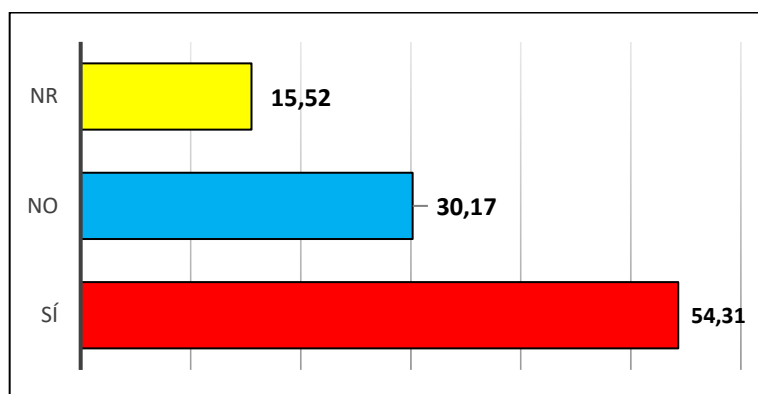


GRÁFICO 13.

Distribución porcentual a la pregunta ¿faltas a clases cuando tienes tu período menstrual o regla?

Más de la mitad de las estudiantes 54,31 % (n=63) mencionó que ha dejado de ir a clases cuando tienen la menstruación o regla, por otro lado, un 30,17 % (n=35) dice que nunca se ha ausentado por esa razón, mientras que el 15,52 % (n=18) prefirió no responder la pregunta.

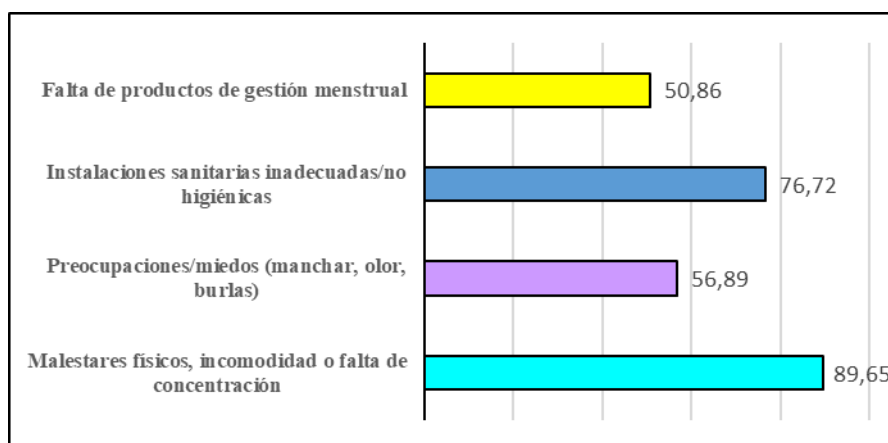


GRÁFICO 14.

Distribución porcentual, sobre las razones de las faltas a la escuela durante tu menstruación o regla

Entre las encuestadas que dijeron que se ausentaron de la escuela durante su período menstrual (regla), la razón más común fue el malestar físico, la incomodidad o el hecho de no poder concentrarse, mencionada por el 89,65 % de ellas (n=104). Después están, quienes se preocupan o tienen miedo de manchar la ropa, del olor o de ser objeto de burlas, que representan el 56,89 % (n=66). También un 76,72 % (n=89) mencionó que las instalaciones sanitarias no son adecuadas y el 50,86 % (n=59) refiere la falta de productos de gestión menstrual.

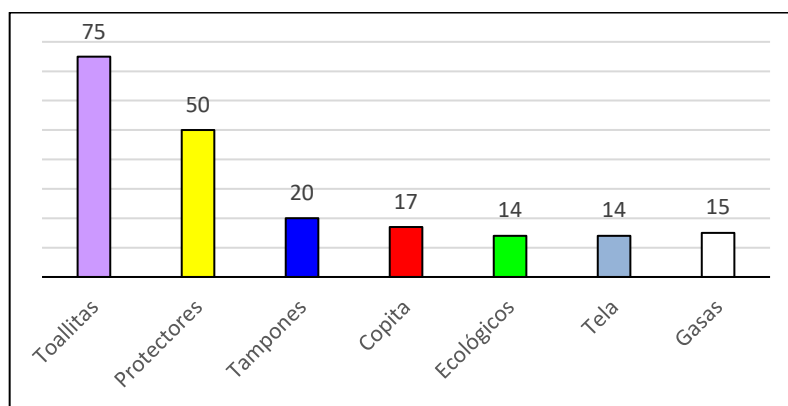


GRÁFICO 15.

