

**LA MENSTRUACION:  
SU INFLUENCIA EN LA MUJER DOMINICANA ACTUAL**  
Presentado en el IX Congreso Dominicano de Obstetricia y Ginecología, 1988

\* Dr. Domingo E. Peña Nina

\*\* Lic. Thelma Camilo Rosa

### INTRODUCCION

La menstruación o flujo catamenial es un evento fisiológico. No obstante, se le ha asociado con influencias astrológicas y, desde tiempos inmemorables, se le atribuye a circunstancias relatadas en historias mitológicas.

En lugar de tratar despectivamente estas creencias populares, lo correcto es analizarlas de manera profunda y desapasionada, buscando explicaciones que acoplen con las científicas ya conocidas y demostradas. En los casos en que no haya acoplamiento, entonces descartarlas.

La menstruación se debe a estímulos hormonales sobre el endometrio o capa funcional del útero, que cesan brevemente cuando no se produce un embarazo, tras las transformaciones endometriales. A su vez, los ovarios son glándulas dependientes de los estímulos y bloqueos hipofisarios, y además influenciados de manera determinante por los estímulos del medio ambiente, recogidos por los órganos de los sentidos alojados en la cara y transmitidos por los pares craneales correspondientes. Estos están en contacto anatómico con la hipófisis, alojada en la base del cerebro y en íntima relación anatómica y funcional con el hipotálamo.

La menstruación tiene peculiaridades individuales, si

bien hay constantes que tienden a observarse en la mayoría y que permiten estudiar el evento y muchas veces establecer diagnósticos de presunción, cuando éstas se alteran de manera significativa.

En el orden médico se han elaborado numerosas definiciones; sin embargo, preferimos la poética, que describe la menstruación como el "llanto rojo de un útero defraudado en el amor", por lo sencilla y clara, a la vez que da pautas para breves explicaciones adicionales que hacen el evento comprensible a personas de todos los niveles educativos.

Ya hemos mencionado que la menstruación tiene matices individuales; a esto hay que agregar las influencias del medio ambiente a través de las experiencias vividas a diario, el ritmo de vida, el clima, tipo de alimentación, frecuencia de desplazamiento y medio utilizado para ello, influencias culturales, etc. Por ello, hemos diseñado este estudio, interesados en conocer la experiencia de la mujer en nuestro medio, enfatizando lo que significó la aparición de la menarquía y sus posibles repercusiones futuras, al menos en los casos en que la misma constituye un episodio humillante, traumático o desconcertante.

### MATERIAL Y METODO

Se elaboró un cuestionario amplio, donde se analizan todos los aspectos de la experiencia individual de cada entrevistada, dando especial atención a aquellos aspectos del orden psicológico que pueden tener más trascendencia. Se indagan, al mismo tiempo, las creencias populares antiguas y su influencia sobre la mujer actual.

(\*) Jefe del servicio de ginecología-obstetricia del Hospital Dr. Rafael J. Mañón S., Instituto Dominicano de Seguros Sociales, San Cristóbal.

(\*\*) Profesora de psicología en la Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD).



Finalmente se ofrecía la oportunidad, a cada interrogada, de exponer por escrito los comentarios adicionales que deseara, sin limitaciones en cuanto a amplitud de los mismos.

El análisis de estos cuestionarios es el motivo de nuestra exposición.

