

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua - León
Área de conocimiento Específica de Ciencias Médicas
Área de Conocimiento Específica Enfermería



Monografía para optar al título de Licenciatura en Ciencias de Enfermería

Título: Determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en un puesto de salud Urbano.

Autores:

- Br: Leydi Yalexá Gámez Niño. N° de carnet: 20-03415-2
- Br: Luz Marina Lovo Sandoval. N° de carnet: 20-03552-2
- Br: Luisa Amanda Gonzales Quezada. N° de carnet: 20-03187-2

Tutor:

- Lic. Dulce María López Muñoz.

León, mayo del 2025.

2025: 46/19 Siempre más allá! avanzamos en la Revolución!

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua - León
Área de conocimiento Específica de Ciencias Médicas
Área de Conocimiento Específica Enfermería



Monografía para optar al título de Licenciatura en Ciencias de Enfermería

Título: Determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en un puesto de salud Urbano.

Autores:

- Br: Leydi Yalexá Gámez Niño. N° de carnet: 20-03415-2
- Br: Luz Marina Lovo Sandoval. N° de carnet: 20-03552-2
- Br: Luisa Amanda Gonzales Quezada. N° de carnet: 20-03187-2

Tutor:

- Lic. Dulce María López Muñoz.

León, mayo del 2025.

2025: 46/19 Siempre más allá! avanzamos en la Revolución!



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, LEÓN (UNAN-LEÓN)
FUNDADA EN 812

DIRECCIÓN DE ENFERMERÍA

Carta de autorización del tutor.

León, 25 de Abril del 2025.

Lic. Jennyfer Flores
Directora de Enfermería
Área del conocimiento Ciencias Médicas

Estimada Lic. Flores

Después de haber revisado el informe final de monografía para optar a título de Licenciada en Ciencias de Enfermería titulado: *Determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en un puesto de salud urbano.*

Área: Salud pública

Línea de investigación: No 12. Planificación y educación sexual.

Realizado por las Bras:

- **Br. Leydi Yalexá Gámez Niño. N° de Carnet 20-03415-2**
- **Br. Luz Marina Lovo Sandoval. N° de Carnet 20-03552-2**
- **Br. Luisa Amanda Gonzáles Quezada. N° de Carnet 20-03187-2**

Doy fe que este estudio cumple con todos los requisitos científicos y metodológicos, por tanto, considero que es viable para su defensa. Sin más a que hacer mención me despido de usted con respeto y consideración hacia su persona.

Atentamente:

Lic. Dulce María López Muñoz
Tutor de investigación.
Docente de Enfermería.
UNAN-León.

Cc: Archivo

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo analizar los determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en una unidad de salud urbana. Estudios analíticos de casos y controles, realizado en una población de estudio de 210 pacientes que consta de (70 casos y 140 controles), el cuestionario se obtuvo a través de preguntas cerradas.

La información se procesó en el programa estadístico sSPSSv21, se encontró que la mayoría de las pacientes tienen 33 años de edad y profesan la religión evangélica y escolaridad universitaria.

Como situaciones estresantes, problemas constantes con su pareja, carga laboral, horas de trabajo, gastos del hogar, métodos anticonceptivos, tiempo de uso, número de hijos, periodo menstrual, aumento de peso, consumo de carnes rojas, bebidas azucaradas y bebidas energizantes.

Continuar estrategias de la promoción mediante campañas informativas, talleres, charlas, apoyo psicoemocional, Enfoque integral en mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos. Fortalecer una buena salud ginecológica haciendo constantes consultas ginecológicas, ecografías pélvicas, e historial clínico en mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos. Reforzar y dar continuidad con las consejerías significativas e individualizadas a cada una de las mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos. Continuar el seguimiento oportuno a las mujeres que padecen de síndrome de ovario poliquísticos.

Palabras claves: Determinantes personales, hábitos alimenticios, síndrome de ovario poliquísticos.

AGRADECIMIENTO

Damos gracias a Dios, sobre todas las cosas por darnos la capacidad y entendimiento para poder culminar nuestro trabajo de estudio.

A nuestros padres por ser la fuente de apoyo, fundamental para continuar con nuestra preparación como futuros profesionales.

A nuestros hermanos por su apoyo incondicional y por qué siempre han creído en nuestras metas y nos han impulsado a seguir adelante cada día.

A las pacientes del programa de planificación familiar de un puesto de salud urbano por haber colaborado con nosotras en toda la información que nos brindaron.

A nuestra tutora Lic. Dulce López por su valiosa colaboración disponibilidad y paciencia por brindarnos su conocimiento que nos permitieron realizar dicho trabajo.

- Br: Leydi Yalexá Gámez Niño
- Br: Luz Marina Lovo Sandoval.
- Br: Luisa Amanda Gonzales Quezada.

DEDICATORIA

El presente estudio es producto de nuestro esfuerzo y dedicación continua, gracias a Dios nuestro señor que nos permitió la vida para llevar a cabo la realización del mismo, capacidad y análisis para asimilar los conocimientos científicos aplicados para lograr los objetivos propuestos.

A nuestros padres por brindarnos comprensión, apoyo y motivación para poder culminar nuestros estudios.

- Br: Leydi Yalexá Gámez Niño
- Br: Luz Marina Lovo Sandoval.
- Br: Luisa Amanda Gonzales Quezada.

Índice.

Contenido.	N° Pág.
I. Introducción -----	1
II. Antecedentes -----	3
III. Justificación -----	4
IV. Planteamiento del problema -----	5
V. Hipótesis -----	6
VI. Objetivos -----	7
VII. Marco teórico -----	8
VIII. Diseño metodológico -----	22
IX. Resultados -----	29
X. Discusión de resultados -----	39
XI. Conclusiones -----	45
XII. Recomendaciones -----	47
XIII. Bibliografía -----	48
XIV. Anexos -----	53

I. Introducción

La organización mundial de la salud define que más de 116 millones de mujeres (3,4 %) se ven afectadas por este síndrome de ovarios poliquísticos como un trastorno hormonal relacionado a los cambios en los niveles hormonales de las hormonas sexuales femeninas, estrógeno y progesterona, ya los cambios en los niveles del andrógeno, hormona masculina presente en pequeñas cantidades en la mujer. ⁽¹⁾

A nivel mundial existen un 18% de las mujeres que padecen de síndrome de ovarios poliquísticos. Se estima que síndrome de ovarios poliquísticos afecta aproximadamente a las mujeres en edad reproductiva en todo el mundo. ⁽²⁾

En los Países europeos, la prevalencia del síndrome de Ovario poliquísticos en la población general ronda el 6,5%, en un estudio prospectivo, realizado en mujeres en edad reproductiva. ⁽³⁾

En América el síndrome de ovarios poliquísticos es una enfermedad multifactorial que se ha vinculado a la depresión, la ansiedad, el estrés, la insatisfacción de la imagen corporal, trastornos sexuales y de la alimentación, el funcionamiento cognitivo, calidad de vida y el bienestar psicológico; la concurrencia de este tipo de situaciones psicológicas alimenta la condición somática en mención. ⁽⁴⁾

En Latinoamérica, La prevalencia del Síndrome de ovario poliquísticos se estima entre el 40%, de la población general, ya que un 50 a un 65 % de las pacientes que sufren síndrome de ovarios poliquísticos cursan con obesidad y de estas un 35 a 45 % presentan intolerancia a la glucosa, incrementando hasta 2 veces la posibilidad de desarrollar diabetes mellitus tipo 2 para la edad de cada paciente. ⁽⁵⁾

Centro América la prevalencia síndrome de ovarios poliquísticos es de aproximadamente el 22% de la población este síndrome de ovarios poliquísticos es más común en pacientes anovulatorias crónicas (80%) y en mujeres obesas (50-70%). ⁽⁶⁾

En Nicaragua se realizó un estudio donde se valoró los determinantes personales y hábitos alimenticios encontrando síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en las unidades de salud urbana, con un mayor porcentaje de mujeres menores de 30 años.

León En un estudio realizado se evaluó el abordaje del síndrome de ovarios poliquístico en mujeres atendidas en las unidades de salud urbana del territorio Mántica durante el período de enero a diciembre de 2018 encontrando una prevalencia de un 35.7% de las mujeres con diagnóstico de síndrome de ovarios poliquísticos tenían edades entre 15 y 20 años. ⁽⁷⁾

El estudio de investigación está enfocado en el área de salud pública en enfermedades crónicas e infecciosas específicamente a la línea de investigación #12; planificación y educación sexual; ya que investiga sobre la educación y promoción de la sexualidad segura, caracterizando el uso de métodos anticonceptivos y los factores relacionados a su rechazo, identificando las conductas sexuales de riesgo desarrolladas por grupos poblacionales de riesgo.