Facilidad de encontrar (accesibilidad) los productos de higiene menstrual

El producto de higiene menstrual más accesible entre los estudiantes son las toallitas con 64,66 % (n=75), seguido por los protectores de uso diario 43,10 % (n=50). Con menor frecuencia los tampones 17,24 % (n = 20), las copas menstruales 14,66 % (n = 17), las gasas 12,93 % (n = 15), así como las opciones ecológicas y de tela 12,07 % (n = 14).

DISCUSIÓN

El 86,21 % de la población de estudio ya ha tenido la menarquia y el promedio de edad fue de 12,9 años, un hallazgo que se alinea con el promedio nacional (12,6 años) reportado por López *et al.* (2021) ⁽³⁾ el 85,34 % de las adolescentes refirió nunca haber asistido al ginecólogo, este hallazgo confirma el patrón nacional de inaccesso (8 de cada 10 mujeres sin consulta especializada) según Davis *et al.* (2022) ⁽⁹⁾ Se evidencia la existencia de dependencia de las fuentes de información familiares tipo femenino (madre 87,93 %, hermanas 23,28 %), acorde con los estudios en Argentina (89 % familiar), que alimenta la transmisión informal y las concepciones tradicionales de género; la baja aportación de fuentes formales (médicos 14,66 %, escuela 11,21 %, medios 10,34 %) también es coherente con los datos en Argentina; la brecha en la educación formal es importante, ya que la dependencia informal puede dar lugar a la desinformación, a la falta de preparación y a la transmisión de tabús y puede afectar el bienestar de las adolescentes dejándolas sin información esencial ⁽¹⁰⁾ la falta de conocimientos básicos sobre el ciclo menstrual, alcanza el 61,21 % de las adolescentes este resultado contrasta con los resultados de García ⁽¹¹⁾ esta escasa comprensión por parte de las adolescentes, expresa sobre la posible utilización del ciclo como métodos de prevención de embarazos, donde el 50 % o bien lo rechazan, o bien no lo conciben y solo el 38,79 % de ellas lo entienden, no obstante, y sólo un 32,76 % de las adolescentes reconoce necesitar más información, el resto se distribuye por rechazo final (18,97 %), indecisión (15,52 %) o incapacidad para opinar (32,76 %), esta discrepancia entre el nivel de conocimiento real y el de percepción del mismo indica falta de conciencia sobre sus déficits informativos. Por lo que la deficiente comprensión fisiológica del ciclo menstrual, arraigada en una educación fragmentada e informal, compromete la autonomía y la salud sexual de las adolescentes, en cuanto al ausentismo escolar, el 54,31 % (n=63) de las estudiantes reconocieron faltar a las clases debido a la menstruación, un dato que supera el 39,86 % de estudiantes, las causas principales son las molestias, la incomodidad, el miedo social (a manchas/ burlas), además de la inadecuación de espacios o la falta de producto. Esto pone de manifiesto cómo la pobreza menstrual se manifiesta como violencia estructural, ya que interrumpe el proceso educativo y reproduce el ciclo de la exclusión, de lo cual se destaca la conexión con los Objetivos de Desarrollo Sostenible: ODS 3 (Salud y bienestar), con el ODS 4 (Educación de calidad) y con el ODS 5 (Igualdad de género) ⁽¹²⁾ Sobre la gestión de la menstruación se denota una marcada concentración en las toallitas sanitarias como el producto menstrual dominante: el 64,66 % lo considera

accesibilidad y fácil de encontrar, la dinámica observada en nuestra población subraya cómo las barreras económicas y de información, comprometen la higiene y dignidad menstrual, replicando ciclos de exclusión.
(13)

CONCLUSIONES

Existe una brecha en la población estudiada, con referente a los conceptos sobre el ciclo menstrual y el de menstruación, afectando su comprensión del ciclo reproductivo, esta falta de conocimientos está relacionada con que el tabú menstrual, sigue estando presente entre las familias, por lo que es fundamental que se analicen los contenidos impartidos en la escolaridad, debido a que la menstruación no es simplemente un embarazo fallido.