**Cuadro 1**  
**EDAD MEDIA DE LAS PRIMERAS REGLAS**  
**EN DIFERENTES PAISES**

País	Fecha del Estudio	Edad Media
Australia	1970	13.0
Chile	1970	13.1 ± 0.04
Canadá	1970	12.6 ± 0.12
Cuba	1973	12.8 ±
	1973	13.3 ±
Egipto	1966	15.2 ± 0.3
Inglaterra	1966	13.0 ± 0.03
Finlandia	1969	13.2 ± 0.02
Holanda	1965	13.4 ± 0.03
Hungría	1965	13.1 ± 0.01
India	1967	14.5 ± 0.17
Irak	1969	13.6 ± 0.06
	1969	14.0 ± 0.05
Italia	1968	12.6 ± 0.04
	1969	12.5 ± 0.02
Japón	1966-67	12.9 ± 0.01
México	1966	12.8 ± 0.18
Nueva Guinea	1967	18.0 ± 0.19
	1967	15.6 ± 0.25
Nueva Zelandia	1969	12.7 ± 0.07
	1969	13.0 ± 0.02
Noruega	1970	13.2 ± 0.01
Polonia	1965	13.0 ± 0.04
	1967	14.0 ± 0.02
Senegal	1970	14.6 ± 0.08
Singapur	1968	12.4 ± 0.09
	1968	12.7 ± 0.09
	1968	13.0 ± 0.04
Turquía	1967-69	12.36 ± 0.01
U.S.A.	1968	12.5 ± 0.11
	1968	12.8 ± 0.04
Unión Soviética	1970	13.0 ± 0.08

Dicho cuestionario se aplicó a dos grupos de mujeres. Uno compuesto por 127 con nivel universitario o técnico y otro constituido por 57 con un nivel educativo inferior. Dichos grupos, en gran parte, están compuestos por pacientes de nuestra consulta privada.

Ayudamos a interpretar las preguntas, en los casos en que se nos pedía, pero tratando de evitar al máximo influenciar las respuestas, presentadas bajo la modalidad de opción múltiple. También se respetó la decisión de no responder alguna pregunta específica, en los casos en que sucedió así.

## RESULTADOS

La investigación se basa en el estudio de 184 mujeres menstruantes, cuyas edades varían entre los 18 y 40 años. De éstas, 110 residían en la zona urbana al momento de la primera menstruación, 63 en la zona rural y 11 en zonas suburbanas.

126 (68.47%) son solteras y 58 (31.52%) están casadas.

Su nivel educativo resultó heterogéneo, predominando las que han alcanzado un nivel universitario o técnico, 127 (69.02%), seguidas de las que han logrado una educación secundaria, que son 28 (15.23%); 26 (14.13%) terminaron la educación primaria y 3 (1.63%) son analfabetas.

La edad promedio en que se presentó la primera menstruación fue a los 12 años (ver gráfica 1).

El tiempo de duración del sangrado catamenial más comúnmente observado fue de 3 a 5 días.

Ante la pregunta: ¿Conocía de antemano que se presentaría la menstruación y sabía el por qué de ello?, 100 (54.34%) contestaron afirmativamente, entre tanto 65 (35.32%) respondieron que conocían de antemano que se presentaría, pero ignoraban el por qué de ello; mientras que el 19 (10.32%) contestaron que no conocían de antemano que se presentaría e ignoraban el por qué de ello.

Al preguntarles ¿Dónde adquirieron los conocimientos sobre la menstruación antes de que ésta se presentara?, 76 (41.06%) respondieron que en el hogar, 52 (28.26%) afirmaron que de amigas mayores, 10 (5.43%) señalaron que en la escuela y 3 (1.63%) dijeron que lo habían leído de algún libro.

Al preguntarles ¿Dónde la sorprendió la primera menstruación?, 144 (78.26%) señalaron que en la casa, 21 (11.41%) en la escuela, 7 (3.8%) en la calle y 12 (6.58%) en otro lugar.

Al indagar sobre si estaban preparadas en cuanto a protección sanitaria cuando se presentó la primera menstruación, sus respuestas fueron las siguientes:

- Estaban preparadas y no mancharon la ropa 22 (11.95%)
- No estaban preparadas, pero no mancharon



- la ropa (rápidamente lo advirtieron) 96 (52.17%)
- No estaban preparadas y mancharon la ropa en casa 55 (29.89%)
- No estaban preparadas y mancharon la ropa fuera de casa 11 (5.97%)

La menarquía no fue dolorosa en 114 casos (61.95%), discretamente dolorosa en 39 casos (21.19%), dolorosa en 16 casos (8.69%) y muy dolorosa o excesivamente dolorosa en 15 casos (8.15%).