II. Antecedentes

En el año 2015 Garzón Quezada realizó un estudio analítico descriptivo transversal acerca de la prevalencia y factores asociados de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en el hospital Luis F. Martínez se encontró que la prevalencia de síndrome de ovarios poliquísticos fue del 7,8% y de los factores de riesgo fue: antecedentes familiares de SOP con el 20,2%. Se encontró asociación estadística entre el Síndrome de Ovarios poliquísticos y el consumo de alcohol con RP 4,1 (IC 1,23- 14,08) y fumar con RP 3,63 (IC 1,12-11,72).⁸

En el año 2017 Cordero Susana realizó un estudio analítico descriptivo transversal acerca de la prevalencia y factores asociados al ovario poliquísticos en adultas de las parroquias urbanas de la ciudad de Cuenca Eduardo, se consideró estadísticamente que el aumento en la concentración de estrógenos con OR 1,4 IC 95% 2,8-55.6 valor de $p=0,000$, se presentó como un factor asociado a ovarios poliquísticos.⁹

En el año 2018 Jaramillo Paola realizó un estudio analítico descriptivo transversal acerca de la prevalencia y factores asociados al síndrome de ovarios poliquísticos en adolescentes en el Hospital José Carrasco Arteaga en el área de ginecología en la ciudad de Cuenca durante por lo cual la muestra. Se encontró asociación estadísticamente significativa con los antecedentes familiares OR 3.50 IC95%: 1.32-9.28; $p=0.008$ y con la obesidad OR 5.03 IC95%: 2.06-12.29, $p=0.000$ prevalencia de Síndrome de ovarios poliquísticos es alta y está asociada a los antecedentes familiares y la obesidad.¹⁰

En el año 2021 Rodríguez Katherine realizó un estudio analítico descriptivo transversal acerca de factores de riesgos para el desarrollo de ovario poliquísticos en pacientes atendidas en el servicio de gineco-obstetricia del hospital Ventanilla. Entre los factores sociodemográficos, la ocupación y el estado civil mostraron un p valor menor a 0,05 en su asociación al ovario poliquístico. El número de hijos, caso de abortos, la disfunción de la foliculogénesis, la infertilidad y la cirugía tubárica dieron un p -valor menor a 0,001 en todos los casos. Entre los factores patológicos, el sobrepeso/obesidad estuvo estadísticamente asociado ($p<0,001$).¹¹

III. Justificación

El síndrome de ovarios poliquísticos es la causa más común de trastornos del ciclo menstrual, infertilidad femenina e hiperandrogenismo. en su definición se han tenido en cuenta criterios clínicos (trastornos del ciclo, hiperandrogenismo clínico), hormonales (hiperandrogenismo de laboratorio) y/o ecográficos (aspecto de ovarios poliquísticos).

Existente algunos factores que pueden elevar las posibilidades de desarrollar dicho Síndrome. Desequilibrio hormonal, Quistes en los ovarios, Resistencia a la insulina, Inflamación de bajo grado. Herencia, Infertilidad, periodos menstruales irregulares.¹³

Este estudio se hace con el objetivo Analizar los determinantes personales y hábitos alimenticios asociados con el desarrollo del síndrome de ovarios poliquísticos lo cual disminuyendo la calidad de vida en las mujeres que lo padecen lo que conlleva a muchos factores de riesgos.

El propósito de este estudio es analizar los determinantes personales y hábitos alimenticios relacionadas al Síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres que asisten al centro de salud, del departamento de León.

Dicho estudio será de utilidad a:

Dirección del centro de salud: A una unidad de salud urbana, para fortalecer estrategias de la promoción de la prevención en la salud ginecológica en mujeres con el Síndrome de ovarios poliquísticos, para que motive al personal de enfermería encargado que siga planificando capacitaciones sobre salud en el área de ginecología en mujeres.

Al personal de enfermería: Para que brinde una buena detección temprana en relación al Síndrome de ovarios poliquísticos a todas las mujeres que asisten a la unidad de salud.

Futuros investigadores: Que deseen continuar investigando: para realizar nuevos estudios con la información obtenida del estudio.

IV. Planteamiento del problema

El síndrome de ovarios poliquísticos es un trastorno endocrino Y metabólico que afecta al 4-20% de las mujeres en edad reproductiva, dependiendo de los criterios diagnósticos utilizados. Esta patología se caracteriza por la presencia de hirsutismo, acné, irregularidad menstrual e infertilidad, imagen corporal debido a la obesidad, preocupaciones donde comprometen la calidad de vida esto lleva a un aumento de enfermedades.

En los Determinantes personales Existe una predisposición genética al Síndrome de ovarios poliquísticos. Las mujeres con antecedentes familiares de síndrome de ovarios poliquísticos tienen un mayor riesgo de desarrollar la condición La obesidad está estrechamente relacionada con el síndrome de ovarios poliquísticos. El exceso de peso puede empeorar los síntomas y complicaciones, la resistencia a la insulina y problemas de fertilidad, los desequilibrios hormonales, como el exceso de andrógenos (hormonas masculinas) son características principales del síndrome de ovarios poliquísticos.

En los Hábitos alimenticios el consumo excesivo de carbohidratos refinados puede aumentar la resistencia a la insulina, lo que empeora los síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos, los alimentos procesados y grasas saturadas, pueden contribuir al aumento de peso y la inflamación. Las deficiencias de nutrientes, como el magnesio y las vitaminas del complejo B, pueden empeorar los síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos. y afectar la salud en general. ¹²

Por lo antes expuesto se plantea la siguiente interrogante:

¿Cuáles son los determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo del síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres que asisten a un puesto de salud urbano?

V. Hipótesis

Los determinantes personales como tener situaciones estresantes con la familia, trabajar más de ocho horas, usar el mismo método anticonceptivo por más de un año; al igual que los hábitos alimenticios como; ingesta excesiva de bebidas carbonatadas, muy azucaradas y el consumo de comidas con cantidades excesivas de grasa, son determinantes para el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.

VI. Objetivos

Objetivo General

- Analizar los determinantes personales y hábitos alimenticios asociados con el desarrollo del síndrome de ovarios poliquísticos con mujeres que asisten a un puesto de salud urbano.

Objetivo Especifico

- Caracterizar socio demográficamente a la población en estudio.
- Identificar los determinantes personales asociados al desarrollo del síndrome de ovarios poliquísticos.
- Determinar los hábitos alimenticios relacionados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.

VII. Marco teórico

Palabras claves:

Síndrome de ovarios poliquísticos: El síndrome de ovarios poliquísticos es un problema hormonal que se produce durante la edad reproductiva. También es posible que presentes un exceso de una hormona denominada andrógeno en el organismo.

Determinantes personales: Son aquellos que acompañan al nombre y lo sitúan en el tiempo o en el espacio con respecto al hablante. Los demostrativos pueden ser pronombres. Cuando es así sustituyen al nombre y llevan tilde.¹⁴

Hábitos alimenticios: Comprende un conjunto de habilidades que desempeñan el papel de mecanismos de decisión los cuales organizan y orientan la conducta ordinaria y por consiguiente nuestro comportamiento alimentario: lo que comemos y el modo como lo comemos, es decir, el consumo cotidiano de alimentos.¹⁵

- **Generalidades Asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.**

✓ **Definición**

El síndrome de ovarios poliquísticos es una afección en la que se presentan períodos menstruales escasos, inusuales o muy largos. A menudo provoca el exceso de una hormona masculina llamada andrógeno. Se desarrollan muchos sacos pequeños de líquido en los ovarios. Es posible que no liberen óvulos de manera regular.

✓ **Síntomas**

Los síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos suelen comenzar gradualmente. Pueden incluir acné y piel grasosa, aumento de peso y problemas para bajar de peso, períodos irregulares, Vello excesivo en el rostro, el pecho, el abdomen o los muslos (hirsutismo), Pérdida de cabello que sigue patrones masculinos (alopecia), Problemas de fertilidad: El Síndrome de ovarios poliquísticos es una de las principales causas de esterilidad debido a la anovulación. Las personas con SOP pueden tener dificultades

para concebir, menstruaciones abundantes, largas, intermitentes o imprevisibles o periodos sin menstruación. ¹⁶

Resistencia a la insulina: Un trastorno metabólico que afecta la regulación del azúcar en sangre, Disfunción neuroendocrina: Hipersecreción de la hormona LH, Disfunción de la esteroidogénesis: Alteración en la producción de hormonas por el ovario, problemas para quedar embarazada y depresión.

El síndrome del ovario poliquístico puede ser más evidente después de un aumento de peso, Acantosis nigricans (pigmentación café en zonas de pliegues) Aparición de verrugas en estas mismas áreas.

✓ **Causas**

El síndrome de ovarios poliquísticos es causado por un desequilibrio hormonal. Las causas del desequilibrio no se comprenden por completo. Pero la genética puede ser un factor. El síndrome del ovario poliquístico parece ser hereditario. Las probabilidades de que lo padezca son mayores si otros familiares tienen el síndrome de ovarios poliquísticos o diabetes.

✓ **Características principales**

Menstruación irregular: Las personas con síndrome de ovarios poliquísticos pueden experimentar períodos menstruales escasos, inusuales o muy largos .

Amenorrea: Ausencia total de períodos menstruales.

Algomenorrea: Falta de períodos menstruales frecuente.

Períodos anovulatorios: Sangrado sin ovulación, Periodos muy abundantes

Exceso de hormona masculina (andrógenos): El síndrome de ovario poliquístico a menudo provoca el exceso de andrógenos, lo que puede manifestarse en: acné o piel grasa.

Factores de riesgos: Diabetes tipo II, Obesidad, Hipertensión, aumento de grasa en el abdomen, Hiperinsulinemia, relacionada con los niveles de insulina en la sangre.

