

2023-12-18

# FOMENTAR EDUCACIÓN SOBRE LOS CAMBIOS HORMONALES QUE SE PRESENTAN EN LOS ADOLESCENTES EN LA URBANIZACIÓN LOS RECUERDOS DE LA CIUDAD MONTERÍA CÓRDOBA (PROYEC

Ahumada Coronado, Verónica

---

<http://217.196.48.203:4000/handle/123456789/182>

*Downloaded from DSpace Repository, DSpace Institution's institutional repository*

Fomentar educación sobre los cambios hormonales que se presentan en los adolescentes en la urbanización los Recuerdos de la ciudad Montería Córdoba

VERONICA AHUMADA CORONADO

DANIELA ÁVILA SALGADO

LAUDITH NICOL CAMPILLO PÉREZ

INSTITUTO TECNOLOGICO SAN AGUSTIN

AUXILIAR EN ENFERMERIA

MONTERIA-CORDOBA

2023

Fomentar educación sobre los cambios hormonales que se presentan en los adolescentes en la urbanización los Recuerdos de la ciudad Montería Córdoba

DANIELA ÁVILA SALGADO  
VERÓNICA AHUMADA CORONADO  
LAUDITH NICOL CAMPILLO PÉREZ

Trabajo realizado como requisito para optar al título de técnico laboral por competencia de auxiliar en enfermería

ASESOR  
YAQUELINE YOVANA ALVAREZ  
ENFERMERA JEFA, DOCENTE EN EL ÁREA DE LA SALUD

INSTITUTO TECNOLOGICO SAN AGUSTIN  
AUXILIAR EN ENFERMERIA

MONTERIA-CORDOBA

2023

Nota de aceptación

---

---

---

---

---

Firma del presidente del jurado

---

Firma del jurado

---

Firma del jurado

Montería Córdoba 18-05-202

## DEDICATORIA

A nuestros padres, familiares y amigos por el apoyo, dedicación, esfuerzo y la motivación a lograr nuestros objetivos. A todos aquellos que en el camino han creído en nuestras capacidades, que nos han corregido con amor y nos han acompañado en este proceso hasta culminar con esta bonita etapa de nuestras vidas. Con nuestro más sincero amor

VERONICA AHUMADA CORONADO

DANIELA ÁVILA SALGADO

LAUDITH NICOL CAMPILLO PÉREZ

## **AGRADECIMIENTOS**

A Dios que no nos ha desamparado y nos ha guiado en nuestros pasos. A nuestros padres por su apoyo incondicional y motivación. Al Instituto Tecnológico San Agustín por permitir formarnos académicamente y brindarnos las herramientas para logra realizar este proyecto. A nuestra docente la enfermera jefa Yaquelin Álvarez, por haber asesorado nuestro trabajo con mucha paciencia, porque con carácter nos guio en el camino correcto a seguir. Gracias a su dedicación hoy este proyecto es posible. A la comunidad de la urbanización los recuerdos de la ciudad Montería Córdoba por brindarnos su tiempo y su disposición durante el tiempo que estuvimos realizando nuestra investigación.

## TABLA DE CONTENIDOS

### INTRODUCCIÓN

1. Planteamiento del problema .....	6
1.1 Formulación del problema .....	7
2. Justificación .....	8 – 9
3. Objetivos .....	10
3.1 Objetivos generales .....	10
3.2 Objetivo específico .....	10
4. Marco de referencia .....	11
4.1 Estado del arte .....	11-17
4.2 Marco teórico .....	17
Contextual .....	17-24
Histórico .....	24-25
Conceptual .....	25-27
Legal .....	27-29
5. Metodología .....	30
5.1 Tipo de investigación .....	30-31
5.2 Método investigación acción .....	30-31
Diseño de investigación .....	31
Fuentes de información .....	31
Fuentes primarias .....	31
Fuentes secundarias .....	31
Población y muestra .....	31-32

## INTRODUCCIÓN

Las hormonas son mensajeros químicos que son liberados en el cuerpo por las glándulas endocrinas. Median los procesos fisiológicos en el cuerpo. Algunos ejemplos de hormonas son la insulina, el cortisol, la hormona tiroidea, la oxitócica y la prolactina entre muchas otras. Las glándulas endocrinas incluyen la pituitaria, el páncreas, la tiroides y las suprarrenales. Las hormonas tienen que existir en un estado de equilibrio para que el cuerpo funcione normalmente. Si se produce un desequilibrio, se producen efectos que se evidencian físicamente. Los cambios hormonales pueden ser fisiológicos o debidos a un proceso de enfermedad. Los cambios hormonales normales se producen durante la pubertad, cuando hay una transición de la infancia a la edad adulta.

En la urbanización los recuerdos de la ciudad de montería Córdoba, encontramos una gran cantidad de adolescentes que se encuentran viviendo estos cambios y se ven rodeados de mitos y especulaciones de lo que les está sucediendo sin estar seguros ni informados de los cambios que están enfrentando ¿pero en que les afecta esto? Al investigar hemos podido evidenciar consecuencias de la desinformación como embarazos adolescentes, mujeres con sospecha de padecer síndrome de Rokitansky, síndrome de Turner. Entre otros que no están diagnosticados

También se evidenciaron síntomas que pueden ser ocasionados por desequilibrios hormonales como, aumento de peso, pérdida de peso inexplicables y a veces repentina, debilidad muscular, visión borrosa, piel reseca y rostro inflamado. Los habitantes no saben que lo que les ocurre puede ser causado por sus hormonas ya que desconocen el funcionamiento y los cambios que producen estas.



## **Planteamiento del problema**

Al comenzar la adolescencia los jóvenes se ven envueltos en grandes cambios físicos, psicológicos, emocionales, sociales entre otros. La mayoría de estos cambios son causados por las hormonas; las hormonas Viajan a través del torrente sanguíneo hacia los tejidos y órganos. Surten su efecto lentamente y, con el tiempo, afectan muchos procesos distintos, incluyendo: Crecimiento y desarrollo. Más de la mitad de la población que vive en la urbanización los recuerdos ubicada en la ciudad de montería córdoba son jóvenes pasando por la etapa de la pubertad. La pubertad son los cambios corporales que se producen principalmente debidos a las hormonas sexuales (testosterona, progesterona y estrógeno) Los jóvenes del barrio el recuerdo carece de recursos económico y también de información sobre el porqué de los nuevos cambios a los que se ven sometidos se encontró a niños desde los 12 años de edad que comienzan a preguntarse ¿por qué sus gustos han cambiado? ¿por qué hay jóvenes de su misma edad, pero más altos? y ni sus padres ni otros adultos son capaces de explicar los cambios psicológicos que están mostrando, se vuelven rebeldes, aislados e inestables y les parece algo extraño sin conocer lo que pasa, tampoco saben manejarlos. No se habla de sexualidad, no se habla de cambios físicos normales y anormales, y mucho menos de trastornos hormonales. Es importante que además de adolescentes los adultos también conozcan los cambios que vienen con la pubertad antes de que estos lleguen para que puedan estar preparados y tengan herramientas que les faciliten pasar por este proceso, es importante recordar que todos pasan por estos cambios y si bien en el pasado era más difícil hablar de ellos hoy en día se cuenta con acompañamiento y un sin fin de ayudas que facilitan y pueden lograr que esta etapa sea solo eso, una etapa natural y pasajera. Mediante la investigación y el convivir con los jóvenes de la urbanización los recuerdos se recaudó información sobre qué clase de acompañamiento requieren principalmente luego por medio de guías, charlas incluso actividades lúdicas se logrará que el tema de las hormonas y la pubertad en los adolescentes ya no sea un tabú y se reconocible y manejable por jóvenes y adultos.

## **1.1 formulación del problema**

¿Qué beneficios trae a los adolescentes de la urbanización los recuerdos recibir educación sobre los cambios hormonales y como se ve reflejado en su crecimiento y desarrollo?

## 2 Justificación

Cuando se habla sobre los cambios hormonales en los pre adolescente y adolescentes de la urbanización los recuerdos, se observa que estos necesitan estar informados para saber cómo manejar los cambios que se les están presentando. Resolver estos problemas trae beneficios para que cada adolescente pueda reconocer el cambio en sus cuerpos y que no se les haga sorprendente alguna aparición de estos mismos, también puede ayudar a distinguir si sufren algún síndrome o desorden hormonal, y así recurrir a la ayuda médica.

Un beneficio social que trae la investigación es concientizar a los padres y de más adultos de los cambios psicológicos emocionales y sociales que pueden estar experimentando los adolescentes e incluso ellos mismos.

El 70% de los adolescentes no reconoce los síntomas de un desorden hormonal ni los cambios psicológicos que vienen con estos, dónde se experimentan diversos cambios como el sentirse tensos y malhumorados. Algunas hormonas ayudan a controlar el estado de ánimo, el crecimiento y desarrollo de cada uno.

Está investigación permitió dar a conocer cada cambio para llegar a un objetivo que es profundizar los conocimientos. es de gran importancia dar a conocer que el cuerpo da vueltas para tener nuevas etapas.

es necesario verificar e informarse sobre qué tantos conocimientos tienen los adolescentes acerca de los cambios hormonales y la educación sexual, ya que es un tema muy importante en la actualidad y así poder enfatizar actividades que les ayuden a retroalimentar la información que ya conocen.