Al investigar la reacción ante la primera menstruación, aparece que:

- La tomaron como algo natural 105 (57.06%)
- Les resultó algo impresionante 52 (28.26%)
- Fue muy impresionante 12 (6.52%)
- Se asustaron, pensando que era algo peligroso 15 (8.15%)

Al pedir la opinión de las cuestionadas sobre la conducta de sus padres en cuanto a la preparación para la primera menstruación que les ofrecieron:

- 80 (43.47%) La consideraron correcta, pues habían explicado las causas;
- 55 (29.89%) La consideraron medianamente correcta, pues no habían explicado las causas, pero cuando se presentó orientaron un poco;

- 31 (16.84%) La juzgaron incorrecta, pues no dieron ninguna explicación sobre el asunto ni antes ni después; y
- 18 (9.98%) La consideraron incorrecta, pues sólo habían sugerido el hecho sin dar ningún tipo de detalle u orientación.

En los casos en que el hogar proporcionó orientación, la misma procedió de la madre en 113 casos (61.41%), del padre en 4 casos (2.17%), de la hermana mayor en 39 casos (21.19%) y la sirvienta en 4 casos (2.17%).

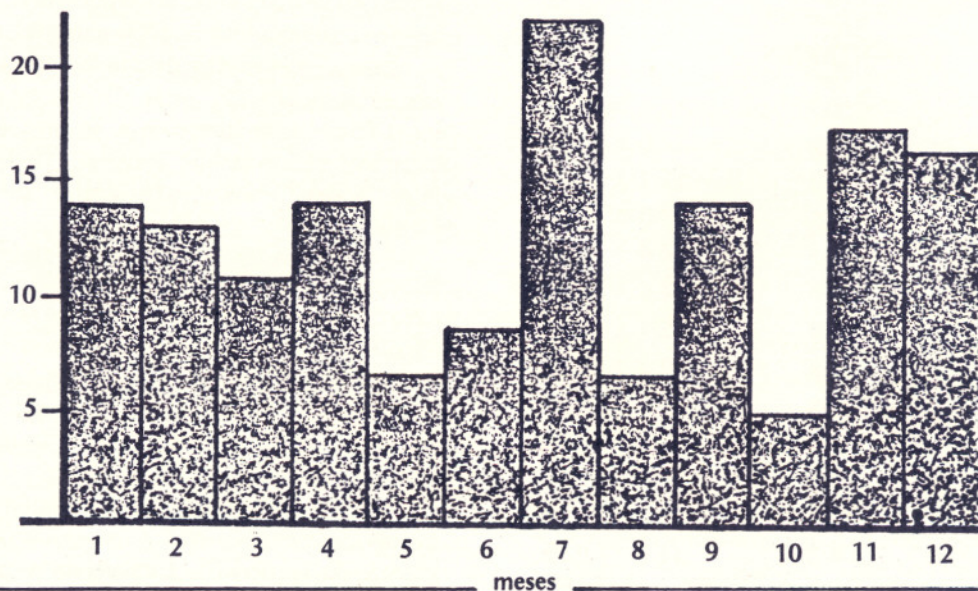
Interrogadas sobre el recuerdo guardado de la primera menstruación:

- 101 (54.89%) Lo juzgaron como simple, porque al ser un hecho esperado no sorprendió;
- 21 (11.41%) Desconcertante, porque se trató de algo totalmente desconocido para lo que no se tenía explicación;
- 5 (2.71%) Humillante, porque mancharon la ropa fuera de la casa;
- 57 (30.97%) Impactante, porque aunque era algo esperado no se imaginaron realmente en qué consistía.