✓ **Diagnóstico:**

Para diagnosticar el síndrome del ovario poliquístico, el médico le hará preguntas sobre sus síntomas y ciclos menstruales. El médico también realizará un examen

físico. Le realizarán algunas pruebas analíticas para comprobar el azúcar en sangre, la insulina y otros niveles hormonales. También le realizarán una ecografía para ver si hay quistes en los ovarios.

✓ **Prevención**

La prevención del síndrome de ovario poliquístico consiste en eliminar los factores de riesgo que se puedan modificar. De todos ellos el más importante es la obesidad, que hoy en día es una verdadera epidemia en los países desarrollados y empieza a serlo en los países en vías de desarrollo.

✓ **Tratamiento**

El ejercicio regular, los alimentos sanos y el control del peso son los tratamientos clave para el síndrome de ovarios poliquísticos. El médico puede recetar pastillas anticonceptivas para reducir los síntomas y ayudar a regular los períodos, o medicamentos para la fertilidad si tiene problemas para quedar embarazada. El tratamiento puede reducir los síntomas y ayudar a prevenir problemas de salud a largo plazo.¹⁷

● **Determinantes personales asociados al síndrome de ovarios poliquísticos**

El síndrome de ovarios poliquísticos es una entidad muy común en las mujeres en edad fértil caracterizada por la presencia de hiperandrogenismo, fundamentalmente de origen ovárico, oligoovulación, y en una elevada proporción de pacientes resistencia a la insulina, obesidad y alteraciones metabólicas, agrupando una serie de factores de riesgo cardiovascular y aterosclerosis subclínica la cual puede estar asociados a los determinantes personales de las mujeres que lo padecen.¹⁸

✓ **Situaciones estresantes:**

Estrés familiar: Problemas familiares como conflictos, tensiones o cambios importantes en la dinámica familiar pueden desencadenar estrés emocional. El estrés crónico relacionado con la familia puede afectar el equilibrio hormonal y metabólico en el cuerpo, lo que podría contribuir al desarrollo o empeorar los síntomas de síndrome de ovarios poliquísticos.

Estrés laboral: El estrés en el trabajo, como la presión laboral, los plazos ajustados, la

inseguridad laboral o los conflictos con colegas, puede ser una fuente significativa de estrés crónico para muchas personas. El estrés laboral prolongado puede desencadenar respuestas de estrés en el cuerpo que pueden afectar la función hormonal y metabólica, lo que podría influir en el desarrollo o exacerbación del síndrome de ovarios poliquísticos. Estrés en la pareja: Problemas en la relación de pareja, como conflictos, falta de comunicación, problemas sexuales o tensiones financieras, pueden ser una fuente importante de estrés emocional. El estrés relacionado con la pareja puede afectar la salud mental y emocional de una persona, lo que a su vez puede influir en el equilibrio hormonal y metabólico y contribuir al desarrollo o empeoramiento del síndrome de ovario poliquístico.

Estrés económico: La preocupación por problemas financieros, como la falta de empleo, la inseguridad laboral, las deudas, los gastos médicos u otros problemas económicos, puede ser una fuente importante de estrés para muchas personas. El estrés económico crónico puede afectar el equilibrio hormonal y metabólico en el cuerpo lo que podría contribuir al desarrollo o empeoramiento de síndrome de ovarios poliquísticos.

Sobrecarga de trabajo: Tener una carga laboral excesiva, plazos ajustados, presión por rendir, largas horas de trabajo o falta de control sobre la carga laboral pueden ser fuentes significativas de estrés en el trabajo. El estrés relacionado con la sobrecarga de trabajo puede afectar la salud física y mental, lo que a su vez puede influir en el equilibrio hormonal y metabólico y contribuir al desarrollo o exacerbación del síndrome de ovarios poliquísticos.¹⁹

✓ Uso de métodos Anticonceptivos

El uso de métodos anticonceptivos puede ser beneficioso para algunas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos y puede ayudar a controlar varios aspectos del trastorno.

Los métodos anticonceptivos que suelen ser utilizados en el manejo del síndrome de ovario poliquísticos son: Píldoras anticonceptivas combinadas que Contienen estrógeno y progestina, Anticonceptivos orales solo con progestina, Anillo vaginal anticonceptivo, Parche anticonceptivo, Dispositivo intrauterino (DIU) con progestina, inyecciones,

anticonceptivas con progestina.

Regularización del ciclo menstrual: Muchas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos experimentan ciclos menstruales irregulares o ausentes debido a la anovulación. Los anticonceptivos hormonales, como las píldoras anticonceptivas combinadas (que contienen estrógeno y progestina), pueden ayudar a regularizar el ciclo menstrual al inducir una menstruación mensual artificialmente.

Reducción de síntomas de hiperandrogenismo: Los anticonceptivos hormonales pueden ayudar a reducir los síntomas de hiperandrogenismo, como el acné y el hirsutismo, al disminuir los niveles de hormonas masculinas (andrógenos) en el cuerpo.

Prevención del crecimiento de quistes ováricos: Al suprimir la producción de hormonas estimulantes del folículo y la hormona latinizante, los anticonceptivos hormonales pueden ayudar a prevenir la formación de quistes ováricos característicos del síndrome de ovarios poliquístico.

Protección del endometrio: Algunas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos pueden tener un mayor riesgo de hiperplasia endometrial debido a la anovulación prolongada. Los anticonceptivos hormonales pueden ayudar a proteger el revestimiento del útero (endometrio) al inducir ciclos menstruales regulares y prevenir la acumulación excesiva de tejido endometrial.²⁰

✓ Edad

El síndrome de ovarios poliquísticos puede afectar a mujeres en una amplia gama de edades, pero suele manifestarse principalmente durante la edad reproductiva, desde la adolescencia hasta la edad adulta temprana.

En general, las edades más comunes en las que las mujeres experimentan los síntomas del Síndrome de ovarios poliquísticos suelen ser entre los 15 y los 45 años. Sin embargo, es importante destacar que el Síndrome de ovarios poliquísticos puede afectar a mujeres de todas las edades, incluyendo adolescentes, mujeres jóvenes, adultas y, en algunos casos, incluso mujeres posmenopáusicas.²¹

Adolescencia y edad temprana: En mujeres jóvenes, el síndrome de ovarios poliquísticos comienza a manifestarse poco después de la menarquia (primer periodo menstrual).

Edad reproductiva: Durante la edad reproductiva, que abarca desde la adolescencia hasta los 40-45 años, las mujeres con síndrome de ovario poliquístico pueden experimentar dificultades para concebir debido a la anovulación y los desequilibrios hormonales asociados con el trastorno.

Peri menopausia y menopausia: A medida que una mujer se acerca a la peri menopausia y la menopausia, los síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos pueden cambiar. ²²

✓ **Paridad**

El síndrome de ovarios poliquísticos puede afectar a mujeres tanto nulíparas (que no han tenido hijos) como multíparas (que ya tienen hijos) de diversas maneras, Mujeres nulíparas:

Dificultades para concebir: Una de las características principales del síndrome de ovarios poliquísticos es la anovulación, que puede dificultar la concepción. Las mujeres nulíparas con síndrome de ovarios poliquísticos pueden experimentar ciclos menstruales irregulares o ausentes, lo que puede hacer que sea más difícil quedar embarazada.

Problemas de salud reproductiva: El síndrome de ovario poliquístico puede tener efectos a largo plazo en la salud reproductiva de una mujer, lo que puede influir en su capacidad para concebir en el futuro.

Abortos espontáneos: Las mujeres con síndrome de ovario poliquístico pueden tener un mayor riesgo de abortos espontáneos, aunque la relación exacta entre el síndrome de ovario poliquístico y los abortos espontáneos no siempre está clara. Sin embargo, los desequilibrios hormonales y otros factores asociados con el síndrome de ovario poliquístico pueden aumentar la probabilidad de abortos espontáneos recurrentes, lo que podría influir en la paridad de una mujer. ²³

Tratamientos para la fertilidad: Algunas mujeres con síndrome de ovario poliquístico pueden requerir tratamientos para la fertilidad, como la inducción de la ovulación o la fertilización in vitro (FIV), para concebir. Estos tratamientos pueden afectar la paridad de una mujer, ya sea limitando la cantidad de embarazos que una mujer desea tener o aumentando la probabilidad de embarazos múltiples.

Mujeres multíparas:

Mayor riesgo de complicaciones durante el embarazo: Si una mujer con síndrome de ovarios poliquísticos ya ha tenido hijos, puede enfrentar un mayor riesgo de ciertas complicaciones durante el embarazo, como la diabetes gestacional, la preeclampsia, el parto prematuro y el crecimiento fetal alterado. Estas complicaciones pueden afectar tanto la salud de la madre como la del bebé.

Complicaciones metabólicas postparto: Después del parto, las mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos pueden enfrentar un mayor riesgo de desarrollar complicaciones metabólicas, como resistencia a la insulina, diabetes tipo 2 y dislipidemia. Estas complicaciones pueden requerir un manejo adicional y cambios en el estilo de vida para reducir el riesgo de problemas de salud a largo plazo.²⁴

Necesidad de manejo especializado durante el embarazo: Las mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos pueden requerir un manejo especializado durante el embarazo para controlar y prevenir complicaciones. Esto puede incluir monitoreo más frecuente de la glucosa en sangre para detectar la diabetes gestacional, control de la presión arterial para prevenir la preeclampsia y seguimiento cercano del crecimiento fetal para detectar posibles problemas.²⁵

✓ Desequilibrio Hormonal

El desequilibrio hormonal es una característica central del síndrome de ovarios poliquísticos y puede tener varios efectos en las mujeres que lo padecen.

