



Observatorio de Salud Sexual y Reproductiva OSAR

Instancia por la Salud y el Desarrollo de las Mujeres ISDM

“Conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud por ciclo de vida, salud reproductiva y salud mental en Chimaltenango”

Chimaltenango junio del 2022



“Conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud por ciclo de vida, salud reproductiva y salud mental en Chimaltenango”

**Observatorio de Salud Reproductiva
OSAR GUATEMALA**

Coordinación e Investigadora principal de Investigación
Dra. Mirna Montenegro

Investigadora de Campo
Licda. Silvia Angelica Xinico

Dirección:
6a calle 1-36 zona 10 Edificio Valsari. Oficina 702
Teléfono: 2362-3572
Correo: info@isdmguatemala.org

Guatemala, Junio de 2022



Contenido

Descripción	Pag
Antecedentes	05
Presentación	06
Objetivos, Metodología Población Meta	07
Hallazgos Encontrados	
Salud mental	08
Problemas que están afrontando las mujeres por la muerte de un familiar	09
Problemas mentales, psicológicos y físicos que están afrontándolas mujeres adolescentes, jóvenes y adultas	11
Salud mental	13
Efectos de las clases virtuales en las/los niñ@, adolescentes y jóvenes	13
Suicidios entre los adolescentes y jóvenes	14
Conocimientos enfermedades crónicas	15
La Diabetes	16
Prevención de la diabetes	17
Conocimiento de la menarca o menarquia	17
Menstruación de las mujeres	17
Conocimiento sobre el ciclo menstrual	18



Menopausia	19
Cáncer de la Matriz o Cáncer cervicouterino	20
Realización de Papanicolau y de IVAA	20
Efectos de las toallas sanitarias	20
Métodos anticonceptivos y/o planificación familiar	21
Disponibilidad y accesibilidad a métodos anticonceptivos	22
Mujeres embarazadas	22
Partos	23
Vacuna del VPH, para la prevención del cáncer cervical para niñas de 10 a 14 años	24
Servicios de salud que buscan las adolescentes de 12 a 18 años	24
Salud bucal	24
Conclusiones	26
Recomendaciones	27
Anexos	28



“Conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud por ciclo de vida, salud reproductiva y salud mental en Chimaltenango”

Antecedentes

La Instancia por la Salud y el Desarrollo de las Mujeres ISDM es una organización de sociedad civil, legalmente constituida en el año 2007 y con amplia experiencia en investigación, capacitación, incidencia y auditoría social en la temática de salud sexual y reproductiva de adolescentes y mujeres. Un componente del trabajo de la ISDM lo constituye el Observatorio en Salud Sexual y Reproductiva OSAR, establecido en el año 2008 con el objetivo de monitorear la implementación de políticas públicas en salud sexual y reproductiva.

El OSAR trabaja con una red de osares departamentales y municipales en 12 departamentos, los que constituyen un mecanismo de retroalimentación y monitoreo para el cumplimiento de normas y protocolos en la prestación de servicios de salud en los tres niveles de atención, y en otras secretarías y ministerios, como Educación, Secretaría contra la violencia sexual, explotación y trata de personas, la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional SESAN, Secretaría Presidencial de la Mujer, SEPREM.

En estos espacios OSAR participa como sociedad civil en mesas de discusión y evidenciando las brechas que existen en la aplicación de normas y protocolos de salud en los servicios.

En este plan de trabajo se fortalece el trabajo que realiza la ISDM, abordando los temas de salud de las mujeres por ciclo de vida, el acceso a servicios de salud, mejores formas para la prevención y atención (pertinencia cultural), partiendo del saber y contexto de las mujeres en edad reproductiva. A través de este estudio cualitativo (grupos focales), la ISDM cuenta con mayor información sobre el conocimiento, actitudes y prácticas de las mujeres indígenas de Chimaltenango en relación a su salud, intereses, necesidad de atención, para proponer estrategias basadas en la pertinencia cultural, realidad y sentir de las mujeres, que ayuden a promover programas de promoción de la salud de las mujeres por ciclos de vida, la salud mental y la salud bucal.



Presentación del estudio

El presente estudio se realiza para conocer las necesidades, el contexto a nivel comunitario de la salud de las mujeres en sus ciclos de vida, esto coadyuvará a proponer políticas públicas, contar con un presupuesto adecuado para fortalecer los servicios de salud tanto del primer nivel de atención como el segundo nivel, en donde la mayoría de la población no tiene accesibilidad un servicio de salud con un enfoque de derechos, género y pertinencia cultural.

Así mismos los hallazgos de los temas que están debilitados es importante retomarlos para la salud integral de la población guatemalteca, en donde las acciones están escasas o nulas sobre la atención de la salud mental de las mujeres, preadolescentes, adolescentes y jóvenes; la población que no tiene acceso a la atención de este programa y el Estado no ha fortalecido los programas a nivel local. Lamentablemente no hay profesionales que pueden estar apoyando en la sanación y recuperación de la población para poder sobre salir de la crisis emocional, política, social y económica que se está viviendo.

La salud sexual y reproductiva de las mujeres indígenas y no indígenas se está debilitando, ya no hay promoción en los servicios de salud, las mujeres acuden a servicio de salud por recomendaciones de las mismas mujeres; el programa de salud reproductiva no es prioridad. Las mujeres adolescentes, jóvenes y de la edad adulta necesitan información de los diferentes ciclos de vida desde la menarca hasta la menopausia, ellas pueden ser las multiplicadoras dentro de sus familias y las comunidades

En este estudio también se tuvo el hallazgo que se debe de fortalecer los programas, planes, acciones y presupuesto para la implementación de la salud bucal, la población necesita acudir a los servicios de salud para la atención bucal, pero este servicio no lo brinda dentro del sistema de salud en los municipios de la intervención, por falta de quipo, mobiliario, insumos y personal, no hay acciones de prevención y del cuidado e higiene bucal.

Descripción del proyecto:

La pandemia del COVID 19 el acceso de las mujeres a los servicios de salud se ha visto disminuido, principalmente en la salud preventiva y salud reproductiva (controles prenatales, planificación familiar, atención psicológica, prevención del cáncer cervicouterino - cacu).

Así mismo, los servicios de salud pública son verticales, occidentalizados, no consideran las preocupaciones, necesidades, intereses y pertinencia cultural de las mujeres comunitarias.



La cobertura de vacunación de COVID 19 no avanza en las comunidades indígenas y rurales, o la vacunación COVID 19 en mujeres embarazadas; una causa es la no consideración de estas preocupaciones y temores de las mujeres, sus necesidades de información y la falta de información a través de campañas de comunicación.

Este sondeo cualitativo (grupos focales) que se realizó en los municipios de Tecpán, Chimaltenango, Comalapa y Patzún del departamento de Chimaltenango, se hizo es para contar con información y elementos sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres sobre su salud por ciclos de vida.

Meta y objetivos generales

Objetivos:

- ✓ Generar un documento técnico que describa los conocimiento, actitudes y prácticas de las mujeres sobre su salud mental, salud reproductiva y salud bucal en Chimaltenango.
- ✓ Compartir con los servicios de salud del Chimaltenango, organizaciones de sociedad civil, los principales hallazgos de este estudio.

Meta:

- ✓ Recopilar información y conocer las necesidades sobre la salud de la mujer, por ciclos de vida incluyendo salud mental y salud reproductiva de mujeres de 10 a 60 años.

Alcance geográfico:

- ✓ 4 municipios del departamento de Chimaltenango, Tecpán, Comalapa, Chimaltenango y Patzún, población indígena en un 70%,

Metodología:

La metodología fue a través de entrevistas a profundidad con prestadores de servicios de salud, grupos focales con comadronas, mujeres indígenas y un grupo focal con mujeres mestizas.