Preguntadas sobre si sostienen relaciones maritales con su pareja durante la menstruación:

- 3 (1.63%) Respondieron que siempre;

Grafica No. 1  
DISTRIBUCION ANUAL DE LAS FECHAS DE LAS PRIMERAS REGLAS  
Gynécologie. 1975; 36 (2): 153





- 31 (16.84%) Dijeron que algunas veces; y
- 83 (45.10%) Respondieron que nunca.

De las que sostenían relaciones sexuales durante la menstruación el 55.43% consideró esta práctica como anti-higiénica y el 33.15% la consideró además como nociva para la salud.

60 encuestadas (32.60%) consideraron que de haber tenido opción hubieran preferido ser hombres para no sufrir los efectos de la menstruación:

- 63 (33.69%) Opinaron que la menstruación es "como la vergüenza de la mujer";
- 40 (21.73%) Señalaron que la menarquía fue una experiencia indeseable;
- 65 (35.32%) Dijeron que no se lavan la cabeza durante la menstruación;
- 62 (33.69%) Expresaron que aun siendo necesario no se atrevía a tomar en brazos a un recién nacido mientras están menstruando; y
- 119 (64.47%) Que en el hogar les enseñaron que no se deben comer algunas frutas durante la menstruación.

En la opción abierta para exponer comentarios sobre su experiencia en la primera menstruación, el comentario más repetido fue el que relaciona la aparición de la menstruación al hecho de convertir en "señorita" a la que hasta ese momento había sido una niña y, en consecuencia, según agregan, hacen ya peligrosos los juegos con niños de su edad o mayores.

No encontramos predominancia significativa en lo que respecta a un mes específico para la presentación de la menarquía, contrario a otros trabajos (gráfica No. 1).

## COMENTARIOS

El universo estudiado estuvo constituido por mujeres que en su mayoría habitaban la zona urbana al momento de su menarquía (59.78%). Esto parece ser meramente circunstancial, sin que aparentemente tenga influencia significativa en la conducta menstrual de la mujer.

Podría suponerse que la no aparición de diferencias notables entre las respuestas de las encuestadas, en función de su ubicación geográfica al momento de su menarquía (zona urbana, zona rural) se deba a que en nuestro país no hay drásticas variaciones entre las diferentes regiones y zonas, en lo que se refiere a características climatológicas, como aparecen en los países de grandes extensiones de terreno, con climas que van de lo cálido a lo frío. De igual manera no hay diferencias muy notorias entre la vida urbana y la rural.

Como había de esperarse, cuando se recibió alguna explicación en el hogar, la misma fue de parte de la madre en 113 casos (61.41%), seguida de la hermana mayor en 39 casos (21.19%). En 4 casos la información partió del padre y en la misma cantidad de la sirvienta. Ambas situaciones parecen ser casuales. Estos datos permiten establecer que es la madre o la hermana mayor quien desempeña dentro del hogar esta labor informativa de tanta significación, que probablemente se desarrolla muy defectuosamente.

Lamentablemente sólo el 41% de los casos informa que adquirió los primeros conocimientos sobre la menstruación en el hogar, apareciendo una gran diferencia entre las que poseen un nivel universitario o técnico y las que poseen un nivel inferior. En el primer grupo, 73 mujeres adquirieron los primeros conocimientos dentro del hogar, mientras que en el segundo grupo sólo 3. Esto podría ser indicador de que quienes han alcanzado un nivel de educación superior pertenecen a hogares de padres con más nivel educativo que los padres del otro grupo y, por tanto, estaban más capacitados para orientar a sus hijas y, lo que es muy importante, en actitud de hacerlo.

Cuando la información se obtuvo fuera del hogar, la misma procedió de amigas mayores, observándose una frecuencia similar en ambos grupos. Otras posibles fuentes de información como los libros o la escuela, lamentablemente no tuvieron una incidencia significativa, lo que evidencia que la escuela no cumplió su rol.