Anovulación: Una de las principales manifestaciones del desequilibrio hormonal en el síndrome de ovarios poliquísticos es la anovulación, que se refiere a la falta de ovulación regular. Esto puede causar ciclos menstruales irregulares o ausentes, lo que puede dificultar la concepción y llevar a problemas de fertilidad.

Aumento de andrógenos: Los andrógenos son hormonas sexuales masculinas que también están presentes en las mujeres, pero en niveles mucho más bajos que en los hombres. En el síndrome de ovarios poliquísticos, los ovarios pueden producir niveles elevados de andrógenos, como la testosterona, que pueden causar síntomas como el acné, el crecimiento excesivo de vello (hirsutismo), la pérdida de cabello en patrón masculino (alopecia androgénica) y cambios en la menstruación.

Estrógeno: Aunque los niveles de estrógeno pueden ser normales o incluso elevados en algunas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos, el equilibrio entre estrógeno y progesterona puede verse alterado. Esto puede llevar a problemas en el ciclo menstrual, como ciclos menstruales irregulares o prolongados y dificultades para concebir (infertilidad).

Hormona folículo-estimulante (FSH) y hormona luteinizante (LH): En mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos, los niveles de FSH y LH pueden estar desequilibrados en comparación con mujeres sin la condición. La relación entre FSH y LH puede estar alterada, lo que puede afectar la maduración de los óvulos en los ovarios y contribuir a la formación de quistes ováricos característicos del síndrome de ovarios poliquísticos.

Aumento de hormonas masculinas (andrógenos): Las mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos a menudo tienen niveles elevados de hormonas masculinas, como la testosterona, en comparación con las mujeres sin el trastorno. Este aumento de andrógenos puede causar síntomas como acné severo, hirsutismo (exceso de vello corporal, especialmente en la cara, pecho y abdomen) y pérdida de cabello en la cabeza (alopecia androgénica).

Resistencia a la insulina: Muchas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos tienen resistencia a la insulina, lo que significa que sus células no responden adecuadamente a la insulina. Esto puede provocar niveles elevados de insulina en sangre, lo que a su vez puede estimular la producción de andrógenos y contribuir a la anovulación y otros síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos. La resistencia a la insulina también está asociada con un mayor riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 y enfermedad cardiovascular.²⁶

Desequilibrio de hormonas reproductivas: En el síndrome de ovarios poliquísticos, hay un desequilibrio en las hormonas reproductivas, como la hormona luteinizante y la hormona estimulante del folículo.

Alteraciones menstruales: La obesidad aumenta hasta cuatro veces la frecuencia de las alteraciones menstruales en mujeres con ovarios poliquísticos. Incluso si una mujer tiene ciclo regulares la obesidad puede afectar la calidad de los ovocitos y la maduración del endometrio.

Niveles elevados de insulina: Los niveles elevados de insulina circulante pueden desencadenar una gran cantidad de reacciones dirigidas a promover el almacenamiento de grasa corporal. Además, la insulina interfiere en el uso de la grasa como combustible, lo que significa que el cuerpo puede ser más resistente a abandonar sus reservas de grasa, sobre peso y obesidad en el síndrome de ovario poliquísticos.²⁶

✓ **Antecedentes Familiares**

Se ha observado que muchas mujeres diagnosticadas con el síndrome de ovarios poliquístico tienen antecedentes familiares de la enfermedad. Esto significa que si hay casos del síndrome de ovarios poliquísticos en la familia (como madre, tía, hermanas o primas), es más probable que una mujer también desarrolle esta afección Aunque no se conoce la causa exacta del el síndrome de ovarios poliquísticos la genética parece desempeñar un papel importante.

Predisposición genética: Se ha observado que el síndrome de ovarios poliquísticos tiende a ser más común en familias donde una o más mujeres tienen el trastorno. Los estudios sugieren que hay un componente genético en la predisposición al síndrome de ovarios poliquísticos, y las mujeres con familiares cercanos que tienen el síndrome de ovarios poliquísticos tienen un mayor riesgo de desarrollar el trastorno ellas mismas.

Herencia multifactorial: Si bien hay evidencia de una predisposición genética al síndrome de ovarios poliquísticos, también se reconoce que el trastorno es complejo y multifactorial, lo que significa que está influenciado por una combinación de factores genéticos y ambientales.²⁶

- **Hábitos alimenticios asociados con el desarrollo del síndrome de ovario poliquísticos.**

✓ **Consumo excesivo de Proteínas**

El consumo excesivo de proteínas, especialmente si proviene de fuentes ricas en grasas saturadas, puede contribuir al aumento de peso o a la obesidad. El exceso de peso y la obesidad están asociados con un mayor riesgo de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos y pueden empeorar los síntomas de la condición.

Las proteínas animales, puede aumentar la resistencia a la insulina en el cuerpo. La resistencia a la insulina es una característica común del síndrome de ovarios poliquísticos y puede empeorar los síntomas como la irregularidad menstrual y la dificultad para perder peso.

Consumir proteínas en exceso, especialmente si provienen de fuentes animales, puede influir en los niveles hormonales en el cuerpo. Si bien no hay evidencia concluyente de que el consumo excesivo de proteínas cause directamente el síndrome de ovario poliquísticos, los desequilibrios hormonales pueden contribuir al desarrollo y la exacerbación de la condición.

Desequilibrios nutricionales: Centrarse demasiado en el consumo de proteínas puede llevar a desequilibrios en la ingesta de otros nutrientes importantes, como carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales. Una dieta equilibrada y variada es esencial para garantizar que el cuerpo reciba todos los nutrientes necesarios para funcionar de manera óptima. ²⁷

✓ **Consumo excesivo de Sal.**

El consumo de sal puede afectar el síndrome de ovarios poliquísticos de varias maneras, y el manejo de la ingesta de sal puede ser importante para algunas mujeres con este trastorno. Aquí hay algunas consideraciones sobre cómo afecta el consumo de sal en el síndrome de ovarios poliquísticos.

Retención de líquidos: El exceso de sal en la dieta puede contribuir a la retención de líquidos en el cuerpo, lo que puede causar hinchazón y aumento de peso transitorio.

Esto puede ser incómodo y contribuir a la sensación de hinchazón abdominal que algunas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos experimentan como parte de sus síntomas. Controlar la ingesta de sal puede ayudar a reducir la retención de líquidos y mejorar la comodidad.

Inflamación: Se ha sugerido que el consumo excesivo de sal puede contribuir a la inflamación en el cuerpo. Dado que la inflamación crónica está asociada con el síndrome de ovarios poliquísticos y puede empeorar los síntomas del trastorno, como la resistencia a la insulina y la disfunción ovárica, limitar el consumo de sal puede ayudar a reducir la inflamación y mejorar la salud general. ²⁷

✓ **Consumo excesivo de grasas**

El consumo excesivo de grasas puede tener varios efectos en el síndrome de ovarios poliquísticos, ya que puede influir en la salud metabólica y hormonal, así como en el peso corporal.

El consumo excesivo de grasas saturadas y trans puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, como enfermedades del corazón y accidentes cerebrovasculares. Las mujeres con síndrome de ovario poliquísticos ya tienen un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares, por lo que limitar la ingesta de grasas poco saludables puede ser especialmente importante para reducir este riesgo. ²⁸

Aumento de los niveles de colesterol: Las grasas saturadas pueden aumentar los niveles de colesterol ("colesterol malo") en la sangre, lo que puede contribuir a la acumulación de placa en las arterias y aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares. Controlar la ingesta de grasas saturadas puede ayudar a mantener niveles saludables de colesterol en mujeres con síndrome de ovario poliquísticos.

Impacto en el peso corporal: Las grasas son densas en calorías, lo que significa que consumir demasiadas puede conducir al aumento de peso. El exceso de peso puede empeorar los síntomas del síndrome de ovario poliquístico y aumentar el riesgo de complicaciones relacionadas con el metabolismo y la salud reproductiva. ²⁸

✓ **Ingesta de bebidas carbonatadas**

Agravamiento de la resistencia a la insulina: Las bebidas carbonatadas con alto contenido de azúcar pueden contribuir al aumento de la resistencia a la insulina. En mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos, que a menudo ya tienen niveles elevados de resistencia a la insulina, esto puede empeorar aún más los desequilibrios hormonales y aumentar el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

Empeoramiento de los síntomas del síndrome de ovario poliquístico: El síndrome de se caracteriza por una variedad de síntomas, como irregularidades menstruales, hirsutismo (crecimiento excesivo de vello facial y corporal), acné y problemas de fertilidad. La ingesta inadecuada de bebidas carbonatadas puede empeorar estos síntomas al contribuir al aumento de peso, la inflamación y los desequilibrios hormonales.

✓ **Ingesta de líquidos azucarados y energizantes**

Los líquidos azucarados y las bebidas energizantes pueden contribuir al desarrollo o empeoramiento del síndrome de ovarios poliquísticos debido a su contenido de azúcares añadidos, calorías vacías y otros ingredientes que pueden afectar la salud metabólica y hormonal. Aquí hay algunos tipos comunes de estas bebidas que podrían estar relacionadas con el síndrome de ovario poliquístico.