- ✓ 4 entrevistas a profundidad con prestadoras de servicios de salud, Patzún, Tecpán, Chimaltenango.
- ✓ 1 entrevista a profundidad con el coordinador de salud mental de Chimaltenango.
- ✓ 3 entrevistas a profundidad con la Dirección Municipal de la Mujer.
- ✓ 1 grupo focal con comadronas, por ser actrices sociales con credibilidad y cercanas a las mujeres y familias.
- ✓ 4 grupos focales con mujeres indígenas (10-60 años)
- ✓ 1 grupos focales con mujeres mestizas. (10-60 años)



Se elaboró una guía para las entrevistas a profundidad dirigidas a prestadores de servicios de salud y la dirección municipal de la mujer.

Así mismo se realizó una guía de preguntas generadoras para los grupos focales, sobre conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la salud de las mujeres por ciclo de vida.

Los grupos focales fueron en español y kaqchikel, el kaqchikel es el idioma local, para que las mujeres puedan tener la confianza en brindar la información desde el sentir de las mujeres indígenas de Chimaltenango, y para que el estudio recogiera la información con pertinencia cultural.

La información recabada fue tabulada y analizada para presentar los hallazgos y resultados y estrategias, basado en los conocimientos, información, actitudes y prácticas de las mujeres. Los resultados de este estudio cualitativo serán presentados a la Dirección de Área de Salud de Chimaltenango y los directores de los 4 distritos de salud donde se realizó el estudio, Patzún, Tecpán, Comalapa y Chimaltenango y en donde corresponda para realizar la incidencia para el fortalecimiento en lo político, y en los programas, planes, acciones y presupuesto del Estado.

A continuación, se describen los hallazgos del estudio en los municipios de Patzún, Tecpán, Comalapa y Chimaltenango para conocer los conocimientos, las actitudes y las prácticas de las mujeres indígenas y no indígenas en el proceso de salud, salud reproductiva, salud mental y salud psicológica para ver cómo apoyar en intervenciones futuras y conocer la realidad de las comunidades y que la salud mental no se le da la atención que se le debe de brindar.

Salud mental:

Estado emocional de las mujeres indígenas y no indígenas en el momento del estudio

- ✓ El 80% de las mujeres respondieron que están bien y con ánimos para salir adelante.
- ✓ El otro 20% respondió que está feliz.

Las mujeres siempre decimos que estamos bien, pero lamentablemente no todas las veces lo estamos, siempre ocultamos lo que sentimos por el temor de que dirán de las otras personas.

Bendecida porque mi familia está bien y están vivos, pero no hay mucha tranquilidad porque los esposos o algún integrante de la familia perdió su trabajo y la familia se encuentra en un estado de depresión, estrés, eso afecta a toda la familia.



Las mujeres estamos bien, pero el COVID 19, nos vino a cambiar nuestras vidas individuales, familiar y comunal.

En estas reuniones con las mujeres es bueno porque es un espacio en donde se puede desahogar, contando nuestras penas y alegrías, nos liberamos del estrés, de las tristezas; algunas compañeras tienen depresión, entre nosotras nos animamos unas a otras. Anteriormente las mamás lo hacíamos platicando cuando se lavaba en los lavaderos comunales. (Mujer Grupo focal Patzún)

Según la información que se recabó y analizó en donde las personas a pesar de las diferentes situaciones que están pasando con su educación, salud integral, salud mental, su bienestar, todas respondieron que están bien y felices, con la motivación de seguir adelante a pesar de las pérdidas familiares.

Problemas que están afrontando las mujeres por la muerte de un familiar:

En los 6 grupos focales el 85% mencionó que no perdió ningún familiar, pero estuvieron a punto de morir por COVID 19, por su salud mental y psicológica; el 15% restante menciona que perdió algún familiar y conocido cercano por el COVID 19, o por alguna otra enfermedad, por asuntos respiratorios, cáncer y la diabetes, porque el azúcar se les alteró, así mismo los nervios, o por alguna enfermedad común o crónica.

Un tío se murió por un paro cardiaco, se fue al hospital, pero ya no se pudo hacer nada por él y se fue, ya solo regresó en un ataúd; ya nadie pudo hablarle y mucho menos verlo, porque del hospital se fue directo al cementerio (Grupo focal Chimaltenango)

Las mujeres son las que enfrentan más las situaciones familiares porque están al frente de sus hogares con sus hijos, padres, hermanos; son quienes se preocupan por la educación, la salud y la economía familiar y deben de buscar la forma de salir adelante.

Las personas que perdieron un familiar mencionan que es un proceso muy difícil enfrentar un duelo en época de pandemia, por ejemplo, cuando alguien moría de COVID 19 o alguna otra enfermedad, de una vez lo debían enterrar. O si fueron en el hospital muchos ya no vieron a sus seres queridos porque iban directo a los cementerios, y solo los podían acompañar de 2 a 5 familiares ya sin abrir el ataúd, queda en suspenso si son los familiares que regresaron. Al principio los enterraron en la Verbena de la ciudad capital, sin saber en dónde se encuentran.

En Patzún la salud mental y psicológica empezó a afectarnos más cuando el COVID empezó a llevarse mucha gente en unos 15 días seguidos, en donde todos los días se enterraban de 5 a 8 personas. Hubo un día que las familias que vivían



cerca de los cementerios contaron que se enterraron 12 personas, causó miedo y caos, ya nadie quería salir de sus casas por el temor de contraer la enfermedad. (Grupo focal Patzún)

Problemas que están afrontado las mujeres en lo individual, familiar y comunitario:

La salud es una de las problemáticas que está afectando la salud mental y psicológica, y la salud reproductiva. Cuando llegó el COVID 19 en Guatemala los servicios de salud ya no atendían a las personas que tenían alguna enfermedad común y crónica, se cerraron las consultas; las personas acudieron a los servicios de salud privado, y esto afectó también a la economía individual y familiar. Algunas personas tuvieron que vender sus bienes para poder pagar los servicios de salud privado. Las mujeres ya no pudieron tener acceso a los métodos anticonceptivos porque por mucho tiempo se cerraron los servicios. El personal se movilizaba en transporte públicos, y como en esa época se cerró todo no había transporte para transportarse a las comunidades, municipios o a la capital y por ello hay mujeres que tuvieron algún embarazo no deseado.

En la alimentación también les afectó, porque hay familias que vivían con el día a día, con lo que ganaban compraban los insumos para comer ese día, pero se quedaron sin trabajo no había que comer; las que contaban con terreno pudieron sembrar su propia alimentación, pero las que no contamos con este bien si estamos afectados. (Grupo focal Tecpán)

La salud mental afecta a las mujeres principalmente; el 100% de los grupos focales de Patzún, Tecpán, Chimaltenango y Tecpán comentan que la mayoría se quedó sin trabajo por la cuarentena en las familias y en los pueblos como es el caso de Patzún que estuvo 40 días en cordón sanitario por ser un caso comunitario, pero nadie lo aclaró después. Esto afectó a varias familias que ya no fueron contratadas en la ciudad, en los departamentos, municipios y a nivel local.

Las familias empezaron a desesperarse porque algunos de los integrantes de las familias estuvieron fuera de sus hogares de un mes a seis meses, hasta los 9 meses, por el temor de ingresar al municipio y ya no poder salir y porque perderían sus trabajos. No había transportes públicos, las mujeres indígenas debieron empezar a fortalecer sus conocimientos y habilidades en las tecnologías en donde se hacían reuniones familiares y de trabajo virtuales.