En este ejemplo se hablará de los cambios hormonales de las mujeres, ya que existen muchos mitos acerca de las hormonas femeninas, Sin embargo, la vida de las mujeres gira en torno a los procesos hormonales. las hormonas juegan un papel importante en las mujeres porque ellas son quién incide en vivencias femeninas como la menstruación.

Además, el estrógeno es una de las hormonas femeninas que ayudan a proteger los huesos del corazón e interviene en la elasticidad y la salud de la piel.

las hormonas son proteínas que produce el cuerpo para dar señales y órdenes. son sustancias químicas producidas por las glándulas endocrinas y éstas se mueven en el cuerpo a través de la corriente sanguínea.

estas controlan muchos procesos biológicos, incluyendo el crecimiento muscular y el ritmo cardíaco.

En el caso de las mujeres son identificadas o más conocidas como estrógenos y progesterona. el proceso de la menstruación, el embarazo y la menopausia son determinadas por estas hormonas, Estas son llevadas hacia algunas hormonas y células por la circulación sanguínea, Ocasionando grandes cambios en las células o conjunto de éstas, aun cuando operan en pequeñas cantidades.

Después de los 40 o 45 años, las mujeres pierden hormonas (Estrógeno y progesterona) Qué se producen en el ovario, con una disminución dramática de sus niveles, la menstruación comienza a hacer irregular y es allí donde encontramos a un pequeño cambio llamado menopausia.

## 3 Objetivos

### 3.1 Objetivo general.

Incrementar el conocimiento a los adolescentes de la urbanización el Recuerdo sobre los diferentes. cambios hormonales que se presentan cuando se da inicio al desarrollo.

### 3.2 Objetivos específicos.

- Informar sobre los cambios, psicológicos, físicos y sociales que se presentan durante la etapa de la adolescencia

- Presentar alternativas a seguir en caso de sospechar algún desbalance hormonal

Analizar el comportamiento de la población frente a los cambios hormonales más comunes

- Orientar a los habitantes de la urbanización el recuerdo a reconocer los desórdenes hormonales que se pueden presentar tanto en los hombres como en las mujeres dando a conocer los diferentes signos y síntomas que se puedan presentar

- Dar a conocer que en el desarrollo los cambios físicos van a variar dependiendo de cada persona, sexo y edad,

#### **4. Marco de referencia**

##### **Estado del arte**

##### **LOS CAMBIOS EN LA ADOLESCENCIA EXPERIENCIA CON ESTUDIANTES DE CICLO IV COLEGIO RETOS**

Erika María Lasprilla Pérez Olga Lucía Peñaloza Morales- universidad pedagógica nacional facultad de ciencia y tecnología departamento de física maestría en docencia de las ciencias naturales Bogotá dc. 2015

En este trabajo de grado se presenta el proceso de investigación que se llevó a cabo con estudiantes de secundaria que están vivenciando la etapa de la adolescencia, se enfoca en describir y caracterizar las explicaciones que ellos construyen de manera individual y colectiva respecto a los cambios en la adolescencia. Se profundiza en el crecimiento de los senos y el vello, como situaciones de estudio; a la vez, se dan a conocer las condiciones de posibilidad de construcción de dichas explicaciones. En la propuesta de aula se busca constantemente la construcción de saberes a partir de las vivencias de los estudiantes, se observa que a medida que se avanza en su desarrollo se van modificando sus ideas para ser reorientadas, complementadas y cuestionadas. De esta manera, se logran consensos en sus argumentos y la vinculación de elementos y relaciones en las situaciones de estudio, con el ánimo de alcanzar una mayor comprensión de lo que le sucede a su cuerpo. La actividad de aula se propone como una estrategia alternativa en la enseñanza de las ciencias, que orienta a la construcción colectiva a partir de saberes y sentires individuales y busca que los fenómenos de estudio se analicen desde una visión diferente a la clásica, alejada del reduccionismo, promoviendo al contrario la mirada holística y sistémica de estos, vinculando así los elementos que inciden y las 5 diferentes relaciones que se pueden presentar en dichas situaciones de estudio a nivel interno y con el medio o entorno en el que se encuentren.

El trabajo se desarrolla en el contexto del programa de Maestría en docencia de las Ciencias Naturales de la Universidad Pedagógica Nacional y se encuentra inscrito en la línea de investigación Enseñanza de las Ciencias, Contexto y Diversidad Cultural. En la explicación de los cambios, los estudiantes involucran elementos como el tiempo, el crecimiento, la genética y/o herencia, el ADN y el género, la edad, el medio ambiente y la presencia de hormonas principalmente. Dichos elementos no son tratados de forma independiente, generalmente, se establecen relaciones entre ellos y entre ellos y los cambios, dando a entender que se concibe el cuerpo como un sistema abierto, modificable por agentes internos y externos. Algunos cambios descritos son causados por agentes externos y son particulares en algunas personas, por ejemplo, padecer alguna enfermedad o en el caso de la mujer en etapa de embarazo.

En la elaboración de explicaciones sobre el cambio en la adolescencia, la curiosidad, la imaginación y los supuestos de partida de los estudiantes, son fundamentales en los procesos de construcción de conocimiento, ya que permiten la exteriorización de ideas a través de las cuales se interpretan los propios fenómenos biológicos. Cuando los estudiantes explican el crecimiento de los senos y el vello, se evidencia como característica la multicausalidad en sus explicaciones. De esta manera, incluyen agentes internos o externos al organismo, distintos niveles de organización de los seres vivos, causas naturales y artificiales, el desarrollo de órganos en etapas determinadas de la vida mediada por el transcurrir del tiempo y la presencia de determinadas sustancias con diferentes concentraciones, entre otras cuestiones para dar cuenta de los cambios en la adolescencia. Las hormonas son consideradas por los estudiantes como un elemento central en la ampliación de las explicaciones; estableciendo diversas relaciones, como, por ejemplo: entre las hormonas y las células; entre las hormonas y las glándulas; entre las hormonas y algunos sistemas u órganos; entre las hormonas y el género; entre las hormonas y los procesos biológicos, incluyendo enfermedades; entre las hormonas y los cambios. Relacionar las hormonas en diversos sentidos además lleva a los estudiantes a aplicar su conocimiento sobre estas sustancias en otros contextos diferentes al propuesto en el estudio, por ejemplo, la relación entre las hormonas y el dopaje de deportistas. Con este estudio se corrobora la necesidad y relevancia de la investigación educativa para lograr trascender en la práctica docente de la enseñanza de las ciencias, solo escudriñando y experimentando en el aula se pueden encontrar nuevos elementos que promuevan un aprendizaje con sentido y significado para los estudiantes y permitan reflexionar acerca de la función de la escuela en la sociedad.

## **PUBERTAD Y ADOLESCENCIA**

M. Güemes-Hidalgo, M.J. Ceñal González-Fierro, M.I. Hidalgo Vicario Department de Endocrinology, Great Ormond Street Hospital for Children NHS, Foundation Trust, Londres, Reino Unido.

El término pubertad proviene del latín “púbere” que significa pubis con vello. Es un proceso biológico en el que se produce el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, la maduración completa de las gónadas y glándulas suprarrenales, así como la adquisición del pico de masa ósea, grasa y muscular y se logra la talla adulta. La definición de pubertad obedece a criterios estadísticos, es decir, si las apariciones de los caracteres sexuales secundarios se encuentran dentro del intervalo de  $\pm 2,5$  DE (desviación estándar) para sexo y población de referencia. Se considera inicio puberal normal a la aparición de telarquia entre los 8-13 años en las niñas y el aumento del tamaño testicular entre los 9-14 años en los niños.

Adolescencia procede de la palabra latina “adoleceré”, del verbo adolecer y en castellano tiene dos significados: tener cierta imperfección o defecto y también crecimiento y maduración. Es el periodo de tránsito entre la infancia y la edad adulta. Se acompaña de intensos cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales; se inicia con la pubertad (aspecto puramente orgánico), terminando alrededor de la segunda década de la vida, cuando se completa el crecimiento y desarrollo físico y la maduración psicosocial. La OMS considera adolescencia entre los 10 y 19 años y juventud al periodo entre los 19 y 25 años de edad. La SAHM (Sociedad Americana de Salud y Medicina de la Adolescencia) la sitúa entre los 10-21 años. Distinguiendo 3 fases que se

solapan entre sí: adolescencia inicial (10-14 años), media (15-17 años) y tardía (18-21 años). Los adolescentes no forman un grupo homogéneo, existe una amplia variabilidad en los diferentes aspectos de su desarrollo; además los aspectos biológicos pueden influir en el desarrollo psicológico. Cuando el proceso de desarrollo está muy adelantado o retrasado respecto a sus compañeros, el adolescente tiene a menudo dificultades de adaptación y baja autoestima; por ejemplo, una chica de 11 años cuyo cuerpo está desarrollado como una de 15, o el chico de 14 años con un cuerpo como otro de 10 años. Por otro lado, la adolescencia no es un proceso continuo y uniforme; los distintos aspectos biológicos, intelectuales, emocionales o sociales pueden no llevar el mismo ritmo madurativo y ocurrir retrocesos o estancamientos, sobre todo en momentos de estrés. Aunque este período puede ser muy tormentoso, la mayoría de los jóvenes y sus padres lo superan sin excesivos problemas.