Ampliar la mirada sobre el ciclo menstrual y entenderlo como parte de la sexualidad, implica atender a los modos en que las variables económicas, políticas y sociales, subrayen a este acontecimiento como un problema de salud pública que va más allá de la esfera individual, afectando el bienestar integral, la educación y las oportunidades de las adolescentes.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. OMS. Declaración sobre salud y derechos menstruales Ginebra: Organización Mundial de la Salud; [Internet] 2022 [citado 2 jun 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/news/item/22-06-2022-declaracion-de-la-OMS-sobre-la-salud-y-los-derechos-menstruales>.
2. Unicef. Respuesta humanitaria de UNICEF en Venezuela [Internet]. Nueva York: UNICEF. [Internet]. 2025 [citado 2 de jun de 2025]. Disponible en: <https://www.unicef.org/venezuela/respuesta-humanitaria-de-unicef-en-venezuela-0>.
3. López M, Macias C, Landaeta M, Izaguirre I, Méndez B. Referencias internacional y nacional, su uso en el estudio del crecimiento y la maduración física. *An Venez Nutr*. 2021; 34 (1):37-48.
4. Sommer M, Schmitt M, Clatworthy D. Un conjunto de herramientas para integrar la higiene menstrual gestión (MHM) en respuesta humanitaria: la guía completa [Internet]. Nueva York: Escuela Mailman de Salud Pública de la Universidad de Columbia, Comité Internacional de Rescate [Internet] 2017 [citado 2 jun 2025]. Disponible en: https://plan-international.org/uploads/2022/01/mhm-emergencies-full-toolkit_updated.pdf
5. Yogesh M, Trivedi N, Damor R, Patel M, Ladani H, Ramachandran A, et al. Attitudes, and Practices Regarding Menstrual Hygiene Management Among Adolescent Schoolgirls (10-19 Years) in the Saurashtra Region, Gujarat. *Cureus*. 2023 Dec 22;15(12): e50950. doi: 10.7759/cureus.50950. PMID: 38249235; PMCID: PMC10800118.
6. Boosey R, Prestwich G, Deave T. Menstrual hygiene management amongst schoolgirls in the Rukungiri district of Uganda and the impact on their education: a cross-sectional study. *Pan African Medical Journal*. [Internet] 2014 [citado el 2 de jun de 2025] Disponible en: <http://www.panafrican-med-journal.com/content/article/19/253/full/>
7. Delgado C, Becerril V, Campero L, Rodríguez A. Salud menstrual en adolescentes: gestión y participación de los sectores educación y salud. *Horiz Sanit*. 2024;23(2):305-20.
8. Reina M, Nader J. Relación entre el conocimiento y la creencia en los mitos sobre la menstruación en adolescentes de sexo femenino de escuelas rurales de El Bracho en el período julio-agosto de 2023. *SAGIJ Rev Soc Arg Ginecol Infanto Juvenil*. [Internet] 2025; [citado 2 de jun de 2025]. Disponible en: <https://sagij.org.ar/index.php/publicacionesta-sagij/170-profesionales/publicaciones/revista-numero-actual/ano-2024-n-1/2629-relacion->
9. Davis J, Macintyre A, Odagiri M, Suriastini W, Córdova A, Huggett C, Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey. *Trop Med Int Health*. 2018; 23(12):1350–63.

10. Meals 4 Hope. La salud menstrual también es un derecho: resultados de la Encuesta sobre Higiene Menstrual [Internet] 2021 [citado el 2 de junio de 2025] Disponible en: https://www.meals4hope.org/es/wp-staSaludMenstrual_0421.pdf
11. García S. Ausentismo escolar: un enfoque de análisis desde la vulnerabilidad social. Buenos Aires: Flacso; 2013.
12. United Nations International Children's Emergency Fund. UNICEF. Manual sobre salud menstrual para facilitadoras y facilitadores [Internet]. 2024 [citado el 2 de jun de 2025] Disponible en: [https://www.unicef.org/mexico/media/7201/file/Manual%20para%](https://www.unicef.org/mexico/media/7201/file/Manual%20para%20facilitadoras-y-facilitadores.pdf)
13. Fundación PLAN International Colombia. Percepciones y vivencias en torno a la menstruación: estudios de caso de tres instituciones educativas de Bayunca, Quibdó y Bogotá Colombia: [Internet] 2024 [citado el 2 de jun de 2025] Disponible en: https://plan.org.co/wp-content/uploads/2025/01/5_Percepciones-y-vivencias-en-torno-a-la-menstruacion-en-instituciones-educativas.pdf