Los nervios se alteraron grandemente por todas las situaciones, salud, educación, seguridad alimentaria, economía individual, familiar y comunitaria. Los precios empezaron a subir, no hubo transporte público para poder movilizarse, y tampoco las personas querían salir de sus casas por el miedo a la enfermedad y a las muertes que las noticias mencionaban todos los días y a cada rato en la radio, televisión y las redes sociales; esto afectó también. (Comalapa)



El encierro produjo estrés y la mayoría de las mujeres perdieron sus trabajos tanto formal e informal como la venta de artesanías, el turismo; estas economías están afectando las relaciones personales. La salud mental es producida por el estrés y depresión.

Los problemas que aquejan ahora a las mujeres indígenas es la economía y la salud, por ejemplo, varias están sin trabajo y la canasta básica se elevó, todo subió de precio; la movilización también, uno cuando debe de venir al mercado, al servicio de salud o a las reuniones, debe de pagar el transporte o el *tuc tuc* y subieron el doble de lo que cobraban si se encuentra cerca. Pero hubo un momento que todos debían de caminar para realizar sus diligencias porque no había medio de transporte. (Grupo focal Chimaltenango)

Problemas mentales, psicológicos y físicos que están afrontando las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas:

En el grupo focal de Patzun una joven relata lo siguiente: ***“los adolescentes y los jóvenes se frustran muy fácilmente por la etapa que están pasando cuando podían ir a la escuela o colegios, ver, conversar y bromear con sus compañeros y compañeras, pero el encierro les ha afectado mucho y los lleva al suicidio”***.

Así mismos otra joven del grupo focal menciona que el ***“contexto social y familiar afecta a las y los adolescentes y jóvenes por toda la presión social o recargo social y intentan contra su vida, deben de llevar su vida tranquila sin esa presión pasa en Patzun y en otros municipios”***

La salud mental es muy común en toda la población, pero no hay alguien quien se encargue de atender estos problemas, las personas no le dan importancia y tampoco en el ente gubernamental hay programas para atender a esta población. Los servicios de salud no cuentan con especialistas para tratar estos problemas. (Personal de salud de Patzún)

En Comalapa actualmente ha habido suicidios entre los adolescentes y jóvenes por embarazos no deseados; los adolescentes se ahogan entre sus problemas y buscan mejor quitarse sus vidas. El caso de suicidio de dos adolescentes en una semana, la adolescente estaba embarazada y se suicidó y en uno días también el novio se quitó la vida; y las dos familias y la población están adoloridas por la decisión que tomaron adolescentes.

La violencia intrafamiliar también afecta física y psicológicamente en la vida de las mujeres, adolescentes y jóvenes. Hay mujeres que están en este proceso y toman la decisión de separarse de su pareja. Muchas veces son criticadas por la



población y por sus propios familiares, el qué dirán daña la salud mental también; a las mujeres se les debe seguir empoderándolas en sus derechos para dejen de tomar en cuenta lo que piensan las otras personas. Las mujeres deben de pensar en el bienestar de ellas mismas y el de su familia; al principio es muy difícil pero después las cosas se van acomodando para los integrantes de las familias.

El machismo es un factor que afecta el bienestar familiar, en donde hay agresiones físicas, psicológicas y económicas que afectan la salud mental de las mujeres y de todos los integrantes de la familia. Esto puede ser una limitante para el desarrollo de las adolescentes, jóvenes y mujeres adultas.

Experiencia de una mujer de Comalapa que se separó de su esposo porque vivió a diario violencia física, verbal, económica y psicológica. “Durante los 11 años de matrimonio, viví mucha violencia y él jamás me compró una muda de ropa en estos años, solo lo que me dieron cuando me casé. Y ahora me fui de la casa con mis hijos estamos solos, pero estamos mejor si gritos ni golpes y estamos trabajando para poder sobrevivir”.

Es importante reconocer las sabidurías de las abuelas y los abuelos; anteriormente no había suicidios entre la población, porque los abuelos reunían a sus hijos, hijas, nietas y nietos alrededor del fuego sagrado, para liderar las tensiones, las malas energías, pero ahora la globalización nos vino a desaparecer estos conocimientos. (GF Comalapa)

En el grupo focal de mujeres mestizas, mencionaron también que hay suicidios por los juegos en plataforma en donde el juego empieza a retarte y el fin del juego es quitarse la vida. Actualmente los adolescentes y jóvenes tienen el acceso a las tecnologías y con ello se puede aprovechar las oportunidades o desaprovecharlas.

“Entre las amistades muchas veces hay ofrecimiento de droga y alcoholismo, y a veces por los problemas familiares o de los mismos de adolescentes y jóvenes, piensan en suicidarse. Por ejemplo, a mí en muchas ocasiones me quise suicidar por los problemas que tenía en ese momento. Ahora que ya pasé por esa edad, me recuerdo y agradezco a Dios por haberlo logrado; yo crecí sola, mi mamá tenía que trabajar igual que mi papá, así que tuve que hacerme cargo de mi hermano y de la casa. Y eso duele mucho porque las mujeres pasamos por momentos muy fuertes y difíciles y solo nosotras sabemos por lo que pasamos”. (Adolescente GFP)

En Comalapa, la psicóloga llega todos los miércoles al servicio de salud para atender terapias psicológicas para que la población pueda realizar sus citas y poder ser atendidas.



En Patzún anteriormente llevaban una psicóloga cada semana, pero ahora por la pandemia la psicóloga que trabajaba en el CUM de Tecpán dejó de venir porque no es su jurisdicción. (Personal de Salud de Patzún.)

El centro de Salud de Tecpán Tampoco cuenta con Psicólogo por falta de presupuesto, lo refieren a CUM, o las mismas personas buscan a dónde poder acudir. En las comunidades lamentablemente también hay suicidios, anteriormente solo se escuchaba en la ciudad capital pero ahora también en las comunidades se quitan la vida por algún embarazo no deseado, por problemas y/o violencia en la familia, porque no tiene la oportunidad de estudiar, entre otras cosas. (Personal de salud Tecpán).

La salud mental está afectando a toda la población, principalmente a los y las adolescentes y jóvenes, porque por el encierro, y tener que aprender el uso de las plataformas tanto para los estudiantes como para las madres, vino a cambiar en gran magnitud la vida de todos los guatemaltecos. Adaptarse a la nueva tecnología y a buscar el dinero para poder comprar el internet todos los días o los días de clase, y comprar un teléfono inteligente.

Por otra parte, el encierro vino a fortalecer algunas acciones. La mayoría de las familias estaban juntas y se realizaban varias acciones familiares, las que se habían perdido por el mismo trabajo de los padres. Los integrantes de las familias empezaron a valorarse más unos a otros.

Salud mental

Las mujeres, los y las adolescentes, y jóvenes no cuentan las situaciones por la que están pasando, se encierran sin contarle a ningún familiar o algún amigo cercano, que muchas veces empiezan a drogarse, en el alcoholismo y muchas veces piensan y/o se suicidan. **“A veces son los juegos de los retos, la máquina te sube de nivel y el último nivel te pide que te quites la vida”** menciona una adolescente de uno de los grupos focales.

Los/las adolescentes y jóvenes, es importante desahogarse de los problemas que tienen, y cuando alguien les ofrece alguna droga o alcohol están fortalecidos en decir no quiero a cualquier inconveniente que se les presente. Así mismo se debe de ver la empatía por los demás, todos y todas se deben de apoyar unos a otros, se debe de ir fortaleciendo las actividades familiares, esto se está perdiendo mucho en las comunidades. (Joven FG Patzún)

Cuando las personas entran en depresión, llegan hasta el punto de no quererse, de no cuidarse, descuidan su higiene personal y no les interesa cambiar de ropa, salir a despejarse y mucho menos contarle a alguien sobre el problema que tienen, y empiezan a pensar en el suicidio.