La adolescencia y pubertad son procesos esenciales del desarrollo del ser humano. El papel del pediatra es prioritario ya que la mayoría de los problemas y procesos clínicos que aparecen pueden seguirse en Atención primaria pues, como vemos, no es necesario la realización de pruebas complementarias o tratamientos específicos salvo en las situaciones especiales descritas. No obstante, se realizará la derivación a la atención especializada ante aquellos procesos de pubertad adelantada que progresa muy rápidamente, ante importante ansiedad familiar o del paciente, ante problemas psicosociales significativos y siempre que el profesional lo considere oportuno.

## **LA TRANSICIÓN ADOLESCENTE Y LA EDUCACIÓN**

Juan Emilio Adrián Serrano

Esperanza Rangel Gascón

Madrid España

Este capítulo tiene como primer objetivo proporcionar, al futuro profesorado de secundaria, información útil sobre las características generales del alumnado desde la perspectiva de la Psicología del Desarrollo y de la Educación. Conocer las características generales de los alumnos es, obviamente, siempre una cuestión importante para la práctica docente. Ello va a determinar, en primera instancia, los objetivos educativos, las condiciones de las propuestas didácticas a desarrollar, y las pautas de interacción social en el aula. Los diferentes modelos educativos

reconocen esta cuestión desde el momento en que establecen diferentes etapas educativas en el currículum. Así, en nuestro país, se diferencian tres grandes etapas educativas iniciales: Infantil (0-6 años), Primaria (6-12 años), y Secundaria (12-16/18 años). Esta división, en términos de legislación educativa, guarda relación con tres periodos en el ciclo vital de los individuos, que podríamos denominar primera infancia y niñez temprana, infancia intermedia y tardía, y adolescencia, respectivamente. Cada una de estas etapas aluden, por tanto, a un conjunto de características distintivas que las diferencian entre sí. Las características generales del alumnado de secundaria se relacionarían, por tanto, con los rasgos definitorios del periodo adolescente.



¿Qué es, entonces, la adolescencia, y qué significa ser adolescente? Adolescencia es un término que tiene su origen en el verbo latino *adolescere*, que significa crecer, desarrollarse. Adolescente deriva del participio presente que es activo, por tanto, es el que está creciendo, en oposición al pasado, que se correspondería al sujeto adulto, que ya ha crecido. Otros dos términos que aparecen relacionados habitualmente con el de adolescencia son pubertad y juventud. Pubertad proviene del latín *pubere* (cubrirse de vello el pubis) y hace referencia fundamentalmente a los cambios biológicos que aparecen en el final de la infancia y que suelen englobarse en una primera fase de la adolescencia. Por su parte, juventud es un término que alude a los procesos formativos y de incorporación al mundo laboral a partir de la pubertad, y que se prolongarían más

allá de los 20 años (por ejemplo, la ONU alude al periodo que va de los 15 a los 25 años como referencia). Como veremos a partir de aquí, la adolescencia, en un sentido amplio, engloba a la pubertad y al menos, parte importante de lo que hemos denominado juventud, además de otros procesos psicológicos y sociales inherentes al desarrollo de los individuos en esta etapa.

A partir de la lectura del texto de Aristóteles correspondiente a la Actividad de Aprendizaje nº1 podemos constatar cómo ya desde la Antigüedad, la juventud (empleando el término del autor) está claramente caracterizada como una etapa diferenciada de la vida, en la que una de las ideas centrales es su naturaleza transicional; los jóvenes son de una determinada manera, pero de un modo inexorablemente cambiante hacia otro estado. De hecho, esa es la acepción más obvia y general de este periodo, entendido como la edad situada entre la infancia y la edad adulta. Aún admitiendo que cualquier etapa de la vida se puede entender esencialmente como una suerte de transición, en el caso de la adolescencia esta concepción tiene una relevancia especial, debido a las características de los nuevos procesos biológicos, psicológicos y sociales abiertos en este periodo.

Partiendo de esta definición general, podemos preguntarnos entonces por cuándo acaba, por tanto, la infancia, y cuándo empieza la edad adulta (Actividad de Aprendizaje nº2). Se ha dicho que la adolescencia empieza con la biología y acaba con la cultura. Con ello se alude, en primer

La adolescencia es el proceso de transición de la infancia a la edad adulta en el que están implicados factores biológicos, psicológicos y sociales que determinan su variabilidad y su

duración. En sociedades occidentales como la nuestra se observa una tendencia al alargamiento de este periodo, tanto en su inicio como en su finalización, contribuyendo a que el segmento de la población adolescente se constituya como un grupo social cada vez más diferenciado. Una de sus características más acusadas es la de transitar hacia el estatus adulto a través de su rol institucionalizado de estudiante. Ello implica plenamente a los centros educativos de secundaria en el ámbito de la toma de decisiones respecto a la idoneidad de los modelos educativos a desarrollar, en función de las características de sus estudiantes y de los acelerados cambios sociales que se vienen produciendo en los últimos años. Como consecuencia es necesario afrontar procesos de reajuste en el rol profesional del docente de secundaria y en los itinerarios formativos del profesorado novel.

#### Marco teórico

#### Soporte contextual:

Montería es una ciudad con un destacado desarrollo urbano, comercial y vial, y conocida también como La Ciudad de las Golondrinas. Es la capital ganadera de Colombia.

Esta tierra con uno de los valles más fértiles del mundo, tiene vocación agropecuaria desde sus inicios. Su gente, su historia y su exótica belleza, la convierten en un destino que atrae turistas durante todo el año. Además, posee una riqueza cultural dada por la mezcla de diferentes tribus indígenas con extranjeros y afrodescendientes que le ponen ese sabor e identidad a la bella capital de Córdoba.

#### Generalidades

Montería limita por el norte con los municipios de Cereté, Puerto Escondido y San Pelayo; por el sur con los municipios de Tierralta y Valencia, por el este con los municipios de San Carlos y Planeta Rica, y por el oeste con el departamento de Antioquia y los municipios de Canalete, Valencia y San Carlos.

Es el centro económico, político, cultural y administrativo de la región cordobesa. Es sede de importantes certámenes turísticos, entre los que sobresalen las Fiestas Patronales en enero, la Feria Nacional Ganadera, Equina, Agroindustrial y Comercial de Montería, el Reinado Nacional e Internacional de la Ganadería en junio, y el Concurso del Dulce Típico Sinuano y de Comida de Semana Santa que se realiza con anterioridad a las festividades religiosas.

Del paisaje urbano, de original belleza se destacan el parque longitudinal Ronda del Sinú, localizado entre la Avenida Primera que corre paralela al río Sinú, y las edificaciones de arquitectura republicana, algunas de ellas restauradas y ubicadas a lo largo de la avenida.

Los alrededores de Montería, ofrecen al visitante paisajes de singulares características, entre ellos numerosas fincas ganaderas. Despiertan la admiración de los visitantes las fértiles tierras, los centros científicos como la estación experimental Turipaná, y planteles educativos como la Universidad de Córdoba, Universidad Pontificia Bolivariana y Universidad del Sinú.

Montería, está comunicada con todo el país por el aeropuerto Los Garzones, situado a 10 kilómetros por la vía que conduce a Cereté. La ciudad cuenta también con la moderna Terminal de Transporte César Navarro Sáenz que sirve de base a más de una veintena de empresas interdepartamentales e intermunicipales.

#### Arquitectura

El centro de la ciudad conserva edificios de tipo republicano y casonas de madera de influencia caribe, que son motivo de interés para arquitectos e historiadores. Entre los legados arquitectónicos se destaca el edificio Salleg construido en 1936, en el que se resaltan sus elegantes balcones y su artística ornamentación.

#### Economía

La localización privilegiada en el centro del extenso y fértil valle del Sinú convierte a Montería en centro agrícola, ganadero, comercial y turístico.

La actividad pecuaria involucra sobre todo la ganadería bovina, de leche, carne y doble propósito. Entre los bovinos, la principal raza es Cebú. El ganado criollo Romosinuano y costeño se conserva, estudia y selecciona en la granja de Turipaná, de la Corporación Colombiana de Investigaciones Agropecuarias, Corpoica.

Las principales actividades de la ciudad son la ganadería y la agroindustria, alentada por la fecundidad del valle del Sinú. Las principales razas de ganado que se crían en el valle del Sinú son el Cebú, Pardo suizo, Holstein y Romosinuano. Además actualmente se ha desarrollado el ganado doble propósito (Carne y leche) mediante el manejo genético y cruce de las razas Holstein, Pardo suizo, Gyr lechero y Simmental. Estos últimos pueden llegar a costar hasta 800 millones de pesos y son subastados en la ciudad de Medellín (Antioquia) en el concurso nacional

de ganadería. Montería es reconocida como la capital nacional de ganadería vacuna, trayendo siempre los primeros lugares en las competencias vacunas a nivel mundial. Por otra parte, la pesca se realiza de manera artesanal y por un grupo pequeño de pescadores familiares a las orillas del río Sinú. Montería es considerada un importante foco para la economía ganadera y agroindustrial de Colombia.

Los principales cultivos son el maíz tradicional, maíz tecnificado, algodón, sorgo, arroz secano manual, arroz secano mecanizado, arroz riego, yuca, plátano y ñame.

