



Podcast “Mujer Prevenida Vale por Dos”

Autor

María Valentina Matiz Bernal

Director

Maria Consuelo de las Mercedes Caicedo Toro

Profesional en Periodismo y Opinión Pública

Escuela de Ciencias Humanas

Periodismo y Opinión Pública

Universidad del Rosario

Bogotá - Colombia

2024



UNIVERSIDAD DEL ROSARIO

PROYECTO DE TRABAJO DE GRADO

Medio sonoro

PROGRAMA DE PERIODISMO Y OPINIÓN PÚBLICA

ESCUELA DE CIENCIAS HUMANAS

Nombre: Maria Valentina Matiz Bernal
Director/a: María Consuelo Caicedo
Tipo de trabajo de grado escogido: Medio sonoro- hipermedia
Modalidad: Individual
Tema: Análisis de las dificultades que enfrentan las mujeres de 15 a 30 años que padecen Síndrome de Ovario Poliquístico y Endometriosis en Bogotá, con el fin de desarrollar una estrategia divulgativa auditiva en formato podcast por entregas y a través de medios digitales, que permita difundir información pertinente para el público objetivo.
Título propuesto: Mujer Prevenida Vale por Dos

Problema de Investigación:

El síndrome de ovario poliquístico (SOP) y la endometriosis son dos de las enfermedades más frecuentes en mujeres de edades fértiles y hacen parte de las principales causas de infertilidad en esta población. Es un tema de interés pues afecta a 190 millones de mujeres en el mundo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). El SOP es una enfermedad que afecta en su mayoría a adolescentes y mujeres jóvenes provocado por un desbalance hormonal y desencadenando en ciclos menstruales irregulares con cólicos muy dolorosos o amenorrea (*Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) (for Teens) - Nemours KidsHealth, s. f.*).

Por su parte, la endometriosis es una condición que “ocurre cuando un tejido similar al revestimiento del útero crece fuera del útero y en otras áreas del cuerpo a las que no pertenece” (*Endometriosis | Office on Women’s Health, s. f.*). Este crecimiento irregular de tejido genera dolor menstrual incontrolable, dolor al mantener relaciones sexuales, dolor lumbar crónico, infertilidad, dolor al orinar o problemas digestivos, lo que implica una disminución considerable de la calidad de vida y una afectación del bienestar en la cotidianidad de la mujer o niña que padezca de esta enfermedad. Su influencia sobre la mujer afectada genera retrasos en ciertas áreas como la educación o la construcción de espacios sociales por las constantes ausencias que provoca para atender el dolor.

En Colombia el SOP tiene una prevalencia en su diagnóstico del 4% y 8% en mujeres y adolescentes en edades reproductivas (Salazar, 2015). La endometriosis afecta a aproximadamente 3.5 millones de mujeres diagnosticadas en el país y suele afectar a mujeres menores de 25 años, edad en la que son susceptibles al diagnóstico (Un problema de salud pública, que se abre paso en el Congreso, s. f.).

Ambas enfermedades se caracterizan por tener síntomas indicativos similares, entre ellos acné, sobrepeso, amenorrea o irregularidades menstruales que en ocasiones pueden llegar a confundirse, invisibilizarse y cruzarse provocando retrasos en el diagnóstico. Es por ello que resulta indispensable para esta investigación presentarle a mujeres que oscilan entre los 15 y los 30 años herramientas informativas que les permitan reconocer signos de alarma, diferencias claras entre estas dos enfermedades (que son de mayor prevalencia en Colombia) y que además de ello han sido olvidadas por el Estado según lo confirma la Asociación Colombiana de Endometriosis e Infertilidad en conjunto con el representante del

partido verde, Mauricio Toro, en su primera propuesta de una Ley de Endometriosis en el Congreso de la República, a través de la cual se enfatiza en el abandono estatal a las mujeres que sufren endometriosis por el hecho de no existir información suficiente ni herramientas que mejoren su calidad de vida como la Ley de Endometriosis que rige en países como Argentina, Chile y Panamá.

En particular, esta ley permite reconocer la endometriosis como una enfermedad propia del sistema reproductivo que dé paso a un diagnóstico temprano y una eliminación del estigma sobre el dolor que provoca. La revista feminista *Manifiesta* define su utilidad como una ley que sirva para que la enfermedad “sea detectada a tiempo y que deje de normalizarse bajo la premisa de que ser mujer es sinónimo de sentir dolor” (Manifiesta Media, 2021), permitiendo eliminar los estigmas hacia las mujeres que la padecen y potenciar su tratamiento.

Colombia carecía de leyes como esta hasta el 29 de marzo de 2023. El Congreso de la República de Colombia aprobó el proyecto de ley en el que se buscaba diagnosticar y tratar la enfermedad con un saldo de 1,5 millones de mujeres que padecen los síntomas pero que aún no han podido ser diagnosticadas según lo informado por el periódico El Espectador en su artículo *Se aprobó la ley para diagnosticar y tratar la endometriosis en Colombia*.

Durante la radicación del proyecto que se adelantó en la Cámara de Representantes en Bogotá con respecto a esta problemática de salud pública desde septiembre de 2021, se ha declarado que “la endometriosis es una enfermedad que podría decirse huérfana, no porque sea escasa y con muy pocos pacientes, sino por el silencio absoluto del Estado ante una enfermedad devastadora” (Un problema de salud pública, que se abre paso en el Congreso, s. f.).

En Bogotá viven 1.036.823 mujeres de 15 a 30 años para el 2023 según el censo del Observatorio de Bogotá Saludata, que por pertenecer a una población de edades fértiles son susceptibles de padecer una de estas enfermedades sin saberlo o sin conocer con exactitud los síntomas y consecuencias que implican para su salud sexual y reproductiva a futuro.

De acuerdo con que el ejercicio del periodismo implica servicio social, nace la necesidad de construir una plataforma de información para identificar los síntomas de alarma particulares de ambas enfermedades, sus implicaciones y posibles soluciones guiadas desde episodios

educativos incluidos en productos sonoros en formato podcast en una plataforma de consumo masivo que pueden beneficiar, mediante el aporte de conocimiento e información clara y pertinente sobre estas enfermedades, a las mujeres señaladas.

Contextualización de la necesidad a la que responde la propuesta:

Las enfermedades uterinas de índole hormonal se desarrollan mayoritariamente en mujeres en edades reproductivas. Se estima que 1 de cada 10 experimente síntomas que deriven en enfermedades como el síndrome de ovario poliquístico (*Un problema de salud pública, que se abre paso en el Congreso, s. f.*).

En años recientes ha crecido la preocupación por investigar alrededor de enfermedades como el Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP) que tiene una prevalencia de entre el 4% y 8% de la población femenina adolescente o en edades reproductivas en Colombia (Salazar, 2015), afectando su diario vivir y representando una desmejora en su calidad de vida a futuro.

Estas afectaciones a la cotidianidad de la mujer vienen ligadas a sus síntomas característicos. Entre ellos se encuentran algunos que afectan la imagen física de la paciente como el acné, el crecimiento desproporcional de vello corporal (conocido como hirsutismo), pérdida de cabello (alopecia) y oscurecimiento de algunas zonas del cuerpo (acantosis nigricans) (Salazar, 2015).