La reacción individual ante la primera menstruación estuvo condicionada fundamentalmente por la posesión o no de conocimientos previos sobre la misma. Otras circunstancias como que el acontecimiento ocurriera fuera del hogar y que manchara la ropa en público fueron poco frecuentes. Así, 105 (57.06%) lo tomó como algo natural, porque era un proceso esperado, y sólo para el 11.41% fue un evento desconcertante porque se trató de algo totalmente desconocido para lo que no se tenía explicación y en consecuencia generó un gran temor y creencia de que era algo peligroso.

La tendencia franca en el grupo estudiado es la abstinencia durante la fase menstrual sustentando esto por considerar la práctica sexual en estas condiciones como anti-higiénica y dañina para la salud.

En nuestra muestra, 137 mujeres (75%) señalaron que durante la menstruación continuaban sus actividades rutinarias porque no sentían molestias que se lo impidieran. En 60 (33%) se tienen ideas asociativas que permiten concluir a la mujer que es preferible ser hombre para no sufrir los efectos de la menstruación, lo que implica, a nuestro entender, un cierto rechazo no a la menstruación en sí, sino a las molestias y limitaciones que la misma presupone, sin que esto represente una negación a la femineidad. 62 (34%) responden que la menstruación es como la "vergüenza de la mujer". Esta creencia que probablemente



en un momento dado fuera mucho más frecuente en nuestro medio, es parte de la cultura dominicana. De igual manera resultan evidentes en un porcentaje similar al anterior (34%) otras aprehensiones y huellas de creencias tradicionales, cuando las encuestadas responden que cuando están menstruando no se atreven a tomar en brazos a un recién nacido, y cuando afirman (en un 36%) que no se lavan la cabeza mientras están menstruando.

La mayoría de los padres, según afirman las encuestadas, 119 (65%) le internalizaron la idea de que es dañino comer frutas durante el estado menstrual. La experiencia cotidiana nos afirma que ésta es una creencia muy compartida por las mujeres dominicanas.

Llama la atención el hecho de que la mayoría de los comentarios adicionales procuraron relacionar la aparición de la menstruación con la conversión en "señorita" de la que hasta ese momento había sido considerada como una niña. Nos pareció extraño este criterio sustentado únicamente en ese dato aislado, desechando otros cambios físicos, además de los que estarían relacionados con la forma de ser y de pensar de la niña. La fuerza de esta consideración es tal que aparece una uniformidad total en los comentarios en el sentido de que, independientemente de todo, a partir de ese momento ya resultan peligrosos los juegos con niños de su edad.

### CONCLUSION

Según arroja el análisis de los datos recogidos en la

muestra con que trabajamos, parece, de manera general, que la menstruación es bien aceptada por la joven a partir de su primera aparición, siempre que no constituya un episodio traumático o humillante para ella, porque la asocia con un ascenso en la esfera social, dado el nuevo status de "señorita" que adquiere. Posteriormente puede resultar un evento rechazado por las molestias que presupone y las limitaciones que genera.

El nivel cultural de los padres y el grado de las relaciones con las hijas puede permitir que éstas de antemano conozcan lo que es la menstruación, o por lo menos tengan cierta descripción de este evento, y ante su aparición reaccionen tomándolo como algo natural.

Finalmente, recomendamos a las instancias educativas ejercer mayor influencia en el área de educación sexual, ya que encontramos que la participación de la escuela en la labor de orientación a la adolescente, en el aspecto que ocupa nuestra atención, es tan pobre que resulta casi nula. Sin embargo, debemos suponer que a la fecha las cosas han mejorado, en relación con el momento en que las encuestadas vieron su primera menstruación.

### BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

- Edad de la menarca. Informaciones Toemmers No. 82 junio/julio, 1986.
- Falner et Tannier: Edad media de las primeras reglas en diferentes países. Human Growth. New York. Plenum Ed. 1978; Vol. 2.
- Ploin M.: Distribución anual de las fechas de las primeras reglas. Gaz. Med. 92:11, 1985.