Efectos de clases virtuales en las/los niños, adolescentes y jóvenes

Las clases virtuales o en línea también afectó la salud física, mental y psicológica de las niñas, niños, adolescentes y los jóvenes porque permanecieron encerrados, ya no tuvieron sus espacios propios, ya no pudieron compartir con otras personas, salir o realizar los trabajos en grupos. Esto lo aprovechaban para salir a despejarse de los problemas que tienen los y las adolescentes.

Los establecimientos educativos solo mandaban guías para las diferentes clases, los padres principalmente las mamás son ahora las maestras con los niños y niñas; no es lo mismo recibir clases presenciales y al estar enfrente de un celular, o los que tienen oportunidad enfrente de una Tablet y/o computadora. Hay muchos niños que empezaron a utilizar lentes o anteojos por los problemas de la vista, por estar mucho tiempo enfrente de las pantallas.

A los niños y a los adolescentes les está afectando, y más a los jóvenes que se están graduando del nivel medio sin tener mayor conocimientos y habilidades, y no encuentran trabajo por lo mismo. Se está escuchando en los lugares de trabajo **“a los que se graduaron en el 2020 y 2021 no se les debe de contratar porque no aprendieron nada”**, esto no es problema de los graduandos, es un problema del sistema educativo porque no cuentan con un plan emergente cuando hay algún acontecimiento; hay mucha deserción escolar en todos los niveles porque los padres no quieren que sus hijos e hijas aprendan a través de solo guías, mejor esperar hasta que se normalicen las clases. Los afectados son las y los niños, adolescentes y jóvenes, porque pierden años de estudio.

Ya no es igual porque los maestros ya no están explicando los diferentes temas y las mamás están investigando para apoyar a sus hijos principalmente a los de primaria, que necesitan todavía mucha orientación, destrezas automotriz gruesa y fina, enseñar a leer y escribir a los de preparatoria. Primero y segundo grado es la etapa de aprendizaje más importante y está costando en las tres vidas, tanto por la vida de los estudiantes, las de los maestros y de los padres de familia. (Grupo focal de Chimaltenango)

Suicidios entre los adolescentes y jóvenes

El machismo es un factor que influye en todo el proceso, algunas veces los hombres son los que se suicidan más por la misma acción que no soportan y no aguantan lo que les sucede o viven a diario, empiezan con el alcohol y sienten que nada tiene sentido y tratan de acabar con sus vidas. (Grupo focal Patzun)

Los jóvenes por la depresión de no poder alcanzar sus sueños y objetivos, por la misma pobreza, la inequidad y la falta de oportunidades toman el camino más fácil, quitarse la vida, sin pensar en las consecuencias. (Grupo focal Tecpán)



Las y los adolescentes y jóvenes deben de tener sus propios espacios, respetar sus opiniones, respetar sus amistades sin perjudicar sus derechos y que ellos deben de tomar en cuenta las consecuencias de sus acciones, el quitarse la vida no solucionan el problema.

En Chimaltenango se escucha cada poco qué hay suicidios entre adolescentes, jóvenes y personal de la edad adulta, por las drogas y el alcoholismo e incluso ya se escucha mucho sobre la extorción y matanza; la violencia y la delincuencia se está apoderando de la población del departamento por la cercanía de la capital.

Muchas veces los suicidios los encaminan por la falta de comunicación entre los padres o algún familiar, ahora todos están enfrente de una pantalla, o por teletrabajo, cada quien hace o lo pueda sin ver las consecuencias; los jóvenes y adolescentes empiezan a tomar malas decisiones, para salir de algún problema se meten a otros más complicados. (Grupo focal de Tecpán)

Como se puede prevenir los suicidios

Para poder prevenir los suicidios en los adolescentes y jóvenes, se debe de fortalecer la comunicación entre los hijos y hacerles ver y sentir que ellos son importantes y valen mucho en la vida de ellos y en la de nosotros; que son el presente y el futuro del país y de la comunidad y principalmente de las familias.

Los hijos y las hijas son grandes tesoros que uno como madre y padre de familia tienen, los van viendo nacer, crecer y lograr sus metas y objetivos: estudiantil, personal, profesional y familiar, cuando los padres tienen la oportunidad. Para la prevención de la drogadicción, el alcoholismo y los suicidios es necesario que los padres de familia o tutores asuman su responsabilidad en brindarles lo necesario a sus hijos, hay padres de familia que no se responsabilizan por la educación, salud, casa, ropa y la alimentación de los hijos, solo los engendran y no asumen su paternidad responsable.

Para un padre o madre de familia es muy difícil pasar por un proceso en donde un familiar se haya suicidado. La salud mental de toda la familia se desmorona, pero se tiene que levantar y recibir apoyo emocional, para que los demás integrantes de la familia no hagan lo mismo. Se pueden recibir terapias individuales y familiar con un profesional.

La prevención de los suicidios se debe de fortalecer con información desde los centros educativos para que los adolescentes y jóvenes puedan contar con información, aumentar su auto estima y liderazgo; se debe de crear una ruta y realizar un mapa para identificar acciones cuando un adolescente y joven está afrontando este proceso, y qué tipo de apoyo necesita para poder rescatarlo con el apoyo de la familia y de un especialista.



Conocimientos sobre enfermedades crónicas

Se sabe que la diabetes se da por el aumento del azúcar en la sangre, y esto se debe porque se tienen problemas en el hígado y el sistema no es capaz de producir insulina. (GF Chimaltenango)

La hipertensión ahora es común en las familias, las personas se alteran, padecen de los nervios y de la presión alta o presión baja, y esto es peligro en la vida de la población. Uno se puede morir si no va algún servicio de salud público o privado para su tratamiento.

La diabetes y la presión arterial alta está afectando a toda la población por el consumo de mucha azúcar a través de las gaseosas, dulces y la mala alimentación; y la diabetes les puede dar también en los niños, adolescentes y jóvenes, a toda la población en general si no ponen atención para la prevención. (Grupo focal Chimaltenango)

La diabetes ahora viene por el consumo de los alimentos mal procesados, se consume mucha comida chatarra, se cree que lo que se vende en los supermercados como están empacados es mejor, pero esto tiene ya muchos químicos al momento de procesarlo y conservarlo, es lo que afecta nuestra salud. (Grupo focal de Comalapa)

La salud mental también es una enfermedad crónica, si uno no le pone atención esto puede matar también a las personas por una depresión, por los problemas familiares, se puede cometer suicidio; a cualquier persona le puede afectar si no busca apoyo. No importando la edad o el sexo y el nivel socioeconómico de las personas.

Así mismo otras enfermedades que se está dando en las comunidades que antes solo se escuchaba en la capital es el cáncer, la leucemia. Con el COVID 19 nos empezaron a asustar, a veces la diabetes se da por algún susto, así también la leucemia porque la sangre se debilita, bajan las defensas. Con el encierro se dañó la salud mental de todos los integrantes de la familia, esto es porque están en depresión, padecen de los nervios, tienen insomnio, y llegan a un punto de sicosis; estas son las secuelas de la pandemia, la mente tiene poder sobre cada uno de los individuos, nosotros mismos le metemos miedo a nuestra mente y eso nos afecta en todo el cuerpo. Se debe de pensar positivo para llenarnos de energía (Grupo focal de Patzún)

Actualmente se escucha mucho de cáncer de mama, cáncer de ovario, cáncer de útero, la mayoría de las mujeres no saben cómo prevenirlo. Los servicios de salud se olvidaron de las mujeres, solo les da importancia a las mujeres embarazadas y con niños menores de 5 años; para el Estado no somos prioridad las mujeres indígenas. (GF Tecpán)



La diabetes

Hay varios motivos del porqué viene la diabetes, uno de ellos es comer mucho azúcar, gaseosas, espumillas o productos realizados con azúcar o dulces, y no consumir agua pura; esto afecta la salud de la población por no realizar ejercicios constantemente.