Además de permear significativa y negativamente el funcionamiento adecuado de la reproducción femenina, según Costello y Eden (2003), esta enfermedad está relacionada directamente con el 75% de casos de infertilidad anovulatoria. Esto significa que existe imposibilidad o dificultad de concebir un embarazo si se desea, lo que se suma a consecuencias hormonales como la resistencia a la insulina, que provoca obesidad, sino que juega un papel importante, pues puede agravar otros síntomas del síndrome.

Ampliando el espectro a otras naciones del mundo, según la Oficina para la Salud de la Mujer (OASH) esta enfermedad afecta a 1 de cada 10 mujeres en edad fértil en Estados Unidos, siendo la principal causa de infertilidad en el país, convirtiéndose en un problema de gran significación para la población afectada porque a pesar de que afecta a muchas mujeres en el mundo no existe una causa exacta para que no haya un diagnóstico temprano (*Síndrome de ovario poliquístico | Oficina para la Salud de la Mujer, s. f.*).

Otros estudios, como el presentado por la Asociación Nacional Científica de Estudiantes de Medicina de Chile (ANACEM Chile), *Epidemiología del síndrome de ovario poliquístico en Chillán-Chile*, señalan que la prevalencia de este síndrome en mujeres chilenas es del 6% al 21%, siendo el grupo etario clave las de 15 a 19 años.

Por otra parte, “la endometriosis es una enfermedad caracterizada por el crecimiento, fuera del útero, de un tejido similar al revestimiento del útero, lo que provoca dolor, infertilidad o ambos” (Endometriosis, 2021). Es una de las afecciones más frecuentes cuando se estudian las irregularidades menstruales en mujeres en edad fértil, sobre todo porque es una de las características mayormente descritas por aquellas que la padecen pues proviene de la imposibilidad de continuar con las rutinas diarias cuando se está con el periodo, debido al incontrolable dolor menstrual que provoca y al debilitamiento corporal.

De acuerdo con la información recopilada en la Ley de endometriosis por la Asociación Colombiana de Endometriosis e Infertilidad (ASOCOEN) y el Ministerio de Salud, “la prevalencia de la endometriosis es difícil de determinar debido a su dificultad de diagnosticar, causada por la diversidad de sus síntomas y severidad, así como por el importante número de pacientes asintomáticos. Se estima que afecta aproximadamente al 10% de las mujeres y niñas en edad reproductiva en todo el mundo”.

Y según la OMS aproximadamente 190 millones de mujeres en el mundo padecen de esta enfermedad. A pesar de ser parte de la cotidianidad de la vida de al menos el 10% de las mismas en el mundo, no solo carcome la integridad física de la paciente, sino también la vida laboral y estudiantil.

Según el portal EFeminista apoyado por ONU Mujeres algunas de las principales razones por las que esta enfermedad no les permite desarrollar con normalidad sus actividades usuales son: “Frecuentes bajas por incapacidad, el ausentismo o las reducciones de jornada; la social, porque las molestias no permiten seguir el ritmo de amigos o familiares; y el sentimental, porque las relaciones sexuales pueden ser muy dolorosas y algunas mujeres tienen problemas de fertilidad” (Baena, 2021).

Justificación:

A partir de los datos investigados sobre enfermedades que afectan el sistema reproductor femenino caracterizadas por su condición hormonal como el síndrome de ovario poliquístico y la endometriosis, es posible dar cuenta de su repercusión sobre el bienestar integral de la mujer. Esta investigación se propone crear un canal divulgativo sonoro piloto tipo podcast, publicado en capítulos de 6 a 9 minutos que en total suman 30 minutos, dando protagonismo a cada una de las condiciones de salud señaladas. Estos podcasts se presentarán en una plataforma web para consultarlos cuantas veces se quiera, ya que son de fácil acceso.

Dentro de la investigación realizada por Teresa Piñeiro y Carmen Costa para la Universidad de Coruña- España, titulada *Potencialidades del podcast como herramienta educativa para la enseñanza universitaria* se destaca que “la utilización de podcast en el ámbito educativo se ha asociado a determinados efectos de carácter positivo como una mayor atracción de los/as estudiantes por los contenidos de la asignatura o el fomento de su imaginación”.

Este formato resulta conveniente ya que la vinculación con la teoría médica y científica, que bien podría ser difícil de digerir para personas que no están directamente relacionadas con este campo, se haría a través del tratamiento de la información que llegará hasta la población objetivo, a través de un lenguaje simple y fácil de digerir. Y gracias a la creciente popularización del formato podcast entre los consumidores de servicios como celulares, mp3, radio, computador y plataformas como YouTube y Spotify, resulta conveniente utilizarlo para acercarse al grupo focal de mujeres cuyas edades oscilan entre 15 y 30 años.

Edison Research, una de las radiografías más grandes de Hispanoamérica realizó un censo en el año 2019, el cual determina que en los últimos años el aumento de la escucha de formatos tipo podcast ha aumentado sin límites gracias a la cercanía que refiere con los consumidores, alcanzando los 800 mil podcasts de escucha activa hasta ese momento. Para entender este fenómeno este análisis revela que “el 81% de las personas escucha podcast para entretenerse y el 76% para aprender cosas nuevas”, es decir que más de la mitad de las personas que escuchan estos programas están interesadas en aprender sobre un tema nuevo, lo cual aumenta la propuesta oportuna de este formato para la enseñanza y divulgación de las condiciones inherentes a enfermedades reproductivas que afectan a las mujeres de 15 a 30 años en Colombia.

Este producto permite que exista una correlación entre el dinamismo y la información condensada para explicar paso a paso qué síntomas se presentan y componen específicamente las enfermedades a divulgar, creando un canal de comunicación científica que además cuenta con el respaldo de la consulta a especialistas.

Esta investigación será respaldada precisamente por los aportes de diferentes especialistas y profesionales con el objetivo de exponer en la esfera pública una problemática de salud pública que, por el porcentaje de afectadas, es pertinente visibilizar. La educación sexual y reproductiva podría contribuir al conocimiento de estas enfermedades por parte del público

en general permitiéndole a las mujeres reconocer síntomas de alarma para acudir al médico oportunamente.

Por otra parte, es importante proponer una estructuración basada en la diversidad de cuerpos dentro de la sociedad para que la aceptación de estas enfermedades y sus síntomas asociados como acné, sobrepeso, hirsutismo y dolores incontrolables no sea exclusiva de la paciente sino de su entorno y permitir que factores como la depresión, consecuencia del miedo a la aceptación social de sus síntomas más visibles, sean igualmente consultados y entendidos.

En ese orden de cosas, la información será dirigida también a quienes rodean a estas mujeres que están en un rango de 15 a 30 años y quienes se enfrentan a la vida escolar, universitaria o laboral sin que otros tengan la información necesaria para aceptar sus condiciones físicas que les impiden desarrollarse socialmente. Un ejemplo podría caer en cosas externas como el acné, algo que a simple vista ha sido catalogado como una de las razones para el bullying en salones de clase y sobre todo en adolescentes.