Es una de las principales fuentes económicas de la capital cordobesa, pues se realizan grandes transacciones de ganado de alta selección, tanto en compraventa directas como en instalaciones de exhibición y demostración.

El campo monteriano cosecha en gran escala y de manera mecanizada algodón, arroz, maíz y sorgo, además de los cultivos de subsistencia, en menor escala como frijol, maíz, ñame, yuca y plátano.

El Centro de Cultura y de Convenciones de Córdoba se localiza en el costado izquierdo de la carretera que conduce a Cereté (kilómetro 3), entre Montería y el aeropuerto Los Garzones. Es un escenario moderno y funcional destinado a ser la sede de grandes reuniones nacionales e internacionales. Su construcción ocupa 4.500 metros cuadrados y tiene capacidad para 2.000 personas en salones versátiles. Cuenta con parqueadero, terrazas para exposiciones, muestras al aire libre y un gran salón multiusos.

#### Comercio

La actividad comercial de Montería reviste un alto grado de importancia, ya que además de atender la demanda de sus propios habitantes, representa el punto de encuentro de la zona rural que la rodea. El aumento de la población y el incremento de sus necesidades han motivado, al igual que en las grandes capitales colombianas, poner en funcionamiento importantes centros comerciales

#### Gastronomía

La capital de Córdoba ha recibido gran cantidad de inmigrantes provenientes de todas las regiones de Colombia, así como del extranjero, razón por la cual se caracteriza por presentar restaurantes de comida típica, criolla, internacional y especializada

#### Clima:

El clima de la ciudad de Montería es cálido tropical con una estación de sequía y una de lluvias a lo largo del año. La temperatura promedio anual de la ciudad es de 28 °C con picos superiores a 40 °C en temporada canicular

En términos generales el clima es pampeano, de inviernos no muy fríos y poco lluviosos. Los veranos son húmedos, con días calurosos y noches frescas. Los vientos del este y del oeste son raros, de corta duración y poca intensidad.

Eventos culturales

Principales eventos

Festival del Dulce (Semana Santa)

Junio

Feria de la Ganadería

Fiestas del Río

Agosto

Córdoba Film Festival

Festival Montería Gospel

Tumbaga festival de sonidos alternativos

Octubre

Muestra Audiovisual Cinesinú

Sinú jazz Festival

Wamako Music Festival

Festival Golondrina de Plata

Durante la Feria de la Ganadería que se lleva a cabo a mediados de año se puede disfrutar de una variada actividad cultural que incluye desfiles, bailes organizados por los clubes locales y programas nocturnos en los lugares de ocio de la ciudad.

Otra opción cultural son exposiciones, conciertos y obras de teatro organizados ya sea por la casa de la cultura o por empresarios locales

Sitios de interés

La principal atracción turística de Montería es la avenida Primera o Veinte de Julio, paralela al río Sinú, donde se encuentra el parque lineal más grande de América Latina, la Ronda del Sinú, desde el cual se puede apreciar el río Sinú que ha inspirado a poetas, pintores y artistas de la región. Llena de luces, colorido y diversas edificaciones, la avenida Primera ofrece un espacio para la cultura y la diversión. Desde allí, es posible apreciar los animales silvestres del parque. También se puede apreciar la Ronda Norte (una extensión de la Ronda del Sinú) que se ubica a orillas del río, aledaña al barrio El Recreo.

Montería cuenta con una sabana que posee varios Kilómetros al este de la ciudad, en donde se puede observar un paisaje plano. Esta sabana cuenta con un lago conocido como Coveñitas el cual se formó por la extracción de roca.

Otros espacios:

Muelle turístico en el río Sinú.

Museo Zenú de arte contemporáneo.

Parque Simón Bolívar.

Parque Lineal del Sur (Parque las Golondrinas).

Parque de los Sueños.

Parque Lineal las Brisas.

Antiguo Mercado Público.

El Puente Metálico Gustavo Rojas Pinilla.

Puente Segundo Centenario.

Pasaje del Sol, zona rosa en el norte de Montería.

Las Cascadas de Morindó.

Plaza Cultura del Sinú.

Pasaje de las flores

Pasaje Comercial del Río

Religión:

Montería cuenta con diversos grupos y manifestaciones religiosas, donde los miembros de la iglesia Católica predominan en número por encima de los que pertenecen a iglesias Protestantes. También hay minorías de la fe Judía y Mormón.

Entre los centros de mayor concentración de fieles se destacan:

Catedral de San Jerónimo de Montería

Iglesia Misión Carismática Internacional (Ubicada en la Comuna 4)

Iglesia Las Bienaventuranzas Comunidad Apostólica

Iglesia Adventista del Séptimo Día

Iglesia Pentecostal Unida de Colombia

Iglesia De Jesucristo De Los Santos De Los Últimos Días

Iglesia Manantial De Dios

Iglesia Cristiana Cuadrangular Central (Iglesia Internacional del Evangelio Cuadrangular)

Casa Sobre La Roca I.C.I

Iglesia De Dios Ministerial de Jesucristo Internacional

Primera Iglesia Evangélica de Montería

Centro Familiar Cristiano Internacional (C.F.C.)

Iglesia Bautista Emanuel o Alivio

Iglesia Bautista Central de Montería

Ministerio Internacional El Rey Jesús (Iglesia El Rey Jesús)

Iglesia Cristiana Manantial de Vida Eterna

Iglesia Casa de Dios en Avivamiento

Centro de Avivamiento Luz Admirable

Centro Mundial de Avivamiento - sede Montería

Soporte Histórico:



Esto comienza cuando, como consecuencia de los factores no neuroendocrino, hormonales, genéticos y ambientales, se produce la hormona liberadora de gonadotropinas Hipotalámica(GNRH)En el hipotálamo.

en este proceso, a través del sistema portal la adenohipófisis, Estimulando la secreción de la hormona folículo estrictamente (FSH)Y hormona luteinizante (LH), Encargadas de estimular los ovarios y los testículos para formar los gametosgametos (Ovarios y espermatozoides) Y los esteroides sexuales y testosterona

gracias a estos cambios hormonales en la preadolescencia y en adolescencia también aparecen los caracteres sexuales.

respecto a cuándo se producen los cambios en la adolescencia, los fisiológico es que en la pubertad aparezcan en las niñas entre los 9 y los 13 años, mientras que en los niños se produce entre los 10 y los 14 años.

cuando se retrasa estos cambios en la preadolescencia, se denomina retraso puberal, En los que pueden entrar factores como retraso constitucional del crecimiento

investigación actual

se están realizando investigaciones sobre la base genética de la maduración sexual. en particular, los investigadores están examinando cómo las mutaciones de los genes relacionados con el desarrollo durante la pubertad pueden provocar trastornos en la pubertad y en la reproducción. por ejemplo, en una enfermedad conocida con hipogonadismo, hipogonadotrópico, Las gónadas los testículos en los varones o los ovarios en las mujeres no liberan suficientes hormonas y no pueden madurar. se están realizando investigaciones clínicas para entender este raro trastorno y desarrollar mejores cuidados para la persona que lo padecen. Las investigaciones han sido especiales para el descubrimiento del rol del gen GPR54 en la pubertad. Este gen controla la Compleja sensación entre el cerebro y los órganos reproductores que estimulan el desarrollo de la pubertad. En el apoyo de los investigadores siguen estudiando las señales genéticas y hormonales que estimulan la pubertad y son responsables de la fertilidad humana mediante el uso de datos de imágenes, análisis de sangre, evaluaciones genéticas y modelos de animales.

también ya ha realizado investigaciones sobre los indicadores hormonales de la pubertad y sobre cómo se realizan los cambios físicos durante la adolescencia. Estas investigación apuntan a responder preguntas como si, en la actualidad, los niños están atravesando la pubertad antes que las generaciones anteriores. los estudios también exploran el efecto de la expansión a determinadas condiciones ambientales, como la presencia de plomo, sobre el momento de la pubertad.

las investigaciones han encontrado que el retraso en el inicio de la pubertad es más común en las niñas con altos niveles de plomo y caolmio En sangre.

los fondos del FL Apoyan investigaciones sobre la función normal y anormal de eje hipotálamo pituitaria ovario utilizando modelos de ratón para estudios de la pubertad precoz.

además, investigaciones de la DIR han probado diversos tratamientos con el medicamento para la pubertad precoz en los varones

se realizó estudios nacionales infantil Es un estudio de varios años que examina los efectos de la influencia ambiental bien hasta aludí el desarrollo (incluida la maduración sexual) De más de 100000 de niños En todos los Estados Unidos, mediante un seguimiento desde antes del nacimiento hasta los 21 años.

este estudio examinará el proceso normal de la pubertad, así como sus variantes. Los investigadores estudiaron cómo la exposición a químicos en el ambiente, la nutrición y otros factores que afectan la edad de inicio de la pubertad. los hallazgos del estudio ayudaron a determinar si el inicio de la pubertad si está ocurriendo a una edad menor que la generación anterior y, de ser así, qué factores contribuyen a esta Tendencia. los investigadores también estudiaron las maneras en la que la pubertad precoz puede continuar a los trastornos producidos y otras enfermedades que aparece en la adultez.