✓ **Refrescos azucarados**

Las bebidas carbonatadas y azucaradas, como los refrescos de cola y otras variedades, suelen contener altas cantidades de azúcares añadidos. El consumo regular de refrescos azucarados puede contribuir al aumento de peso, la resistencia a la insulina y otros problemas metabólicos asociados con el síndrome de ovarios poliquísticos.

Bebidas energéticas: Las bebidas energéticas son conocidas por su contenido de cafeína, azúcares añadidos y otros ingredientes estimulantes. El consumo excesivo de estas bebidas puede afectar la regulación de la insulina, aumentar el estrés oxidativo y contribuir a desequilibrios hormonales, todos los cuales están asociados con el

síndrome de ovarios poliquísticos.

Bebidas deportivas: Aunque las bebidas deportivas están diseñadas principalmente para reponer electrolitos y carbohidratos durante el ejercicio intenso, muchas de ellas también contienen azúcares añadidos y calorías. El consumo regular de bebidas deportivas con alto contenido de azúcares puede aumentar el riesgo de resistencia a la insulina y otros problemas metabólicos.

Jugos de frutas con azúcar añadido: Los jugos de frutas comerciales a menudo contienen altas cantidades de azúcares añadidos y carecen de fibra dietética, lo que puede provocar picos rápidos en los niveles de azúcar en sangre. El consumo excesivo de jugos de frutas con azúcar añadido puede contribuir al aumento de peso y a desequilibrios hormonales asociados con el síndrome de ovarios poliquísticos.

Café con azúcar y aditivos: Si bien el café en sí mismo no está necesariamente relacionado con el síndrome de ovarios poliquísticos, el consumo de café con cantidades significativas de azúcar añadido y aditivos puede aumentar la ingesta de calorías vacías y afectar la regulación de la insulina y otros aspectos de la salud metabólica.²⁸

✓ Consumo de comidas chatarras

El síndrome de ovario poliquístico es una condición compleja y multifactorial que no se desarrolla específicamente por el consumo de un tipo particular de comida chatarra. Sin embargo, ciertos tipos de alimentos poco saludables pueden contribuir a empeorar los síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos y aumentar el riesgo de complicaciones metabólicas asociadas con la enfermedad.

Hamburguesas: Las hamburguesas típicamente contienen carne procesada, que puede ser alta en grasas saturadas y grasas trans, así como aditivos y conservantes. El consumo excesivo de grasas saturadas y trans puede aumentar la inflamación en el cuerpo y contribuir a problemas metabólicos, como resistencia a la insulina y aumento de peso, que son comunes en mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos.

Pizza: La pizza comercial a menudo tiene una base de masa refinada, lo que significa que es alta en carbohidratos refinados. Estos carbohidratos pueden aumentar los niveles de azúcar en sangre y contribuir a la resistencia a la insulina, un problema

asociado con el síndrome de ovario poliquístico. Además, los ingredientes adicionales como el queso y las carnes procesadas pueden agregar grasas saturadas y calorías adicionales.

Refrescos: Las bebidas gaseosas y azucaradas son altas en azúcares añadidos y calorías vacías. El consumo regular de refrescos puede provocar picos rápidos en los niveles de azúcar en sangre y contribuir a la resistencia a la insulina y al aumento de peso, que son factores de riesgo para el síndrome ovarios poliquísticos.

Papas fritas: Las papas fritas comerciales son altas en calorías, grasas trans y sodio. El consumo excesivo de papas fritas y otros alimentos fritos puede aumentar la inflamación en el cuerpo y contribuir a problemas metabólicos y cardiovasculares asociados con el síndrome de ovarios poliquísticos.

Snacks procesados: Los snacks procesados como galletas, chips y otros aperitivos suelen ser altos en calorías, grasas saturadas, sodio y aditivos alimentarios. El consumo regular de estos alimentos puede contribuir al aumento de peso y a desequilibrios hormonales y metabólicos que están asociados.

Alimentos con alto contenido de sodio: El exceso de sodio en la dieta, como el que se encuentra en alimentos procesados, comidas rápidas y aperitivos salados, puede contribuir a la retención de líquidos y la hinchazón, así como aumentar el riesgo de hipertensión arterial, que es una complicación común en mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos.²⁸

VIII. Diseño Metodológico

Tipo de estudio: Analítico de casos y controles, de corte transversal.

Analítico: Se pretendió establecer la relación entre los Determinantes personales y Hábitos alimenticios asociadas al Desarrollo del síndrome de Ovarios Poliquísticos en Mujeres que asistieron a un puesto de salud urbano.

Casos y controles: Permitió medir causalidad en una población definida a través de una tabla de contingencia 2 x 2, se comparó una población de pacientes con Síndrome de ovarios poliquísticos (casos) con un grupo de pacientes que no padecen la enfermedad (controles).

Corte transversal: Porque se analizó las variables simultáneamente y permitió hacer un corte en el tiempo durante el periodo de estudio.

Unidad de análisis: Pacientes diagnosticadas con Síndrome de ovarios poliquísticos asistente al programa de planificación familiar que asisten a una unidad de salud urbano.

Población en estudio: 210 Pacientes asistentes al programa de planificación familiar de en un puesto de salud urbano. De las cuales 70 son casos (Mujeres con Dx. de síndrome de ovario poliquísticos) y 140 controles (Mujeres sin Dx. De síndrome ovario poliquísticos), tomando una proporción de 1;2, es decir un caso por cada 2 controles.

Fuente de información:

Primaria: Se obtuvo directamente de las pacientes en estudio a través de un cuestionario brindando a pacientes confirmadas con un diagnóstico de síndrome de ovario poliquísticos (casos) y a las pacientes que no presentaron este síndrome (controles).

Secundaria:

Censo de planificación familiar, expedientes clínicos.

Definición de casos: Pacientes con resultado de ultrasonido pélvico, que hayan sido diagnosticadas con síndrome de ovario poliquísticos asistentes a un puesto de salud urbano.

Definición de los controles: Pacientes asistentes a una unidad de salud urbana que no presentaron diagnóstico de síndrome de ovarios poliquísticos.

Variable del estudio:

Dependiente:

- Síndrome de ovarios poliquísticos.

Independientes:

- Determinantes personales.
- Hábitos Alimenticios.

Criterios de inclusión (casos):

- ✓ Que cumplieron con la definición de caso.
- ✓ Mujeres que presentaron síndrome de Ovarios poliquísticos.
- ✓ Que asistieron a un puesto de salud urbano.
- ✓ Que aceptaron participar en el estudio.

Criterios de inclusión (controles)

- ✓ Que cumplieron con la definición de controles.
- ✓ Mujeres que no presentaron síndrome de Ovarios poliquísticos
- ✓ Que asistieron a un puesto de salud urbano.
- ✓ Que desearon participar en el estudio.

Criterios de exclusión

- ✓ Que no desearon participar en el estudio.
- ✓ Que no asistieron a un puesto de salud urbano.

Método de recolección de datos: Se realizó a través del método de la encuesta la cual estuvo destinada a obtener los resultados sobre el tema de estudio, Se solicitó permiso mediante cartas dirigidas al SILAIS con la aprobación de las mismas se estableció contacto con las autoridades del puesto de salud urbano donde se realizó dicho estudio,

para obtener los permisos necesarios y así aplicar dicho instrumento este consistió en un cuestionario con preguntas cerradas con respuesta dicotómicas con previa obtención de dirección domiciliar de las pacientes que fueron investigadas.

La encuesta se entregó y se llenó por las pacientes, se recibió por el investigador a lo inmediato, el cual se revisó el llenado correcto del instrumento. En caso de que alguna pregunta no haya sido respondida, se preguntó a la paciente por qué y dependiendo de esto, se explicó nuevamente la pregunta hasta poder obtener una respuesta de esta, y así lograr el 100% del llenado correcto del cuestionario.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos: La técnica que se utilizó es una encuesta estructurada previamente a través de preguntas cerradas, dicotómicas y de escala Likert y de selección múltiple, conformadas por las variables de estudio.

Cuestionario distribuido en datos sociodemográficos, determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al síndrome de ovarios poliquísticos.

Resultado de ultrasonidos pélvicos que reflejaron los ovarios afectados ya sea en el ovario derecho o en el ovario izquierdo.

Prueba piloto: Se realizó a mujeres usuarias de planificación familiar en otra unidad de salud urbana de la misma ciudad donde permitió constatar viabilidad y veracidad de las preguntas, dando como resultado validación del instrumento de recolección de información.

Se aplicó el instrumento al 10% de la población en estudio, que correspondió a 21 usuarias de planificación familiar (7 casos y 14 controles) con la finalidad de corregir aquellas preguntas que hayan tenido inconsistencia y difícil de entender.

Procesamiento y análisis de la información:

La información se procesó en el programa estadístico SPSS versión 21. El análisis de la información se llevó a cabo a través de las inferencias estadística, se creó tablas de contingencias de 2X2 para la organización de los datos. Se utilizaron pruebas estadísticas de Chi cuadrado (χ^2), Cuando χ^2 resulte menor de 0.05 se indicó la existencia de asociación de variable, cuando χ^2 es mayor que 0.05 las variables son independientes una de las otra, se utilizó la prueba OR para calcular la dirección que

toma una variable, un OR menor que 1 indica un factor protector, mientras que un OR mayor que 1 indica factor de riesgo, si el OR es igual es un factor no relacionado.