Para aproximarse a estos temas es importante tener en cuenta testimonios reales de mujeres que han padecido estas enfermedades y sus consecuencias en la adolescencia y vida adulta. Sus voces serán parte fundamental de los podcasts pues, a partir de ellos, son evidentes las incógnitas del funcionamiento y tratamiento de la endometriosis y el síndrome de ovario poliquístico. Juliana Prieto es una estudiante de Periodismo y Antropología de la Universidad del Rosario quien, desde hace aproximadamente 6 años, ha tenido inconvenientes a la hora de encontrar una solución alrededor de los síntomas que comenzó a presentar a edad temprana y que le ocasionaron problemas en su cotidianidad, incluyendo bullying o acoso por parte de sus compañero/as en épocas de colegio.

Este es uno de los tantos casos de mujeres que deben enfrentarse a una enfermedad de la que no tienen mucha información y que, además, está signada por un factor de socialización importante para empatizar con los pacientes.

Hipótesis:

No existe información suficiente alrededor del síndrome de ovario poliquístico y la endometriosis que les permita a las mujeres que padecen estas dos enfermedades (y a las personas cercanas), entender de primera mano las características de los síntomas que las diferencian y las hacen importantes para su bienestar integral. De igual manera hay falencias en función del apoyo que el Estado presta a estas mujeres dadas las condiciones de salud mencionadas y sus consecuencias.

Objetivos del producto:***Objetivo general:***

- Crear una serie de podcast sobre el síndrome de ovario poliquístico y la endometriosis para informar a mujeres de 15 a 30 años en Bogotá sobre la prevención, síntomas y consecuencias de estas enfermedades.

Objetivos específicos:

- Designar una página web para publicar un especial multimedia que permita hacer más gráfica la información sobre estas enfermedades.
- Considerar las experiencias de mujeres que han sufrido de una de las dos enfermedades con el fin de sensibilizar al público y generar conciencia que se transforme en la comprensión y aceptación de los síntomas.
- Mostrar a través de entrevistas a profesionales de la salud todas las implicaciones del síndrome de ovario poliquístico y endometriosis.

Estado del arte:

En este estado del arte se hace una revisión de literatura específica que aborda los temas relacionados con la divulgación de ciertas enfermedades que afectan a las mujeres como el síndrome de ovario poliquístico y cómo la misma permite dar una luz sobre su importancia para el bienestar integral futuro de las mujeres que reciban esta información a temprana edad.

Así mismo, se hace una revisión de investigaciones previas relacionadas con el tema, no solo en torno a las enfermedades que afectan el sistema reproductor femenino y su reconocimiento en el mundo médico y mediático, sino también una recopilación de conceptos y categorías teóricas como la interseccionalidad, vista desde la explicación

feminista y la teoría de campos según Bourdieu para trazar un referente entre las categorías como estratos sociales, conocimientos culturales y acceso a la educación.

Esto con el fin de revisar porqué la escasa información que se comparte con las mujeres sobre los síntomas y consecuencias de estas enfermedades podría ser un factor determinante en su diagnóstico e incluso poner en evidencia las dificultades que tienen las mujeres en Colombia para obtener un diagnóstico acertado a la hora de presentarse al médico con distintos síntomas que aluden a diferentes enfermedades del sistema metabólico, partiendo de la hipótesis de que existe un desconocimiento y una acumulación de factores como la similitud de síntomas con otros padecimientos.

En ese sentido esto podría beneficiar a las mujeres que lo padecen desde la educación sexual y reproductiva lo que a temprana edad construiría una visión más diversa de los cuerpos y una sensibilidad a las consecuencias de estas patologías como hirsutismo (crecimiento de vello o pelo en zonas visibles), crecimiento exagerado de muslos, sobrepeso, acné e incluso, depresión y dismorfia corporal.

Palabras clave: Divulgación, educación, enfermedades, diagnóstico, síntomas.

“El síndrome de ovarios poliquísticos (SOPQ) tiene una prevalencia del 3 al 10 % de la población femenina en edad reproductiva, 75% en los casos de infertilidad anovulatoria y 83% [de] las mujeres que presentan acné. A pesar de los múltiples estudios realizados, continúa siendo una incógnita tanto desde el punto de vista clínico y anatómico como humoral" (Revista Cubana de Endocrinología, 2004).

En una investigación realizada por la Revista Cubana de Endocrinología sobre el *Patrón hormonal de mujeres con diagnóstico clínico y ecográfico de síndrome de ovario poliquístico* que tuvo como referente una población de 27 mujeres, 20 de ellas presentaron oligomenorrea, (irregularidades con el sangrado durante la menstruación) y 26 presentaron hirsutismo (crecimiento anormal de vello corporal). Estos son síntomas recurrentes dentro de las mujeres que padecen de SOP y son aquellos los que son visibles y que pertenecen a la línea de diagnóstico y sintomatología usual. (Síndrome de ovario poliquístico | Oficina para la Salud de la Mujer, s. f.).

Luego de determinar estos síntomas como parámetros iniciales para la sospecha del síndrome, otros estudios comenzaron a arrojar variables que ponen en juego nuevas características.

En un 66% el comienzo de los síntomas ocurrió durante la menarquía (periodo menstrual por primera vez) mientras que el 34% tuvo un comienzo de síntomas posmenarquía, es decir que fueron apareciendo con el tiempo. Según esta línea investigativa 12 de las 15 mujeres entrevistadas, que ya habían comenzado su vida sexual, refieren problemas con la fertilidad y 12 de ellas presentaban sobrepeso (3 en bajo peso y el resto en normo peso). Esto es relevante pues nuevamente muestra la pluralidad de términos y condiciones que podrían derivar en esta enfermedad y que son fácilmente confundibles con otras que no están metabolizadas en el sistema reproductor femenino (Acosta et al, 2004).

Otra prueba fue la del aumento de tamaño ovárico, en este sentido, que es una práctica ecográfica muy utilizada para diagnosticar el síndrome, solo 25 mujeres lo presentaron y solo en 16 fue un aumento simétrico de tamaño (Acosta et al, 2004).

Estos síntomas comunes en mujeres con irregularidades hormonales se podrían traducir o identificar como funciones metabólicas que pueden perjudicar a largo plazo otras funciones del organismo si no se respaldan a tiempo. En este sentido sin un diagnóstico temprano algunos síntomas podrían provocar condiciones como:

1. Resistencia a la Insulina: Aunque “la resistencia a la insulina no es un criterio requerido para el diagnóstico del SOP” (Natalben, 2020), es una condición frecuente en pacientes con SOP, relacionada con sobrepeso y obesidad.
2. Diabetes mellitus tipo 2: Según el Grupo de Investigación en Ginecología y Obstetricia, el SOP es considerado por la Federación Internacional de Diabetes y la Asociación Americana de Diabetes como un factor de riesgo no modificable para el desarrollo de diabetes mellitus tipo 2, con un riesgo de 5 a 10 veces mayor que el normal y una prevalencia aproximada del 7% (20,21).
3. Síndrome metabólico: El incremento de la grasa corporal se relaciona con el desarrollo de resistencia a la insulina y viceversa, ambas implicadas en el desarrollo del síndrome metabólico. Por otra parte, la hiperinsulinemia promueve la secreción

de andrógenos aumentando el riesgo de enfermedad hepática y aterosclerótica, además de perpetuar la resistencia a la insulina. Esta agrupación de anomalías metabólicas que se producen simultáneamente en un individuo parece conferir un riesgo cardiovascular adicional sustancial por encima de la suma del riesgo asociado con cada anormalidad.

