



SAN IGNACIO DE LOYOLA – ESCUELA ISIL

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

Uso de plataformas digitales y educación menstrual en niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana. Año 2022

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE

Bachiller en Comunicación Estratégica

Bachiller en Administración y Dirección de Negocios

PRESENTADO POR:

Calderón Cornejo, Jairo - Administración y Dirección de Negocios

Sanchez Lagomarsino Bonifaz, Alexandra - Comunicación Estratégica

Chavez Yzaguirre, Ashly Patricia - Administración y Dirección de Negocios

ASESOR:

Mg. Albarracin Aparicio, Roxana Alexandra

(ORCID - 0000-0002-6930-3718)

LIMA – PERÚ

2022

ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO

ASESORA:

Mg. Roxana Alexandra Albarracin Aparicio

MIEMBROS DEL JURADO:

Eduardo Haro

Fernando Felipa

DEDICATORIA

Esta investigación se la dedicamos a todas las niñas que aún tienen miedo de hablar de lo que sienten y piensan que están solas pasando por un cambio difícil. Sepan que no somos una, somos muchas.

AGRADECIMIENTOS

A mi mamá por siempre ser mi motivación e inspiración para enfrentar nuevos retos, a mis hermanas que me ayudaron a tener la idea de este proyecto. Por último, a la persona que es mi soporte y acompaña en cada nueva aventura.

Alexandra Sanchez L. Bonifaz

A mis padres, ya que me motivaron para poder persistir y para poder lograr mis objetivos dentro de la carrera. Gracias a su apoyo incondicional pude llegar a esta instancia académica y sé que me seguirán mostrando su afecto más sincero en mi camino de formación profesional.

Jairo Cornejo Calderón

A mis padres por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad, muchos logros se los debo a ustedes entre los que incluye este; a mi familia perruna Candy un beso al cielo y Pochin. Gracias a mi asesora Roxana por la paciencia, motivación constante y el aprendizaje brindado a lo largo de este curso.

Ashly Patricia Chavez Yzaguirre

ÍNDICE TEMÁTICO

ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
ÍNDICE TEMÁTICO	v
ÍNDICE DE TABLAS	vii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xiii
I. INFORMACIÓN GENERAL	18
1.1 Título del Proyecto	18
1.2 Área estratégica de desarrollo prioritario	18
1.3 Actividad económica en la que se aplicaría la investigación	19
1.4 Alcance de la solución	22
II. DESCRIPCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN APLICADA	24
2.1. Planteamiento del problema	24
2.2. Formulación del problema	27
2.2.1 Problema general	27
2.2.2 Problemas específicos	27
2.3. Objetivos de investigación	28
2.3.1 Objetivo general	28
2.3.2 Objetivos específicos	28
2.4. Justificación de la investigación	29
2.4.1. Justificación teórica	29
2.4.2. Justificación metodológica	29
2.4.3. Justificación práctica	29
2.5. Limitaciones de la investigación	30

2.6. Viabilidad de la investigación	31
III. MARCO REFERENCIAL	32
3.1 Antecedentes	32
3.1.1 Antecedentes nacionales	32
3.1.2 Antecedentes internacionales	34
3.2 Marco teórico	37
3.2.1 Uso de plataformas digitales	37
3.2.2 Educación menstrual	48
3.3 Definición de términos básicos	58
IV. SUPUESTOS	60
4.1 Formulación de supuestos principales y derivados	60
4.1.1 Supuesto principal de la investigación	60
4.1.2 Supuestos derivados	60
V. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	62
5.1 Diseño metodológico	62
5.2 Diseño muestral	63
5.3 Población	63
5.4 Muestra	63
5.5 Técnica de recolección de datos	63
5.6 Técnicas estadísticas de procesamiento de la información	64
5.7 Resultados y análisis	64
5.8 Análisis de los supuestos	76
5.8.1 Supuesto principal de la investigación	76
5.8.2 Supuestos derivados	77
VI. DESARROLLO DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN	79
6.1 Alcance esperado	79
6.2 Descripción de la propuesta de innovación	79
6.3 Diagnóstico situacional	82

6.2	Procedimiento para la propuesta de mejora	85
6.2.1	Desarrollo del proyecto de innovación	85
6.3	Presupuesto	91
VII.	CONCLUSIONES	92
VIII.	FUENTES DE INFORMACIÓN	94
IX.	ANEXOS	99

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1 Restricciones de comidas o bebidas	20
Tabla N° 2 Actividades o comportamientos restringidos	21
Tabla N° 3 Presupuesto propuesta de mejora	93

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 ¿Por qué viene la menstruación

18

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo principal demostrar cómo el uso de plataformas digitales influye en la educación menstrual de niñas en Lima Metropolitana, a su vez propone la creación de una página web con un diseño interactivo y educativo donde se logrará crear una comunidad de niñas con el fin de brindarles una educación menstrual que asegure un óptimo desarrollo social y educativo. Se analizan los principales problemas que causan el desconocimiento sobre el ciclo menstrual en las niñas, y se pone en marcha la creación de la plataforma.

El tipo de investigación es aplicada en todas sus etapas para así desarrollar una solución a la problemática de manera consistente. Se realizará el enfoque cualitativo, donde se entrevistará digitalmente a 5 niñas de Lima Metropolitana con edades de 10 a 12 años con previo permiso de sus padres para tener un diálogo directo y tener datos confiables. Se recopila, analiza y evalúa información brindada sobre el uso de plataformas digitales y conocimiento del ciclo menstrual para fomentar el buen desarrollo de las niñas en la etapa de la adolescencia y reconocemos la importancia de que las niñas estén bien informadas, le den buen uso al internet, ya que esta problemática conlleva al refuerzo de estereotipos, mitos y tabúes alrededor del ciclo menstrual. Por otro lado, se logra identificar las necesidades de aprendizaje de las niñas para que estas se puedan cubrir en contenido y forma, desarrollando un producto digital didáctico, interactivo y con la motivación necesaria para generar interés en ellas.

Los resultados obtenidos de acuerdo con las entrevistas realizadas con el enfoque en los dos temas de la investigación a las niñas de 10 y 12 años fueron los siguientes:

Las plataformas digitales influyen en la educación menstrual de las niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana. Como se observa en los resultados de las entrevistas, la tecnología se ha convertido en una aliada de las niñas a partir de la pandemia, la cual logró acercarlas a los dispositivos digitales y a las plataformas educativas y sociales. Estas se han convertido en un espacio tanto de entretenimiento como de educación abriendo camino a que la educación menstrual pueda encontrar un lugar a través de los canales digitales, formatos y dinámicas de enseñanza, motivación e interlocutores correctos para poder llegar al público adecuado rompiendo la barrera que existe actualmente entre las niñas y la educación menstrual en el colegio y en casa. Las plataformas digitales son la herramienta necesaria para la educación menstrual. Debido a la falta de una currícula escolar adecuada en los colegios y los mitos y tabúes que se transmiten en el hogar, es necesario poder tener un punto de encuentro cercano y conocido para las niñas, esto encontrando las plataformas adecuadas, los formatos dinámicos, los interlocutores correctos y, sobre todo, convirtiéndolas en dueñas de su propia historia.

En las tecnologías de la educación virtual podemos encontrar la solución a la falta de guía, apoyo, acompañamiento y sobre todo lograr generar una comunidad que brinde a las niñas el soporte necesario para poder conocer mejor sus cuerpos y los

Uso de plataformas digitales y educación menstrual en niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana.



cambios que atraviesan durante el ciclo menstrual y así lograr tomar mejores decisiones a través del autoconocimiento.

Palabras Clave: Internet, Uso de plataforma digital, Educación menstrual, Educación virtual, Ciclo menstrual, Menstruación.

ABSTRACT

The main objective of this research is to demonstrate how the use of digital platforms influences the menstrual education of girls in Metropolitan Lima, in turn it proposes the creation of a web page with an interactive and educational design where it will be possible to create a community of girls with in order to provide them with a menstrual education that ensures optimal social and educational development. The main problems that cause ignorance about the menstrual cycle in girls are analyzed, and the creation of the platform is launched.

The type of research is applied in all its stages in order to develop a solution to the problem in a consistent manner. The qualitative approach will be carried out, where 5 girls from Metropolitan Lima aged 10 to 12 years will be digitally interviewed with prior permission from their parents to have a direct dialogue and have reliable data. Information provided on the use of digital platforms and knowledge of the menstrual cycle is collected, analyzed and evaluated to promote the proper development of girls in the adolescent stage and we recognize the importance of girls being well informed, making good use of the internet , since this problem leads to the reinforcement of stereotypes, myths and taboos around the menstrual cycle. On the other hand, it is possible to identify the learning needs of the girls so that they can be covered in content and form, developing a didactic, interactive digital product with the necessary motivation to generate interest in them.

The results obtained according to the interviews carried out with the focus on the two topics of the investigation to the girls of 10 and 12 years were the following:

Digital platforms influence the menstrual education of girls from 10 to 12 years of age in Metropolitan Lima. As can be seen in the results of the interviews, technology has become an ally of girls since the pandemic, which has brought them closer to digital devices and educational and social platforms. These have become a space for both entertainment and education, paving the way for menstrual education to find a place through digital channels, formats and teaching dynamics, motivation and correct interlocutors in order to reach the right audience, breaking down the barrier that currently exists between girls and menstrual education at school and at home. Digital platforms are the necessary tool for menstrual education. Due to the lack of an adequate curriculum in schools and the myths and taboos that are transmitted at home, it is necessary to be able to have a close and well-known meeting point for girls, this by finding the appropriate platforms, dynamic formats, interlocutors correct and above all, making them owners of their own history.

In the technologies of virtual education we can find the solution to the lack of guidance, support, accompaniment and above all to generate a community that provides girls with the necessary support to be able to better understand their bodies and the changes they go through during the menstrual cycle. and thus manage to make better decisions through self-knowledge.

Uso de plataformas digitales y educación menstrual en niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana.



Keywords: Internet, Use of digital platform, Menstrual education, Virtual education, Menstrual cycle, Menstruation.

INTRODUCCIÓN

La siguiente investigación es del área social debido a que se busca investigar sobre la educación menstrual, en niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana durante el año 2022, es importante darle las herramientas necesarias a las niñas para que conozcan mejor sobre el proceso que atraviesan física y emocionalmente durante el ciclo menstrual. Por ello, se considera importante tener información verídica respecto al tema para romper con los estereotipos, mitos y tabúes existentes culturalmente sobre el ciclo menstrual, además de brindar una educación menstrual de manera didáctica y con motivación a través de recompensas para que las niñas puedan vivir una mejor experiencia sobre su ciclo menstrual gracias a la plataforma digital que se propone como solución, logrando generar un impacto positivo en el desarrollo social y educativo de las niñas.

Si bien es cierto en los últimos 2 años a consecuencia de la pandemia del Covid-19 las personas cambiaron su estilo de vida, los niños estudiando virtualmente en casa tuvieron que aprender hacer uso de plataformas digitales en sus días cotidianos. Cabe resaltar que ante ello los padres de familia han tenido que estar pendientes del buen uso de estas herramientas digitales.

En esta investigación se identifica que el conocimiento es poder, y que mejor que comenzar con el conocimiento de uno mismo para poder relacionarse con el entorno, además se identificó que las plataformas digitales son una herramienta importante y necesaria para la educación menstrual en las niñas en la etapa escolar.

Lo que nos lleva a recopilar información sobre cuáles serían las actividades de entretenimiento virtual que fomenten que las niñas tengan interés en aprender sobre la educación menstrual en plataforma digital didáctica. También, esta investigación ayudará a identificar las creencias , mitos y tabúes principales de los niñas para que puedan ser desmentidos y puedan vivir una etapa plena en la adolescencia cuidando su autoestima, salud mental y física.

La importancia de este estudio radica en que la reproducción de los mitos y tabúes sobre el ciclo menstrual y menstruación se acaben, para que así las niñas cuenten con todas las herramientas para vivir este proceso biológico de manera plena y sin enfoques negativos.

I. INFORMACIÓN GENERAL

1.1 Título del Proyecto

Uso de plataformas digitales y educación menstrual en niñas de 10 a 12 años de Lima del Año 2022.

1.2 Área estratégica de desarrollo prioritario

El presente trabajo se basa en la línea de investigación de comunicación en organizaciones y cambios sociales teniendo como objetivo analizar las problemáticas que surgen en el contexto de la menstruación en niñas de 10 a 14 años con el objetivo de crear una solución en las plataformas digitales a la falta de educación menstrual en los colegios, logrando brindar información y conocimiento sobre el ciclo menstrual que ayudará a las niñas y adolescentes a superar los mitos y contextos desfavorables que existen alrededor de la menstruación.

También se trabajará sobre la línea de investigación de análisis de procesos, identificación de problemas, captura de métricas, para modelar y mejorar resultados determinando los flujos adecuados de trabajo dentro de los colegios que ayudarán a solucionar el problema de la falta de educación menstrual a través de la plataforma digital y realizar los ajustes necesarios según la evaluación de resultados que se obtengan por parte del uso que le den las niñas y adolescentes a la plataforma digital para lograr una adecuada educación menstrual.

1.3 Actividad económica en la que se aplicaría la investigación

El desarrollo de esta investigación es del área social debido a que busca investigar sobre la educación menstrual como herramienta de empoderamiento femenino en niñas de primer y segundo año de secundaria a través de plataformas digitales que les brinden aprendizajes para vivir el ciclo menstrual como un proceso natural dejando de lado los prejuicios sociales sobre el cuerpo y los roles de género.

Las adolescentes en el Perú tienen un conocimiento básico sobre la menstruación, el 21% la toma como una situación general que sucede en todas las mujeres, otro 21% hace una interpretación propia de la información recibida y 21% cree que el cuerpo bota sangre mala para purificarse.

Figura 1

¿Por qué viene la menstruación?



Fuente: IEP, UNICEF (Marzo 2020) Adolescentes mujeres de 10 a 17 de las ciudades de Loreto, Ucayali, Huancavelica y Lima.

El 80% de las encuestadas afirma conocer restricciones alimenticias que van desde evitar comidas o bebidas frías y cítricas hasta comida picante, gaseosas y dulces, siendo estos mitos sobre la menstruación un riesgo que podría evitar la ingesta de nutrientes.