Además, NICHD Apoya la capacitación de investigaciones biomédicas de los trastornos reproductivos entre ellos la pubertad precoz y tardía.

también hay investigaciones que estudian la función del cerebro y cómo el cerebro ayuda a controlar la maduración sexual, incluyendo cómo los esteroides sexuales liberados por las glándulas afectadas los Circuitos neuronales cruciales del cerebro para ayudar a diferenciarlas en tus versiones femeninas y masculinas.

los Fondos que brinda el NICHD Pollán una amplia gama de estudios sobre las vías bioquímicas complejas que vincula en el sistema endocrino con el sistema nervioso en fin de arrojar luz sobre los trastornos reproductivos humanos, sobre La regulación de las hormonas durante periodos de desarrollo cruciales, entre ellos el periodo crítico postnatal en la puerta. los investigadores están explorando la biología del inicio de la pubertad para determinar que las señales en el cerebro y el resto del cuerpo disparan el conocimiento de este proyecto

Soporte conceptual:

Adenohipófisis: Lóbulo anterior de la hipófisis, que segrega hormona de crecimiento, ACTH, prolactina, TSH y gonadotropinas

Biomédicas: disciplina que se encarga de estudiar los aspectos biológicos de la medicina.

Cadmio: es un metal del grupo de los elementos de transición, de color blanco plateado, maleable, parecido al estaño, altamente tóxico,

Estrógeno: Hormona sexual que interviene en la aparición de los caracteres sexuales secundarios femeninos.

Edificaciones: se designa cualquier construcción de grandes dimensiones fabricada con piedra o materiales resistentes y que está destinada a servir de espacio para el desarrollo de una actividad humana.

Folículo: Estructura anatómica que tiene una disposición glandular, secretora o excretora, y forma de saco pequeño, depresión o cavidad, especialmente la situada en la piel o en las mucosas.

Glándula endocrina: Órgano que produce hormonas y las libera de manera directa en la sangre desde donde viajan a los tejidos y órganos de todo el cuerpo.

Gonadotropina: Hormona producida en la hipófisis que actúa sobre las glándulas sexuales.

Gametos: Célula reproductora masculina o femenina de un ser vivo.

Gonadas: Glándula genital, masculina o femenina, que se encarga de elaborar las células reproductoras.

Hipotálamo: Parte del encéfalo situada en la zona central de la base del cerebro que controla el funcionamiento del sistema nervioso y la actividad de la hipófisis.

Hipogonadismo: Incapacidad de las gónadas, los testículos en los hombres y los ovarios en las mujeres.

Hipogonadropico: afección en la cual los testículos en los hombres y los ovarios en las mujeres producen pocas o ninguna hormona sexual.

Luteinizante: Hormona que estimula los ovarios y los testículos

Menopausia: Disminución natural de las hormonas reproductivas cuando una mujer llega a los cuarenta o cincuenta años.

Mutaciones: cambio o modificación de algo.

Neuroendocrino: Afección en la que las células neuroendocrinas se convierten en tumores.

Oxitócina: Hormona secretada por la hipófisis que tiene la propiedad de provocar contracciones uterinas y estimular la subida de la leche.

Ornamentación: Refiere a embellecer algo a través de la inclusión de adornos y detalles decorativos.

Prolactina: Hormona que estimula la secreción de la leche a través de una acción directa sobre la glándula mamaria.

Progesterona: Es una hormona esteroide C-21 involucrada en el ciclo menstrual femenino, el embarazo y la embriogénesis, tanto en los seres humanos como en otras especies.

Sorgo: El sorgo es un cereal que ha formado parte de las dietas

Soporte legal

Ley N° 19.684 de 26/10/2018

Decreto N° 104/019 de 29/04/2019

en nuestro país se aprobó una ley integral para personas trans, que ampara el derecho a la identidad de género

La ley establece que todos tenemos derecho al libre desarrollo de nuestra personalidad de acuerdo a nuestra propia identidad de género, independientemente del sexo biológico, genético, anatómico, morfológico, hormonal, de asignación u otro.

Declara de interés, además, la promoción e implementación de políticas públicas y de acciones afirmativas dirigidas a las personas trans, a las que reconoce como víctimas de discriminación y de estigmatización.

Otro de los proyectos de ley radicados en el Senado de la República es el PL 153 -2021, conocido como “Licencia Menstrual”. En el documento se propone la creación de un (1) día de licencia menstrual por cada mes calendario para las niñas, jóvenes, mujeres y personas menstruantes que cursen como estudiantes de las instituciones públicas y privadas hasta el nivel de educación superior.

La medida planteada busca reducir la tasa de ausentismo escolar registrada en esta población y relacionada con el comienzo del ciclo menstrual y los trastornos físicos que genera. Asimismo, busca garantizar la calidad de vida y fortalecer la construcción de una política integral en salud pública para las mujeres, incluyendo aspectos relacionados con la salud sexual y reproductiva, en todo el territorio nacional.

Dentro de los motivos expuestos para la creación de este proyecto de ley, se argumenta la posición de la OPS-OMS frente al abordaje de la salud de una manera más comprensiva y extensa. “Requiere además de las acciones curativas, incluir aquellas que aporten a la dignificación, a la salud mental y del entorno social”, destaca el documento. En el proyecto también se destaca que, la creación de una licencia menstrual en Colombia no tiene como objeto tratarla como una enfermedad o limitante, sino que busca “entender que los trastornos, el malestar, la incomodidad, el estigma, la pobreza menstrual, son todos asuntos que entran dentro de un conjunto de determinantes que deterioran el bienestar y la calidad de vida de las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres y personas menstruantes”.

La licencia menstrual deberá ser tomada de la siguiente manera: la población mencionada elegirá a su conveniencia el día que se ausentará de la institución educativa. Al día siguiente deberá reincorporarse a las actividades e informar a las autoridades o a quién corresponda que se ha tomado el día anterior como licencia por el periodo menstrual. “A partir de ese día tendrá mínimo un plazo de veintiséis (26) días antes de volver a tomar la siguiente licencia”.

Y si bien el documento no menciona explícitamente los trastornos que padecen las niñas, jóvenes o personas menstruantes, en los argumentos que sustentan el proyecto de ley se mencionan los siguientes: “amenorrea, metrorragia disfuncional y dismenorrea, especialmente frecuentes en adolescentes. Estas alteraciones pueden ser la

manifestación de enfermedades crónicas o agudas importantes”. Asimismo, se destaca la falta de regulación del ciclo menstrual en esta fase de la vida y la presencia de condiciones debilitantes o afectaciones de salud mental provocadas por los cambios hormonales propios de esta etapa.

“La presencia del síndrome premenstrual suele ser agotador física y emocionalmente ya que con éste pueden venir cambios en el apetito, distensión abdominal, dolor de cabeza, sensación de

tristeza, irritabilidad, sudoración, sensibilidad en las glándulas mamarias, diarrea y/o estreñimiento, dificultad para concentrarse, insomnio y cansancio”, señalan los argumentos.

Por su parte, ninguna institución educativa podrá tomar represalias o no conceder el día si se ha justificado de esta manera. Esto quiere decir que no podrán calificarse negativamente las actividades realizadas en la fecha para la niña, joven o persona menstruante beneficiada, ni tampoco negarse a otorgar la licencia menstrual. Todo lo contrario, se deberá garantizar a las estudiantes los siguientes aspectos:

La oportunidad de recuperación de los contenidos dictados, así como la de presentar de manera posterior las evaluaciones y trabajos cursados en ese día. Hacer seguimiento a sus estudiantes e informar a las secretarías de salud o institución de salud encargada sobre posibles trastornos de la salud menstrual de algunas o varias de ellas, con el fin de activar una ruta de atención primaria en salud para las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres y personas menstruantes.

Proteger la intimidad y seguridad de las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres y personas menstruantes evitando cualquier exposición innecesaria, burlas, comentarios o conductas que pongan en ridículo, señalen o estigmaticen a las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres y personas menstruantes, bajo ninguna circunstancia, incluyendo entre otras, las derivadas del acceso efectivo a la licencia menstrual. Cabe destacar que al hacer uso de dicha medida no se perderá la calidad de estudiante, ni tampoco la condición de regularidad.

Por su parte, al Ministerio de Salud y Protección Social le corresponderá crear y articular con las Secretarías de Salud campañas sobre la higiene menstrual, la no estigmatización de las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres y personas menstruantes que se encuentren en ese momento de su ciclo, así como cam

## **5. Metodología**

### **5.1 tipo de investigación**

El tipo de investigación con el que se va a trabajar es investigación acción, ya que este proyecto se centra en una problemática social específica que requiere solución y que afecta a un determinado grupo de personas en este caso los adolescentes de la urbanización los recuerdos, también es el tipo de investigación adecuada ya que uno de los propósitos es educar sobre los cambios hormonales.

El proceso de la investigación acción está estructurado por ciclos y se caracteriza por su flexibilidad, puesto que es válido e incluso necesario realizar ajustes conforme se avanza en el estudio, hasta que se alcanza el cambio o la solución al problema. Los pasos que se siguieron al realizar la investigación fueron

Detección y diagnóstico del problema de investigación.

Elaboración del plan para solucionar el problema o introducir el cambio.

Implementación del plan y evaluación de resultados.