El análisis se realizó con un intervalo de confianza de un 95% por lo cual se utilizó el límite inferior y superior para comprobar la significancia estadística de las variables. Si los límites contienen la unidad (1) en su recorrido indicara que no hay significancia estadística, en cambio si los límites no contienen la unidad (1) en su recorrido si habrá significancia estadística.

Operacionalizacion de variables

Variables	Definición operacional	Indicador	Valor
Datos sociodemográficos.	Es la descripción de la población en estudio, como se encuentra distribuida de acuerdo a sus niveles sociales los rasgos característicos y situaciones que difieren y establecen semejanza entre los individuos.	Edad	_____
		Estado civil	Soltera _____
			Casada _____
			Unión de echo estable _____
		Religión	Evangélica _____
			Católica _____
			Testigo de Jehová _____
		Escolaridad	Primaria _____
			Secundaria _____
			Técnico -----
			Universidad _____

		Situaciones estresantes	Si: _____ No: _____
		Problemas constantes	Si: _____ No: _____
		Actividades laborales	Si: _____ No: _____
		Horas laborales	Más de ocho _____ Menos de ocho _____
		Exceso de carga laboral	Si: _____ No: _____
		Gastos del hogar	Si: _____ No: _____
		Uso de métodos Anticonceptivos	Si: _____ No: _____
		Tiempo del uso del método	Más de 1 año: _____ Menos de 1 año _____
		Periodo menstrual	Irregular: _____ Regular: _____
		Número de hijos	Más de 2 hijos: _____ Menos de 2 hijos: -
		Aumento de	IMC mayor de 30

		peso	IMC menor de 30
		Familiares que hayan desarrollado SOP	Si _____ No _____
Habitos Alimenticios	Comprende un conjunto de habilidades que desempeñan el papel de mecanismos de decisión los cuales organizan y orientan la conducta ordinaria y por consiguiente nuestro comportamiento alimentario: lo que comemos y el modo como lo comemos, es decir, el consumo cotidiano de alimentos.	Consume carnes rojas	Si _____ No _____
		Cantidad de sal	Más de 1 cucharada____ Menos de 1 cucharada
		Consume alimentos con cantidades excesiva de grasa	Si _____ No _____
		Consume comidas enlatadas	Si _____ No _____
		Consumo de bebidas carbonatadas	Si _____ No _____
		Consume bebidas azucaradas	Si _____ No _____

		Bebidas energizantes	Si _____ No _____
--	--	----------------------	----------------------

Aspectos éticos.

Consentimiento informado: Se les presento un documento escrito que contiene la información de los investigadores, el tema y los objetivos del estudio en que consistió la técnica que con llevo. A demás se les explico que su participación es voluntaria donde ellas nos firmaron el documento que nos hizo constar que su participación es totalmente con su consentimiento y decisión propia.

Autonomía: Las participantes en el estudio tuvieron la libertad de retirarse de este, cuando este considero conveniente, tuvieron derecho a decir si participa o no en el momento que ella lo desea.

Confidencialidad: La información obtenida se manejó únicamente por el equipo investigador y solo se utilizó para fines del estudio.

Anonimato: Se les explico a las pacientes que no se tomó, ni se solicitó ningún tipo de identificación al momento de recolectar la información ni datos que puedan poner en riesgo la identidad e integridad de las personas que participen en la investigación.

IX. Resultados

Este estudio se realizó con el objetivo de analizar los determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos, constituido por 210 pacientes de los cuales 70 son casos y 140 son controles encontrando los siguientes resultados.

En cuanto a los datos sociodemográficos de la población en estudio se encontró que el 82% de las pacientes son casadas, un 53% son de región evangélica, y un 43% son de la escolaridad universitaria. (Ver tabla 1)

Tabla 1. Datos sociodemográficos de las participantes del estudio.

Datos sociodemográficos.	Indicador	N	%
Edad	Media	33	
Estado civil	Casada	173	82
	Soltera	37	17
Religión	Evangélica	112	53
	Católica	92	43
	Testigo de Jehová	6	2
Escolaridad	Universidad	92	43
	Secundaria	53	25
	Primaria	46	21
	Técnico	19	9
Total		210	100

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a las situaciones estresantes asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 60 de los casos siempre tienen situaciones estresantes y 10 nunca tienen situaciones estresantes de los controles 30 resultaron expuestos y 110 no. Encontrándose X^2 : 0.01, OR:1.636, Li: 0.5 – Ls: 1.8 (Ver tabla 2).

Tabla 2. Ha tenido situaciones estresantes con su familia relacionado al desarrollo de síndrome de ovario poliquisticos.

Situaciones estresantes con su familia	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Siempre	60	30	90	0.01	1.636	0.5-1.8
Nunca	10	110	120			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a los problemas constantes asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 53 de los casos si tienen problemas constantes y 17 no tienen problemas constantes de los controles 101 resultaron expuestos y 39 no. Encontrándose X^2 : 0.03, OR:1.204, Li: 0.6 – Ls: 2.3 (Ver tabla 3).

Tabla 3. Tiene problemas constantes con tu pareja relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Problemas constantes con tu pareja	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	53	101	154	0.03	1.204	0.6-2.3
No	17	39	56			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a que si trabaja asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 65 de los casos si trabajan y 5 no trabajan de los controles 122 resultaron expuestos y 18 no. Encontrándose X^2 : 0.04 OR:1.133, Li: 0.3 – Ls: 3.8 (Ver tabla 4).

Tabla 4. Ejerce actividades laborales relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Actividades laborales	Síndrome de ovario poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	65	122	187	0.04	1.133	0.3-3.8
No	5	18	23			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a las horas que trabaja relacionados con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 60 de los casos si trabajan más de 8 horas y 1 trabaja menos de 8 horas de los controles 100 resultaron expuestos y 40 no. Encontrándose X^2 : 0.00, OR:2.4, Li: 0.2 – Ls: 3.4 (Ver tabla 5).

Tabla 5. Cuantas horas al dia trabaja relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Horas que trabaja	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Más de 8 horas	60	100	160	0.00	2.4	0.2-3.4
Menos de 8 horas	10	40	50			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a la carga laboral asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 63 de los casos si tienen carga laboral y 7 no tienen carga laboral de los controles 125 resultaron expuestos y 15 no. Encontrándose

X^2 : 0.29, OR: 1.080, Li: 0.1 – Ls: 0.3 (Ver tabla 6).

Tabla 6. El exceso de carga laboral te provoca estrés relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Carga laboral	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	63	125	188	0.29	1.080	0.1-0.3
No	7	15	22			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a los gastos del hogar asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 63 de los casos si se encargan de los gastos del hogar y 7 no se hacen cargo de los gastos del hogar de los controles 125 resultaron expuestos y 15 no. Encontrándose X^2 : 0.02, OR: 1.080, Li: 0.4 – Ls: 2.7 (Ver tabla 7).

Tabla 7. Se encarga usted los gastos del hogar relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Gastos del hogar	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	63	125	161	0.02	1.080	0.4-2.7
No	7	15	49			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a si hace uso de métodos anticonceptivos asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 65 de los casos si usan métodos anticonceptivos y 5 no hacen uso de métodos anticonceptivos de los controles 136 resultaron expuestos y 4 no. Encontrándose X^2 : 1.82, OR: 0.382, Li: 0.7 – Ls: 1.6 (Ver tabla 8).

Tabla 8. Hace uso de métodos anticonceptivos relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Métodos anticonceptivos	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	65	136	201	1.82	0.382	0.7-1.6
No	5	4	9			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al tiempo de uso de métodos anticonceptivos asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 60 de los casos llevan más de 1 año usando métodos anticonceptivos y 10 menos de 1 año de los controles 100 resultaron expuestos y 40 no. Encontrándose X^2 : 0.00, OR:2.4, Li: 0.2 – Ls: 3.4 (Ver tabla 9).

Tabla 9. Cuánto tiempo lleva usando métodos anticonceptivos relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Tiempo de uso	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Más de 1 año	60	100	160	0.00	2.4	0.2-3.4
Menos de 1 año	10	40	50			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al periodo menstrual asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 65 de los casos su periodo menstrual es irregular y 5 su periodo menstrual es regular de los controles 131 resultaron expuestos y 9 no. Encontrándose X^2 : 0.04, OR:0.893, Li: 0.2 – Ls: 3.0 (Ver tabla 10).

Tabla 10. Regularidad de su periodo menstrual relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Periodo menstrual	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Irregular	65	131	196	0.04	0.893	0.2-3.0
Regular	5	9	14			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a cuantos hijos tiene asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 37 de los casos tiene más de dos hijos y 33 menos de dos hijos de los controles 69 resultaron expuestos y 71 no. Encontrándose X^2 : 0.23, OR:1.154, Li: 0.6 – Ls: 2.0 (Ver tabla 11).

Tabla 11. El número de hijos relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Hijos	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Más de 2 hijos	37	69	106	0.23	1.154	0.6-2.0
Menos de 2 hijos	33	71	104			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al aumento de peso asociado con el diagnóstico de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que 68 de los casos tienen un IMC mayor de 30 y 2 con IMC menor de 30 de los controles 136 resultaron expuestos y 4 no. Encontrándose X^2 : 0.00, OR:1.000, Li: 0.1 – Ls: 5.5 (Ver tabla 12).