Tabla N°1

Restricciones de comidas o bebidas relacionadas a la menstruación

Comidas y bebidas restringidas	Regiones				Total
	Lima	Huancavelica	Loreto	Ucayali	
Comidas o bebidas cítricas	9	19	19	14	60
Comidas o bebidas frías o heladas	11	6	23	19	59
Comidas picantes o ají	1	1	7	5	14
Gaseosas	2	4	1	1	7
Dulces	1	1	5	0	6
Otros*	4	2	3	2	11
No presenta restricciones	1	4	1	9	14
No sabe, no le han dicho	1	3	2	1	6
No hay respuesta	1	1	1	0	3

Fuente: IEP, UNICEF (Marzo 2020) adolescentes mujeres de 10 a 17 de las ciudades de Loreto, Ucayali, Huancavelica y Lima

El 89% de las adolescentes declaró que existían actividades que no realizaban durante el periodo porque afectaría a su bienestar durante el ciclo menstrual o de manera permanente. Estas actividades son cargar peso o hacer esfuerzos fuertes, tener contacto con agua fría, bañarse y tener contacto con espíritus o animales que puedan hacer daño o embarazarse. Esto limita sus hábitos de higiene y crea mitos sobre el embarazo.

Tabla N°2

Actividades o comportamientos restringidos durante el periodo menstrual

Actividades y comportamientos restringidos	Regiones				Total
	Lima	Huancavelica	Loreto	Ucayali	
Cargar peso o hacer esfuerzos fuertes	5	9	13	16	43
Entrar en contacto con agua fría o enfriarse	2	20	7	7	35
Entrar en contacto con animales o espíritus que te hagan daño o te embaracen	0	0	19	14	33
Entrar en contacto con hombres por temor a embarazo	3	10	8	7	28
Bañarse en general	9	4	1	3	17
Hacer ejercicio o movimientos bruscos para evitar manchado	3	7	5	2	16
Bañarse en río o piscina por temor a mancharse	1	1	7	4	12
No entrar en contacto con plantas porque las puede matar/secar	0	0	4	0	4
Otros*	2	3	8	2	15
No tiene restricciones	3	1	0	1	2
No sabe, no le han dicho	2	2	1	0	4
No hay respuesta	1	1	0	0	2

Fuente: IEP, UNICEF (Marzo 2020) Adolescentes mujeres de 10 a 17 de las ciudades de Loreto, Ucayali, Huancavelica y Lima

La educación menstrual busca darle prioridad al cuidado de la salud física y mental a través del conocimiento del propio ciclo y cómo este afecta a cada persona. También tiene como objetivo dar a conocer a las adolescentes sobre el ausentismo escolar alejándose de la vergüenza social que existe en torno al tema, dándoles herramientas que las ayuden a reconocer los estereotipos y tabúes evitando que se alejen de las aulas durante el periodo menstrual, ya que, en muchos países en vía de desarrollo, las escuelas no apoyan a las adolescentes ni a las maestras en la gestión digna de la higiene menstrual alejándolas de la escuela (García-Bullé,

2021, sección Edu News). El hecho de comprender las experiencias del ciclo menstrual de las personas menstruantes es importante debido a las implicaciones para la salud tanto sexual como reproductiva (Hawkey et al., 2020). Por otro lado, ayuda a que las adolescentes puedan identificar a tiempo enfermedades y signos de alarma durante su menstruación para poder acudir a tiempo a tratamientos de salud. Brinda información sobre los distintos productos de higiene femenina y cómo lograr una menstruación eco sostenible y la importancia de integrar este tema con la educación sexual, pero sobre todo darles las herramientas para alcanzar una menstruación digna.

1.4 Alcance de la solución

En esta investigación se ha elegido la población de niñas de 10 a 12 años residentes en la ciudad de Lima Metropolitana, ya que en ese rango de edad se presenta la menarquía, la primera menstruación, para lo cual es importante que las niñas tengan la información sobre el ciclo menstrual previo a este suceso. El lugar en el que se aplicará la solución inicialmente será Lima Metropolitana, buscando impactar a las niñas en etapa escolar. El estudio se realizará durante el primer semestre del 2022.

II. DESCRIPCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN APLICADA

2.1. Planteamiento del problema

Según Builes y Carmona (2022) en su investigación realizada en Medellín, las personas menstruantes crecen sin conocer sobre el proceso fisiológico que viven durante el ciclo menstrual, la información que conocen es la que les proporcionan en casa. Y esta generalmente se basa en mitos religiosos, culturales y sociales. Por otro lado, hay una limitada información científica que se centra sólo en los aspectos biológicos dejando de lado las experiencias corporales y problemáticas sociales. Esto impacta de manera negativa en el bienestar integral de las personas con útero y genera dificultades para autoconocerse, influyendo en su desarrollo social y educativo, aumentando las brechas de género.

Por otro lado, en si bien se cuenta con políticas y programas que promueven los derechos de las mujeres al acceso de la salud y educación, las acciones que realizan sobre la educación menstrual tiene un enfoque biológico y no se incluyen las experiencias vividas por las personas menstruantes, aparte de esto son programas educativos que se dan de manera tardía, ya que según los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional, estas acciones educativas se imparten en estudiantes de octavo y noveno grado escolar, es decir cuando la mayoría de adolescentes ya ha tenido su primera menstruación. (Builes y Carmona, 2022)

En una investigación de Unicef realizada en México, se encontró que el 43% de niñas y adolescentes encuestados prefieren quedarse en casa que ir al colegio en los días que tienen el periodo menstrual. Por lo que, en este contexto se incrementa

el ausentismo escolar y se llega a interrumpir el aprendizaje de las personas menstruantes. Otros datos importantes del estudio es que sólo el 5% de los niños y adolescentes tiene conocimientos precisos sobre la menstruación, lo que los limita a entender los retos que enfrentan las niñas y adolescentes durante su periodo y sólo un 5% de los padres hablan con sus hijas de menstruación. Esto demuestra la falta de conocimiento que tiene la población menstruante ante un proceso biológico natural que en la actualidad afecta al desarrollo de su vida cotidiana. (Unicef, 2019)

Según la OMS la población menstruante en edad reproductiva presenta un alto riesgo de presentar deficiencia de hierro por lo que uno de sus 17 objetivos de desarrollo sostenible en salud y bienestar es reducir un 50% los índices de anemia en este grupo específico. Las estimaciones de la OMS afirman que el 30% de mujeres en el mundo tienen anemia y el 50% deficiencia de hierro, teniendo como causa principal el sangrado menstrual abundante, muchas mujeres al no conocer sobre su ciclo menstrual desconocen tener un sangrado menstrual abundante por lo que en consecuencia desconocen tener anemia, que trae consecuencias en la salud de las mujeres gestantes y en los niños. (Iron Academy Perú, 2019)

En un análisis realizado en Argentina para la revista Estudios Feministas de la Universidad Nacional de Córdoba, Córdoba, Argentina, se concluye que la menstruación no sólo es un fluido corporal, sino un fenómeno histórico-social colonial que tiene tres enfoques. Uno de ellos es el político y público, desde el cual no se tiene en cuenta la importancia de implementar políticas públicas para lograr

una distribución equitativa, adquisición gratuita y gestión de información de las tecnologías menstruales que se tienen hoy en día. Como segundo enfoque se encuentra el del conocimiento, desde el cuál la manera de informarse sobre el sangrado menstrual es el biomédico, sin darle importancia a los otros aspectos importantes como el social. Por último, se menciona el enfoque de género, desde el que se relaciona a la menstruación estrictamente al aspecto femenino, pasando tras generaciones la visión de que la menstruación convierte a las niñas en mujeres ante los ojos de la sociedad. Estos discursos deben ser debatidos y buscar nuevas formas de poder ser solucionados para lograr que las personas menstruales tengan un mayor desarrollo. (Calafell, 2020)

En un informe realizado en Perú se identificaron 4 problemas que viven las personas menstruales en etapa escolar alrededor de la menstruación que son, la falta de conocimiento, los mitos y vergüenza, hostigamiento por parte de los compañeros de clase y la falta de servicios higiénicos adecuados en los colegios. (Ames & Yon, 2020)

El enfoque de educación no sólo se centra en la menarquia y su relación con la reproducción sexual en algunos países de Latinoamérica, sino también en Perú, según indica Ingar (2016):

“La educación menstrual en la escuela pública y privada peruana tiene una aproximación más bien clínica y mecánica que incluye la educación biológica sobre el sistema reproductivo femenino y cómo éste “opera” cuando ocurre la menstruación. No se concibe el ciclo menstrual como influyente en las

vidas de las mujeres (por ejemplo, que cada fase influye en sus emociones) ni se enfatiza el carácter positivo de la menstruación, y menos aún “sagrado” como en otros sistemas culturales. Además, en la educación escolar que se da sobre la menstruación se presenta solo la visión/ explicación (bio)médica, mas no la fenomenológica acerca de la experiencia subjetiva (pero igual corporeizada) de la menstruación. Por ejemplo, cómo se siente estar menstruando físicamente desde el propio cuerpo.” (p.111).

El desconocimiento sobre la menstruación en el Perú afecta directamente al desarrollo de las personas a nivel educativo por el ausentismo escolar, al desarrollo social debido a los tabús y vergüenza que existe sobre el ciclo menstrual, al bienestar integral, ya que esta falta de información recae en la detección tardía de enfermedades como cáncer uterino, quistes ováricos, endometriosis, entre otras.

2.2. Formulación del problema

2.2.1 Problema general

¿De qué manera el uso de plataformas digitales influye en la educación menstrual de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?

2.2.2 Problemas específicos

¿De qué manera el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en el autoconocimiento de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?

¿De qué manera el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en el desarrollo social de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?

¿De qué manera el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en el desarrollo educativo de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?

2.3. Objetivos de investigación

2.3.1 Objetivo general

Demostrar cómo el uso de plataformas digitales influye en la educación menstrual de alumnas de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.

2.3.2 Objetivos específicos

Demostrar cómo el uso de plataformas digitales para educación menstrual influye en el autoconocimiento de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.

Demostrar cómo el uso de plataformas digitales para educación menstrual influye en el desarrollo social de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.

Demostrar cómo el uso de plataformas digitales para educación menstrual influye en el desarrollo educativo de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.

2.4. Justificación de la investigación

2.4.1. Justificación teórica

En este presente trabajo se justifica teóricamente porque se analizaron conceptos de las plataformas digitales dirigidas a la educación en colegios de Lima Metropolitana y de esta manera brindará el sustento teórico para la investigación que se desarrolla, complementándose con una solución aplicada.

2.4.2. Justificación metodológica

Se cuenta con una justificación de tipo metodológica pues se aplicará el método científico en todas sus etapas y así desarrollar una investigación consistente y que permita fortalecer la creación del conocimiento científico.

Se realizará en un enfoque cualitativo, se recopilan datos mediante 5 entrevistas previo a un permiso de sus padres a las niñas de 10 a 12 años residentes de Lima Metropolitana. Además, con ayuda de la técnica de entrevista analizaremos los datos requeridos para esta investigación.

2.1.4.3 Justificación práctica

Finalmente se cuenta con una justificación de tipo práctica pues se brindará una solución aplicada al problema de investigación que permita brindar apoyo a las jóvenes que desconocen sobre la salud menstrual.

Este estudio tendrá como aporte las estrategias que se realizan a través de entrevistas realizadas a niñas de 10 a 12 años residentes de la ciudad de Lima, 2022 para la mejora de la educación menstrual.

Cabe resaltar, que mediante la aplicación de estas estrategias pueden generar posteriormente un impacto positivo de la plataforma, ya que tenemos en cuenta en base a los datos recopilados no ser invasivos en la información de la educación menstrual.

2.5. Limitaciones de la investigación

La presente investigación cuenta con limitaciones como, por ejemplo, el acceso a la muestra de investigación pues al tratarse de menores de edad, debemos solicitar el permiso correspondiente a sus padres. Otra limitación es el acceso al centro educativo, ya que se debe contar con un permiso para poder hacer el uso de sus instalaciones de informática para así enseñar con nuestra plataforma digital a las alumnas de secundaria. Finalmente se cuenta con una limitación teórica pues no existen investigaciones previas que combinen sus varias de investigación.

Cabe señalar que estos problemas fueron solucionados oportunamente y no afectaron al desarrollo del trabajo de investigación, ya que, en coordinación con los involucrados como la institución y los padres de familia, hubo buena comunicación y coordinación respectivamente. Sobre la limitación teórica se pudo recabar información valiosa de libros e investigaciones para el desarrollo de nuestra investigación.

2.6. Viabilidad de la investigación

Contamos con personas capacitadas para la ejecución del proyecto en temas como sondeo, comunicación y publicidad, ya que quienes realizamos la investigación nos complementamos con nuestras carreras.

Utilizamos medios informativos de internet para recopilar datos sobre el tema de investigación.

Contamos con disponibilidad en recurso de Hardware y Software y lenguajes para la programación y realización de la página web.

Contamos con recursos propios como un buen equipo de trabajo, recursos para la operación como servicio de información.

Contamos con apoyo del sector al cual brindaremos información y conocimiento logrando así participación y aceptación, ya que es un tema muy importante, pero con poca exposición.

Nuestra investigación no causará nada negativo, al contrario, nuestra finalidad es poder empoderar a la mujer en un futuro y ampliar sus conocimientos.

III. MARCO REFERENCIAL

3.1 Antecedentes

3.1.1 Antecedentes nacionales

Ingar (2016) en su investigación “Cuerpos femeninos, agencia femenina en salud reproductiva y lo político de la reproducción en el Perú: un análisis cultural comparativo de las experiencias corporizadas menstruales entre mujeres rurales de una comunidad andina en Cusco y mujeres limeñas de clase media” realizada para la Pontificia Universidad Católica del Perú, utiliza un diseño metodológico comparativo transcultural teniendo como objetivo visibilizar la experiencia femenina sobre los procesos reproductivos y menstruales en el contexto político y sociocultural peruano. En sus hallazgos desde lo político hay una falta de exposición de información fuera del enfoque biomédico y de reproducción sexual, alejando a las mujeres del autoconocimiento, por lo que existe una necesidad de información y educación con una mirada positiva sobre el cuerpo femenino y sus procesos menstruales para empoderar a las mujeres peruanas.

Arellano (2020) en su investigación titulada Diseño de juego de mesa educativo sobre el ciclo menstrual para mejorar el ambiente y confianza, respeto y libre de estigmas entre los estudiantes del quinto grado de primaria de un colegio privado en la ciudad de Ica, perteneciente a la Universidad San Ignacio de Loyola tiene como objetivo evidenciar la falta de conocimiento sobre el ciclo menstrual que le da espacio al refuerzo de mitos y estereotipos de género ofreciendo como solución un juego de mesa educativo que enseñe sobre el ciclo menstrual de manera didáctica.

La metodología fue cualitativa realizando encuestas y entrevistas a estudiantes, padres y profesores del 5to grado de primaria, también entrevistas a especialistas como educadores del área de sexualidad y ginecólogas obstetras, obteniendo un resultado positivo en torno que la educación de manera lúdica es la solución para eliminar los estereotipos y mitos alrededor del ciclo menstrual.