Muchas veces las enfermedades vienen por los problemas que se tienen a nivel individual, familiar y comunitario, por la falta de la economía, trabajo, salud, educación, entre otros problemas que se vive a diario en los diferentes niveles de vida tanto de la ciudad y en las comunidades.

La diabetes se da por la mala alimentación, se consume mucha comida chatarra, comida procesados, sopas instantáneas, gaseosas y porque la población ya no hace ejercicios; hay varios factores del porqué se da, ya no se consume hierbas, o comidas ricas en hierro y calcio que se encuentra en comunidades, por toda la promoción que realiza la industrialización.

Como se puede prevenir la diabetes

- ✓ Comer saludable
- ✓ Dormir las 8 horas
- ✓ Realizar ejercicios
- ✓ Participar en taller o charlas para la prevención
- ✓ No consumir gaseosas
- ✓ No consumir comida saturada de grasa
- ✓ No comer dulces
- ✓ Poner atención a nuestra salud

Se puede tomar la insulina natural para poder nivelar el azúcar y el consumo de la Stevia natural para endulzar las cosas que se deba endulzar; el orozuz que es una planta que endulza las bebidas, estos eran las prácticas de las abuelas y los abuelos (Grupo focal Patzún)

Las enfermedades muchas veces son mentales, esto se debe de fortalecer el conocimiento de las mujeres y seguir adelante de todo el proceso. Le debemos de decir a la mente que se debe de eliminar toda enfermedad, para que se puedan fortalecer las defensas y esto mejorará nuestra salud mental. (Grupo focal Tecpán)

Conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud, ciclo de vida y la salud reproductiva

Conocimiento de las menarca o menarquia



El 98% de participantes de los grupos focales y las entrevistas no conocen que es la menarca, se habla muy poco sobre este tema, y hasta el personal de salud lo desconoce o no se recuerda. Es importante retomar acciones sobre la salud sexual y reproductiva para que las mujeres tengan los conocimientos.

Menstruación de las mujeres

Con anterioridad a las mujeres se les venía su menstruación a los 14, 15, 16 o hasta los 17 años, pero actualmente esta edad bajó bastante y hay niñas de 9 años que ya están menstruando por todo lo químico que se consume y las hormonas inyectadas en el pollo y la carne de res. Esto hace que el cuerpo de las niñas se desarrolle más rápido. (Grupo focal de Patzún)

Hay algunos mitos que dicen que si te vienen más temprano se te va más rápido, eso es mentira porque a mí me bajó a los 12 años y ahora tengo 47 años y todo esta normal con mi periodo menstrual. Sigo esperando para entrar en el periodo de la menopausia. (Mujer de Tecpán)

Ahora la menstruación viene a temprana edad, por ejemplo, a los 10 años, porque se desarrollan más rápido. Y las niñas se embarazan temprano también porque su cuerpo es fértil, pero no se sabe el porqué, tal vez sea el tiempo que todo está cambiando y el cuerpo también. (Grupo focal de Chimaltenango)

Va dependiendo de la alimentación de las niñas, con eso se define la edad de la menstruación, y qué es lo que se consume en la alimentación en las familias ha variado mucho; el pollo o la carne que se compra en el mercado ya no es natural ya están inyectadas. (Grupo focal Comalapa)

Conocimiento sobre el ciclo menstrual

Las mujeres ven su periodo menstrual cada 28 días cuando es normal; cada una tiene diferentes fechas y diferentes periodos unas lo ven cada 30 días, pero algunas otras mujeres 3 meses o 6 meses. Se piensa porque tienen un problema con su matriz o útero.

Depende de cada mujer, algunas tienen muchos dolores o cólicos, cambios de humor, y la cantidad también varia; a algunas les dura 3 días, algunas una semana, y el color de la hemorragia es diferente; el dolor es diferente en cada mujer algunas tienen dolores y algunas otras no. (Joven GF Patzún)

Anteriormente no se hablaba de la menstruación o del ciclo menstrual, era prohibido. Las abuelas no lo comentaban a sus hijas, mucho menos con las nietas; cuando se embarazaban, o cuando nacen los hijos, les decían a sus hijas que un avión traía a los niños y solo los tiraba. Las mujeres empezaron a conocer o hablar sobre la menstruación ya fue en la escuela, anteriormente hasta en básico en



educación para el hogar. Las que tenían la oportunidad de llegar a este ciclo escolar tenían la oportunidad de aprender sobre la menstruación. Actualmente en los centros educativos se habla sobre el cuerpo humano a través de los diferentes sistemas, por ejemplo, el sistema respiratorio y entre ellos el sistema reproductor. En la clase de ciencias naturales se les brinda esta información, a veces desde tercero primaria hasta sexto, la función de cada órgano, pero no hablan sobre la prevención de embarazo en adolescentes y de la infección de transmisión sexual, y menos de la prevención de la violencia sexual. (Grupo focal de Patzún)

Menopausia

Las mujeres adolescentes y jóvenes quieren conocer sobre el proceso de la menopausia, para prepararse cuando lleguen a este proceso; las mujeres adultas intercambian sus experiencias de vida reproductiva.

Mi periodo menstrual fue normal cada 28 días, empecé con dolor de cabeza y de los pies. Cuando ya terminó el periodo de menopausia, solo se retrasó 3 meses y después desapareció; cuando nacieron mis hijos veía mi menstruación a los tres meses y después empezaba mi periodo menstrual normal. (Mujer de GF Patzún)

Otra experiencia menciona que desde joven se le dificultó el periodo mensual: a veces venía mi periodo menstrual hasta cada 6 o hasta 9 meses, y con mucho dolor de estómago. El periodo de menopausia me costó, tenía mucho frío, tenía que usar calcetas y gorro después del mediodía, y me dio tantas ganas de llorar; me enojaba mucho, y en una ocasión el flujo que me vino era muy abundante como si hubieran encendido un chorro de agua, andaba en la calle, y solo eso y desapareció de una vez, pero me dio mucho miedo.

Así mismo, otra experiencia de otra mujer mencionó que a ella le constaba tener hijos, venía su ciclo menstrual cada 30 días durante tres días. Cada 4 años se podía embarazar sin ningún método anticonceptivo; su menstruación vino a los 15 años de edad y después a los 35 años tuvo a su último hijo, y a los 55 años ya no le bajó su menstruación y pensó que se había embarazado. Después de los 2 o tres meses pensé que ya debería moverse; cuando fui hacerme los exámenes no estaba embarazada y me alegré mucho, pero vino de nuevo al año la hemorragia. Tres meses después vino como si fuera un chorro y algunas amigas dijeron que era por el frío, me dieron medicamentos calientes naturales y después se fue de una vez.

Otra experiencia: otra mujer tuvo 12 hijos y a los 40-45 años, se le vino una hemorragia muy abundante cuando estaba acompañando a su hija en una excursión; pero todo estaba bien y de repente se me bajó el flujo muy abundante y después de unos días, se fue y ya no regresó, y mi menstruación vino a los 12 años.



Las mujeres comentan que hay casos de mujeres que se les va muy fácilmente la menstruación. Otra experiencia es de otra mujer que tuvo 10 hijos, se le fue su menstruación a los 48 años, pero a los 80 años se le vino una hemorragia, y ¿esto le puede suceder a las mujeres? Por ello es que el centro de salud debe de brindar esta información para que las mujeres fortalezcan sus conocimientos del periodo menstrual y la menopausia; realizar estos encuentros entre las adolescentes, jóvenes y mujeres adultas para conocer sobre la salud de las mujeres, salud reproductiva y la menopausia.