Tabla 12. Tuvo algún aumento de peso desde que la diagnosticaron relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.

Aumento de peso	Síndrome de ovarios poliquísticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
IMC mayor de 30	68	136	204	0.00	1.000	0.1-5.5
IMC menor de 30	2	4	6			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al desarrollo de SOP en la familia asociado con el diagnóstico de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que 37 de los casos en su familia si padecen de SOP y 33 no padecen este síndrome de los controles 69 resultaron expuestos y 71 no. Encontrándose X^2 : 0.03, OR:1.154, Li: 0.2 – Ls: 2.7 (Ver tabla 13).

Tabla 13. Ha tenido familiares que hallan desarrollo de SOP relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.

Desarrollo de SOP	Síndrome de ovarios poliquísticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	37	69	136	0.03	1.154	0.2-2.7
No	33	71	4			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al consumo de carnes rojas asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 53 de los casos si consumen carnes rojas y 17 no consumen carnes rojas de los controles 101 resultaron expuestos y 39 no. Encontrándose X^2 : 0.03, OR: 1.204, Li: 0.3 – Ls: 2.5 (Ver tabla 14).

Tabla 14. Consume carnes rojas relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Carnes	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	53	101	151	0.03	1.204	0.3-2.5
No	17	39	59			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación a la cantidad de sal que consume asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 37 de los casos consumen más de una cucharada y 33 consumen menos de una cucharada de los controles 69 resultaron expuestos y 71 no. Encontrándose X^2 : 0.77, OR:1.154, Li: 0.0 – Ls: 2.4 (Ver tabla 15).

Tabla 15. Cantidad de sal que consume al día relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Consumo de sal	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Más de 1 cucharada	37	69	106	0.77	1.154	0.0-2.4
Menos de 1 cucharada	33	71	104			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al consumo de alimentos con cantidades excesivas de grasa asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 53 de los casos si consumen alimentos con cantidades excesivas de grasa y 17 no consumen alimentos con cantidades excesivas de grasa de los controles 101 resultaron expuestos y 39 no. Encontrándose X^2 : 0.03, OR: 1.204, Li: 0.1 – Ls: 14.7 (Ver tabla 16).

Tabla 16. Consume alimentos con cantidades excesivas de grasa relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Cantidades excesivas con grasa	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	53	101	151	0.03	1.204	0.1-14.7
No	17	39	59			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al consumo de comidas enlatadas asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 64 de los casos si consumen comidas enlatadas y 6 no consumen comidas enlatadas de los controles 129 resultaron expuestos y 11 no. Encontrándose X^2 : 0.03, OR:0.910, Li: 0.3 – Ls: 2.5 Ver tabla 17).

Tabla 17. Consume comidas enlatadas relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Comidas enlatadas	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	64	129	193	0.03	0.910	0.3-2.5
No	6	11	17			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al consumo de bebidas azucaradas asociado con el diagnostico de síndrome de ovarios poliquisticos se encontró que 64 de los casos si consumen bebidas azucaradas y 6 no consumen bebidas azucaradas de los controles 129 resultaron expuestos y 11 no. Encontrándose X^2 : 0.03, OR:0.910, Li: 0.3 – Ls: 2.5 (Ver tabla 18).

Tabla 18. Consume bebidas azucaradas relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Bebidas azucaradas	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	64	129	193	0.03	0.910	0.3-2.5
No	6	11	17			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

En relación al consumo de bebidas energizantes asociado con el diagnostico de síndrome de ovario poliquisticos se encontró que 63 de los casos si consumen bebidas energizantes y 7 no consumen bebidas energizantes de los controles 125 resultaron expuestos y 15 no. Encontrándose X^2 : 0.02, OR: 1.080, Li: 0.4 – Ls: 2.7 (Ver tabla 19).

Tabla 19. Consume bebidas energizantes relacionado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos.

Bebidas energizantes	Síndrome de ovarios poliquisticos		Total	X^2	OR	Ln
	Casos	Controles				
Si	63	125	188	0.02	1.080	0.4-2.7
No	7	15	22			
Total	70	140	210			

Fuente: Encuesta aplicada 2024

X. Discusión de los resultados

Datos sociodemográficos de la población en estudio:

Respecto a los datos sociodemográficos de la población de estudio se encontró que el 82% de las pacientes son casadas, un 53% son de región evangélica, y un 43% son de la escolaridad universitaria.

Determinantes personales:

Al analizar las situaciones estresantes relacionado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que si hay asociación de variables siendo un factor de riesgo, que aumenta 1.636 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, sin significancia estadística, este hallazgo concuerda con lo propuesto por Rivas L donde afirma que tener situaciones estresantes afecta el equilibrio hormonal metabólico en el cuerpo puede contribuir al desarrollo o empeorar los síntomas de síndrome de ovario poliquístico.

En cuanto a los problemas constantes con su pareja relacionado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.204 veces la posibilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadísticamente significativo. Esto concuerda con lo que cita Rivas L el cual refiere que tener demasiados problemas con la pareja afecta la salud mental y emocional el cual es una fuente importante de estrés que conlleva a tener desequilibrios hormonales en las mujeres y aumentará el riesgo de prolongar el síndrome de ovarios poliquísticos.

En relación a si usted trabaja relacionado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que, si hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.133 veces la posibilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, sin significancia estadística. Este corresponde a lo que dice Membreño Juan donde especifica que trabajar no conlleva al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos mas sin embargo hace énfasis en la sobrecarga de trabajo que conllevaría a aumentar el estrés, la ansiedad y el riesgo de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

Al analizar las horas que trabaja asociados con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que hay asociación perfecta de variable siendo un factor riesgo que aumenta 2.4 la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos sin significancia estadística. Esto concuerda a lo que cita Rivas L el cual especifica que el estrés en el trabajo, como la presión laboral, los plazos ajustados, la inseguridad laboral o los conflictos con colegas, puede ser una fuente significativa de estrés crónico para muchas personas; estrés laboral prolongado y conlleva a desencadenar respuestas de estrés en el cuerpo que pueden afectar la función hormonal y metabólica, lo que podría interferir en el desarrollo o exacerbación del síndrome de ovarios poliquísticos.

Al medir la relación entre la carga laboral asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.511 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovario poliquístico con significancia estadística este hallazgo corresponde a Chaves Alberto donde especifica que la mayor carga laboral provoca estrés, ansiedad, trastornos alimenticios debido a la carga laboral que recae en los trabajadores especialmente en las mujeres, puede influir en el desequilibrio hormonal y contribuir al desarrollo o exacerbación del síndrome de ovarios poliquísticos en estas mujeres por la carga laboral que viven día a día.

En relación a los gastos del hogar asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que si hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.080 veces la probabilidad de desarrollar el síndrome de ovario poliquístico sin significancia estadística este hallazgo coincide con lo que expone Rivera Carmen sobre los gastos del hogar provocan demasiado estrés debido a que la mayoría de las responsabilidades recae en las mujeres donde tienen que administrar los gastos del hogar y la familia además de eso se dividen en deudas, gastos médicos y productos de uso diario para el hogar.

Respecto a los métodos anticonceptivos asociado con el desarrollo de síndrome de ovario poliquístico se encontró que no hay asociación de variable siendo un factor protector que disminuye 0.382 veces la posibilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos sin significancia estadística. Este hallazgo corresponde con lo que refiere Sánchez H donde los métodos anticonceptivos son la terapia de primera línea para todas aquellas mujeres que están padeciendo de síndrome de ovarios poliquísticos el cual les ayuda a reducir los síntomas de hiperandrogenismo, como el acné y el hirsutismo, al disminuir los niveles de hormonas masculinas (andrógenos) en el cuerpo el cual va a disminuir la formación de quistes en los ovarios.

Al analizar el tiempo de uso de métodos anticonceptivos asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que si hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 2.4 veces la posibilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadístico significativo. Este hallazgo corresponde a lo que propone Pérez H donde destaca que al usar métodos anticonceptivos por un largo periodo de tiempo puede contribuir al aumento de peso, cambios en el humor y el mayor riesgo de enfermedades cardiometabólicas, y llegar a desarrollar la gravedad de los síntomas del síndrome de ovarios poliquísticos.

Al medir la relación entre el periodo menstrual asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos, se encontró que, si hay asociación de variable siendo un factor protector que disminuye 0.893 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadístico significativo. Este hallazgo corresponde a lo que dice Torrez C tener periodos menstruales irregulares no va a desarrollar síndrome de ovario poliquístico, pero si son síntomas de que la mujer puede estar padeciendo de este síndrome el cual hay que recalcar que no todas las mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos lo padecen de periodos menstruales irregulares.

En relación a cuantos hijos tiene asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que no hay asociación de variables siendo un factor de riesgo que aumenta 1.154 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovario poliquístico con, aunque no es un dato estadístico significativo. Esto coincide con lo que refiere Córralo D acerca de que todas aquellas mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos que ya hayan tenido hijos y están nuevamente en embarazo con el mismo síndrome corren altamente riesgo de que sufran diabetes gestacional, preeclampsia, el parto prematuro y crecimiento fetal alterado siempre tienen que estar en continuo monitoreo para evitar posibles complicaciones.