Ames & Yon (2020) en su investigación Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar del Instituto de Estudios Peruanos, informe que utilizó la metodología cualitativa realizando entrevistas semiestructuradas a niñas, adolescentes escolares, mujeres y personas relacionadas al ámbito de la salud y educación, identificó 4 problemas principales relacionados a los retos que enfrentan las niñas en torno a los días de menstruación: falta de conocimiento sobre el ciclo menstrual, vergüenza y tabú, burlas por el lado de sus compañeros de clase y servicios higiénicos que no cubren las necesidades básicas, siendo inadecuados para la higiene y comodidad de las niñas. También revela que el 95% de niñas y adolescentes durante los primeros días de sangrado sienten temor, quieren pasar desapercibidas, se retraen ante sus compañeros y por consecuencia hay ausentismo escolar. Cerca de la mitad de las encuestadas no sabía de dónde provenía la sangre menstrual y tampoco el motivo por el cual sucede este acontecimiento.

Lopez, Blumen y García (2021) en su investigación “Minitachers”: programa gamificado para el desarrollo de la motivación en la educación primaria a través de las TIC realizada para la Universidad de Granada de España y la Universidad Pontificia Universidad Católica del Perú, utilizando un diseño cuasiexperimental con

dos grupos no equivalentes, un grupo control sin intervención “en lista de espera” y un grupo experimental expuesto al programa de actividades, realizaron pruebas de una plataforma gamificada para el curso de inglés en 59 alumnos de 10 a 11 años del colegio San Felipe en Lima. Los resultados de este piloto dirigido a la muestra fueron positivos, encontrando que el uso de las plataformas digitales contribuye a la implicación académica de los alumnos, motiva en el proceso de aprendizaje y contribuye en la motivación. Dentro de los hallazgos se observa que en este tipo de programas es importante la formación de los profesores e involucrar a la familia en un modelo de aprendizaje escuela-casa.

3.1.2 Antecedentes internacionales

Kohen y Meinardi (2016) en su investigación Problematizando las enseñanzas sobre la menstruación en la escuela: lo disimulado, lo negativo, lo silenciado para la revista Bio-grafía, escritos sobre la Biología y su enseñanza de Argentina, afirman que lo enseñado en los colegios sobre el ciclo menstrual no tiene la información necesaria para poder educar sobre un proceso lleno de complejidades como el ciclo menstrual, que la manera en la que se trata el tema como punto dentro del plan de educación sexual resuelve el tema de manera general, lo que no permite eliminar los mitos y el enfoque negativo que existe sobre la menstruación convirtiéndolo en un proceso que debe ser disimulado, escondido y silenciado.

Por esto, se considera que es necesario preguntarnos cuál es la mejor manera de dar una educación menstrual en la etapa escolar para superar los mitos, la mirada negativa y la asociación única que tiene con la reproducción.

Aparicio (2019) en su investigación El uso educativo de las Tecnologías Información y la Comunicación realizado para la Revista interamericana de investigación, educación y pedagogía, utilizó la metodología cualitativa realizando un cuestionario a estudiantes y profesores de una institución educativa del Municipio de Chía, Colombia. Según las respuestas de los estudiantes, las TIC como herramientas educativas optimizan los procesos de aprendizaje a través de la motivación y ayudan a profundizar, repasar y comprobar lo aprendido en las aulas, perfeccionando el aprendizaje de manera ágil y fácil.

Bejarano (2021) en su investigación Educación menstrual como herramienta de participación ciudadana para la construcción de paz: un trabajo de acción-intervención en el barrio Villas de la Capilla en El Codito para la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá, que tiene como objetivo identificar el nivel de conocimiento y las construcciones sociales y culturales de las mujeres relacionado a la menstruación para identificar los elementos centrales en un proceso de educación menstrual usando la metodología acción-intervención en ciencias sociales de tipo descriptivo analítico, de carácter cualitativo, obteniendo como conclusión que es necesaria una reconstrucción sobre el discurso negativo que tiene el ciclo menstrual, con una propuesta que dé una connotación positiva y natural creando un nuevo espacio de sanación y reconexión con el cuerpo, teniendo la oportunidad de dejar a un lado aquellos estigmas sociales formados.

Builes y Carmona (2022) en su investigación Pedagogía menstrual para la resignificación del ciclo menstrual y la menstruación como propuesta de un

programa de promoción y prevención basado en aprendizaje experiencial realizado para la Universidad CES de Medellín utilizó una metodología cualitativa con el objetivo de diseñar una estrategia de promoción sobre la pedagogía menstrual aprendiendo a través de las experiencias en estudiantes de cuarto al onceavo grado de una institución educativa en Medellín. Como resultado encontraron que las políticas públicas no son suficientes para tener un impacto positivo en la salud de las personas menstruantes y en su relación con el entorno, implementar una estrategia de educación menstrual permitirá el empoderamiento de futuras generaciones mejorando su calidad de vida las decisiones sobre su salud y derechos sexuales reproductivos.

3.2 Marco teórico

3.2.1 Uso de plataformas digitales

Internet

“La utilización de Internet como recurso cotidiano se ha convertido en un elemento característico de la era digital. Acciones tan comunes en la actualidad como comprar, viajar, trabajar, aprender o charlar son objeto de continuas novedades en la red” (Álvarez, Muñoz y González, 2022, p.2). De acuerdo con lo ya mencionado por los autores se concluye que el internet es un recurso sumamente importante para realizar toda actividad que requieras hacer. Sin embargo, hay un miedo constante por la falta de privacidad, ya que otorgas tus datos personales en muchas ocasiones para distintas herramientas tecnológicas como: plataformas, apps, registros. Se entiende que el uso de estas tecnologías es indispensable.

“La educación en línea está llegando cada vez a sectores más amplios de la población situados en regiones desligadas tradicionalmente del avance tecnológico, gracias a los dispositivos móviles y a las redes sociales” (Flores y García, 2022, p.2). Según esta afirmación podemos decir que la educación se ha incrementado favorablemente a distintas regiones a raíz de la pandemia, se reinventó el uso del internet para beneficio de alumnos y docentes entregando material e información que se asimile o que sea de la misma calidad que de forma física. Otorgándoles conocimientos de formación que les permita desarrollarse correctamente teniendo limitaciones físicas y de tiempo.

“La educación virtual es un medio de instrucción que tiene como principal particularidad la agilidad e interconexión, donde los protagonistas son los docentes y estudiantes” (Ortega, Quispe, Navarro y Tello 2022, p.7). Según los autores vemos que el internet ha sido determinante para la educación virtual por lo que se generó con mucha presencia entre docentes y alumnos la agilidad e interconexión a información académica. Se señala que por la OMS se inició una nueva orden de educación social teniendo un gran impacto significativo en la educación de la humanidad en diferentes sectores, logrando en especial llevar educación a millones de niños, adolescentes y jóvenes.

Acceso a Internet

“La necesidad de los Estados por acompañar a los avances tecnológicos ha sido evidente a tal punto de tornarse impostergable. Se han logrado adaptar ciertas normativas y se ha considerado a la innovación como un aliado del desarrollo

humano” (Bekerman y Rondanini 2021, p.1). Según Bekerman y Rondanini el acceso a internet es esencial para el ejercicio de derechos humanos como son la educación, el trabajo, la libertad de expresión y de pensamiento. Teniendo esto en cuenta vemos que es un derecho fundamental como humano para el desarrollo académico y que debe asociarse a través del tiempo para la mejora.

Yubero, Larrañaga, Navarro y Elche (2018), detallar que:

Mediante estudios familiares previos muestran resultados dispares en relación con la efectividad de la mediación parental en el uso de Internet. Se identifica la influencia de los padres sobre el empleo de la red que llevan a cabo los hijos. Participaron en el estudio 938 familias con hijos entre 12 y 17 años. El análisis de regresión destaca la importancia del modelaje de los padres. Se logró destacar que la acción de los padres sobre el empleo de Internet de los hijos está mediada por el empleo que ellos mismos realizan de Internet. Se hace un mayor énfasis en la necesidad de que los padres se impliquen en los procesos de socialización sobre el uso de Internet. (p.1)

Según estos autores el acceso a internet es de gran impacto en los humanos y determina su asociación con otros dando de ejemplo la necesidad de que los padres se impliquen en los procesos de desarrollo intelectual, donde destacan que los adolescentes de estas edades son aptos y vulnerables a la información en base a una red. Creando esta asociación les permite comunicarse mejor, la socialización y sobre todo la colaboración al percibir distintos puntos de vista con el acceso a internet.

Uso del internet

Álvarez y Pulido (2022) indican que:

La utilización de Internet como recurso cotidiano se ha convertido en un elemento característico de la era digital. Acciones tan comunes en la actualidad como comprar, viajar, trabajar, aprender o charlar son objeto de continuas novedades en la red. También cambios como la televisión o la imprenta dieron lugar a una verdadera revolución de la comunicación. Sin embargo, ninguno de estos precedentes es comparable a la transformación radical de nuestra sociedad digital. (p.128)

Dada la información de estos autores se concluye que, para obtener una educación con la mayor proyección posible de acuerdo a las orientaciones de cada joven, se necesita intensidad en las prácticas por medio del apoyo de internet de las instituciones educativas, ya que por la frecuencia de su uso se hace más amena y práctica la evolución académica teniendo en cuenta los medios de comunicación como gran aliado como las redes sociales como Facebook e Instagram.

Ramón, Edel y Figueroa (2021), indican que las competencias docentes para el uso de internet:

Tiene como objetivo caracterizar las competencias de los docentes para el uso pedagógico de internet en las telesecundarias del municipio de Veracruz, en México. Se aborda desde un enfoque cualitativo, a través de un estudio de caso múltiple, de alcance descriptivo, con elementos de corte etnográfico y hermenéutico. Se realizaron entrevistas a profundidad con 5

docentes, seleccionados con la técnica no probabilística intencional. Los hallazgos obtenidos con el método de análisis del discurso, muestran evidencia de que los docentes incorporan internet en sus estrategias didácticas, contemplando cómo la práctica más común, la proyección de videos en YouTube para reforzar los contenidos del programa; sin embargo, consideran que su empleo pedagógico les demanda el desarrollo de destrezas docentes asociadas con la disposición, planeación de actividades, actualización permanente sobre herramientas digitales y conocer el marco jurídico para su incorporación en el aula. (p.1)

Según los autores se afirma que para crear una mejor estrategia de enseñanza se necesita reforzar el material por medio de los docentes capacitando en todo momento para el uso de las herramientas que les permita hacer sus clases didácticas considerando que la proyección de videos o material participativo de forma permanente permita que los estudiantes adquieran estas enseñanzas de manera progresiva creando una sociedad.

Así mismo, Garzozzi, Solórzano, Sáenz et al (2020) señalan que:

Ante la aparición del Covid-19, la disminución del contacto humano se hace imprescindible, por lo que se debe cambiar la estrategia, pero a la vez mantener la relación enseñanza-aprendizaje con miras a que no decaiga la educación. En vista del rápido avance del virus a nivel mundial y por la declaratoria de aislamiento en muchos países de manera generalizada, aparece como alternativa viable y de rápida implementación para las

instituciones de la educación virtual. Dicha educación virtual que si bien es cierto ha venido desarrollándose en los últimos tiempos, va a tener que ser sometida a mucho análisis con mayor urgencia en vista de la presente situación. Mediante un análisis de contenido exploratorio en donde se identifican las ventajas y desventajas que se presentan en torno a la relación enseñanza-aprendizaje en la educación virtual desarrollado en los conocidos entornos virtuales de aprendizaje, procurando resaltar factores positivos y negativos de su aplicación. Así mismo, mostrar algunas de las nuevas formas de hacer academia que se van presentando y se presentarán de acuerdo a las necesidades de la educación virtual. Finalmente, recomendaciones referentes a las nuevas tendencias cambiantes del entorno virtual de aprendizaje hacia la nueva era de la educación virtual.

(p.1)

Viendo la afirmación de los autores se concluye que en base una buena investigación se puede mantener una buena relación en cuanto a la enseñanza-aprendizaje de forma progresiva a futuro para la educación. En muchas instituciones educativas se ha venido realizando la educación virtual. Sin embargo, no se debe de dejar de innovar en todo sector por lo que la tecnología nunca deja de reinventarse, finalmente resaltamos la aplicación positiva de esta, ya que en la actualidad se viene satisfaciendo cada necesidad educativa mediante la educación virtual llegando a tener resultados muy satisfactorios.

Plataformas digitales

Graván, Sánchez Gutiérrez et al (2022) indican que:

Sabemos que nuestros pequeños asumen con total normalidad la presencia de las tecnologías en la sociedad, conviven con ellas y las adoptan sin dificultad en su vida y uso cotidiano. Es por ello que estas primeras edades brindan una oportunidad para sentar las bases de una educación inclusiva mediante el uso de las tecnologías. Trabajar desde edades tempranas la alfabetización tecnológica para crear un mundo inclusivo es fundamental y necesario. Los continuos avances tecnológicos y los nuevos lenguajes requieren destrezas y habilidades básicas que permitan a todas las personas ser partícipes de esta sociedad. Las tecnologías son sinónimo de oportunidades sociales, políticas y económicas. Trabajar desde la Educación Infantil formulando retos complejos donde las actuaciones sean estimables, ecológicas y sociales es no sólo esencial, sino también nuestra responsabilidad. (p.17)

Se concluye que de acuerdo con la información de los autores las plataformas digitales nos proporcionan muchas salidas en cuanto a transmitir una información, ya que se presentan de forma sencilla e intuitiva que nos permite potenciar nuestras habilidades tanto en la educación como en la sociedad.

Tello (2022) señala qué:

Mediante publicaciones especializadas divulgadas entre los años 2020 y 2021 se responde a la pregunta ¿Cómo impactó la pandemia del Covid-19 en los procesos educativos de estudiantes con discapacidad en el nivel de básica primaria? La metodología se basó en la búsqueda de investigaciones publicadas entre el 2020 y el 2021 en las bases de datos Scopus y Taylor

and Francis, donde se encontraron dificultades en la atención a los estudiantes con discapacidad, caracterizadas por la poca cantidad de docentes especializados en el acompañamiento de esta población y la carencia de recursos accesibles adaptados a las estrategias de formación a distancia. Esto sumado a la falta de formación de los padres, madres y cuidadores tanto para el desarrollo de procesos pedagógicos en casa, como para la comprensión de las actividades y el uso de las plataformas digitales.

(p.1)

Se concluye que la situación ocasionada por la pandemia Covid-19 visibilizó algunas de las inequidades relacionadas con la atención pedagógica de los estudiantes con discapacidad; sin embargo, las estrategias desarrolladas a lo largo del cierre de las escuelas ofrecen posibilidades para mejorar las metodologías de atención presencial y plantear estrategias eficaces mediadas por recursos digitales.