Por otro lado, el método con el que se va a trabajar es el método inductivo, ya que en el proyecto se sacan conclusiones generales a partir de premisas individuales, de manera que al recolectar datos mediante encuestas a los adolescentes sobre los déficits de información acerca de los cambios hormonales se puede concluir que tan grave es el problema de desinformación en toda la urbanización los recuerdos

Pero para llegar a estas conclusiones Primero se recolectaron datos específicos a través de la observación y la experimentación, y luego se analizaron y se buscaron patrones o tendencias.

### **5.2 diseño de la investigación**

En este proyecto se llevará a cabo una encuesta de manera virtual conformada por 17 preguntas de tipo cerrada dirigida hacia 63 ciudadanos del barrio el recuerdo, el cual tiene como objetivo distinguir el conocimiento que estos tienen acerca de los diferentes cambios hormonales que se pueden presentar a lo largo de la etapa de la adolescencia.

Link de la encuesta: <https://forms.gle/dQwdXs2KdQQxNbV39>

Fuentes de información

Fuentes primarias: para obtener información recolectada se realizó una encuesta a 50 habitantes de la urbanización los recuerdos (Montería córdoba) con estas encuestas se recopiló una gran cantidad de respuestas relacionadas directamente al tema para lograr hacer un descubrimiento y proporcionar pruebas para dar información sobre las actividades a promover para buscar fomentar lo relacionado a los cambios hormonales en los adolescentes

**Fuentes secundarias:** En esta fuente acerca de los cambios hormonales en los adolescentes se trata de buscar información certera y concisa, en esta investigación se indagó en varias fuentes de información acerca del tema ya que es un poco extenso, se ha recurrido a libros, estudios de investigación de otros países, también se buscaron ciertos fragmentos de información en Google, se hizo uso de algún diccionario ya que el vocabulario tiene un sin número de palabras extrañas, también fue requerido uso el atlas para dar la descripción geográfica de montería, para aclarar su clima, ubicación geográfica. Se averiguaron las costumbres, tradiciones y gastronomía, por último, con esta parte histórica se tiene muy claro el conocimiento acerca de la ciudad de montería.

**Población y muestra:** para este proyecto se trabaja con la población del barrio el recuerdo de la ciudad de montería Córdoba, que cuenta con una población de 900 habitantes de la cual se escogió un 50% de las personas para realizarles la encuesta.

Formula:

$$N = (z^2) [(p)(q)(N)]$$

---


$$[(N)(e^2)] + [(Z^2)(p)(q)]$$

$$(1.65)^2[(0.5)^2(0.5)^2(900)]$$

-----=

$$[(900)(0.10)^2] + [(1.65)^2(0.5)^2(0.5)^2]$$

$$(2.7225)(225.000) \quad 612.562$$

-----= -----= 63

$$9+0.68$$

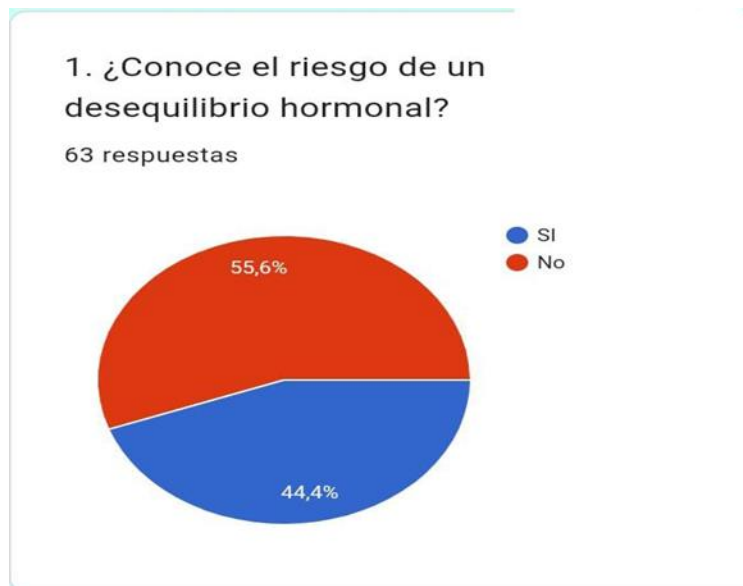
$$9.68$$



## 6. análisis de resultado

PRIMERA PREGUNTA: ¿conoce usted el riesgo de un desequilibrio hormonal?

RESPUESTA	CONTEO/FRECUNCIA	PORCENTAJE
SI	31	44,4%
NO	35	55,6%
TOTAL	63	100%

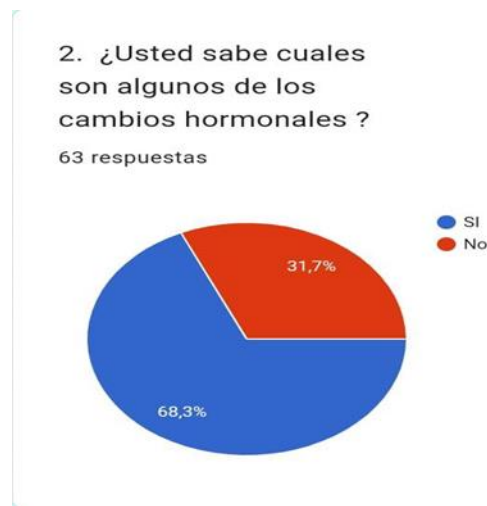


el 44.4% respondió si y el 55,6% respondió no

Se evidencia que poco más de la mitad de la población de muestra no conoce los riesgos de un desequilibrio hormonal por lo que reconocerlos se les hace muy difícil

SEGUNDA PREGUNTA: ¿usted sabe cuáles son algunos de los cambios hormonales?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	43	68,3%
NO	20	31,7%
TOTAL	63	100%



El 68.3% respondió no y el 31,7% respondió si

Se analiza que más de la mitad de nuestra población encuestada conoce cuáles son los cambios hormonales y el porcentaje que no lo conoce es poco, así que la información ha logrado llegar a la mayoría de la población

TERCERA PREGUNTA: ¿Tiene claro el término menopausia?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	43	68,3%
NO	20	31,7%
TOTAL	63	100%

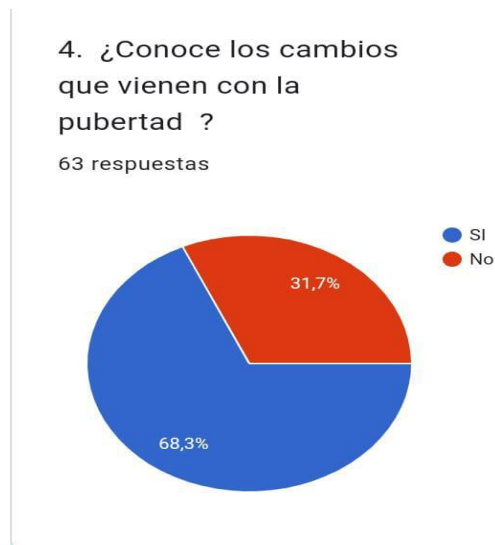


El 68.3% respondió no y el 31,7% respondió si

Con los resultados de la encuesta se determina que el tema de la menopausia es un tema reconocido en la población

CUARTA PREGUNTA: ¿Conoce los cambios que vienen con la pubertad?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	43	68,3%
NO	20	31,7%
TOTAL	63	100%



El 68.3% respondió no y el 31,7% respondió si

Las respuestas dan a conocer que el tema de los cambios que trae la pubertad es un tema que la población tiene claro

QUINTA PREGUNTA: ¿sabe como ocurre el embarazo?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
NO	20	23,8%
SI	15	76,2%
TOTAL	63	100%



El 23,8% respondió SI y el 76,2% respondió NO

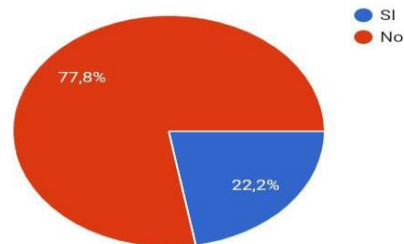
El resultado muestra que la población a la cual hay que informarle sobre cómo se producen los embarazos es una reducida cantidad

SEXTA PREGUNTA: ¿Los cambios hormonales de los hombres y las mujeres son los mismos?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	77,8%
NO	33	22,2%
TOTAL	63	100%

6. ¿Los cambios hormonales de los hombres y las mujeres son los mismos ?

63 respuestas



El 22,2% respondió SI y el 77,8% respondió NO

Está respuestas da a entender que la mayoría de la población es consciente de la diferencia de cambios hormonales entre hombres y mujeres

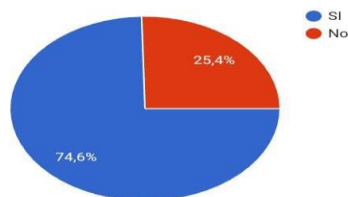
SEPTIMA PREGUNTA: ¿Alguna vez ha recibido una charla sobre los métodos anticonceptivos?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	74,6%
NO	43	25,4%
TOTAL	63	100%

7. ¿Alguna vez ha recibido una charla sobre los métodos anticonceptivos ?