4. Enfermedad cardiovascular y cerebrovascular: Las pacientes suelen desarrollar enfermedades de tipo cardiovascular debido a otros factores como los mencionados anteriormente. Esto quiere decir que pueden desarrollar un mayor riesgo de incidente cardíaco comparado con mujeres sanas según el estudio.

Estas características no solo deterioran la salud física de la mujer, sino que también hay que tomar en cuenta algunos efectos de salud mental según lo investigado por Europa Press en su artículo *Vincula el síndrome de ovario poliquístico con trastornos de salud mental* del año 2018.

La salud mental en la vida de mujeres con SOP y Endometriosis

Los desórdenes hormonales pueden manifestarse en acné, sobrepeso o crecimiento excesivo del vello corporal y representan un inconveniente al enfrentarse a la aceptación social y la autoestima, condiciones que resultan afectadas por estos efectos secundarios.

“El aspecto físico juega un papel muy importante en la infancia y adolescencia ya que puede condicionar las relaciones interpersonales, y por tanto en la formación y en el desarrollo de la autoestima. La aceptación de uno mismo por parte de los demás se vuelve muy importante para niños y adolescentes por lo que el aspecto físico puede ser determinante” (Merchán Cuenca, 2017).

En el caso del acné severo o moderado, la autoestima y los sentimientos complejos alrededor de los cánones de belleza que podrían surgir siendo un paciente dermatológico a causa de enfermedades hormonales, también existe una nueva variante y es el uso de medicamentos para tratar estas sintomatologías. En algunas mujeres se usan anticonceptivos orales para regular los andrógenos y, aunque son funcionales, otras pacientes toman pastillas como Isotretinoína.

El uso de la Isotretinoína también está asociado a efectos secundarios como la depresión, según el artículo *Depresión y crisis de pánico en acné tratado con isotretinoína* de la Unidad de Salud Mental Comunitaria Palma del Río del Hospital Universitario Reina Sofía en España:

"[Se ha] llegado a identificar en pacientes que consultan por enfermedad dermatológica una prevalencia de 25 a 43% de patología psiquiátrica, principalmente trastornos depresivos, ansiosos y somatomorfos. En particular en algunas patologías como acné, alopecia, prurito o urticaria existe un mayor impacto a nivel psicológico con aparición de baja autoestima, temor al rechazo social, alteración del ánimo y en la calidad de vida e incluso ideación suicida" (Unidad de Salud mental comunitaria Palma del Rio, 2012).

Dando cuenta de que las enfermedades que afectan el sistema reproductor femenino no solo tienen componentes físicos como los dolores insoportables de cólico menstrual, dolores de espalda, vómitos, sensación de desaliento o pérdida del apetito, sino que también implican sentimientos de malestar con respecto a su salud emocional, es pertinente afirmar que la mujer afectada ve comprometida su cotidianidad. El asunto deriva en una expectativa de salud pública debido a la cantidad de mujeres que presentan estas enfermedades.

Educación sexual para la divulgación de información

La salud sexual y reproductiva podría ser una de las cosas que les permitirían a los y las jóvenes adquirir herramientas para afrontar la vida sexual, entendida no solo como el coito sino también como la percepción de los cuerpos y el reconocimiento del funcionamiento de órganos como el sistema reproductor.

Sin embargo, no muchas personas han recibido charlas abiertas y educación sobre estos temas desde temprana edad o simplemente nunca los han tenido. En Colombia, los embarazos no deseados a edades tempranas como los 19 años tienen una prevalencia del 19% de las adolescentes para el año 2000 (Jiménez et al, 2004). Es decir que para ese momento 1 de cada 5 niñas a sus 17 años ya había estado embarazada al menos 1 vez. Y para el 2002 según la ENDS (Encuesta Nacional de Demografía y Salud) el conocimiento de métodos de planificación era muy bajo sobre todo en los estratos sociales más desfavorecidos.

Este es tan solo un ejemplo de cómo el conocimiento acerca de estos temas podría estar impactando a la población. En países donde existen gran desigualdad social y un alto índice de pobreza, permitir que exista una educación, aunque sea básica ayuda a la supervivencia de niños y niñas que nacen en condiciones precarias o simplemente a bajar la tasa de natalidad incontenible (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, 2011). El acceso sin límites a la educación podría potenciar el empoderamiento femenino y la igualdad en términos económicos, culturales y políticos entre hombres y mujeres.

Medios de comunicación y estrategias digitales

Para comprender la divulgación como un factor relevante en la construcción de comunidad, un ejemplo que encaja en el curso de la revisión conceptual de lo que vendrían siendo los objetos de estudio para este estado del arte, podría ser, a temprana edad, reconocer síntomas y términos que no necesariamente son su factor de estudio pedagógico.

El objetivo de traer a esta investigación un concepto como la educación sexual no es más que interiorizar términos médicos y científicos como parte del cuidado y la prevención de la salud femenina. Y es ahí donde entra el uso de los medios de comunicación como la publicidad, los diarios, las noticias digitales o los influenciadores que día tras día invaden la cotidianidad del ser humano.

A partir de los ejemplos de los medios de comunicación como método de aprendizaje, una estrategia digital sería pertinente para la difusión de la información dentro de nuevas generaciones, sobre todo si también está enfocada al empleo de redes sociales. La era digital es un eje que atraviesa horizontalmente a la población de hombres y mujeres de 15 a 30 años, dando como resultado la inclusión de herramientas digitales en la cotidianidad. Incluso por su gran impacto se ha olvidado el concepto de medios de comunicación para hablar de medios de difusión donde la información va y viene con inmensa facilidad (H.Herrera, 2012).

“Las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos” (Celaya, 2008). Las redes sociales permiten ese intercambio de información en el que es posible crear un vínculo que permita el consumo de contenidos como el que pretende esta investigación. La labor social que se quiere alcanzar con la divulgación de información está fundamentada en la creación de una página web con fácil acceso en una sociedad que vive en la era digital.

También deben darse algunas pautas para definir el nicho al que va a apuntar este proyecto. En primer lugar está el acceso a equipos móviles o fijos que permitan esa transmisión o por el contrario sería imposible que se diera este intercambio (H.Herrera, 2012). A pesar de que esto podría generar un gran impacto en el consumo, se mantiene viva la curiosidad por instrumentalizar las redes sociales, vistas como un proyecto de estrategias digitales que promuevan la divulgación de temas relacionados con la salud, porque estas plataformas podrían contener dentro de sí, mejor disposición para el entendimiento. Esta recepción se puede trasladar, incluso, a estudios acerca de cómo la salud mental se ve trastornada por lo que se ve a través de los celulares, se ha generado incluso una dependencia que genera irregularidades en la salud emocional de algunos jóvenes (Samir Antonio Rodrigues et al, 2022).

De igual medida se da alcance al el debate de cómo los medios de comunicación y las redes sociales han sido canales para perpetuar estereotipos de belleza y de comportamiento en las mujeres desde el inicio de su consagración como recurso para que la sociedad se informe, afectando la salud mental del género. De hecho, a partir de esta premisa, las mujeres podrían beneficiarse en varios escenarios con la implementación de la educación sexual por medio de estos canales.