Blanco (2021) indica que:

La actual crisis sanitaria mundial está provocando un impacto decisivo en el proceso educativo de los estudiantes de todas las edades, ha constatado la necesidad de renovar y ampliar los contextos en los que estos aprenden. Este trabajo pretende dar respuesta a estos cambios por medio del análisis de una experiencia didáctica con alumnado de Educación Secundaria a través de una plataforma web educativa llamada Google Classroom que permite una interconexión directa con multitud de recursos TIC. En este sentido, se busca conocer y reflexionar sobre las posibilidades formativas

que ofrece esta nueva herramienta desde la perspectiva de las ecologías de aprendizaje. Los resultados ponen de manifiesto cómo los nuevos contextos digitales enriquecen el proceso de enseñanza-aprendizaje de los participantes y, al mismo tiempo, contribuyen a incrementar el grado de impacto en su desarrollo formativo. (p.2)

Según Blanco se concluye que la educación precisa de más experiencias pedagógicas de esta naturaleza para actualizar los procesos formativos de los estudiantes que en simultáneo nos ayude a comprender cómo éstos aprenden en la era digital para orientarlos más adecuadamente.

Educación virtual

Bejumea (2001) indica que:

La educación tecnológica es reconocida como parte de las nuevas reformas educativas de cada país, la cual se intenta desarrollar desde la edad de preescolar hasta Media General Técnica, sosteniendo un modelo de pensamiento que relaciona el “ser” con el “hacer”, para que los estudiantes posean una formación integral que facilite las herramientas para la comprensión del medio artificial, y logren habilidades, destrezas y aptitudes donde se perfeccione el razonamiento, la creatividad, organización y planificación (p.41)

Por esto, se puede afirmar que la educación virtual es indispensable para el desarrollo de los estudiantes en su vida escolar, para que en el futuro se sientan preparados con las habilidades que formaron durante dicho tiempo.

Por otro lado, Hurtado (2020) afirma lo siguiente:

La nueva era ha cambiado la noción que se posee sobre educación, ya que esta deja de poseer un modelo de enseñanza-aprendizaje clasificado, en donde no existe la línea imaginaria de espacio y tiempo; además, hace uso de nuevas herramientas educativas, como la tecnología, que propicia el acceso a la información in situ, pero que a su vez debe usarse de manera consciente, haciendo uso de la razón, el pensamiento crítico y la comunicación como una ventaja. (p.47)

Según el texto se puede afirmar que promover el uso de la tecnología cambiará el estilo de vida de los niños en todos sus ámbitos ya sea en la escuela como en la vida cotidiana.

Relacionado al tema, “En la educación, se pretende transmitir el conocimiento, formar la personalidad e integrar socialmente a las nuevas generaciones. La enseñanza es el proceso de transmisión de los contenidos curriculares en el ámbito escolar”. (Doncel, 2012, p.22). Con esto se concluye que, sin una buena enseñanza, no se integrarán las nuevas generaciones en la sociedad como deberían ser empoderadas y su crecimiento no será el adecuado porque no tendrán identidad definida, ya que no tuvieron una buena base en la escuela.

Plataformas digitales y menstruación

Echevarría 2000 asegura:

La nueva modalidad virtual en educación, el educador no sólo debe ser capaz de aplicar las tecnologías al servicio de la educación, sino también, debe tener las habilidades al igual que destrezas para diseñar nuevos escenarios educativos donde los estudiantes puedan aprender a moverse y poder participar en el espacio telemático. (p.2)

Para la nueva modalidad virtual los docentes deben estar en constante capacitación para poder brindar educación de calidad en la modalidad virtual a sus alumnos.

“Las expectativas en el uso de las TIC para mejorar el proceso formativo son muy elevadas y la realidad se ha quedado muy corta” (Coll, 2008, p.17). Por esta razón, los alumnos no han podido tener un aprendizaje correcto, ya que no hubo tiempo por el tema de la pandemia perfeccionar el uso y capacitar a los docentes, considero que con el tiempo irá mejorando y quizá sobrepase las expectativas.

“La educación no cambia al mundo: cambia a las personas que van a cambiar el mundo” (Freire, 1997, p.60). Frente al último acontecimiento del COVID 19, los educadores tuvieron que buscar la alternativa de la tecnología para estar frente a los alumnos, tuvieron que adaptarse al cambio e implementar la plataforma digital y una enseñanza didáctica para captar atención y aprendizaje de los escolares.

Korol (2016) menciona lo siguiente sobre la pedagogía:

La pedagogía feminista recupera de la educación popular datos centrales como el lugar del cuerpo en el proceso educativo, la dimensión lúdica, la educación por el arte, el psicodrama, el teatro de los y las oprimidas, la danza, el canto, y el diálogo desde diversas perspectivas ideológicas emancipatorias (marxismos, ecofeminismos, teología feminista, feminismos, etc.). (p.23)

Según Korol los acontecimientos como el de “ni una menos”, fue una iniciativa para transformar la educación sexual y menstrual dándole una perspectiva de identidad y cultura a niñas para empoderarse desde pequeñas y sepan sus derechos y cuidado de su salud sexual Integral.

3.2.2 Educación menstrual

Educación menstrual

“La pedagogía menstrual y la búsqueda de otra perspectiva educativa para enseñar e informar sobre el ciclo menstrual y todo lo que este implica, viene a cumplir un rol muy importante en el desarrollo de la mujer y la relación que ésta tendrá posteriormente con su cuerpo”. (María, 2018, p.28). Según esta definición, los tiempos han cambiado hoy en la actualidad, aprender sobre la sexualidad o la menstruación se puede aprender más sencillamente, con todos los avances tecnológicos que se tiene a la mano, en cambio antiguamente podía resultar un mito, o pecado referirse a estos temas.

“La educación acerca de la menstruación es fundamental para ayudarles a gestionar el período de forma higiénica, con confianza y dignidad “(Albuquerque, 2017, p.24). Según esta definición, el ciclo menstrual puede sufrir alteraciones en algunos casos, claro es vital la higiene, ya que nuestro cuerpo por naturaleza está expulsando todo lo contaminado en el periodo de la menstruación.

“La educación sexual para las mujeres promueve que el enfoque sea orientado hacia los cuidados de la menstruación, ya que la educación sexual fortalecerá los aspectos físicos y emocionales de su transición de niña a mujer” (Sánchez, 2013, p.25). Esto sustenta que es importante que desde la niñez, las mujeres tengan una buena educación sexual, ya que durante el crecimiento el cuerpo experimenta cambios físicos y hormonales.

Autoconocimiento

“El autoconocimiento es la capacidad para dirigir la atención hacia uno mismo y tomar conciencia de diferentes aspectos de la identidad, así como de nuestras emociones, pensamientos y conductas” (Chernicof y Rodríguez, 2018, p.1). Por esto, se puede afirmar que cada persona es dueña de su propio cuerpo, mente y estado emocional, lo que permite auto comprender los procesos tanto físicos, psicológicos, emocionales y sexuales que uno mismo atraviesa.

Chernicof y Rodríguez (2018) mencionan lo siguiente sobre las consecuencias de la falta de autoconocimiento:

Cuando no conocemos nuestras aspiraciones y metas, fortalezas y limitaciones, emociones, motivaciones y necesidades, desconocemos por qué reaccionamos de una u otra manera. Somos “cual hoja al viento”, como dice la popular Canción mixteca. Como un barco a la deriva somos dirigidos por las corrientes y los vientos de nuestros prejuicios, estereotipos, creencias implícitas, pasiones, deseos, impulsos o respuestas instintivas. A su vez, esto crea complicaciones y limita el desempeño de la docencia. Los maestros y maestras se encaran con jóvenes que atraviesan momentos difíciles en la adolescencia y que cuentan con pocas herramientas para descifrarse a sí mismos, para ayudarse o para pedir ayuda, y para encontrar las respuestas que están buscando sobre el mundo y sobre su propio lugar en él. De ahí la importancia de la educación socioemocional y del autoconocimiento como su base. (p. 2)

Anteriormente se ha mencionado que la relación entre una mujer y su ciclo menstrual está rodeada de mitos y tabúes, según lo que afirma Chernicof y Rodriguez, 2018, el autoconocimiento es clave para poder enfrentar las creencias implícitas, estereotipos y prejuicios, lo que sería una herramienta importante no sólo para que las mujeres puedan conocerse mejor a sí mismas, sino a cuestionar estos mitos y tabúes logrando eliminarlos y poder tener un proceso propio de crecimiento más saludable físico y emocionalmente.

Las mujeres aprenden sobre sí mismas a través de las experiencias positivas o negativas que viven según el contexto social en el que se desarrollan y según esas

variables se pueden convertir en experiencias naturales o dolorosas. Los cambios físicos y las etapas de transformación que viven las mujeres generalmente están ligadas al dolor y sufrimiento llegando a convertirse en estigmas sociales, como es el caso de la menstruación. (Arias y Díaz, 2019)

A través de las tradiciones culturales y sociales, mitos, tabúes y desinformación se han atribuido distintas connotaciones a los procesos femeninos generando que las mujeres se alejen del conocimiento de su proceso menstrual, ignorando así, información beneficiosa sobre distintos tipos de cuidado natural y sostenible, ya que el grado de información y conocimiento de las mujeres sobre su cuerpo es el nivel de compromiso que adquirirá para mantenerlo sano.

El desconocimiento de las mujeres sobre su propio cuerpo y proceso menstrual se ve reflejado en el miedo que las mujeres tienen de experimentar con su propio cuerpo. Tener un total entendimiento sobre el funcionamiento y rol de cada órgano genital es una de las maneras en la que la mujer logrará un autoconocimiento físico, vinculado a su ciclo menstrual y sus diferentes etapas de vida. Es así como las mujeres podrán alcanzar un real autoconocimiento sobre ellas mismas y sus procesos de cambio y transformación. (Tellez, 2018). Teniendo en cuenta lo que menciona Tellez, podemos decir que el conocimiento de los procesos de transformación del cuerpo y los cambios que este tiene durante el ciclo menstrual es importante para poder dejar el miedo de lado y que las mujeres puedan relacionarse mejor consigo mismas.

Según lo que menciona Chernicof y Rodríguez (2018) sobre el autoconocimiento:

Autoconocerse implica desarrollar la habilidad de dirigir la atención hacia el propio mundo interno y tomar conciencia de sí mismo, entender las emociones, su influencia en la experiencia y la conducta; y expresarlas de forma adecuada al contexto. Se relaciona con las actitudes y creencias del individuo sobre sí mismo, el aprecio por sí mismo y la confianza en su capacidad para lograr metas. El desarrollo del autoconocimiento es progresivo y precisa de la articulación de tres pilares fundamentales: la identidad y las metas, el desarrollo de la atención, y la conciencia de las emociones. (p. 3)

El autoconocimiento a profundidad impacta en el desarrollo personal, permitiendo reconocer habilidades, fortalezas y limitantes para enfrentar el contexto en el que se desarrolle y así poder definir metas. Tener una adecuada guía para este proceso logra asentar la autonomía e identidad de una persona.

Desarrollo social

“El desarrollo social promueve la inclusión social de los pobres y vulnerables empoderando a las personas, creando sociedades cohesivas y resilientes.” (Banco Mundial, 2019, p.1). Según esta definición, el desarrollo social busca disminuir las desigualdades sociales que existen entre las minorías y el promedio de la población.

Según el informe del Índice de Desarrollo Social de la Mujer y el Hombre en las Regiones del Perú - PUCP (2021) se asegura que:

El desarrollo social de los hombres es 25.66% superior al de las mujeres. Hay que considerar que esta brecha a favor de los hombres ha disminuido desde 2019, no por mejoras sino porque se ha caído en las dimensiones evaluadas. El resultado sigue evidenciando que se deben reforzar las acciones para lograr la igualdad tan anhelada, sobre todo en aspectos como la educación, salud, autonomía y oportunidades. (p. 10)

Este estudio evidencia la falta de igualdad entre hombres y mujeres del Perú, marcando como los problemas más fuertes en el grupo femenino la falta de autonomía económica, física y en la toma de decisiones. Según la definición de desarrollo social, para alcanzar inclusión social de las personas vulnerables es importante lograr el empoderamiento de las mismas. En el caso de las mujeres el empoderamiento femenino significa lograr tener absoluta potestad sobre la toma de decisiones en su vida y poder estar más presentes en el ámbito económico, social y político, en general lograr ser partícipe de la vida pública. (Romero, 2020)

Las mujeres al no tener conocimiento sobre su ciclo menstrual, las decisiones que toman alrededor del cuidado de su cuerpo, estado emocional y ámbitos relacionados, son tomadas en base a la desinformación. Por lo que, los mitos y tabúes con los que crecen no permiten que se logre un empoderamiento real y puedan alcanzar a desarrollarse plenamente en el ámbito social. Según Angulo

(2018), el desarrollo social de las niñas y adolescentes se ve afectado por lo siguiente:

El origen y naturaleza de la menstruación ha sido interpretado de muchas formas en diferentes culturas y pueblos a través de la historia, generando en torno a ella una serie de mitos y tabúes, como: no practicar deportes, ni bañarse, ducharse o lavarse la cabeza, no comer determinados alimentos (leche, huevos, limón, frutos ácidos, pescados sin escamas etc.) No tocar las plantas mientras se tiene la menstruación, ya que se considera que en ese momento la mujer está impura, sucia y fea. Estos mitos y tabúes afectan a la mujer a nivel emocional, social y su salud, ya que a partir de ellos se establecieron una serie de creencias y costumbres que han sesgado la forma como percibe la mujer a la menstruación, permitiendo que ésta influya en gran medida en su vida diaria y en su convivencia con los demás individuos. (p. 16)

Es importante tener en cuenta que estos comportamientos alrededor del ciclo menstrual afectan en las relaciones sociales que las mujeres tienen durante su desarrollo, marcando la pauta sobre cómo será su manera de socializar con sus pares y qué tan abiertas serán sobre las situaciones que viven alrededor de su ciclo menstrual. Por otro lado, la falta de educación menstrual las afecta a nivel emocional, generando problemas de conocimiento propio que impide lograr un desarrollo pleno en la sociedad.

Desarrollo educativo

Actualmente en la educación prima la transmisión de conocimientos tomando como punto de inicio que los niños y adolescentes no tienen conocimiento alguno y llegan al colegio a aprender de cero según lo que el profesor tenga que impartir (Angulo, 2018). Según esta afirmación podemos decir que la educación posee un enfoque errado, ya que los niños y adolescentes llegan con un conocimiento previo, ya sea el impartido en casa o adquirido socialmente a través de su desarrollo. Como sucede en el caso del ciclo menstrual, lo que las niñas y adolescentes llegan a aprender viene en primer lugar por la mamá y el contexto social.