Cáncer de la matriz o cervical

Por el cáncer de la matriz hay muchas mujeres que se han muerto, pero esta enfermedad no es común que se mencione en las comunidades y mucho menos en las familias, y las mujeres desconocen cómo cuidar su matriz y su útero.

A las mujeres, cuando se detecta el cáncer de la matriz, empiezan a llevar su tratamiento en el INCAN (Liga Nacional Contra el Cáncer), pero la mayoría de los exámenes son costosos. El proceso que deben de llevar es muy difícil, deben buscar el recurso para el pago, la movilización y su alimentación, muchas abandonan el tratamiento porque no consiguen el dinero para movilizarse y para el tratamiento.

Hay muchos casos de cáncer de la matriz en donde las mujeres son diagnosticadas en algún servicio de salud público o privado, y el tratamiento según los familiares es muy costoso. Algunas mencionan que por eso no se hacen sus exámenes de Papanicolaou porque ahí les pueden dar la mala noticia que tienen cáncer y solo con la noticia les causa miedo; mejor deciden no hacerse los exámenes para no conocer los resultados.

Realización de Papanicolau y de IVAA

Las mujeres desconocen qué es el IVAA (inspección visual con ácido acético), nunca se habían hecho ni escuchado de este examen. Lo que si conocen es el Papanicolau, pero ya no se menciona o se promociona. Anteriormente había muchas jornadas de salud para las mujeres y entre ellas la realización del Papanicolau. El servicio de salud debe de realizar las jornadas por lo menos una vez al año y promocionar las acciones a favor de las mujeres aprovechando las radios comunitarias.

Algunas mujeres nunca se han hecho la prueba de IVAA o el Papanicolau. En el grupo focal de 18 personas, solo 2 mujeres realizan su examen según el tiempo que le indique el personal de salud.



La trabajadora social de Tecpán coordina con la DMM para que las mujeres puedan realizar el examen de Papanicolau para la prevención de cáncer de la matriz; las mujeres no quieren hacerse este examen, porque las mujeres piensan primero en lo que dicen sus esposos si otra persona las puede revisarlas; es mejor que el examen lo haga una mujer.

Efectos de las toallas sanitarias

Actualmente las mujeres indígenas y no indígenas usan toallas sanitarias y esto esta contaminando el medio ambiente. Las mujeres ya no lavan su ropa como antes, deben de vender toallas que se pueden lavar. La menstruación no es común que se hable con las niñas de las familias. Anteriormente se realizaban sus propias protecciones, lo realizaban con pedazos de tela o retazos que lo doblan varias veces, o algunas veces si consiguen telas grandes lo utilizan como pañales, para que puedan protegerse y que no pasen en su ropa para no pasar malas experiencias.

¿Cómo se embarazan las mujeres?

- ✓ Cuando están en su periodo fértil
- ✓ Cuando tiene relaciones sexuales

Actualmente las niñas menores de edad se están embarazando a temprana edad, muchas veces por la información que ven en los teléfonos. El conocimiento de las sabidurías de las abuelas y los abuelos se ha perdido; y el respeto mutuo, ya no hay respeto para las mujeres, hay mucha violencia y violencia sexual. (comadrona Grupo focal Patzun)

La mujer puede quedarse embarazada si esta es sus días fértiles y tiene penetración de una relación sexo genital del género opuesto sin protección. (Grupo focal de Chimaltenango)

El método anticonceptivo falla, muchas mujeres usan algún método anticonceptivo en el servicio, pero falla el método; a mí me pasó, estaba usando el un implante en el brazo, pero resulté embarazada, no me esperaba la noticia. (Grupo focal de Tecpán)

El método no es confiable el 100%, yo tenía dos hijos, con el segundo parto fue cesárea y solicité que me operaran. Estaba confiada, de repente ya no me bajó mi menstruación, pensé que estaba enferma. Nunca me imaginé que estaba embarazada porque estaba ya operada, hasta que un médico me hizo el ultrasonido en donde se vio que era un bebé, y mi bebé no tenía el año; hay que tener cuidado y estar atentas por cualquier situación. (Grupo focal Patzun)

Algunas adolescentes que no conocen la información tienen relaciones de sexo genital sin protección.



Comenta una adolescente que ahora ya hay información sobre la prevención del embarazo, y es importante que los padres puedan hablar sobre ello también para que las mujeres y los hombres se puedan proteger de un embarazo o una violación sexual.

Las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas, usan métodos anticonceptivos y/o planificación familiar

Actualmente las mujeres que usan los métodos anticonceptivos están en su derecho, la mujer debe decidir usarlo; las abuelas comentan que anteriormente no se hablaba de los métodos anticonceptivos. Algunas veces las mujeres se embarazaban cada año porque no había protección; si alguien quería tener tiempo entre un embarazo a otro, le debía de comentar a la abuela comadrona para que pudiera realizarlo naturalmente.

El centro de salud tiene una gran labor en este proceso de información sobre la prestación de los servicios de la salud de las mujeres. Se escuchó en algún tiempo sobre la utilización de planificación familiar, pero ahora ya no se da la información.

Actualmente las adolescentes y jóvenes también lo usan los métodos anticonceptivos. Va dependiendo con la creencia para tomar las decisiones de la persona que va a utilizarlo y conversarlo con su pareja. (Grupo focal Chimaltenango)

Disponibilidad y accesibilidad de los métodos anticonceptivos o de planificación familiar en los servicios de salud

Ahora los servicios de salud sí cuentan con métodos anticonceptivos, pero no hay mucha información. No hay charlas o talleres para mujeres para la prevención del embarazo o algún programa; anteriormente eran las organizaciones de sociedad civil las que empoderaban a las mujeres indígenas sobre la salud reproductiva.

Una mujer mencionó que en una charla que recibió de la iglesia, un doctor de la pastoral de la mujer nos enseñó una película sobre de donde viene los métodos anticonceptivos; esto se nos debe de hablar también de los efectos secundarios. Según el video los anticonceptivos vienen de los animales.

Muchas veces los embarazos en adolescentes son por alguna violación sexual. Anteriormente las abuelas, las madres, solo le decían a las mujeres que se deben de cuidar, de que no se debe de acercar ningún hombre para protegerse.

Algunas abuelas comadronas conocen como espaciar los embarazos con métodos naturales; ellas pueden compartir sus experiencias con sus hijas y nietas para que



ellas vayan intercambiando la información y la experiencia de generación a generación.

Mujeres embarazadas

A donde van las mujeres a sus controles prenatales:

En los 6 grupos focales mencionaron que la mayoría de las mujeres van a sus controles con las abuelas comadronas por la confianza, el idioma y que están disponible las 24 horas. Hay flexibilidad en los horarios, cosa que no pasa en los servicios de salud, ya que hay que madrugar para sacar número y esperar casi el medio día en el servicio.

En el CUM de Tecpán, tuvieron una reunión el personal y las comadronas y se informó que solo hay una ginecóloga para las 85 comunidades del municipio. Debe de haber más personal para atender a las mujeres con un enfoque en los derechos.

Las mujeres van a sus controles con las abuelas comadronas, y ahora que esta la maternidad muchas mujeres van al servicio de salud, pero cuando necesitan hacer exámenes y ultrasonidos lo debe de pagar en clínicas o laboratorios privados porque la maternidad no brinda este servicio. (Grupo Focal Patzún)

Controles prenatales de las mujeres embarazadas

Las mujeres responsables y las que no tiene miedo de ir a un servicio de salud por el temor que les pasa algo a la madre y al hijo, mejor van desde cuando ya no viene su menstruación. (Grupo focal Comalapa)

Algunas van cuando tienen ya 6 meses o más y esto dificulta un poco porque ya no pueden realizar todos los exámenes para poder ver si todo está bien, y como ir preparando toda la ruta del embarazo, y la realización del plan de emergencia.