Este estímulo de recibir nuevos paradigmas para informarse sobre enfermedades que bien podrían padecer sin saberlo, no solo son un estímulo en razón y en beneficio no solo de la salud reproductiva sino también emocional. Que las mujeres de 15 a 30 años tengan en sus manos un producto audiovisual que pueda describir cómo estas dos enfermedades transforman el cuerpo y tienen consecuencias que podrían disminuir su autoestima, es una herramienta vital para entender que esos cambios físicos no solo están fuera de su control sino que podría comenzar un proceso de autoreconocimiento y autoexploración para transformar la forma en la que percibimos las condiciones de los otros.

Construcción de estereotipos que afectan a mujeres con SPO y Endometriosis

Continuando con el análisis de la pertinencia de la utilización de los medios de comunicación y de las redes sociales para la divulgación de información en mujeres de 15 a 30 años, la investigación hecha por Marta Ruiz García y Joaquina Rubio Algarra de la Universidad de Huelva titulada *La influencia de los medios de comunicación en las imágenes femeninas. actitudes, hábitos y comportamientos de las mujeres con respecto a la belleza y el cuerpo*, evidencia cómo no solo son un medio por el cual se informa sino que existe un factor transformador de la percepción de la imagen femenina que para mujeres con SOP o

endometriosis sería difícil de alcanzar teniendo en cuenta síntomas como el sobrepeso o el acné.

En contexto con el estado del arte esta aproximación antropológica de orden cualitativo se realizó con cuatro grupos de discusión de mujeres que pudiesen vislumbrar cómo la televisión, las revistas y en resumidas cuentas la publicidad ha impactado su cotidianidad y ha transformado su percepción de sí mismas y de otros con los cuales es difícil no compararse.

A partir del análisis de conceptos que recogen los estereotipos más frecuentes en los medios de comunicación, como: 1. La mujer ama de casa; 2. La mujer compañera; 3. La mujer madre; 4. La mujer cuidadora 5. La mujer rival; 6. La mujer bella; 7. La mujer objeto de seducción y reclamo publicitario; 8. La mujer que trabaja fuera de casa; 9. La abuelita y suegra previsoras; 10. La mujer joven y 11. La mujer-niña, la relación entre sí es interesante pues muestra cómo nuestras conductas como seres humanos obedecen a una norma estipulada por otros y que casi como por efecto de aguja hipodérmica entran en nuestras características y comprometen nuestras acciones.

Por ejemplo, en el caso del análisis de la mujer ama de casa tradicional y moderna, la publicidad viene hacia ella pues es quien hace las compras, está en casa y proporciona todos los cuidados de hogar por lo que es mucho más factible crear estrategias dirigidas a ella, aunque se caiga en una redundancia del estereotipo. En muchos casos hay publicidades que muestran exclusivamente a mujeres lavando la ropa o los pisos y los productos de limpieza parecen ser vendidos exclusivamente a mujeres como se haría con una prenda de ropa o perfume (Marta Ruiz García y Joaquina Rubio Algarra, 2004).

Y es relevante preguntarse si el perpetuar estos estereotipos está afectando la salud mental de muchas de estas mujeres, quienes día tras día son encasilladas en un concepto que, tal vez, no las representa en absoluto, si tenemos en cuenta la población de estudio de este proyecto, es decir, mujeres que atraviesan cambios físicos que son excluidos de comerciales de televisión, portadas de revistas y post en redes sociales y cómo incluir su experiencia en una conversación abierta en estas plataformas podría conducirles a una mejor relación con su apariencia y salud emocional.

Diagnóstico y salud pública

Existe una literatura consultada que comienza a abrir paso a la pregunta sobre la pertinencia de la divulgación para apoyar el diagnóstico contribuyendo al estudio en materia de

identificación de la enfermedad, no solo demostrando a través de estudios que existe una línea difusa para su identificación, sino también que es necesario ampliar su conocimiento lo cual podría prevenir confusiones y dar pie a un tratamiento precoz y, por lo tanto, pertinente.

Las investigaciones realizadas por el área de la salud acerca del SOP y la endometriosis han contribuido a la expansión de los conocimientos científicos sobre esta misteriosa entidad clínica, que ha evolucionado de una enfermedad ovárica a un trastorno multisistémico, que debe ser considerado como un problema de salud pública (Bretón Torrecilla, 2015).

Es de suma importancia diseñar un programa de educación para el seguimiento de alteraciones menstruales en mujeres de esas edades (15 a 30 años) para facilitar el diagnóstico temprano y proporcionar herramientas de manejo y conocimiento pues, de otra forma, se podría recaer en un problema de salud pública si se continua con el desconocimiento. El SOP y su descubrimiento en la relación con el síndrome metabólico hace que se convierta en un problema de salud pública de gran escala y además de un amplio costo para estas mujeres. La importancia de la información recae en promover estilos de vida saludables y chequeos que podrían ser significativos en futuros estudios médicos.

Tiene una prevalencia del 5 a 10% de las mujeres y un 7% en adolescentes. Esta actividad educativa se diseñaría a partir de 3 módulos compuestos por estrategias de aprendizaje como el brainstorming que consiste en dar la mayor cantidad de ideas en el menor tiempo posible para poder esclarecer las dudas y las imprecisiones que tienen las niñas y sus madres y/o padres sobre este tema y así continuar con la identificación (Bretón Torrecilla, 2015).

Marco conceptual:

Para el desarrollo de un producto sonoro que tendrá como objetivo la divulgación de información médica/científica de alta complejidad es necesario encontrar la forma de desglosar conceptos médicos para el público que escuche los podcasts. Es por ello que una de las principales características del producto es que pueda orientarse a la educación sexual, emulando un modelo educativo tradicional que podría ayudar a enmarcar el tratamiento de la información en el desarrollo de los podcasts.

Es importante reconocer que la educación es un factor determinante en la conducta de un niño a futuro, sobre todo cuando se habla en torno a la educación sexual y reproductiva que

al ser impartida desde edades tempranas ayudaría a prevenir embarazos prematuros, transmisión de enfermedades y desconocimiento frente a la sexualidad y corporalidad.

Educación para la salud sexual y reproductiva

La UNESCO ha descrito los objetivos de la educación sexual como "enseñar y aprender sobre los aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad". Su objetivo es dotar a niños, niñas y jóvenes, de conocimientos, habilidades, actitudes y valores que les empoderen para ser conscientes de su salud, su bienestar y su dignidad; desarrollar relaciones sociales y sexuales respetuosas; valorar cómo sus elecciones afectan a su propio bienestar y al de los demás; y comprender y garantizar la protección de sus derechos durante toda su vida" (Council of Europe, 2023).

La revisión sobre los estudios relacionados con la enseñanza de la sexualidad y la salud reproductiva parte de la conveniencia de visualizar la educación como método de divulgación en las edades en las que suelen prevalecer las enfermedades como síndrome de ovario poliquístico y endometriosis, pues se basa en el propósito mismo de traducir un tema médico y científico en contenidos de fácil acceso que pueda preveer futuras consecuencias en estas mujeres pues "se estima que afectan entre 6-10% de las mujeres en edad reproductiva, entre 50-60% de las mujeres y adolescentes con dolor pélvico y hasta 50% de las mujeres que sufren de infertilidad. La prevalencia de mujeres asintomáticas es de aproximadamente un 2-50%, dependiendo de los criterios diagnósticos utilizados y de la población estudiada" (Durón González & Bolaños Morera, 2018).