En el estudio realizado por Motta, Keogh, Prada, et al (2017) mencionan:

La educación sexual desde un enfoque integral que contempla tanto las dimensiones socioculturales, biológicas y psicológicas como éticas de la sexualidad, así como los enfoques de derechos humanos, género, empoderamiento, igualdad y el reconocimiento de la actividad sexual en la adolescencia. (p.5)

A pesar de esto, en la práctica se observa que no se llega a ejecutar el plan de educación sexual propuesto por el Ministerio de educación en los colegios, lo que aleja a los adolescentes de recibir la información necesaria para aprender sobre lo relacionado a su sexualidad y el sexo.

Adicional a ello, Ingar (2016) indica lo siguiente:

La educación menstrual en la escuela pública y privada peruana tiene una aproximación más bien clínica y mecánica que incluye la educación biológica

sobre el sistema reproductivo femenino y cómo éste “opera” cuando ocurre la menstruación. No se concibe el ciclo menstrual como influyente en las vidas de las mujeres (por ejemplo, que cada fase influye en sus emociones) ni se enfatiza el carácter positivo de la menstruación, y menos aún “sagrado” como en otros sistemas culturales. Además, en la educación escolar que se da sobre la menstruación se presenta solo la visión/ explicación (bio)médica, mas no la fenomenológica acerca de la experiencia subjetiva (pero igual corporeizada) de la menstruación. Por ejemplo, cómo se siente estar menstruando físicamente desde el propio cuerpo. (p.96)

Si bien existe un plan de educación sexual, este no incluye un enfoque más global sobre el ciclo menstrual, no tiene como objetivo lograr dar por entendido a las niñas y adolescentes lo que significa la menstruación a lo largo del ciclo, sólo está enfocado desde un punto de vista físico, lo que no logra generar una experiencia positiva y de experiencia sobre cómo se siente el ciclo menstrual y la menstruación es sí desde el enfoque de las mismas niñas y adolescentes.

Por otro lado, el inicio de la menstruación en las niñas y adolescentes durante la etapa escolar ha significado un problema de ausencia en las aulas, ya que las concepciones equivocadas han provocado falta de comodidad en ellas y se cohiben con sus compañeros y profesores. Otro problema sobre esto es la falta de instalaciones adecuadas en los colegios, como la falta de papel higiénico y agua en los baños. Esto genera consecuencias negativas en su proceso de aprendizaje y afectando así el desarrollo de sus habilidades para un futuro (Angulo, 2018) Con lo mencionado anteriormente se puede concluir que las niñas y adolescentes tienen

una desventaja en el desarrollo educativo no sólo por la falta de información holística sobre el ciclo menstrual, sino que llega a afectar su desempeño por la ausencia a clases a consecuencia de los conocimientos desinformados previos sobre la menstruación.

Es importante lograr que los colegios y las organizaciones autónomas de la salud sumen esfuerzos para lograr impartir una educación menstrual y de sexualidad femenina enfocada desde una experiencia positiva y empoderadora a las niñas que es un derecho fundamental para lograr el desarrollo pleno en la educación de esta parte de la población. (Ingar,2016) Los aliados para lograr generar un cambio en el desarrollo educativo de las niñas y adolescentes son los colegios, el Ministerio de Educación y las organizaciones autónomas que pueden prestar apoyo en la experiencia del tema.

Por último, Lopez & Pena (2020), concluyen que:

El presente estudio persigue encontrar evidencias que permitan aplicar un programa de enriquecimiento en línea, orientado a potenciar la motivación y la implicación académica del alumnado con altas capacidades intelectuales (AACC). (p.1)

Si como sociedad se busca el desarrollo educativo equitativo entre hombres y mujeres, es necesario contar con espacios y herramientas que brinden información sobre el ciclo menstrual a las niñas y adolescentes para lograr eliminar los mitos y tabúes alrededor de la menstruación y así tener mujeres que conozcan sobre su

cuerpo, tomando mejores decisiones y así tener oportunidades que permitan su desarrollo.

3.3 Definición de términos básicos

Plataformas digitales: son espacios dentro de internet que nos permite realizar la ejecución de programas o aplicaciones para satisfacer nuestras distintas necesidades.

Mitos: son narraciones que expresan ideas o creencias a través del tiempo que se generan por la misma gente de una comunidad, esta puede alterar verdades, cualidades de personas o de una cosa que les da un valor adicional a la realidad.

Tabúes: son prohibiciones sobreentendida dentro de una sociedad que pueden ser morales, religiosas o tradicionales y que consigo pueda traer rechazo social o un castigo tras ejecutar una violación.

Ciclo menstrual: es el proceso de cambios hormonales que va desde el primer día de la menstruación hasta el primer día del siguiente, puede durar entre 21 y 30 días, depende del organismo de cada persona menstruante.

Menstruación: conocido también como periodo. Es el momento del ciclo menstrual en el que se produce el proceso de sangrado vaginal en las personas con útero. Todos los meses el útero se prepara para un embarazo, al no ocurrir la fecundación del óvulo, el tejido que cubre el útero se desprende ocasionando el sangrado.

Uso de plataformas digitales y educación menstrual en niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana.



Educación sexual: proceso de enseñanza y aprendizaje acerca de la sexualidad humana durante las distintas etapas de vida. Promueve la salud, bienestar y dignidad sobre la salud sexual y reproductiva.

IV. SUPUESTOS

4.1 Formulación de supuestos principales y derivados

4.1.1 Supuesto principal de la investigación

Las plataformas digitales influyen en la educación menstrual de las niñas en etapa de desarrollo de 10 a 12 años.

4.1.2 Supuestos derivados

- Los mitos y estereotipos de género relacionados al ciclo menstrual son reforzados por la falta de educación menstrual.
- Las plataformas digitales son la herramienta necesaria para la educación menstrual.
- La educación menstrual empodera a las niñas de etapa escolar.

Se cuentan con dos temas de investigación:

Plataformas digitales

Las plataformas digitales son aquellas herramientas tecnológicas que permiten la interacción con los usuarios de internet y cuentan con tres subtemas:

- Internet
- Uso de internet
- Plataformas
- Educación virtual

Educación menstrual

La educación menstrual es la información compartida sobre el proceso biológico causado por el ciclo menstrual y también desde la perspectiva de compartir las experiencias de las niñas y adolescentes y cuenta los siguientes subtemas:

- Ciclo menstrual
- Educación menstrual
- Autoconocimiento
- Desarrollo social
- Desarrollo educativo

V. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 Diseño metodológico

Tipo

La presente investigación es de tipo aplicada, pues busca crear una solución a la falta de educación menstrual en las niñas de 10 a 12 años de Lima, Perú. Esto a través de la implementación de una plataforma digital que brinde información completa sobre el ciclo menstrual, logrando que conozcan más sobre su cuerpo y así, empoderarlas con el objetivo que alcancen un desarrollo social y educativo más equitativo.

Enfoque

El enfoque que se usará en esta investigación es el cualitativo, ya que se realizarán entrevistas para conocer la relación de las niñas con las plataformas digitales y su experiencia sobre la educación menstrual que han recibido.

Diseño

En esta investigación se utilizará un diseño exploratorio, no experimental, pues no se presentará una participación activa y no se realizará una intervención en el proceso, por lo que sólo se observará el material que será basado en información teórica y se trabajará sobre una muestra de estudio que tendrá especificaciones sobre la población.

Nivel

El nivel trabajado en la presente investigación es un estudio de caso y se verificará la información referente al tema.

5.2 Diseño muestral

Para este estudio la muestra está conformada por niñas de 10 a 12 años que residen en la ciudad de Lima Metropolitana.

5.3 Población

En esta investigación se ha elegido la población de niñas de 10 a 12 años residentes en la ciudad de Lima, ya que en ese rango de edad se presenta la menarquía, la primera menstruación, para lo cual es importante que las niñas tengan la información sobre el ciclo menstrual previo a este suceso.

5.4 Muestra

La muestra contó con 5 niñas de 10 a 12 años que se encuentran en el distrito de Lima, lo cual nos servirá para poder analizar las estrategias en implementación de la educación menstrual en plataformas digitales con sus efectos de aprendizaje y autoconocimiento.

5.5 Técnica de recolección de datos

La técnica empleada es la entrevista y la observación, donde aplicamos la entrevista digital para mantener un diálogo directo con las niñas y tener datos

confiables de cómo llevan el tema de la educación menstrual en la actualidad por medio de las plataformas digitales en los diferentes aspectos de su vida tanto como hogar, y escuela.

5.6 Técnicas estadísticas de procesamiento de la información

Se aplicará la herramienta de recopilación de información de las entrevistas para obtener datos precisos que serán de apoyo para la determinación de las estrategias que utilizaremos para llegar a las niñas por medio de la plataforma digital.

5.7 Resultados y análisis

De acuerdo con las entrevistas realizadas con el enfoque en los dos temas relevantes para esta investigación a las niñas de 10 y 12 años, se obtuvieron los siguientes resultados.

Plataformas digitales

El objetivo en esta primera sección de entrevistas es poder conocer cuáles son las experiencias de las niñas con las TIC, sus hábitos de uso e identificar qué aprendizajes han tenido en las clases virtuales. Como primer hallazgo, se observa que el cambio de clases presenciales a virtuales durante la pandemia dio un contexto positivo para las niñas y su relación con las tecnologías de educación, debido a que empujó a que se acerquen a la tecnología, ya que antes de este contexto no estaban acostumbradas a usarla. Esto generó un impacto positivo en los hábitos de las niñas que ahora se apoyan más en las plataformas digitales para

poder informarse tanto para hacer tareas, como para temas de interés ajenos a los temas de colegio.

Sin embargo, las niñas encuentran ciertos procesos de las plataformas digitales y educacionales negativos, porque no les gusta el interfaz o no son de su interés las formas en que presentan los temas de educativos, añadido a esto falta un seguimiento a las alumnas que van cambiando constantemente su manera de pensar por influencias o tendencias que observan en las redes sociales o internet, donde también optan por buscar información esquivo al material que les otorgan en el colegio de manera digital o física, por medios como Zoom o la plataforma digital utilizada por el colegio.

Entrevistada 1: “Antes yo no sabía para nada usar las computadoras, con las clases virtuales aprendí poco a poco... Me gustó estar en las clases porque tenía profesores que se hacían entender perfectamente. Yo soy media olvidadiza y podía revisar mis tareas, en cambio en clases presenciales tenía que escribir y escribir”. En el caso de la entrevistada 1 al principio no se sentía cómoda con esta modalidad de enseñanza, ya que no sabía usar las plataformas digitales por las que tomaba las clases, pero con el tiempo aprendió y disfrutó de sus clases virtuales. Con lo que menciona sobre las clases de algunos profesores, cabe resaltar que es importante que se genere una dinámica de enseñanza en la que el alumno pueda mantener la atención e interés. También destaca la practicidad de las plataformas virtuales para poder realizar tareas y no olvidar pendientes que realizar.

Entrevistada 2: “Fue un cambio bien fuerte para mí, porque yo no sabía usar la tecnología. Entonces a través de mis clases aprendí cómo mandar mis tareas por el chatroom, conectarme a Zoom o a Meet y editar videos. Y la verdad, para mí, fue muy bueno porque ahora ya sé utilizar la tecnología. Me ha servido porque he aprendido nuevas cosas”. Lo que más rescató la entrevistada 2 sobre el aprendizaje obtenido por la implementación de la educación virtual, fue aprender nuevas cosas, como crear salas de reuniones y edición de videos para algunas tareas, esto la ayudó a desarrollar nuevas habilidades que ahora pone en práctica para sus tareas, a pesar de haber vuelto a las clases presenciales.

Antes de la pandemia las niñas no tenían la urgencia de acercarse y hacer uso de la tecnología, como cuando tuvieron que pasar a la experiencia de clases virtuales. Si bien las clases presenciales se han retomado, los aprendizajes han quedado y los toman como referencia para poder realizar otras actividades educativas en el contexto de la nueva normalidad dejando de lado la barrera que antes existía.

Por otro lado, a pesar de los beneficios que dejó el uso de las plataformas digitales en la educación a consecuencia del contexto Covid-19, las niñas comentaron que todavía existen oportunidades de mejora.

Entrevistada 1: “El problema era que muchos apagaban sus cámaras y en vez de prestar atención a la clase hacían otras cosas. Si yo pudiera mejorar algo, sería que los profesores prendan sus cámaras para que así se pueda ver qué hacen”. Con esta respuesta se puede demostrar que es importante que el método de

enseñanza sea didáctico, dinámico y audiovisual, ya que es el formato que mejor se adapta para poder captar el interés de los niños y adolescentes.

En el caso de la entrevistada 3, mencionó: “Al inicio me gustaron las clases virtuales, porque no tenía que hacer ejercicio. Luego las clases eran aburridas porque era difícil prestar atención”. Las clases virtuales le gustaron al inicio por lo novedoso y los beneficios de evitar hacer una actividad que no le gustaba, pero luego se tornan aburridas por lo repetitivo y los cortes de conexión que ocurrían durante la clase. Este es otro caso que demuestra que es importante poder presentar la información y las enseñanzas de manera entretenida y en un lenguaje cercano para el público.

La educación actualmente tiene la necesidad de lograr ser lúdica para evitar perder el interés de los alumnos, ya que en la actualidad compite con distintos estímulos. En el caso de la entrevistada 4 aseguró que: “Era aburrido y difícil concentrarse, apenas empezaba la clase y yo ya tenía ganas de jugar”.

Con lo recolectado sobre la educación virtual queda claro que es necesario que la educación virtual sepa hacer uso correcto de las herramientas digitales, si bien en este caso el resultado se muestra sobre el caso de clases virtuales en vivo, para los cursos ondemand será más difícil poder captar la atención e interés de este público, por lo que es necesario trabajar de la mano de la motivación, aprender a utilizar los formatos e interlocutores adecuados que logren conectar y generar identificación con las niñas y adolescentes.

En el punto de redes sociales, las niñas valoran estos canales porque pueden comunicarse con sus amigos, ver contenido de entretenimiento, seguir a influencers/creadores de contenido de su interés y también poder compartir las actividades que realizan a sus círculos sociales.

Entrevistada 1: “En redes sociales yo uso YouTube y también me gusta mucho usar WhatsApp porque puedo hablar con mis compañeros, también tengo Facebook, pero no lo uso tanto”. Se observa que el contenido audiovisual que ofrece YouTube es atractivo para ser de uso frecuente, también valora poder tener un espacio digital en el que puede comunicarse con sus círculos sociales. Si bien puede tener cuentas en otras redes sociales, sólo utiliza frecuentemente las que son de su agrado.

Por otro lado, la entrevistada 2 comentó: “Me gusta más en Tiktok ver videos que a mí me dan mucha risa y a la vez me identifico con ello y también Instagram donde yo pueda subir mis fotos, dónde salgo con las fotos que estoy con mis familiares”. Con esta declaración, podemos ver que el perfil de la entrevistada 2, busca más contenido audiovisual de duración corta y que la haga pasar un buen rato, aparte de contar algo que se relacione con ella y su entorno. También es más activa en redes sociales, no sólo siendo consumidora de contenido, sino también creadora compartiendo parte de sus experiencias.

