

## Capítulo 2. Metodología

### 2.1 SUJETOS

Cincuenta mujeres universitarias de 17 a 25 años con una media de 20.4 años. Las participantes tenían un ciclo menstrual que oscilaba de los 21 a los 45 días con una media de 29 días, y su sangrado menstrual tenía una duración entre 3 y 8 días presentando una media de 5 días. La mayor parte de las participantes presentaban un ciclo menstrual regular (n=38), y sólo 12 de ellas reportaron tener ciclos menstruales irregulares, y una de ellas reportó no saber cada cuando ocurre su menstruación. En cuanto al consumo de anticonceptivos sólo dos mujeres reportaron estar en tratamiento. Las mujeres fueron seleccionadas por disponibilidad por lo que la distribución de áreas de estudio fue diversa.

### 2.2 INSTRUMENTOS

- A. Ficha de identificación con datos generales que incluían: nombre, edad, carrera, hábitos de sueño, consumo de cafeína, tabaco, medicamentos y regularidad del ciclo menstrual (Apéndice B).
- B. Cuestionario de Malestares Menstruales (MDQ), elaborado por Moos (1968). El cuestionario consta de 46 reactivos, en donde cada síntoma es medido a través de una escala de Likert, que va desde ausencia del síntoma hasta extrema molestia. Los síntomas se agrupan en 8 factores:
  - 1. Dolor: muscular, de cabeza, de espalda, dolor en general, fatiga y cólicos abdominales.
  - 2. Concentración: insomnio, olvidos, confusión para pensar, disminución del juicio para opinar, dificultad para concentrarse, tendencia a estar distraída, accidentes (leves o graves), torpeza en los movimientos.

3. Cambios conductuales: disminución del rendimiento laboral o escolar, tendencia a tomar siestas o estar en la cama, tendencia a quedarse en casa en vez de salir, evitación de actividades sociales, disminución de la eficiencia.
4. Reacciones autónomas: mareos, desmayos, sudación fría, náuseas o vómitos, bochornos.
5. Retención de líquidos: aumento de peso, problemas en la piel, dolor en los senos, hinchazón.
6. Afecto Negativo: deseos de llorar, sensación de soledad, inquietud o impaciencia, sensación de estar tensionada o estresada, ansiedad, enojarse por cualquier cosa, cambios de humor, depresión.
7. Excitación: tendencia de estar afectuoso, tendencia al orden, agitación, sensación de bienestar, estallidos de energía o actividad.
8. Control: Sensación de estar sofocada, dolores en el pecho, zumbidos en los oídos, latidos fuertes de corazón, entumecimiento u hormigueo de manos y pies, puntos ciegos y visión borrosa.

Para esta investigación, no se utilizó la escala de excitación, debido a que se refiere a síntomas positivos (Apéndice C).

- C. Cuestionario de hábitos con una serie de preguntas referentes al consumo de cafeína, tabaco y algunos medicamentos, así como también si ocurrió algún evento importante durante el día y una pregunta que indica si están menstruando (Apéndice D).
- D. Examen de conocimientos acerca del SPM que consta de 8 preguntas cerradas, dividido en tres partes:
  1. conocimientos acerca de las variaciones de estado de ánimo y ansiedad relacionados al ciclo menstrual,
  2. conocimientos acerca de los síntomas premenstruales y
  3. conocimientos acerca del SPM (Apéndice E).

## 2.3 PROCEDIMIENTO

Al término de dicha aplicación, se les pidió que contestaran un cuestionario para sondear los conocimientos que tienen y dicen tener acerca del SPM.

| L  | Ma | Mi | J  | V  | S  | D  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

## 2.4 ANÁLISIS DE DATOS

La muestra inicial estuvo conformada por 117 mujeres, que comenzaron a contestar los cuestionarios correspondientes, la cual se redujo a sólo 50 mujeres. Esto se debió a que hubo mujeres que tuvieron que ser descartadas de la muestra por diversas razones como no haber menstruado en el tiempo que duró la recolección de datos, no haber contestado los cuestionarios diariamente, salto de días al contestar, no contestar el cuestionario, no se les pudo localizar para la aplicación retrospectiva, entre otras.

En el reporte obtenido diariamente, se recolectaron los datos correspondientes a los cinco días anteriores al primer día de sangrado, y finalmente siete días después del sangrado y de estos sólo se tomaron en cuenta los últimos cinco días.

Posteriormente, se realizó un promedio del puntaje obtenido los días antes de la menstruación para así obtener el *puntaje premenstrual*; y al promediar los días posteriores a la menstruación se obtuvo el *puntaje postmenstrual*.

El análisis descrito a continuación fue realizado para cada uno de los siete factores utilizados del MDQ:

- a. Se compararon los resultados de la fase premenstrual con los de la fase postmenstrual, utilizando la prueba t de Student para muestras relacionadas.

- b. Para tener una medida de la magnitud de los cambios premenstruales, se calculó el porcentaje de cambio premenstrual (CP) utilizando la siguiente fórmula:

$$((\text{puntaje premenstrual} - \text{puntaje postmenstrual}) / \text{puntaje postmenstrual}) * 100$$

- c. Para comparar las diferencias entre los resultados obtenidos en el CP diario y retrospectivo se calculó la Exageración Retrospectiva con la siguiente fórmula:

$$\text{CP retrospectivo} - \text{CP diario}$$

- d. Se utilizó la t de Student para muestras relacionadas, para hacer la comparación entre los CP de los datos obtenidos de manera diaria y retrospectiva.

Posteriormente, se realizó un análisis estadístico más general, para el cual fue necesario que los datos obtenidos en los factores de los reportes diarios y retrospectivo se dividieran en dos grupos para las dos medidas anteriores: los factores de dolor, retención de líquidos, control y autoregulación formaron el grupo síntomas físicos; los factores de afecto negativo, cambios conductuales y concentración formaron el grupo de síntomas psicológicos.

Los análisis de datos descritos a continuación, se realizaron para ambos grupos de síntomas tanto en la medida diaria como en la retrospectiva.

- a. Se compararon los resultados de la fase premenstrual con los de la fase postmenstrual, utilizando la prueba t de Student para muestras relacionadas.

- b. Para tener una medida de la magnitud de los cambios premenstruales, se calculó el porcentaje de cambio premenstrual (CP) utilizando la siguiente fórmula:

$$((\text{puntaje premenstrual} - \text{puntaje postmenstrual}) / \text{puntaje postmenstrual}) * 100$$

- c. Para comparar las diferencias entre los resultados obtenidos en el CP diario y retrospectivo se calculó la Exageración Retrospectiva con la siguiente fórmula:

$$\text{CP retrospectivo} - \text{CP diario}$$

- d. Se utilizó la t de Student para muestras relacionadas, para hacer la comparación entre los CP de los datos obtenidos de manera diaria y retrospectiva.
  
- e. Se comparó el puntaje de exageración de síntomas tanto psicológicos como físicos con:
  - 1. El conocimiento que las mujeres tienen acerca de cuántas mujeres presentan síntomas premenstruales.
  - 2. El conocimiento de la causa del SPM.
  - 3. El conocimiento que tienen las mujeres para diferenciar que la presencia de un síntoma premenstrual no es igual a tener síndrome premenstrual.

Para esto se utilizó la prueba de t de Student para muestras independientes.

Cortes Iniestra, S. 1999. **Evaluación diaria y retrospectiva de síntomas premenstruales**. Tesis Licenciatura. Psicología. Departamento de Psicología, Escuela de Ciencias Sociales, Universidad de las Américas Puebla. Mayo. Derechos Reservados © 1999.