A partir de otros estudios realizados por diversas ONGs se establece que la educación sexual o generalizada como la primaria y secundaria es una herramienta que ayuda a la mejora de la salud integral de la mujer y su familia. Establece que las mujeres que tienen al menos un mínimo de educación continuada tienen menor probabilidad de tener muertes prematuras por embarazos riesgosos, contraer enfermedades de transmisión sexual, tener embarazos tempranos o no deseados, utilizar métodos anticonceptivos y estar al tanto de los requerimientos nutricionales que necesita ella y sus hijos para poder proveerles un mejor futuro en términos de salud a largo plazo (Population Reference Bureau org, 2011).

La educación sexual dirigida a poblaciones de 15 a 30 años puede ser una herramienta para acceder a nuevas dinámicas sociales. En una investigación hecha por Population Reference

Bureau, organización sin fines de lucro que recopila estadísticas para fines de investigación en áreas como la salud, *The Effect of Girls' Education on Health Outcomes: Fact Sheet*, se determinó que en términos de fertilidad la educación en mujeres les permite controlar la cantidad de hijos que tienen en edades tempranas, aumentando la participación de estas en jornadas escolares. Esto se ve en el primer caso expuesto por esta organización donde en Mali, situada en Africa occidental, las mujeres sin acceso a la educación tenían hasta 7 hijos en malas condiciones lo que disminuía a 3 hijos por mujer con el acceso oportuno a información relacionada a la sexualidad (Population Reference Bureau org, 2011).

Incluso se logró demostrar que por un año de estudios primarios o secundarios se disminuyen al menos dos muertes de madres en embarazo y aquellas con hijos tienen mejores herramientas para su cuidado y nutrición. Poniendo en la balanza la prevención de contagio de enfermedades de transmisión sexual, e incluso de muchas otras que se derivan del aseo y la salud integral como la nutrición y actividades físicas, estas prácticas y esta información le ha permitido a la mujer continuar con sus estudios y salir de roles arraigados al patriarcado.

"La escuela tiene el potencial para convertirse en escenario propicio para la construcción social de la salud, dada su capacidad de convocatoria para articular diversos sectores y actores de la sociedad (De Salazar, 1999). Así mismo, la escuela constituye un contexto ideal para promover una fuerte alianza entre metas de salud y educación, así como para el encuentro entre educación y ciencia". (Jiménez et al, 2004).

El valor de la educación como estrategia de cuidado sobre este y otros temas hace que se vuelva una práctica social e inherente del ser humano. No todos ni todas nacen con el atributo del acceso a la educación, este concepto está atravesado por factores culturales y sociales como el estrato o la pobreza. Estas condiciones podrían determinar si la mujer tiene o no acceso a la información o acceso a un tratamiento completo de sus enfermedades (A. León, 2007).

Interseccionalidad para el tratamiento de información dirigida a la mujer

La interseccionalidad es una herramienta útil cuando la comunicación se dirige hacia un público determinado por género y edad. Esta teoría feminista explica cómo diferentes realidades pueden afectar una población o una mujer en particular. A partir del planteamiento de que la educación es un factor importante y determinante para la divulgación de temas relacionados con la salud integral de la mujer, no puede ignorarse el hecho de que no todas

las que representan un grupo poblacional como el ya planteado tienen la posibilidad de acceder de manera oportuna a una educación sexual y reproductiva de calidad.

“Comienza con la premisa de que la gente vive identidades múltiples, formadas por varias capas, que se derivan de las relaciones sociales, la historia y la operación de las estructuras del poder” (*Interseccionalidad: Una herramienta para la justicia de género y la justicia económica*, 2004). En consecuencia, no todas las mujeres pueden ser atravesadas por el privilegio de la educación, sino que habría que analizar cuáles son sus condiciones de vivienda, raza, etnia y estrato social, precisamente porque el proyecto está enfocado en mujeres de 15 a 30 años que tengan acceso a internet y puedan reproducir estos podcasts sin interferencia y con buena señal.

Es por ello que el nicho al que está dirigido el proyecto no es solamente para mujeres que pudieran tener acceso a internet si no también para aquellas que necesitan de un lenguaje práctico para poder entender los conceptos de estas enfermedades e incluso estaría claro que no podría ser consumido por mujeres con discapacidad auditiva para quienes sería necesario crear subtítulos y un formato vídeo-podcast que lo permita.

Metodología:

Para la realización de este proyecto se pondrá en práctica una metodología principalmente de tipo cualitativo cuyo primer paso es una exhaustiva revisión de literatura y datos, para la comprensión del amplio espectro de conceptos médicos y delimitaciones.

El uso correcto de nombres de síndromes, enfermedades, condiciones y consecuencias enruta el trabajo hacia una estrategia divulgativa de calidad dado que la pretensión es concientizar a la población femenina elegida respecto a las dificultades derivadas de enfermedades uterinas hormonales.

Debido a que la columna vertebral del tema es la salud integral de la mujer en Colombia en contextos de salud pública, es importante recopilar información de manera exploratoria sobre las necesidades y aflicciones de las mujeres a entrevistar para entender a cabalidad cómo producir contenido comprensible y de interés para estas personas.

La recopilación de la información señalada, se realizará a partir de sondeos, entrevistas grupos de discusión ya sean virtuales o presenciales. Las entrevistas se orientarán hacia mujeres entre los 15 a 30 años que hayan o no tenido una experiencia negativa en el diagnóstico de enfermedades uterinas hormonales, como muestra de una posterior cuantificación de las dificultades que padecen. Los resultados permitirán construir una narrativa consciente y humana que le dé al producto final del proyecto el sentido de utilidad que se quiere, apuntando a llenar vacíos conceptuales sobre las enfermedades señaladas.

Son muchas las mujeres que han encontrado dificultades durante el proceso de diagnóstico a través del sistema público de salud. Es por eso que se realizarán grupos de discusión para entender no solo el nicho de mercado al cual se estará dirigiendo el producto sonoro sino para realizar sondeos alrededor del tratamiento de la información. Al ser un tema que promueve la sensibilidad en algunas mujeres es necesario transmitir la información con sentido de consideración y empatía con las pacientes y futuros escuchas.

Los podcasts tendrán un orden enfocado en la estrategia del storytelling para promover una narrativa interesante y “enganchadora” a la hora de contar historias que genere engagement y promueva la fidelidad, se fortalezca la posibilidad de crear un formato que se vuelva viral y facilite el recuerdo y la fidelización de la audiencia.

La narrativa propia de la crónica genera empatía con el tema y apunta a las emociones para enganchar al oyente. Se incluye, por supuesto, información científica a partir de entrevistas con Maria Camila Torres profesional en Salud Sexual y Reproductiva que lidera el programa de Sexualidad con Sentido que ofrece el servicio médico de la Universidad del Rosario y José González psicólogo, como abre bocas acerca de la importancia de la educación sexual.

El capítulo piloto incluirá también la entrevista a una paciente con endometriosis que contará su historia, para luego explicar los conceptos y los signos de alarma que deben tenerse en cuenta para acudir al médico oportunamente.