La entrevistada 4 comentó: “Ya este año podré tener Instagram cuando cumpla 13”. Esto demuestra que hay un conocimiento de las plataformas existentes y una expectativa por poder formar parte de ellas.

Aparte del uso de entretenimiento que suelen tener las redes sociales, también hay un espacio en el que las utilizan para educarse y mantenerse al día. Como es el caso de la entrevistada 5 que aseguró: “Uso las redes sociales para informarme y educarme casi todos los días menos el sábado y domingo o feriados”. Esto da a entender que los días y momentos libres de tareas, los utiliza para su entretenimiento.

En cuanto a la frecuencia de conexión a internet esto depende de sus horarios de clase y nivel de tareas.

Entrevistada 1: “Ahora en estos tiempos no me estoy conectando mucho en mi teléfono o a los aparatos porque estoy en semana de repaso y exámenes. Tengo que estudiar y si uso mi computadora es para poder investigar algo de mis tareas o aprender. Los fines de semana mayormente sí lo uso, porque a mí me gusta usar mucho los teléfonos”. Algunas de las niñas tienen acceso limitado a sus dispositivos móviles y computadoras, ya que sus padres controlan el uso de estas herramientas según las tareas y horarios que las niñas tengan en el colegio. Por esto se limita el uso de internet para evitar distracciones si tienen responsabilidades que cumplir.

Sin embargo, también hay otros casos que pueden ser más permisivos como la entrevistada 2 que comentó: “Yo lo uso todos los días después de mis tareas, a

partir de las 5pm. O sea, yo lo uso todos los días de la semana porque así me informo de lo que está pasando en el Perú”. Este caso tiene una frecuencia de conexión más alta y no sólo lo utiliza para entretenerse y socializar, sino también para informarse.

Las plataformas digitales en la actualidad están más presentes en la vida cotidiana de las niñas, si bien, en la mayoría de casos de las entrevistadas la pandemia fue el detonante de este acercamiento, los aprendizajes y el apoyo que encontraron en este espacio para educarse y entretenerse ha quedado. También se observa que, si bien el uso de las tecnologías no es tan frecuente como el de un adulto, sí tienen el interés y el espacio de poder interactuar en estas plataformas.

Educación menstrual

El objetivo de esta sección de la entrevista es poder saber si las niñas tienen conocimiento sobre el ciclo menstrual, sus percepciones sobre el tema y si tienen algún interés por conocer más sobre este proceso biológico.

Las 5 niñas entrevistadas afirmaron conocer sobre el ciclo menstrual, pero al preguntarles detalles cómo las etapas del ciclo menstrual o que describan el proceso, ninguna recordaba o tenía claro la información.

Al preguntarle a la entrevistada 1 si conocía sobre el ciclo menstrual contestó: “En realidad yo no, porque todavía no me llega. He escuchado porque a la mayoría de mi colegio ya le ha llegado. En el colegio me lo enseñaron el año pasado, pero no

podría decirle mucho porque ya me olvidé. A mí de vez en cuando mi hermana mayor me habla de eso, porque mi mamá no me habla tanto de eso, pero yo siempre estoy preparada, mi hermana siempre que compra para ella compra para mí unos cuantos por si me llega”. En la afirmación de la entrevistada, se observa que hay una confusión sobre el tema al pensar que saber sobre el ciclo menstrual se relaciona con haber pasado por la primera menstruación, menciona haber escuchado el tema a través de sus amigas y hermana mayor.

Por otro lado, si bien recibió alguna clase sobre el tema no fue lo suficientemente detallado o relevante para que el aprendizaje haya calado en ella. También se observa que existe una urgencia de estar preparada para la llegada de la primera menstruación, pero esta sólo está relacionada a contar con los productos higiénicos necesarios. Todo esto confirma que, tanto en el colegio como en casa, la información compartida sobre este proceso biológico, que está por atravesar, es bastante básica y no cuenta con el detalle suficiente para que pueda lograr tener un entendimiento de los cambios físicos y emocionales que atravesará durante este proceso de crecimiento.

La entrevistada 2 comentó que sí sabía sobre el ciclo menstrual: “Sí, más o menos también sé porque he estado mirando videos acerca de ello. Yo lo he escuchado en mi colegio y en Tiktok a veces hay doctores que explican sobre el ciclo menstrual. En casa mis hermanas me han hablado del tema y me hablan de su ciclo menstrual, en mi caso no me llega todavía, pero ellas me dicen que tengo que estar preparada si me llega puede que llegue con dolor de estómago y que te duela

la cabeza”. En este caso la niña buscó información en los canales digitales y también fue impactada con contenido audiovisual sobre el tema. También existe un sentido de urgencia de estar preparada y está relacionado a los síntomas físicos que se pueden presentar.

Afirmó conocer del tema, pero al preguntarle detalles sobre el ciclo menstrual no supo responder a esto. Por lo que se puede inferir que hay una concepción errada sobre el término del ciclo menstrual, ya que, al no tener mayor información del tema, lo relacionan únicamente con la etapa de la menstruación, sin tener claro que el ciclo presenta distintas etapas.

La entrevistada 3 comentó que sí sabía lo que es el ciclo menstrual, pero al preguntarle por las fases de este ciclo, la entrevistada 3 dijo “¿Hay fases?”. Esto es algo que se observó en la totalidad de las entrevistas. Las niñas creen saber sobre el ciclo menstrual, al saber de la existencia de la menstruación como tal, pero no conocen más allá de eso. Al preguntar por detalles como cuál es el proceso físico y sus efectos tanto biológicos como emocionales no supieron dar respuesta.

Por otro lado, la fuente de información sobre el ciclo menstrual para estas niñas fue muchas veces el colegio, en el caso de la entrevistada 3 comentó: “En clase me enseñaron sobre la pubertad y tocaron el tema de la menstruación y el ciclo menstrual. No comentaron sobre las etapas. Me quedó claro maso menos”. Esta respuesta representa la respuesta de la totalidad de las niñas y se podría concluir que demuestra que la información compartida en el syllabus escolar sobre el

desarrollo de la pubertad y el ciclo menstrual no contiene la información necesaria, por lo que no llega a explayarse en el tema más allá de la menstruación como la primera etapa del ciclo, dejando de lado otro tipo de información relevante para entender este proceso en su totalidad y poder conocer cómo procesarlo, vivirlo y sentirlo.

En dos de las entrevistas anteriores, las niñas comentaron que otra fuente de información sobre el tema fueron sus familiares femeninas cercanas, en ambos casos sus hermanas mayores, que también les contaban centralmente el tema de la menstruación, más no otro tipo de información sobre este proceso. Esto podría deberse a la falta de información que podrían tener las mismas familiares cercanas o la falta de confianza e interés en compartir información al ser un tema tabú en casa.

Al preguntarle a las niñas si se sentían cómodas hablando sobre el ciclo menstrual durante la entrevista, algunas afirmaban que no tenían problema en hablar del tema, ya que es un proceso que todas vivían o vivirían en algún momento. Como en el caso de la entrevistada 2 que aseguró: “A mí no me parece rochoso, porque es algo que todas las personas saben que es algo que nos pasa a las mujeres”. Al momento de realizar esta respuesta su lenguaje no verbal mostraba sonrisas de incomodidad, miradas evasivas y respuestas cortas. Con esto se puede deducir que, si bien son conscientes que el ciclo menstrual es un tema biológico para las mujeres, al no conocer más del tema se sienten intimidadas y demuestra realmente que puede ser un tema tabú que genera incomodidad al hablar de ello.

Dos de las entrevistadas comentaron abiertamente que no se sentían cómodas hablando del tema. En el primer caso, la entrevistada 3 comentó: “No me siento cómoda hablando del tema porque la menstruación es horrible”. Esto demuestra que hay un enfoque negativo ante este proceso, sea por síntomas físicos o por enfoques aprendidos en el colegio o familia. En el segundo caso, la entrevistada 5 dijo: “Me incomodo porque es algo privado”. Al decir que la menstruación es un tema privado, se entiende que no es un tema de conversación natural con las personas que la rodean y debe ser algo que se debe esconder, lo que mantiene al tema como un tabú, y, por lo tanto, podría dejar de consultar las dudas que tenga y situaciones que le sucedan respecto al tema.

Con estas afirmaciones se podría relacionar a lo comentado anteriormente sobre la asociación negativa que existe al pasar por este proceso, al no tener la información relevante sobre cómo funciona su cuerpo, la razón y el enfoque sobre esta experiencia aprendida en casa o colegio, afectan su manera de vivirlo.

El testimonio de la entrevistada 3 sobre su experiencia con la menstruación fue: “En mi caso cuando estoy con la regla lloro mucho, dolor de estómago. También a veces no puedo controlar lo que siento de la nada puedo estar enojada y otra vez estoy triste y a veces ya me estoy riendo como loca”. Se observa que hay una mención sobre la ubicación del dolor o fastidio de los cólicos menstruales, refiriéndose a ellos como dolor de estómago, de los que se puede concluir que no hay un conocimiento real sobre cuáles son los órganos relacionados al ciclo menstrual o una necesidad de evitar mencionarlos. Por otro lado, la niña utiliza el

término “loca” para referirse a sus cambios de estados de ánimo, esto podría ser a causa de la falta de conocimiento sobre los cambios hormonales que está viviendo y que los pueda sentir naturales en lugar de estigmatizarlos y darlos por no comprendidos. Esto ayudaría a que pueda tener un mejor conocimiento y manejo de sus emociones para poder enfrentar las distintas situaciones diarias.

Al momento de preguntarles a las niñas si les gustaría estar más informadas sobre el ciclo menstrual, todas respondieron que sí. En el caso de la entrevistada 1 comentó: “Me gustaría saber del tema para estar un poco más preparada”. En este caso se vuelve a mencionar el tema de la preparación que se debe tener para el momento de la llegada de la primera menstruación. Por otro lado, la entrevistada 2 aseguró: “A mí me gustaría aprender más sobre la menstruación”. afirmando su predisposición a conocer más del tema.

Cuando se revisa el tema sobre la importancia que ellas consideran sobre la educación a las niñas sobre el ciclo menstrual, la entrevistada 3 dijo: “Es importante porque las niñas deben estar preparadas para lo que se viene en la pubertad”. En este caso lo relacionó a que tenía una hermana pequeña que esperaba sepa qué es lo que iba a pasar con su cuerpo una vez llegado el momento de su primera menstruación. También la entrevistada 5 comentó: “Yo creo que es importante que sepan lo que les va a pasar y no se asusten”. En esta declaración se menciona el temor que podría sentir una niña al no saber qué está pasando con su cuerpo llegado el momento de su primera menstruación, lo que refuerza que la educación

menstrual es necesaria para poder evitar malas experiencias a las niñas con sus propios cuerpos.

Estas declaraciones evidencian que hay una falta de información sobre el ciclo menstrual tanto en el colegio como en el hogar, pero sobre todo deja en evidencia que las niñas necesitan contar con guía e información para poder tener una mejor experiencia sobre lo que ocurre con sus cuerpos, alejando el ciclo menstrual y la menstruación de ser un tabú y comenzar a abordar este tema por lo que realmente es un proceso totalmente natural.

5.8 Análisis de los supuestos

5.8.1 Supuesto principal de la investigación

Las plataformas digitales influyen en la educación menstrual de las niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana.

Como se observa en los resultados de las entrevistas, la tecnología se ha convertido en una aliada de las niñas a partir de la pandemia, la cual logró acercarlas a los dispositivos digitales y a las plataformas educativas y sociales. Estas se han convertido en un espacio tanto de entretenimiento como de educación abriendo camino a que la educación menstrual pueda encontrar un lugar a través de los canales digitales, formatos y dinámicas de enseñanza, motivación e interlocutores correctos para poder llegar al público adecuado rompiendo la barrera que existe actualmente entre las niñas y la educación menstrual en el colegio y en casa.

5.8.2 Supuestos derivados

- El tabú y estereotipos de género relacionados al ciclo menstrual son reforzados por la falta de educación menstrual.

En los distintos testimonios de las niñas entrevistadas podemos observar que la menstruación y el ciclo menstrual sigue siendo un tema tabú para las niñas, se siguen reforzando estigmas sobre los cambios de humor y emociones vividas durante el periodo, que es un tema que se debe mantener privado, que es un proceso horrible y que sólo la mamá o familiares femeninos pueden conocer y brindar información del tema. Esta es una cultura de desinformación que se va pasando de generación en generación y pocas acciones se toman para contrarrestar este problema. A través de la educación menstrual se pueden romper mitos sobre todo lo anteriormente comentado, ya que brinda la información certera sobre cada punto del proceso tanto interno y de cultura externa, para que las niñas tengan las herramientas para poder discernir y romper con el tabú y estereotipos.

- Las plataformas digitales son la herramienta necesaria para la educación menstrual.

Como hemos observado las plataformas digitales son las herramientas más cercanas a las niñas para temas de educación fuera del colegio y también de entretenimiento. Debido a la falta de espacio en el colegio y hogar, es necesario poder tener un punto de encuentro cercano y conocido para las

niñas, esto encontrando las plataformas adecuadas, los formatos dinámicos, los interlocutores correctos y sobre todo, convirtiéndolas en dueñas de su propia historia, estas herramientas las podemos encontrar en el mundo digital y en este ambiente también se le puede dar voz y poder a las niñas de contar su historia, formular sus dudas y brindar guía adecuada para convertir a la educación menstrual en una aliada para las niñas en desarrollo.

- La educación menstrual empodera a las niñas de etapa escolar.

Como pudimos observar en los resultados de la investigación, todavía hay mucho camino que recorrer para lograr que las niñas puedan alcanzar a conocer qué es lo que sucede en sus cuerpos, y por lo tanto, manejar mejor lo que opinan de ellas mismas y las decisiones que tomen alrededor de su ciclo menstrual. Así como al inicio las niñas no sabían cómo manejar las TICs y se sentían inseguras, pero una vez que conocieron cómo manejarlas se acostumbraron a ellas y sacaron provecho a esos aprendizajes logrando hacer cosas que no pensaron eran capaces de hacer, es el proceso de empoderamiento que podrán vivir sobre sus propios cuerpos y experiencias, podrán dejar el miedo de lado, de sentir que existen espacios en los que no pueden ser ellas mismas y hablar con libertad de los procesos naturales que viven.

VI. DESARROLLO DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN

6.1 Alcance esperado

Se espera poder alcanzar a la gran mayoría de niñas de las escuelas de Lima Metropolitana, entre 10 y 12 años, que estén en los últimos años de primaria e iniciando la secundaria. Usuarías potenciales para el objetivo de la siguiente investigación que busca demostrar cómo el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en su desarrollo social y educativo. Tenemos como objetivo impactar en el 10% de los 16,798 colegios en Lima Metropolitana durante la primera etapa de lanzamiento.