63 respuestas

Copiar

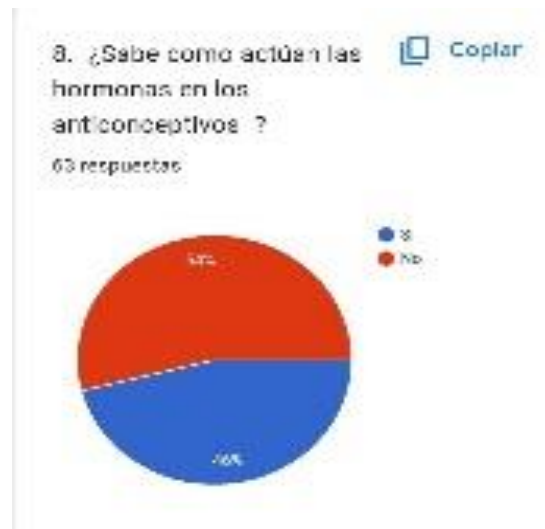


El 74,6% respondió SI y el 25,4% respondió NO

Se evidencia que la información sobre los cambios hormonales ha logrado llegar a la mayoría de la población

OCTAVA PREGUNTA: ¿Sabes cómo actúan las hormonas en los anticonceptivos?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	15	74,6%
NO	29	25,4%
TOTAL	63	100%



El 74,6 respondió SI y el 25,4% respondió NO

Gracias a la respuesta de esta pregunta se determina que los métodos hormonales de planificación son un tema que se debe dar a conocer más

PREGUNTA NUEVE: ¿Sabe cuál es el gen GPR 54?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	34	23,8%
NO	15	76,2%
TOTAL	63	100%



El 23,8% respondió SI y el 76,2% respondió NO

Esta respuesta muestra que la mayoría de la población no conoce sobre el gen GPR54 que es una hormona muy importante ya que está presente en los cambios durante el embarazo y la pubertad

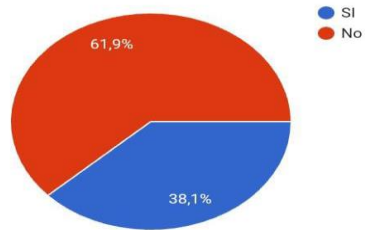
PREGUNTA DIEZ: ¿Sabe que es amenorrea?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	48	38,%
NO	24	6,1,9%
TOTAL	63	100%



10. ¿Sabe que es amenorrea ?

63 respuestas



El 76,2% respondió SI y el 38% respondió NO

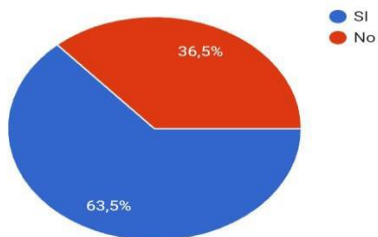
Se analiza que la mayoría de la población no conoce los términos sobre cambios que produce el desequilibrio hormonal

PREGUNTA ONCE: ¿Ha sentido algún tipo de cambio hormonal en su cuerpo?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	39	63,5%
NO	40	36,5%
TOTAL	63	100%

11. ¿Ha sentido algún tipo de cambio hormonal en su cuerpo ?

63 respuestas

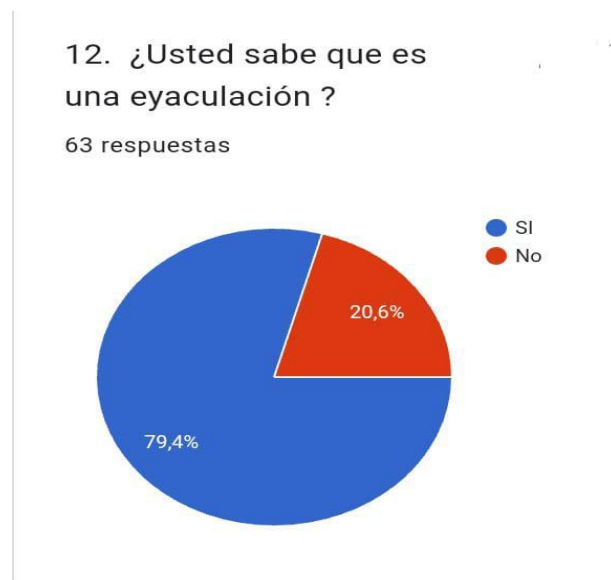


El 63,5% respondió SI y el 36,5% respondió NO

Según las respuestas la mayoría de la población reconoce cuando está sufriendo un cambio hormonal

PREGUNTA DOCE: ¿usted sabe que es una eyaculación?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	23	79,4%
NO	50	26,6%
TOTAL	63	100%



El 79,4% respondió SI y el 20,6% respondió NO

Según lo respondido la mayoría de la población tiene conciencia sobre términos asociados a la reproducción

PREGUNTA TRECE: ¿En qué momento se ha sentido desorientado acerca de los cambios que ha tenido su cuerpo?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	13	61,9%
NO	39	38,1%
TOTAL	63	100%



El 61,9% respondió SI y el 38,1 respondió NO

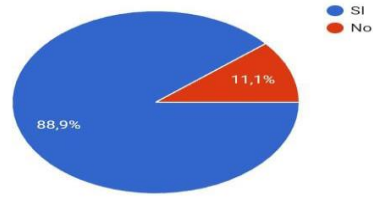
Esta respuesta da a conocer que el proyecto de educar sería beneficioso para la mayoría de la población que se ha sentido desorientada sobre sus cambios hormonales

PREGUNTA CATORCE: ¿Le gustaría aprender más acerca sobre los cambios que puede presentar su cuerpo?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	24	88,9%
NO	56	11,1%
TOTAL	63	100%

14. ¿Le gustaría aprender más acerca sobre los cambios que puede presentar su cuerpo ?

63 respuestas



El 88,9% respondió SI y el 11,1% respondió NO

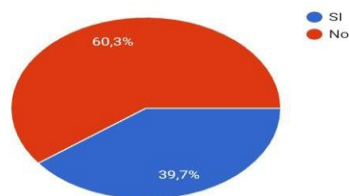
También se evidencia que el educar sobre estos cambios sería algo bien aceptado para una población que siente necesitarlo

PREGUNTA QUINCE: ¿Conoce de alguien que haya presentado algún tipo cambio hormonal “diferente” para usted?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	39,7%
NO	25	60,3%
TOTAL	63	100%

15. ¿ Conoce de alguien que haya presentado algún tipo de cambio hormonal "diferente" para usted ?

63 respuestas



El 11,1% respondió SI y el 39,7% respondió NO

Que la mayoría de la población haya respondido con un no. Da a entender que muchos de los cambios hormonales que ocurren a diario no son reconocidos por gran parte de la población

PREGUNTA DIESESISEIS: ¿Sabía usted que no importa la edad para presentar un cambio hormonal?

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	38	65,1%
NO	41	34,9%
TOTAL	63	100%

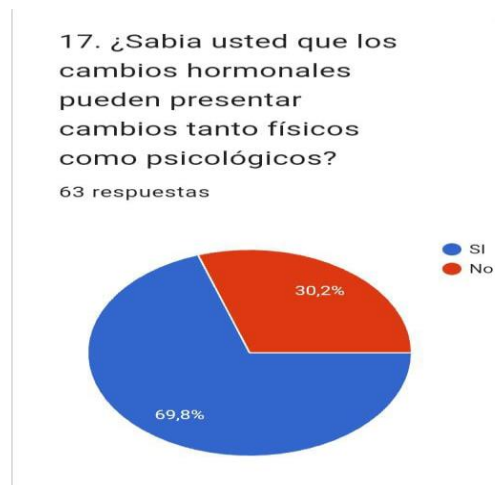


El 65,1% respondió SI y el 34,9% respondió NO

Las siguientes respuestas indican que el proyecto al educar beneficiaría a personas de todas las edades

PREGUNTA DIECISIETE: sabía usted que los cambios hormonales podían presentar cambios tanto físico como psicológico

RESPUESTAS	CONTEO/FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	69,8%
NO	43	30,2%
TOTAL	63	100%



El 69,8% respondió SI y el 30,2% respondió NO

Estas respuestas muestran que hay parte de la población que no sabe reconocer por qué cambios en sus pensamientos y sentimientos cambian gracias a sus hormonas

### **6.1.1 propuesta de mejoramiento**

En la adolescencia, los jóvenes pasan por algunos cambios físicos y psicológicos, nuevos cambios que muchas veces no saben interpretar y los llevan a pasar por momentos difíciles e incomprensibles para ellos,

estos cambios son provocados por las hormonas que Viajan a través del torrente sanguíneo hacia los tejidos y órganos. Surten su efecto lentamente y, con el tiempo, afectan muchos procesos distintos, incluyendo: Crecimiento y desarrollo. Más de la mitad de la población que vive en la urbanización los recuerdos ubicada en la ciudad de montería córdoba son adolescentes que ya pasaron por la etapa de la pubertad.

La pubertad son los cambios corporales y psicológicos que se producen principalmente debidos a las hormonas sexuales (testosterona, progesterona y estrógeno) Los adolescentes del barrio los recuerdos carecen de información acerca de los cambios hormonales esto ha traído grandes problemas para ellos y sus familias desde embarazos adolescentes hasta bullying. Problemas que serían fáciles de solucionar si pudieran ser guiados por profesionales

Es verdad que los cambios hormonales son más frecuentes en la adolescencia, pero también ocurren en la adultez como por ejemplo la menopausia por esto el educar sobre estos cambios ayudaría a toda la comunidad

Mediante la investigación y el convivir con los jóvenes del barrio los recuerdos se recauda información sobre qué clase de acompañamiento requieren principalmente luego por medio de guías, charlas incluso actividades lúdicas se logrará que el tema de las hormonas y la pubertad en los adolescentes ya no sea un tabú y se reconocible y manejable por jóvenes y adultos.