Realización de temporada de podcast Síndrome de Ovario Poliquístico

Episodio	Tema	Justificación	Duración estimada
P1: Síntomas ligados al SOP	Conocer de manera general y sencilla	Para poder comenzar un proceso educativo que les permita a las	6 minutos

	<p>qué es el SOP y cómo se metaboliza en el cuerpo de la mujer.</p>	<p>mujeres contextualizar y conceptualizar la enfermedad que podrían estar padeciendo. Principalmente es necesario conocer qué sucede en el organismo durante el padecimiento del Síndrome de Ovario Poliquístico, que órganos permea y la definición clara del mismo.</p> <p>Este podcast sería un primer acercamiento al tema con una entrevista (en formato pregunta-respuesta) teniendo como referencia “Cambiando el guion” por Nancy Loaiza, un podcast que a pesar de basarse en entrevistas permite el dialogo conjunto y más relajado que hace comprensible el vocabulario científico.</p>	
<p>P2: La imagen de la mujer que padece del SOP</p>	<p>En algunos casos existen dificultades para poder no solo acceder a un servicio médico, sino que cuando ya se tiene es posible que el diagnóstico tarde en llegar por la falta de información y delimitación de los síntomas.</p>	<p>Es importante definir y delimitar cuales serían los síntomas de manera estratégica junto a un o una ginecóloga que pueda describir puntualmente rasgos característicos de la enfermedad. Como referente se dispone del testimonio pregrabado de una mujer que tuvo que asistir a más de 9 médicos para que dieran con el diagnóstico puntual de su condición que, reiteradamente, se confundió con sobrepeso.</p>	<p>6 minutos</p>
<p>P3: Depresión y SOP</p>	<p>La experiencia de mujeres que hayan padecido la enfermedad explicaría lo que realmente significa padecer dolores menstruales intensos, cambios de peso y de humor o simplemente la ausencia de la menstruación. Estos síntomas hacen parte de un</p>	<p>Este capítulo tiene como objetivo empatizar con las pacientes de esta enfermedad. Es un conjunto de testimonios de las consecuencias que trae a la vida cotidiana de alguien el hecho de estar en constante interacción con síntomas como el hirsutismo (crecimiento exagerado de vello), dolores menstruales y las dificultades para acceder al sistema de salud.</p>	<p>6 minutos</p>

	conjunto de conceptos como la violencia estética que de manera simple van a ser explicadas al oyente.		
--	---	--	--

Realización de temporada de podcast: Endometriosis

Episodio	Tema	Justificación	Duración estimada
No. 1: Definir la endometriosis	Conocer de manera general y sencilla que es y cómo se metaboliza en el cuerpo de la mujer.	Este capítulo sirve como referencia para llegar a las mujeres que aún no conocen esta enfermedad y que posiblemente podrían padecerla a raíz de su edad (15 a 30) o simplemente desean conocer el significado de esta enfermedad.	6 minutos.
No. 2: Síntomas para el diagnóstico de la endometriosis.	En algunos casos existen dificultades para poder no solo acceder a uno servicio médico, sino que cuando ya se tiene es posible que el diagnóstico tarde en llegar por la falta de información y delimitación de los síntomas.	Definir las características propias de la enfermedad que puedan ayudar a identificar de forma temprana su presencia en el cuerpo femenino. Un ginecólogo(a) hablará sobre la pertinencia de reconocer los síntomas como paso previo a la consulta médica.	6 minutos

Cronograma propuesto para el desarrollo de tesis:

Marzo 2023:

Actividad	Semana 1 (6 a 10 de marzo)	Semana 2 (13 a 17 de marzo)	Semana 3 (20 a 24 de Marzo)	Semana (27 a 31 de marzo)
-----------	-------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	------------------------------

Primera reunión con nueva directora de tesis para revisión de diseño	x			
Primera corrección de diseño de trabajo de grado. Se modificó el problema de investigación para modificar el diseño de trabajo de grado		x		
Revisión primera muestra de nuevo diseño de trabajo de grado. Corrección de justificación, metodología y estado del arte			X	
Semana de receso: Corrección de nuevas correcciones y agregar marco conceptual y metodología				X

Abril 2023	Semana 10 al 14	Semana 17 a 21	Semana 24 al 28
Realización de entrevistas a los dos primeros profesionales de la salud.	X María Camila Torres Conde- Maestría en Salud Sexual y Reproductiva David González- Psicólogo		
Rediseño de trabajo de grado (Introducción,		X	

justificación, marco conceptual)				
Construcción de preguntas referentes a la Ley de endometriosis			x	
Entrevistas a pacientes diagnosticadas de Sop para testimonios			x	

Actividad	Mayo 2023	Junio 2023	Julio 2023	Agosto 2023
Entrevistas a profesionales de la salud para podcast	X Ginecóloga/o , fuente ministerio de Salud.			
Edición de los primeros podcasts	x			
Edición últimos podcast		x		
Montaje página web		x		
Revisiones a la calidad de galería y productos sonoros ya montados en la página web			x	
Corrección de estilo y entrega				x

Proyecto final:

En este enlace se encuentra alojada la página web oficial de “Mujer prevenida vale por dos” en donde están recopilados los episodios de podcast de Síndrome de Ovario Poliquístico y de Endometriosis. También, se encuentra registrado un apartado sobre tratamientos alternativos para ambas enfermedades:

<https://sites.google.com/view/mujerprevenidavalepordos?usp=sharing>

Referencias:

1. Aníbal León. *Qué es la educación*. Educere, vol. 11, núm. 39, octubre-diciembre, 2007, pp. 595-604, Universidad de los Andes Venezuela

2. ABJAUDE, Samir Antonio Rodrigues et al . *¿Cómo influyen las redes sociales en la salud mental?*. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto , v. 16, n. 1, p. 1-3, mar. 2020 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762020000100001&lng=pt&nrm=iso>.
3. Baena, M. (2021, 20 octubre). *Endometriosis, enfermedad que afecta la vida social, laboral y sentimental de las mujeres que la padecen*. EFEMINISTA. <https://efeminista.com/endometriosis-salud-vida-mujeres/>
4. Bretón Torrecilla, S. (2015). *Programa de Educación para la Salud sobre Síndrome de Ovario Poliquístico dirigido a las adolescentes*. Universidad de Zaragoza, Facultad de Ciencias de la Salud, Departamento de Fisiatría y Enfermería, Área de Enfermería. Recuperado 4 de octubre de 2022, de <https://zagan.unizar.es/record/32030?ln=es>
5. Celaya, J. (2008). *La Empresa en la WEB 2.0*. Editorial Grupo Planeta, España.
6. Costello, M. y Eden, J. *A systematic review of the reproductive system effects of metformin in patients with polycystic ovary syndrome*. Fertil Steril. 2003 Jan;79(1):1-13.
7. Capítulo del libro de POZO ANDRÉS, María del Mar DEL; ÁLVAREZ CASTILLO, José Luís; LUENGO NAVAS, Julián y OTERO URTZA, Eugenio; *Teorías e instituciones contemporáneas de educación*, Madrid, Biblioteca Nueva, 2004. <https://www.ugr.es/~fjrrios/pce/media/1-EducacionConcepto.pdf>
8. Council of Europe. (2023, 15 marzo). *Una educación sexual integral protege a los niños y a las niñas, y ayuda a construir una sociedad más segura e inclusiva*. Commissioner for Human Rights. <https://www.coe.int/es/web/commissioner/-/comprehensive-sexuality-education-protects-children-and-helps-build-a-safer-inclusive-society>