6.2 Descripción de la propuesta de innovación

La plataforma web versión desktop y móvil “Mi luna, educación menstrual digna” buscará educar a las niñas sobre el ciclo menstrual motivándolas con recompensas según los puntos que acumulen avanzando en el curso y realizando distintas interacciones en la plataforma buscando también crear una comunidad colaborativa a través de un foro.

Información que brindará la plataforma

Información sobre cómo funciona el ciclo menstrual de manera biológica, que efecto tiene el cambio hormonal en los estados de ánimo, tipos de productos de higiene femenina, cómo estos afectan al medio ambiente. Cómo lograr tener una menstruación ecosostenible y cuáles son los derechos menstruales. Tabúes y

mitos sobre la menstruación. Códigos culturales sobre la menstruación y cómo nos afectan. Ciclo menstrual y sexualidad.

Estilo de educación

El contenido de la plataforma se realizará de la mano de expertas en el tema y la información se brindará de manera didáctica con videos ilustrativos presentados por una adolescente que sea cercana y logre conectar con la audiencia, ilustraciones e infografías interactivas. También se presentarán videos narrativos de líderes de opinión y niñas de colegios que compartan sus experiencias.

Para hacer el contenido atractivo se buscarán historias reales de niñas que generen identificación y se reforzarán los mensajes con contenido de influencers y líderes de opinión que generen impacto en el público.

Sistema de beneficios

Luego de ver cada tipo de contenido, saltará un cuestionario que invitará a contestar las unas preguntas sobre lo aprendido. A más preguntas contestadas de manera correcta más puntos acumulados. También se contarán puntos por realizar acciones extra en el foro, contar experiencias, interactuar con otras niñas e invitar a otras niñas a utilizar la plataforma.

Recompensas

Con distintos números de puntos recolectados se podrá canjear descuentos o productos con marcas aliadas de ropa, productos de higiene menstrual, maquillaje, cine y conciertos.

Las niñas con más puntaje participarán en un programa de líderes que les dará charlas y celulares para que se conviertan en líderes de opinión sobre temas relacionados a la equidad de género y educación menstrual. Esto último con la finalidad de apoyar el crecimiento de las agentes de cambio en las comunidades.

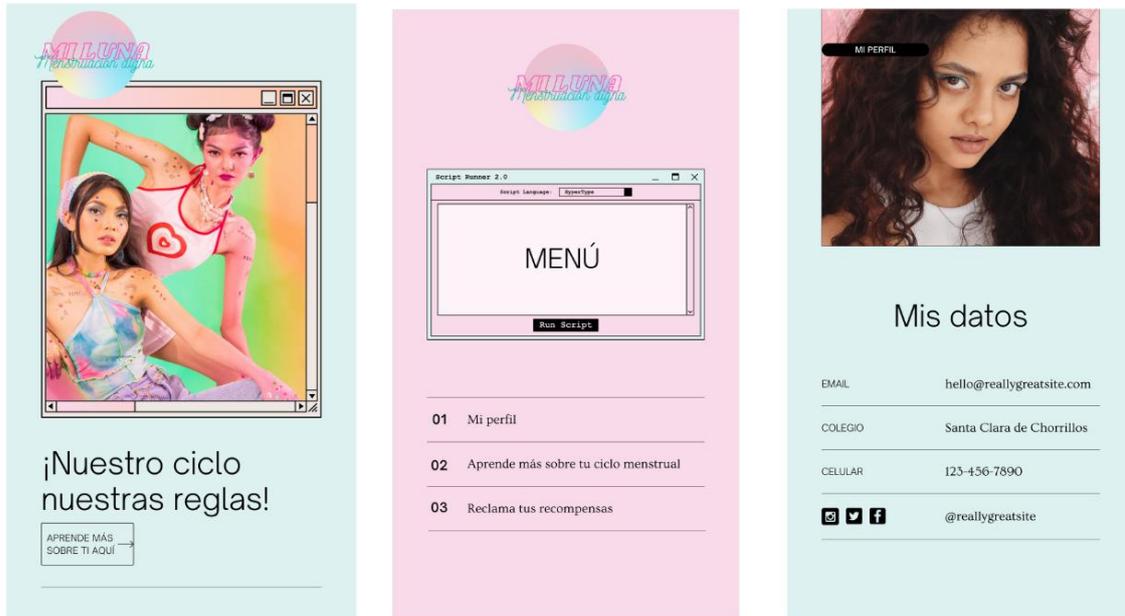
Redes sociales

Esta plataforma web, contará con redes sociales como Facebook, Tiktok, Instagram y YouTube que tendrán el objetivo de brindar alcance y conocimiento sobre la plataforma y beneficios de la plataforma web. También cumplirán un rol importante para brindar conocimiento sobre el ciclo menstrual y se compartirá contenido creado con las líderes del programa de capacitaciones.

Difusión

A través de alianzas con colegios se realizarán distintas acciones, como charlas, para dar a conocer la plataforma e invitar a las niñas a unirse.

Prototipo versión mobile Web



6.3 Diagnóstico situacional

El uso de las plataformas digitales para la educación menstrual se investigó a raíz de la identificación de la falta conocimientos básicos en niñas de 10 a 12 años sobre la menstruación y el ciclo menstrual, dada la situación un grupo conformado por 3 jóvenes empezaron a desarrollar una investigación consistente que permita el desarrollo educativo en las niñas sobre la educación menstrual y el buen uso de las plataformas digitales.

Misión

“Mi Luna, educación menstrual digna” tiene como propósito ser la plataforma más influyente con un aprendizaje en un entorno digital sobre la educación menstrual para las niñas en etapa de desarrollo.

Visión

Nosotros “Mi Luna, educación menstrual digna” queremos lograr que todas las niñas del mundo puedan conocer mejor los procesos de cambio que viven sus cuerpos durante el ciclo menstrual, brindándoles acompañamiento y herramientas para alcanzar un desarrollo social y educativo óptimo a través del uso de las TIC.

Matriz FODA

Fortalezas:

- Fomenta la participación de las niñas mediante el registro, conversaciones en foro y contacto de correo, analizando la data para la mejora continua de nuestra plataforma.
- Conocimiento de las necesidades de información sobre el ciclo menstrual gracias al estudio realizado.
- Generar identificación a través de las experiencias contadas por las propias niñas.
- Contar con la creación de una comunidad que busque apoyar el crecimiento de líderes que generen mayor alcance sobre la educación menstrual.
- Brindar un espacio seguro para el desenvolvimiento y dar seguridad a las niñas.
- Contar con un sistema que motive a las niñas a participar y educarse a través de los beneficios y recompensas.
- Contar con alianzas en los colegios para dar charlas y generar conocimiento sobre “Mi luna”.

Debilidades:

- Nuestra capacidad para actualizar la información educativa menstrual constantemente va cambiando a través de la retroalimentación de las niñas.
- Al dirigirnos a un público menos de edades difícil impactarlas a través de publicidad directa.
- El público principal no tiene poder adquisitivo y es dependiente de sus padres.
- Con este proyecto no se llega a impactar a los niños para generar mayor conocimiento del tema, sino que apunta a un público acotado y directo.
- Si bien se apunta a solucionar un tema educativo, con esta propuesta no se llegan a solucionar temas que afectan a las niñas como, no contar con servicios higiénicos básicos en los colegios para evitar la ausencia escolar durante su periodo o apoyar a eliminar la pobreza menstrual.

Oportunidades:

- El público puede abrirse en el rango de edad, ya que las adolescentes tampoco podrían tener una educación menstrual digna.
- Actualmente no hay una plataforma educativa menstrual con la que las niñas se identifiquen y sean de apoyo entre colegios.
- Los profesores buscan actualizarse, por lo tanto, apoyaran nuestra plataforma para su capacitación en la educación por medio de la plataforma digital.
- Los colegios buscan una herramienta como esta para ayudar a las niñas ausentes durante su periodo.

- Como público secundario se podrían crear campañas de comunicación a madres de niñas informándoles sobre la necesidad de la educación menstrual.
- Crear alianzas con marcas que posean el interés de impactar en un público juvenil.

Amenazas:

- Debido a que es un tema tabú en la sociedad algunos colegios y padres de familia podrían no estar de acuerdo con que sus hijas utilicen la plataforma.
- Filtración y divulgación de información compartida por las niñas en la plataforma.
- La falta de interés por el miedo al tema de educación menstrual.
- Hay algunas niñas que aún no tienen su periodo, por lo que no tienen interés alguno.
- Que las niñas no confíen en la plataforma digital por miedo a que se divulguen sus inquietudes.

6.2 Procedimiento para la propuesta de mejora

6.2.1 Desarrollo del proyecto de innovación

Fase1:

Planificación de contenido

Se dará prioridad a este proceso y será el inicio de nuestra plataforma porque ayudará a una mejor propuesta constante con mucho margen de mejora a futuro,

nos reuniremos los expertos y especialistas en educación menstrual, sexual y pedagogía para decidir qué información para la fomentación de la educación menstrual incluiremos en la plataforma digital, donde se encontraran materiales didácticos, información precisa y detallada de los procesos de uso, charlas en vivo, sección de debates, foro, imágenes didácticas, interfaz intuitivo, aprendizaje y autoaprendizaje, autoconocimiento, etc. Toda información de la plataforma estará correctamente citada, sencilla, clara y atractiva para el entendimiento de las niñas, también se incluirá a las niñas en este proceso para que formen parte de la creación del contenido en algunos puntos y también puedan dar feedback sobre el contenido. Una vez aterrizado el syllabus, se pasará a la etapa de producción del material.

Diseño de plataforma digital

Se convoca una reunión para determinar con qué agencia de diseño se trabajará y que les propondremos para la comunicación óptima en la plataforma como: foro, herramientas de IA para lograr una buena recopilación de data y obtener aprendizajes de mejora, entre otros canales de comunicación que nos ayuden a que el proceso sea fluido. Posteriormente tendremos un prototipo final de la agencia y nosotros decidiremos si haremos algún cambio de mejora o aceptamos su propuesta.

Creación de alianzas con marcas

Con el fin de obtener beneficios atractivos como motivación para incentivar el uso de la plataforma se buscará generar alianzas con marcas de ropa, productos de higiene menstrual, productores de conciertos, restaurantes, cines, etc.

Búsqueda de alianzas con colegios

Creación de alianzas con colegios para realizar charlas y actividades de información sobre la plataforma y los beneficios de contar con una educación menstrual completa.

Recolección de información

Tomamos en cuenta todo tipo de información digital en la educación para apoyarnos, recolectamos y determinamos el uso de las informaciones o bases de plataformas digitales educativas, se usará citas de forma correcta para evitar sanciones o plagios futuros.

Redes sociales

Se crearán las redes sociales más importantes según nuestro criterio, Facebook, Instagram, YouTube y Tiktok, estas aplicaciones actualmente tienen mayor influencia y aceptación al público actual, los motivos de la creación de estas redes sociales son, generar conocimiento sobre la plataforma digital “Mi luna” y también distribuir información y material didáctico mediante fotos o videos sobre educación menstrual.

Fase 2:

Desarrollo plataforma digital

Se convoca una reunión entre accionistas y diseñador web para tomar decisiones sobre el interfaz, teniendo como principal motivo las a utilizar para el funcionamiento y optimización de la plataforma digital, esta debe ser dinámica, sencilla e intuitiva para las niñas. En la plataforma se presentarán los motivos por los que la educación menstrual es importante en el Perú para las niñas, la historia de cómo se conformó la empresa, la misión y la visión de “Mi luna”, la sección educativa y el foro para crear una comunidad.

Se reúnen los accionistas para determinar cuánto importe monetario se necesitará para el proyecto y se dividirán los porcentajes de acciones según su aporte.

Constitución de plataforma digital

Se realizará la reserva de nombre en SUNARP y también se visitará la SUNAT con la documentación necesaria para el registro de la empresa, obteniendo el número de RUC y la clave SOL.

Fase 3:

Lanzamiento de prototipo

Se da a conocer nuestro producto como plataforma digital web, desktop y mobile, se habilitará la información del curso mediante el registro de las niñas, y las funciones de acumulación de puntos mediante el avance del curso y las interacciones en el foro para acceder a los beneficios como descuentos y el programa de liderazgo.

Fase 4:

Implementación de publicidad BTL

Utilizamos este tipo de publicidad BTL para tener una llegada concreta en puntos físicos, como colegios, centros comerciales y eventos para niñas para llegar al público de acuerdo con nuestra previa investigación.

Implementación de publicidad en canales digitales

Se iniciará una campaña en aplicaciones de juegos de aplicativo móvil y redes sociales para dar a conocer nuestro producto digital a través de los canales digitales utilizados por las niñas.

Fase 5:

Resultados

Después del lanzamiento de nuestra plataforma después de los primeros 2 meses analizaremos el número de registros y veremos el porcentaje de finalización del curso, las descargas del material que otorgamos, las interacciones en el foro y con esto se observará el interés y conexión de las niñas, se analizará sus comentarios y debates de manera cualitativa usando todos estos datos como retroalimentación para determinar qué mejoras de forma constante podemos implementar.

Juntas para implementar y reorganizar información para mejoras

Se reunirá a los accionistas con los resultados de los primeros tres meses. Nos apoyaremos en esta información para organizarnos y realizar nuevas entrevistas y pequeñas encuestas para nuevas actualizaciones según sus necesidades.

6.3 Presupuesto y financiación

6.3.1 Presupuesto

Tabla N° 3

Presupuesto propuesto de mejora

ITEM	DESCRIPCIÓN	INVERSIÓN (precio en dólares)
1	Diseño y Desarrollo de Sitio Web	
	CONSULTORIA DE UX/UI (40 horas aprox.)	2500
	DESARROLLO FRONT-END (60 horas aprox.) Desarrollo de la interfaz de usuario usando: HTML-5 , CSS3 , Angular JS , and JavaScript. Desarrollo de contenido gráfico para UI. Contenido Responsive (Adaptable a Móviles, Tablets, etc)	5000
	DESARROLLO BACK-END (240 horas aprox.) Programación del back-end usando Python Diseño e implementación de base de datos MySQL Implementación de CDN: Cloudflare o AWS	8000
	DETALLES ADICIONALES (40 horas aprox.) Instalación y uso de herramientas extra al desarrollo: Salesforce, Zendesk, G-Suite App, entre otros.	750
	QA: (24+ horas aprox.)	750
	Administración: Manejo de la web, capacitación a personal administrativo.	1000
	Total:	\$ 18,000

Condiciones Comerciales

1. Tiempo máximo de desarrollo: 2 a 3 meses.

Fuente: Presupuesto programador y diseñador web independiente

6.3.2 Financiación

Social

Buscaremos una fuente de financiación de capital social para iniciar el desarrollo de la plataforma “Luna, educación menstrual digna” y también se necesitará apoyo externo que se recolectará a través de una plataforma de microfinanciación llamada Goteo que apoya a proyectos que generen un impacto social. Creemos que esta plataforma será de ayuda para la recolección de nuestro capital, ya que tiene un público interesado en apoyar proyectos de impacto social positivo y posee un sistema de transparencia y confianza en su público.