Por lo general, las primerizas van a sus controles en el tercero y cuarto mes de embarazo, pero hay algunas que lo dejan a última hora, después del segundo hijo. Las mujeres se confían que no les va a pasar nada y no van a sus controles hasta el último mes. (Grupo focal Tecpán)

Algunas solo se inscriben y pasan 4 o 6 meses y no van a sus controles porque hay que realizar fila para los turnos, Algunos van desde las 4:00 de la mañana para que les corresponda uno de los primeros números para salir antes. (Grupo focal de Patzún)



Partos

En todos los grupos mencionaron que actualmente los partos ya no son naturales o verticales. Las mujeres no quieren ir al servicio de salud porque a la mayoría de las mujeres indígenas y no indígenas, les realizan la cesárea en los servicios de salud. No se sabe si esta intervención es necesaria o no. Si antes no dejaban acompañar a las mujeres embarazadas ahora es peor, no hay visitas; las comadronas y ningún familiar puede entrar a ver como está la paciente, si está bien o no.

Muchas veces nosotras como madres y suegras no queremos que nuestras hijas o nueras vayan a los hospitales porque nosotras no fuimos, y ahora en la pandemia es más difícil porque no hay visitas.

Vacuna del VPH, para la prevención del cáncer cervical para niñas de 10 a 14 años

La vacuna es importante para la prevención de cáncer de la matriz desde las niñas; se debe de ampliar la cobertura en la edad porque las de 13 o 14 a 18 años ya no tuvieron la oportunidad de vacunarse. (Grupo Focal Patzún)

Es importante que las niñas se puedan proteger contra el cáncer de la matriz, la vacuna es una buena oportunidad para ellas porque las protege según nos informaron para 10 años (Grupo focal de Chimaltenango)

Se escuchó que también se dieron la vacuna VPH a algunas mujeres adultas en diciembre y enero para la prevención del cáncer de la matriz, pero no se promocionó y se quedaron varias mujeres sin vacunarse.

Servicios de salud que buscan las adolescentes de 12 a 18 años

- ✓ Muchas veces van por alguna emergencia
- ✓ Van por alguna infección
- ✓ Actualmente van por embarazo

Esta es la información que se recabó en los grupos focales y en las entrevistas, sobre los servicios a que acuden las adolescentes en los centros de salud.

Las mujeres adolescentes ya no van al servicio de salud, la última vez que van es como a los 4 o 5 años cuando reciben su última vacuna. (Grupo focal de Tecpán)

Salud bucal

¿Cuándo van las mujeres al médico odontólogo?



El 95% de los grupos focales mencionaron que no van al médico odontólogo y hasta cuando les duele algún diente o muela, buscan la atención para la extracción. No hay costumbre de visitar al odontólogo.

¿A dónde acuden cuando tienen algún problema con los dientes?

En los 6 grupos focales y en las entrevistas respondieron que regularmente van a una clínica privada, porque ahora en los servicios de salud no cuentan con EPS de odontología por la pandemia.

Es más rápido acudir a un servicio de salud privado, aunque uno debe de pagarlo, y muchas veces solo da la oportunidad de ir al odontólogo una vez al año. (Mujer GFC)

¿Cómo prevenir las caries en los niños/as, adolescentes, jóvenes y edad adulta?

- ✓ Dejar consumir dulces
- ✓ Cepillarse constantemente los dientes por lo menos 3 veces al día
- ✓ Utilizar el flúor
- ✓ Tener el acceso a una buena alimentación

Sensibilizar y concientizar a la población en la alimentación, porque los dientes son parte de uno, son hueso y se debe de ir fortaleciendo con calcio y fósforo. (Grupo focal Tecpán)



Conclusiones

- 1) La pandemia del COVID 19 afectó la salud mental y física de las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas. Se necesitan el acompañamiento de un profesional especialista para la población y en las comunidades para recuperar su salud mental.
- 2) El no acceso de los servicios de salud por un periodo en donde se cerraron todas las actividades y los trabajadores de salud no pudieron transportarse, afectó la salud reproductiva de las mujeres indígena y no indígenas. No se pudieron ser accesibles los métodos de planificación familiar y las mujeres quedaron embarazadas con un embarazo no deseado.
- 3) Es importante reconocer, valorar y promocionar los conocimientos ancestrales con las medicinas tradicionales que esto contribuye a prevenir las enfermedades como la gripe, la tos y el COVID 19, porque la mayoría de la población se protegió o se curó con las medicinas naturales. En los servicios de salud hubo un momento que no se les brindaban medicamentos, solo los ponían en cuarentena domiciliar.
- 4) La institucionalidad de los servicios de salud se debe de fortalecer en todo sentido en lo político, social y económico, para la prevención de las enfermedades principalmente cuando se tiene una pandemia a nivel global.
- 5) El no acceso a la salud bucal en preadolescentes, adolescentes, jóvenes y en adultos, afecta la salud integral de la población. A través de la boca entran los microbios, y si no se cuenta con un adecuada atención y educación, esto puede repercutir en otras enfermedades para la persona.



Recomendaciones

- 1) Promover políticas públicas sobre la salud mental de las mujeres indígenas, para su recuperación y sanación en procesos de conflicto, o pérdida de algún familiar por COVID, cáncer u otra enfermedad crónica.
- 2) Fortalecer los programas de salud mental para apoyar a la población a salir del estrés y la ansiedad, para prevenir la violencia en contra de las mujeres y los suicidios, a través del aumento del presupuesto y de acciones de contratación de profesionales en Chimaltenango.
- 3) Seguir con el empoderamiento de las mujeres indígenas y no indígenas sobre el derecho a una salud reproductiva, con un enfoque de derechos, género y pertinencia cultural, para la prevención de muertes maternas y de embarazos no deseados.
- 4) Fortalecer los programas de salud reproductiva, para que las mujeres conozcan sus derechos humanos a la salud, y que se siga promocionando los programas que se brinda en cada servicio.
- 5) El ministerio de salud debe de priorizar acciones sobre la salud bucal, los servicios de salud no cuentan con equipo, mobiliario, insumos y personal para atender esta problemática, y la población lo necesita.



Anexos

Instrumento No. 1

Guías de entrevistas - Grupos Focales

Conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud por ciclo de vida (incluyendo salud reproductiva y salud mental), departamento de Chimaltenango.

Consentimiento:

El Observatorio de Salud Reproductiva y la Instancia de Salud de las Mujeres, están realizando este estudio para la salud mental, salud reproductiva y salud bucal y las necesidades de las mujeres en el departamento de Chimaltenango.

Por tal razón estamos acá para que nos den su consentimiento para realizarles algunas preguntas y tomar algunas fotografías para fines del estudio que posteriormente se les presentará los resultados.

Ahora hablaremos sobre cómo está nuestra salud mental:

1) Me gustaría que me contara cómo se siente el día de hoy (en este momento) ¿y por qué?

- ✓ Feliz
- ✓ Contenta
- ✓ Triste
- ✓ Enojada
- ✓ Con miedo
- ✓ Relajada
- ✓ Frustrada
- ✓ Ansiosa
- ✓ Con estrés
- ✓ Con ansiedad
- ✓ Deprimida
- ✓ Otro

2) ¿Han perdido algún familiar en estos dos últimos años?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Quién y Por qué?

3) ¿Cuáles son los problemas que han afrontado en los dos últimos años?

- ✓ Salud general
- ✓ Salud psicológica
- ✓ Educación
- ✓ Trabajo
- ✓ Economía
- ✓ Alimentación



- ✓ Ropa
 - ✓ Muertes de familiares
- ¿Por qué?

4) ¿Cuáles son los problemas (mentales, psicológicos y físicos) que están afrontando/pasando las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas?