9. Durón González, R. & Bolaños Morera, P. (2018, marzo). *Endometriosis*. Vol. 35 ISSN 1409-0015 Medicina Legal de Costa Rica Edición Virtual. Recuperado 4 de octubre de 2022, de <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v35n1/1409-0015-mlcr-35-01-23.pdf>
10. *Endometriosis*. (2021, 31 marzo). <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/endometriosis>
11. *Endometriosis* | *Office on Women's Health*. (s. f.). <https://www.womenshealth.gov/a-z-topics/endometriosis>
12. *Endometriosis: una enfermedad que sufren 3.5 millones de colombianas en silencio. Un problema de salud pública, que se abre paso en el Congreso*. (s. f.). Cámara de Representantes. <https://www.camara.gov.co/endometriosis-una-enfermedad-que-sufren-35-millones-de-colombianas-en-silencio-un-problema-de-salud>
13. *Estrategia metodológica para elaborar el estado del arte como un producto de investigación educativa*. Artículo de Carlos Enrique George Reyes. *Praxis educativa*, Vol. 23, No 3; septiembre – diciembre 2019 – E - ISSN 2313-9334X. Pp. 1-14. DOI: <https://dx.doi.org/10.19137/praxiseducativa-2019-230307>
14. Europa Press. (2018, 13 abril). *Vincula el síndrome de ovario poliquístico con trastornos de salud mental*. *infosalus.com*. <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-vincula-sindrome-ovario-poliquistico-trastornos-salud-mental-20180413071533.html>
15. Guerra Manzo, Enrique. *Las teorías sociológicas de Pierre Bourdieu y Norbert Elias: los conceptos de campo social y habitus* *Estudios Sociológicos*, vol. XXVIII, núm. 83, mayo-agosto, 2010, pp. 383-409 El Colegio de México, A.C. Distrito Federal, México
16. Giménez-Osorio SR y Ríos-González CM*. *Características clínicas y epidemiológicas del Síndrome de Ovario Poliquístico en un Hospital de referencia de Paraguay*. *Rev. cient. cienc. salud* 2020; 2(1):18-26.

17. *Hiperandrogenismo: qué es, síntomas y tratamiento.* (s. f.). Top Doctors.
<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/hiperandrogenismo>
18. Hütt Herrera, Harold. *LAS REDES SOCIALES: UNA NUEVA HERRAMIENTA DE DIFUSIÓN* Reflexiones, vol. 91, núm. 2, 2012, pp. 121-128 Universidad de Costa Rica San José, Costa Rica <https://www.redalyc.org/pdf/729/72923962008.pdf>
19. *Interseccionalidad: Una herramienta para la justicia de género y la justicia económica.* (2004, agosto). awid.
https://www.awid.org/sites/default/files/atoms/files/nterseccionalidad_-_una_herramienta_para_la_justicia_de_genero_y_la_justicia_economica.pdf
20. JIMENEZ MUNIVE, E.; MOSQUERA VASQUEZ, M.; OBREGON GALVEZ, R. *Comunicacion, participacion y salud sexual y reproductiva de los adolescentes: reflexiones metodologicas desde la perspectiva de comunicacion para el cambio social* *. Investigacion y Desarrollo, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 78, 2004. Disponible en:
<https://search-ebSCOhost-com.ez.urosario.edu.co/login.aspx?direct=true&AuthType=ip&db=edsgao&AN=edsgcl.152258934&lang=es&site=eds-live&scope=site>.
21. *Ley de endometriosis 328 de 2021.* Cámara de representates- Congreso de BOgotá. Diciembre de 2021.
22. Merchán Cuenca, V. J. (2017). *“El acné y su relación en el autoestima de los/las estudiantes del Bachillerato de la Unidad Educativa “ Fernández Suárez Palacio” del Barrio Carigán de la Ciudad de Loja”, periodo Febrero – Julio del 2016.*
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19511/1/TESIS%20VERONICA%20MERCHAN.pdf>
23. Merlano-Porras, C. & Gorbanev, L. (2013, 25 febrero). *Sistema de salud en Colombia: una revisión sistemática de literatura.*
<http://www.scielo.org.co/pdf/rgps/v12n24/v12n24a05.pdf>

24. Natalben. (2020). *Síndrome de Ovario Poliquístico y resistencia a la insulina*. Natalben. <https://www.natalben.com/sindrome-ovario-poliquistico/resistencia-a-la-insulina#:~:text=El%20SOP%20es%20un%20trastorno,causa%20o%20consecuencia%20del%20SOP>.
25. *Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) (for Teens)* - Nemours KidsHealth. (s. f.). <https://kidshealth.org/en/teens/pcos.html>
26. Population Reference Bureau org. (2011, 5 agosto). *The Effect of Girls' Education on Health Outcomes: Fact Sheet*. Recuperado 4 de octubre de 2022, de <https://www.prb.org/resources/the-effect-of-girls-education-on-health-outcomes-fact-sheet/>
27. *Programa de Educación para la Salud sobre Síndrome de Ovario Poliquístico dirigido a las adolescentes* - Repositorio Institucional de Documentos. (2015, 1 febrero). Recuperado 4 de octubre de 2022, de <https://zagan.unizar.es/record/32030?ln=es>
28. *Revista Cubana de Endocrinología*. (s. f.). <http://www.revendocrinologia.sld.cu/index.php/endocrinologia>
29. Rev Cubana Endocrinol v.15 n.2 Ciudad de la Habana Mayo-ago. 2004 ACOSTA CEDENO, Alina; MONTEAGUDO PENA, Gilda y MENCAL ALAYON, Ahmed. *Hormonal pattern of women with clinical and echographic diagnosis of polycystic ovary syndrome*. Rev Cubana Endocrinol [online]. 2004, vol.15, n.2 [citado 2022-09-05]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532004000200003&lng=es&nrm=iso. ISSN 1561-2953.
30. Salazar, M. F. (2015). *SINDROME DE OVARIO POLIQUISTICO: IMPORTANCIA DE LA PRESENTACION CLINICA PARA EL DIAGNOSTICO*. repository.udca.edu.co. Recuperado 9 de marzo de 2023, de <https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/458/MONOGRAFIA%20sx%20ova%20polisquistico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

31. *Síndrome de ovario poliquístico* / *Oficina para la Salud de la Mujer*. (s. f.).
<https://espanol.womenshealth.gov/a-z-topics/polycystic-ovary-syndrome>
32. *Síndrome del ovario poliquístico* / coordinadores, M. A. Checa Vizcaíno, J. J. Espinós Gómez, R. Matorras Weining. — Buenos Aires ; Madrid : Médica Panamericana, [2005] X, 182 p. : il. ; 24 cm ISBN 84-7903-599.
33. Sáez C, Roca A, Torres M, Urra-Canales A, Muñoz J. *Epidemiology of polycystic ovary syndrome in Chillan-Chile*. Rev ANACEM 2016; 10(1): 15-21
34. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2011). *Education counts: towards the Millennium Development Goals*. ED.2010/WS/44 REV. (Fre and Spa only) & REV.2 (Eng. only)40 p., illus.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000190214>
35. Vallecillo TA. *Diagnóstico de síndrome de ovario poliquístico*. Rev Med Cos Cen. 2012;69(603):431-434. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2012/rmc124t.pdf>