Privada

Nos apoyaremos en el financiamiento del sector privado, que mediante concursos públicos buscan apoyar un desarrollo sostenible en la educación; es el caso del Banco Continental (BBVA) que en alianza con la UNESCO buscan fomentar una educación para el desarrollo sostenible (EDS), a través de la Fundación BBVA, que lanzo aquí en el Perú un concurso llamado “Proyectos educativos innovadores. Promoviendo la educación para el desarrollo sostenible en Perú”. En ese caso, también el concurso está dirigido a docentes individuales o grupo de docentes con sus estudiantes, de instituciones educativas públicas, residentes en Perú; que están siendo agentes de cambio a favor de una educación comprometida con un futuro sostenible, donde será importante encontrar una alianza con una Institución Educativa.

Pública

Postularemos con nuestro proyecto al Fondo Nacional de Desarrollo de la Educación Peruana (FONDEP), que es una institución pública adscrita al Ministerio de Educación, cuya función es promover e impulsar el financiamiento de proyectos de inversión, innovación y desarrollo educativo y que gestiona el conocimiento destinado a mejorar la educación peruana. Para poder ser parte de FONDEP, debemos primero plantear nuestra idea a una Institución Educativa Pública que no tenga los recursos necesarios para afrontar este problema con sus alumnas, y participar de forma conjunta en el Concurso Nacional de Proyectos de Innovación Educativa.

VII. CONCLUSIONES

El presente proyecto tiene como objetivo fomentar y promover la educación menstrual por medio de una plataforma digital entre las niñas de 10 y 12 años de Lima Metropolitana, queremos que ellas opten por este medio digital dándoles información que sea necesaria como apoyo sobre el conocimiento de su ciclo menstrual. Al haber culminado esta investigación se concluye que, a mayor conocimiento de las niñas sobre su ciclo menstrual a través de plataformas digitales como una opción, impactará de manera positiva en el desarrollo social y educativo que tengan, mejorando su experiencia con su ciclo menstrual y autoconocimiento.

Como evidencia de la investigación realizada, se entrevistó a 5 niñas que se manifestaron y dieron a conocer la realidad de la educación menstrual en la actualidad de los colegios y hogares de Lima Metropolitana, donde realmente no conocían su ciclo menstrual, a pesar de tener una intención de conocer más sobre el tema. Por medio de un canal comunicación digital (Zoom) se logró llegar a ellas de forma asertiva, a través de entrevistas y se logró conocer sus necesidades e inquietudes para determinar qué información se podría implementar en nuestra plataforma digital con un plan de mejora a futuro, volviendo a realizar entrevistas o encuestas constantes y seguir en constante plan de mejora a la propuesta de producto digital.

Se identifica que al facilitarle la información dinámica y darle herramientas se logra tocar el tema de manera fluida, observando que hay complicidad entre ellas y buscan apoyarse una a otra que es lo que se busca en nuestra investigación. Es

Uso de plataformas digitales y educación menstrual en niñas de 10 a 12 años de Lima Metropolitana.



importante, ya que al fomentar la educación menstrual se evitan faltas, los tabúes y la desinformación dentro de los colegios y hogares.

VIII. FUENTES DE INFORMACIÓN

Álvarez-Álvarez, C. & Pulido-Álvarez, V. (2022, 1 de junio). ¿Para qué usan Internet los adolescentes? *Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa*, 12, 128.

<https://revistas.um.es/riite/article/view/516131/325341>

Ames, P., & Yon, C., (2020) *Retos e impactos del manejo de la higiene menstrual para las niñas y adolescentes en el contexto escolar*. Instituto de Estudios Peruanos IEP

<https://www.unicef.org/peru/media/7406/file/Retos%20e%20impactos%20del%20manejo%20de%20higiene%20menstrual%20para%20ni%C3%B1as%20y%20adolescentes%20en%20el%20contexto%20escolar.pdf>

f

Aparicio, O. (2019, 22 de mayo) El uso educativo de las TIC. *Revista interamericana de investigación, educación y pedagogía*, 12, 213-226

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=561059355010>

Arellano Avalo, C. L. (2020). *Diseño de juego de mesa educativo sobre el ciclo menstrual para mejorar el ambiente de confianza, respeto y libre de estigmas entre los estudiantes de quinto grado de primaria de un colegio privado de la ciudad de Ica* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola].

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8c0f9f1f-c34c-4772-8917-8f619a09ed68/content>

Arias, B. & Díaz, K. (2019), *Autoconocimiento de la mujer a través del ciclo menstrual: Uso de la copa menstrual*. [Trabajo de integración curricular de pregrado, Universidad San Francisco de Quito].
<https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/8853/1/144739.pdf>

Bejarano Barrera, C. (2021) *Educación menstrual como herramienta de participación ciudadana para la construcción de paz: un trabajo de acción-intervención en el barrio Villas de la Capilla en El Codito*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá].
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/58805/TG%20-%20Bejarano%20Carolina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bekerman, U. & Rondanini, A. (2020, 14 de abril). Acceso a internet: El acceso a Internet como garantía del derecho a la educación. *Diario DPI*, 58, 1.
<https://deliverypdf.ssrn.com/delivery.php?ID=682025021087124111030004078123065121029022041052070026086031017005003007120001086121054013022125049112043067114022124077102019007071082078061118012122116076079110125089001060110005123127090104087108125027066092029019002000003026120085073004067021104002&EXT=pdf&INDEX=TRUE>

Blanco, A. (2021). *Experiencias de formación en Educación Secundaria durante la pandemia Covid-19: un análisis desde la perspectiva de las ecologías de aprendizaje*. 51(3), 347–360. [Vista de Experiencias](#)

[de formación en Educación Secundaria durante la pandemia Covid-19: un análisis desde la perspectiva de las ecologías de aprendizaje \(ugr.es\)](#)

Builes Montes, S. & Carmona Sánchez, V. (2022) *Pedagogía menstrual para la resignificación del ciclo menstrual y la menstruación como propuesta de un programa de promoción y prevención basado en aprendizaje experiencial*. [Tesis de pregrado, Universidad CES., Medellín].
<https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5788/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Calafell N. (2020) Menstruación decolonial. *Revista Estudios Feministas, Florianópolis*, 28(1), 1-11.
<https://www.scielo.br/j/ref/a/sgNRqkpgRgWjfv56ywQYxpp/?format=pdf&lang=es>

Chernicoff Minsberg, L., & Rodríguez Morales, E. (2018). *Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno*. *Didac*, 72, 29-37.
<https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/6.pdf>

Flores-Vivar, J. M., & García-Peñalvo, F. J. (2022). Ciberantropología de las redes sociales en el desarrollo de la educación virtual. En J. S. Sánchez & I. A. V. Sacristán (Eds.), *Uso de las redes sociales en el ámbito de la educomunicación* (pp. 127-143). McGraw-Hill.
<https://repositorio.grial.eu/bitstream/grial/2550/1/2022-MANUSCRITO-COMRED.pdf>

García-Bullé, S. (2021, 26 de marzo). *¿Qué es la educación menstrual y por qué la necesitamos?* <https://observatorio.tec.mx/edu-news/educacion-menstrual>

Garzozí P. R.F., Garzozí P. Y.S., Solórzano M. & Sáenz O. (2020). *Uso del internet. Ventajas y desventajas de la relación enseñanza-aprendizaje en la educación virtual*,58(59),58-62.<https://www.terc.mx/index.php/terc/article/view/69/68>

Graván, Sánchez, Gutierrez C., Palacios R., (2022). *Plataformas digitales: Dibujando espacios de futuro inclusivos con las TIC de educación infantil*. https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Palacios-Rodriguez/publication/360620475_Dibujando_espacios_de_futuro_inclusivos_con_TIC_en_Educacion_Infantil/links/62822c534f1d90417d70f224/Dibujando-espacios-de-futuro-inclusivos-con-TIC-en-Educacion-Infantil.pdf

Iron Academy Perú (2019). *Realidad de la Anemia en el Perú. Importancia del hierro en la mujer* 4(8), 1-8. <https://farmaenlacecientifico.com/wp-content/uploads/2021/09/Resumen-2nd-Iron-Academy-Version-Final-22Abr.pdf>

Ingar C. (2016). *Cuerpos femeninos, agencia femenina en salud reproductiva y lo político de la reproducción en el Perú: un análisis cultural comparativo de las experiencias corporeizadas menstruales entre mujeres rurales de una comunidad andina en Cusco y mujeres limeñas de clase media.*

[Tesis de posgrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas].

https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/7239/INGAR_HUAMAN_CYNTHIA_XIMENA_CUERPOS_FEMENINOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Jefferson Tello-Zuluaga (2022). *Plataformas digitales: Educación y discapacidad en el marco de una pandemia mundial*. Publicaciones 20(22),20-40.[Educación y discapacidad en el marco de una pandemia mundial: breve revisión | IPSA Scientia, revista científica multidisciplinaria \(latinjournal.org\)](#)

Kohen M. & Meinardi E. (2015). Problematizando las enseñanzas sobre la menstruación en la escuela: Lo disimulado, lo negativo, lo silenciado. La revisión de las enseñanzas sobre la corporalidad como aportes a la educación sexual integral, 180(182), 1-183.
<https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/biografia/article/view/4508/3721>

López V., Blumen S. & García A. (2021) "Minitachers": programa gamificado para el desarrollo de la motivación en la educación primaria a través de las TIC. Revista de Psicología, 1(26),1007-1030.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v39n2/0254-9247-psico-39-02-1005.pdf>

Ortega M., Quispe A., Navarro & Tello S. (2022). La educación virtual en época de pandemia: Los más desfavorecidos en Perú. Desarrollo y Discusión,

1(7),

1456-1469.

[http://repositorio.cidecuador.org/jspui/bitstream/123456789/1101/1/Articulo No 9 Horizontes N21V5.pdf](http://repositorio.cidecuador.org/jspui/bitstream/123456789/1101/1/Articulo_No_9_Horizontes_N21V5.pdf)

Ramon, Edel N. & Figueroa R. (2021). *Uso del internet: Dimensiones pedagógicas para el uso de internet en la educación telesecundaria*. Revista Ibero Americana de Estudos em Educação, Araraquara, 1(16), 788-803.

<https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/14915/10529>

Tellez, M. (2018). *Bitácora Lunar: Trece ciclos para vivir la menstruación de forma consciente*. Anfibia menguante.

Unicef México. (Octubre, 2019). "Estudio de conocimientos, actitudes y prácticas sobre agua (CAP), Saneamiento e higiene en escuelas primarias y secundarias de los estados de Chihuahua, Guerrero, Chiapas y Oaxaca". <https://www.unicef.org/mexico/higiene-menstrual#:~:text=El%2043%25%20de%20ni%C3%B1as%20y,la%20sociedad%20y%20genere%20desigualdad>.

Yubero, S., Larrañaga, E., Navarro, R., & Elche, M. (2018). Padres, hijos e Internet. Socialización familiar de la Red. Una relación compleja. Universitas Psychologica, 17(2), 1-13.

<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/14561>

1

IX. ANEXOS

1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

MATRIZ DE CONSISTENCIA	
TITULO: USO DE PLATAFORMAS DIGITALES Y EDUCACIÓN MENSTRUAL EN NIÑAS DE 10 A 12 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA. AÑO 2022	
PROBLEMA	OBJETIVOS
Problema Principal	Objetivo General
¿De qué manera el uso de plataformas digitales influye en la educación menstrual de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?	Demostrar cómo el uso de plataformas digitales influye en la educación menstrual de alumnas de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.
↓	↓
Problema específicos	Objetivos Específicos:
¿De qué manera el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en el autoconocimiento de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?	Demostrar cómo el uso de plataformas digitales para educación menstrual influye en el autoconocimiento de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.
¿De qué manera el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en el desarrollo social de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?	Demostrar cómo el uso de plataformas digitales para educación menstrual influye en el desarrollo social de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.
¿De qué manera el uso de plataformas digitales para la educación menstrual influye en el desarrollo educativo de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022?	Demostrar cómo el uso de plataformas digitales para educación menstrual influye en el desarrollo educativo de niñas de 10 a 12 años en Lima, 2022.

2. INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN COMUNICACIÓN
ESTRATÉGICA Y BACHILLER EN ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE NEGOCIOS

USO DE PLATAFORMAS DIGITALES Y EDUCACIÓN MENSTRUAL EN NIÑAS DE 10 A 12 AÑOS DE LIMA. AÑO 2022

La información que presenta es anónima y se mantendrá en absoluta confidencialidad sobre la misma. Este instrumento forma parte de un trabajo de investigación y servirá para identificar los problemas en la educación menstrual y las oportunidades de las plataformas digitales.

Entrevistado: 1

- Género:
- Edad:
- Departamento de residencia:
- Distrito:

P1	¡Con la pandemia aprendiste a tener tus clases virtuales! ¿Te gustaron? ¿Cómo te sentiste?
A1	
P2	¿Qué crees que es lo que se podría mejorar de las clases virtuales?
A2	
P3	¿Con qué frecuencia usas las redes sociales para informarte y educarte?
A3	
P4	¿Sabes qué es el ciclo menstrual? ¿Conoces sus fases/etapas?
A4	
P5	¿Dónde o quién te enseñó sobre el ciclo menstrual?
A5	
P6	¿En el colegio te hablaron sobre el ciclo menstrual o menstruación (regla)? ¿Te quedó todo claro sobre el tema?
A6	

P7	¿Te sientes cómoda hablando sobre este tema? ¿Por qué crees que te incomoda?
A7	
P8	¿Sabes qué efectos tiene el ciclo menstrual en tu cuerpo y emociones?
A8	
P9	¿Alguna vez te han dicho sobre algún comportamiento o actividad que no debas realizar porque estás con la regla/menstruación? ¿Dejaste de tener ese comportamiento o realizar esa actividad?
A9	
P10	¿Alguna vez dejaste de salir con amigos o ir al colegio porque estabas con la regla?
A10	
P11	¿Te interesaría conocer más sobre tu ciclo menstrual a través de un curso virtual y redes sociales?
A11	
P12	Si tuvieras un curso virtual en el que puedes acumular puntos para luego cambiarlos por productos como toallas higiénicas, ropa, restaurantes, conciertos o cine, ¿te motivaría a llevar ese curso?
A12	
P13	¿Crees que es importante que este tipo de curso también tenga una aplicación para celular?
A13	

P14	¿Qué tan importante crees que es que las niñas aprendan sobre el ciclo menstrual y cómo funciona su cuerpo? ¿Por qué?