- ✓ Mentales
- ✓ Psicológicos
- ✓ Físicos
- ✓ Otros

5) ¿En el tema de salud mental, en qué las ha afectado?

6) ¿Qué está pasando con las/los adolescentes y jóvenes en el proceso de clases virtuales?

**7) ¿Por qué creen que ha habido suicidios entre los adolescentes y jóvenes?
¿Cómo podemos ayudar a que no se den?**

8) ¿Han escuchado sobre presión alta o diabetes, y a que se deben, que podemos hacer para evitarlas? ¿Qué otras enfermedades crónicas conocen?

Ahora hablaremos sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud, ciclo de vida y la salud reproductiva.

1. ¿Todas las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas, conocen algo sobre la menarca?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Qué conoce sobre ello, en dónde lo ha escuchado?

2. ¿Actualmente a que edad les viene la menstruación a las mujeres?

- ✓ Desde los 9 años
- ✓ 10 años
- ✓ 11 años
- ✓ 12 años
- ✓ Más de 12 años

3. ¿Las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas, qué es lo que conocen sobre su ciclo menstrual?

4. ¿Cuándo se puede embarazar una mujer?

- ✓ Cuando tiene relaciones sexo genitales
- ✓ Cuando está en su periodo fértil
- ✓ Cuando no está usando un método anticonceptivo



5. ¿Las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas, usan métodos anticonceptivos y/o planificación familiar?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

6. ¿Los métodos anticonceptivos o de planificación familiar están disponibles y accesibles en los servicios de salud más cercano?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

7. ¿Las mujeres embarazadas a quien acuden?

- ✓ Comadrona
- ✓ Servicio de salud
- ✓ Clínica privada

¿Por qué?

8. ¿Las mujeres embarazadas llegan a sus controles prenatales desde qué mes?

- ✓ 1 – 3 meses
- ✓ 4- 6 meses
- ✓ 7- 8 meses
- ✓ Último mes

¿Por qué?

9. ¿Las mujeres se realizan su prueba de IVAA o Papanicolau?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

10. ¿Las niñas de 10 a 14 años se están vacunando contra el VPH, para la prevención del cáncer cervical?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

11. ¿Las adolescentes de 12 a 18 años (solteras) acuden a los servicios de salud?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

Ahora hablaremos sobre la salud bucal

1) ¿Cada cuánto van al médico para revisar sus dientes?

- ✓ Cada año
- ✓ Cada dos años
- ✓ Cada tres años



✓ Nunca

2) **¿A dónde acuden cuando tienen algún problema con los dientes?**

- ✓ Centro de salud
- ✓ Clínica privada
- ✓ Otro:

3) **¿Por qué los niños/as, adolescentes, jóvenes y edad adulta tiene caries y como se pueden prevenir?**

Le dejamos unos minutos si quiere compartir algo más de lo que hablamos o de algo más que esté relacionado con la temática, el tiempo es para usted.

¡Muchas gracias por su atención y participación!

Instrumento No. 2

Guías de entrevista a profundidad

Conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud por ciclo de vida (incluyendo salud reproductiva y salud mental), departamento de Chimaltenango.

Consentimiento:

El Observatorio de Salud Reproductiva y la Instancia de Salud de las Mujeres, están realizando este estudio para la salud mental, salud reproductiva y salud bucal y las necesidades de las mujeres en el departamento de Chimaltenango.

Por tal razón estamos acá para que nos den su consentimiento para realizarles algunas preguntas y tomar algunas fotografías para fines del estudio que posteriormente se les presentará los resultados.

Ahora hablaremos sobre cómo está nuestra salud mental:

9) **Me gustaría que me contara cómo se siente el día de hoy (en este momento) ¿y por qué?**

- ✓ Feliz
- ✓ Contenta
- ✓ Triste
- ✓ Enojada
- ✓ Con miedo
- ✓ Relajada
- ✓ Frustrada



- ✓ Ansiosa
- ✓ Con estrés
- ✓ Con ansiedad
- ✓ Deprimida
- ✓ Otro

10) ¿Cree usted que las mujeres perdieron algún familiar en estos dos últimos años?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿En qué proceso estarán ahora y cómo poder apoyarles?

11) ¿Cuál cree que son los problemas que están afrontado las mujeres en los dos últimos años?

- ✓ Salud general
- ✓ Salud psicológica
- ✓ Educación
- ✓ Trabajo
- ✓ Economía
- ✓ Alimentación
- ✓ Ropa
- ✓ Muertes de familiares

¿Por qué?

12) ¿Cuáles son los problemas (mentales, psicológicos y físicos) que están afrontando/pasando las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas en Chimaltenango?

- ✓ Mentales
- ✓ Psicológicos
- ✓ Físicos
- ✓ Otros

13) ¿En el tema de Salud mental en qué lo ha afectado?

14) ¿Qué está pasando con las/los adolescentes y jóvenes en el proceso de clases virtuales/o encierro en las casas?

15) ¿Creé que ha habido suicidios entre los/las adolescentes y jóvenes? ¿Cómo podemos ayudar a que no se den?

16) ¿Cree que hay problema de la diabetes y cómo podemos prevenirla?

17) ¿Qué otras enfermedades crónicas se dan en Chimaltenango?

Ahora hablaremos sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de las mujeres en el tema de salud, ciclo de vida y la salud reproductiva.



12. ¿Todas las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas, conocerán sobre la menarca? ¿Usted sabe qué es?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Qué conoce sobre ello, en dónde lo ha escuchado?

13. ¿Actualmente a qué edad les viene la menstruación a las mujeres?

- ✓ Desde los 9 años
- ✓ 10 años
- ✓ 11 años
- ✓ 12 años
- ✓ Más de 12 años

¿Por qué?

14. ¿Qué es lo que conocen sobre su ciclo menstrual, las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas?

15. ¿Por qué hay embarazo no deseado?

16. ¿Las mujeres adolescentes, jóvenes y adultas, usan métodos anticonceptivos y/o planificación familiar?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

17. ¿Los métodos anticonceptivos o de planificación familiar está disponibles y accesibles actualmente en los servicios de salud más cercano?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

18. ¿Las mujeres embarazadas a quien acuden?

- ✓ Comadrona
- ✓ Servicio de salud
- ✓ Clínica privada

¿Por qué?

19. ¿Las mujeres embarazadas llegan a sus controles prenatales desde qué mes?

- ✓ 1 – 3 meses
- ✓ 4- 6 meses
- ✓ 7- 8 meses
- ✓ Último mes

¿Por qué?

20. ¿Las mujeres se realizan sus exámenes de IVAA o Papanicolau?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?



21. ¿Las niñas de 10 a 14 años se están vacunando del VPH, para la prevención del cáncer cervical?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

22. ¿Las adolescentes de 12 a 18 años (solteras) acuden a los servicios de salud?

- ✓ Sí
- ✓ No

¿Por qué?

Ahora hablaremos sobre la salud bucal

1) ¿Cada cuándo van al médico para revisar sus dientes?

- ✓ Cada año
- ✓ Cada dos años
- ✓ Cada tres años
- ✓ Nunca

¿Por qué?

2) ¿A dónde acuden cuando tienen algún problema con los dientes?

- ✓ Centro de salud
- ✓ Clínica privada
- ✓ Otro:

¿Por qué?

3) ¿Por qué los niños/as, adolescentes, jóvenes y edad adulta tiene caries y como se pueden prevenir?

Le dejamos unos minutos si quiere compartir algo más de lo que hablamos o de algo más que esté relacionado con la temática, el tiempo es para usted.

¡Muchas gracias por su atención y participación!



Fotografias



Grupo Focal Comalapa





Grupo Focal de Patzun



DMM Chimaltenango