### **6.1 Diagnóstico situacional del problema**

Se presencia la desinformación que presentan los adolescentes del barrio los recuerdos de montería Córdoba, esta información se recopiló por medio de una encuesta de manera virtual en donde se preguntó a los adolescentes de ciertos cambios hormonales que se presentan en el cuerpo, y ahí se encuentra dónde están las falencias acerca del tema. También se evidencia que a esta comunidad no llegan los auxilios de mantenimiento y promoción de salud, estos servicios son importantes ya que brindan planificación familiar, citologías, exámenes, mamografías, autoexamen de mama, etcétera.







#### **6.1.1.1. aspectos a mejorar**

Se evidencia una tasa alta de embarazos adolescentes debido a la falta de información y educación sexual, esto trae consigo que las adolescentes al no estar preparadas física ni psicológicamente para un embarazo, tengan problemas de salud como eclampsia, endometriosis e infecciones sistémicas. Además de afecciones psicológicas como depresión, problemas que no serían tan frecuentes en mujeres adultas.

Otra de las situaciones que son notorias en la población es el tabú que tienen los padres cuando de cambios hormonales se trata, ya que tienen la creencia de que al hablar de ciertos temas los van a incitar a que cometan errores, tampoco hablan de temas que parecen no ser relevantes, pero a lo largo del tiempo se vuelven importantes como la higiene de sus partes íntimas, cara y resto de cuerpo que ahora se está transformando.

Hay alteraciones hormonales con síntomas fáciles de detectar, pero ya que no se tiene conciencia sobre cómo afecta un desequilibrio hormonal no se busca la ayuda indicada y el problema se hace más difícil de solucionar de lo que debería.

#### **6.1.2 planificación de La propuesta de mejoramiento**

las opciones que se encontraron para ayudar a solucionar los problemas ocasionados por la falta de educación sobre los cambios hormonales en la comunidad del barrio los recuerdos son:

1. Embarazo adolescente: realizar una brigada de salud en la cual se fomenten charlas de educación en donde se eduquen a las adolescentes del barrio los recuerdos sobre métodos anticonceptivos y los diferentes cambios hormonales que están puedan producir en su cuerpo

2. Incentivar a los adolescentes a realizar los controles médicos y explicarles los beneficios que los sistemas de salud les pueden brindar.

También es necesario educar a los padres de familia acerca de cómo dirigirse a sus adolescentes en el momento de dialogar sobre los distintos cambios que se van a ir presentando en sus cuerpos, explicarles que deben hablarles de manera natural y brindarles las herramientas de higiene personal e incitar la confianza para hablar de estos temas.

3. Informar sobre los cambios hormonales también implica hablar sobre lo que provoca el desequilibrio de estas por lo que las charlas deben ser integrales ya que algunos cambios tienen sintomatologías diferentes como el subir de peso, esto puede ser producido por la hormona grhelin, también llamada hormona del hambre.

Otro desequilibrio hormonal puede ser en las mujeres que se puede producir crecimiento del vello facial indeseado debido a las hormonas masculinas andrógenas, en el momento de presentarse estos diversos síntomas, es importante informar a los adolescentes que deben dirigirse a un puesto de salud para que sean valorados por un médico y recibir un diagnóstico y tratamiento

### **6.1.3 diseño de propuesta de mejoramiento**

Teniendo en cuenta la falta de información que se evidencia en los adolescentes del barrio los recuerdos en la ciudad de montería Córdoba, se llegó a la conclusión de que la mejor forma de expandir la información de manera que llegue a todos los jóvenes es por medio de charlas y volantes que hablan no solo de cómo identificar los cambios hormonales sino también de cómo diferenciar un desequilibrio hormonal de cualquier otro padecimiento enseñar cuál es un cambio hormonal normal y cuál no lo es.

se estarán brindando charlas sobre los métodos anticonceptivos hormonales y no hormonales, cómo actúan las hormonas en los métodos anticonceptivos. posibles consecuencias y efectos secundarios que puedan traer estos, al brindar las charlas se asegurará que la información sea correcta y útil

## 7. PRESUPUESTO

RECURSO HUMANO					
DETALLE O REQUERIMIENTO	DESCRIPCIÓN	UNIDAD	CANTIDAD	VALOR UNITARIO \$	VALOR TOTAL \$
Psicologa	Para apoyo en charlas	Profesional	1	160.000	160.000
Diseñador grafico	Diseño de material de apoyo (folletos y carteles)	Profesional	1	20.000	20.000
RECURSO FISICO					
Muebles y enseres					
DETALLE O REQUERIMIENTO	DESCRIPCIÓN	UNIDAD	CANTIDAD	VALOR UNITARIO \$	VALOR TOTAL \$
Sillas	Alquiler	Sillas	25	1.000	25.000
Materiales, Herramientas e Insumos					
Cartulinas	Carteles de cartulina	Cartulina	4	1.500	6.000
Marcadores	Marcadores borrables sharpe	Marcadores	2	5.000	10.000
Tablero	Tablero grande para dinamca	Tablero	1	80.000	80.000
Folletos	De papel, informativos	Folletos	30	1.000	30.000
Imágenes impresas	Imágenes impresas para dinámica	Imágenes impresas	10	700	7.000
Confite	Confite para repartir	Confites	100	50	10.000
Cajas de jugo x 6	Jugos para refrigerios	Cajas de jugo x 6	5	9.000	45.000
Paquete de galleta x 12	Galletas para refrigerio	Paquetes de galleta x 12	3	10.000	30.000
RECURSOS LOGÍSTICO					
DETALLE O REQUERIMIENTO	DESCRIPCIÓN	UNIDAD	CANTIDAD	VALOR UNITARIO \$	VALOR TOTAL \$
Viáticos	Transporte de investigadores	Tarifas	Global	30.000	30.000
<b>SUBTOTAL</b>				453.000	
<b>IMPREVISTOS (10%)</b>				45.300	
<b>TOTAL DE LA PROPUESTA</b>				498.300	

### 8. Cronograma de Actividades

ACTIVIDADES	MESES										
	Febr.	Marz.	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Ag.	Sept.	Oct.	Nov.	Dic.
Reconocimiento de la zona a investigar							X				
Entrevista a adolescentes para conocer necesidades								x			
Primera charla con el grupo de adolescentes								x			
Charla población general								x			

## **9. Manejo ambiental**

Un problema que trae la desinformación sobre los cambios hormonales en los adolescentes es el no control de natalidad, lo que ocasiona sobrepoblación, esto afecta a las familias, pero también al medio ambiente. De manera que se evidencia un consumo desigual y desmedido de recursos. Se percibe que habitan demasiadas personas en una misma casa, lo que es igual a demasiada contaminación, consumo desmedido de recursos y encarecimiento del costo de la vida

## 10. Recomendaciones y conclusiones

### Conclusiones:

una vez realizado el estudio del proyecto las conclusiones que se pueden extraer basándonos en los capítulos anteriores son las siguientes:

El proyecto realizado es necesario tanto para jóvenes como para padres que necesitan una guía para instruir a sus hijos

Se comprobó que la tasa de embarazos es una situación grave y las charlas realizadas fueron de vital ayuda para niñas que están por entrar a la etapa de la adolescencia y no quieren formar parte de esta problemática

Las dinámicas que se llevaron a cabo durante la socialización del proyecto lograron su función de educar de manera didáctica a adolescentes y niños sobre los cambios hormonales

Y por ultimo se concluye que el objetivo de incrementar el conocimiento sobre los cambios hormonales en los adolescentes de la urbanización el recuerdo se cumplió.

### Recomendaciones:

1. Extender el estudio sobre cambios hormonales en adolescentes y como afectan psicológicamente estos
2. Trabajar para mejorar las campañas de socialización sobre métodos anticonceptivos y así brindar ayuda en el momento de elegir un método de planificación
3. Analizar con mayor determinación y buscar la razón del porque a los padres se les sigue dificultando el hablar sobre cambios hormonales con sus hijos
4. Promover las enseñanzas aprendidas en las guías y charlas presentadas a la comunidad
5. Asegurarse de que las charlas sobre cambios hormonales que se realizan en las escuelas de la ciudad de montería Córdoba también lleguen a la población del barrio los recuerdos.

### Bibliografía:

- [https://www.hospitalmanises.es/blog/cambios-hormonales-  
preadolescentes/#:~:text=La%20pubertad%20y%20los%20cambios,\(GnRH\)%20en%20el%20hipo  
t%C3%A1lamo.](https://www.hospitalmanises.es/blog/cambios-hormonales-preadolescentes/#:~:text=La%20pubertad%20y%20los%20cambios,(GnRH)%20en%20el%20hipot%C3%A1lamo.)
- <http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/323>

<https://www.upb.edu.co/es/universidad/nuestro-campus/sobre-la-ciudad/monteria#:~:text=La%20ciudad%20de%20las%20Golondrinas,vocaci%C3%B3n%20agropecuaria%20desde%20sus%20inicios.>