En cuanto el aumento de peso desde que la diagnosticaron asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que hay asociación de variable siendo un factor no asociado 1.000 es decir que las variables son independientes una de la otra y no tiene significancia. Este hallazgo no concuerda con lo que propone Martínez Gadea donde especifica que las mujeres que padecen síndrome de ovario poliquístico tienden a aumentar de peso la mayoría debido a la resistencia de insulina es común en mujeres con este síndrome, esto provoca que el cuerpo produzca más insulina, lo que conlleva a un almacenamiento excesivo de grasa cabe recalcar que el aumento de andrógenos, hormonas masculinas, también puede causar aumento de peso.

Al medir la relación entre sí ha tenido familiares que hayan desarrollado síndrome de ovarios poliquísticos asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que hay asociación de variables siendo un factor de riesgo que aumenta 1.154 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato significativo. Este hallazgo corresponde a lo que cita Zamora Gutiérrez el cual especifica que el síndrome de ovarios poliquístico tiende a ser más común en familias donde una o más mujeres tienen el trastorno. Los estudios sugieren que hay un componente genético en la predisposición al síndrome de ovarios poliquísticos, y las mujeres con familiares cercanos que tienen y padecen de síndrome de ovarios poliquísticos tienen un mayor riesgo de desarrollar el trastorno ellas mismas.

En cuanto al consumo de carnes rojas asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que si hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.204 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos sin significancia estadística. Este hallazgo corresponde a lo que dice Ramírez Luque donde especifica que consumir carnes rojas en exceso, puede influir en los niveles hormonales dado que aumenta la resistencia de insulina en el cuerpo la resistencia a la insulina es una característica común del síndrome de ovarios poliquísticos y puede empeorar los síntomas como la irregularidad menstrual y la dificultad para perder peso.

Al analizar cantidad de sal que consume al día asociado con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que no hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.154 veces la posibilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadístico significativo. Esto se compara con lo que refiere Jiménez H ya que el consumo excesivo de sal puede contribuir a la inflamación en el cuerpo, dado que la inflamación crónica está asociada con el síndrome de ovario poliquísticos y puede empeorar los síntomas del trastorno, como la resistencia a la insulina y la disfunción ovárica por lo que los datos encontrados no coinciden con la teoría.

En relación al consumo de alimentos con cantidades excesivas de grasa asociado con el desarrollo de síndrome de ovario poliquístico se encontró que hay asociación de variables siendo un factor de riesgo que aumenta 1.204 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadístico significativo. Este hallazgo corresponde a lo que dice Zamora G donde especifica que el consumo excesivo de grasas saturadas y grasas trans aumentan y tienen un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares, por lo que limitar la ingesta de grasas poco saludables puede ser especialmente importante para reducir este riesgo.

Al medir la relación entre el consumo de comidas enlatadas asociados con el desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró asociación de variable siendo un factor protector 0.910 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovario poliquístico sin significancia estadística. Este hallazgo no concuerda con lo que dice Zamara G donde especifica que las comidas enlatadas conllevan a empeorar los síntomas del síndrome debido a que conservan altos grados de grasa por lo que son productos que la mayoría de veces pasan mucho tiempo envasados y no solo eso sino también que contienen químicos que son perjudiciales para la salud y pueden provocar otras enfermedades.

Respecto al consumo de bebidas azucaradas asociado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que, si hay asociación de variable siendo un factor protector que disminuye 0.910 veces la posibilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadístico significativo. Este hallazgo no concuerda a lo que dice Montalvo Alvarado donde especifica que el consumo regular de refrescos azucarados puede contribuir al aumento de peso, la resistencia a la insulina y otros problemas metabólicos asociados con el síndrome de ovarios poliquísticos el cual perjudica en los síntomas del síndrome.

En relación al consumo de bebidas energizantes asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos se encontró que hay asociación de variable siendo un factor de riesgo que aumenta 1.080 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos, aunque no es un dato estadístico significativo. Este hallazgo corresponde a lo que cita Montalvo Alvarado el cual especifica que el consumo constante de bebidas energéticas altera los síntomas del síndrome de ovario poliquístico y afecta la regulación de la insulina, aumenta el estrés oxidativo y contribuye a desequilibrios hormonales en las mujeres que padecen este síndrome.

XI.Conclusiones

En relación al estudio sobre Determinantes personales y Hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos en pacientes asistentes al programa de planificación familiar puesto de salud urbano se concluye:

En los datos sociodemográficos, de las 210 pacientes incluidas en el estudio se encontró que la mayoría de las pacientes son casadas con un 82%, el 53% de las pacientes en estudio profesan la religión evangélica y en el nivel académico la mayoría tienen escolaridad universitaria completa con un 55%.

Determinantes personales: No se comprobó ninguna variable más sin embargo se encontraron factores de riesgo tales como:

Situaciones estresantes es un factor de riesgo que aumenta 1.636 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

La carga laboral es un factor de riesgo que aumenta 1.511 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

El tiempo del uso de métodos anticonceptivos son un factor de riesgo que aumenta 2.4 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

Familiares que hayan tenido síndrome de ovarios poliquísticos es un factor de riesgo que aumenta 1.154 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

Hábitos alimenticios: No se comprobó ninguna variable más sin embargo se encontraron factores de riesgo tales como:

El consumo de carnes rojas es un factor de riesgo que aumenta 1.204 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

El consumo de alimentos con cantidades excesivas de grasa es un factor de riesgo que aumenta 1.204 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

El consumo de bebidas energizantes es un factor de riesgo que aumenta 1.080 veces la probabilidad de desarrollar síndrome de ovarios poliquísticos.

En este estudio la hipótesis propuesta no fue comprobada con los datos obtenidos.

XII. Recomendaciones

Dirección del puesto de salud

- Continuar estrategias de la promoción mediante campañas informativas, talleres, charlas, apoyo psicoemocional, Enfoque integral en mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos.
- Fortalecer una buena salud ginecológica haciendo constantes consultas ginecológicas, ecografías pélvicas, e historial clínico en mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos

Al personal de enfermería

- Reforzar y dar continuidad con las consejerías significativas e individualizadas a cada una de las mujeres con síndrome de ovarios poliquísticos.
- Continuar el seguimiento oportuno a las mujeres que padecen de síndrome de ovarios poliquísticos.

Futuros investigadores

- Fortalecer el habito de la investigación, e incrementar la población de estudio, tomando en cuenta las variables referentes al estudio.
- Investigar más afondo y de forma detallada, mediante investigaciones de mayor análisis estadísticos, variables referentes a los determinantes personales, modificar variables o ampliar la población de estudio.

XIII. Referencias bibliográficas

1. López M, Síndrome de ovario poliquístico, diagnóstico y manejo. 28 de junio del año 2023, (internet) citado en abril del 2024 disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi>
2. Aballay Gerardo, Síndrome de Ovario Poliquístico clínica para la salud de la mujer, Chile, 2021 (internet) citado en abril el 2024. Disponible en: <https://espanol.womenshealth.gov/a-z-topics/polycystic-ovary-syndrome>
3. Ordinal Ramírez, prevalencia del síndrome de ovario poliquístico por ecografía en el hospital virgen de Fátima agosto 2022 (internet) citado en abril del 2024 disponible en: <https://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci-arttext&pid>
4. Salvador Zaira, Ansiedad y depresión en mujeres con el síndrome del ovario poliquístico, Habana agosto 2022 (internet) citado en abril del 2024. Disponible en : <https://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci-arttext&pid>
5. Gonzales Aguayo, Prevalencia de síndrome de ovario poliquístico, julio 2020 (internet) citado en abril del 2024. Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi>
6. Orozco González Roberto, Abordaje diagnóstico y terapéutico del Síndrome de Ovario Poliquístico, Guatemala, 2016 (internet) citado en abril 2024, Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=8997&url=>
7. Martínez Gadea, Abordaje diagnóstico del Síndrome de Ovario Poliquístico en mujeres en edad reproductiva atendidas en el servicio de ginecología del Hospital Alemán Nicaragüense de Enero del 2019 (internet) citado en abril del

2024

disponible

en:

<https://riul.unanleon.edu.ni8080/jspui/handle/123456789/7495&ved>

8. Hincapié S, Benavides Á. Prevalencia y factores asociados del síndrome de ovario Poliquístico y su relación con el ciclo vital de la mujer .Revista CES Movimiento y salud 2015 (internet) citado en abril del 2024 [from:http://revistas.ces.edu.co/index.php/movimientosalud/article/view/3195/p](http://revistas.ces.edu.co/index.php/movimientosalud/article/view/3195/p).
9. Pulido D, Scott M, Barreras C, Síndrome ovario poliquístico en mujeres portadoras de síndrome metabólico. Revista Médica Clínica Las Condes 2017 [Internet]. Citado en abril del 2024 <https://hdl.handle.net/20500.12990/1136>
10. Healthline. H. Síndrome de ovario poliquístico(SOP): Síntomas, causas y tratamiento.2018 (internet) citado en abril del 2024 <https://www.healthline.com/health/es/sindrome-de-ovario>.
11. Rodríguez K. Factores de riesgo para el desarrollo de síndrome de ovarios poliquisticos atendidas en el hospital de ventanilla 2021 (internet) citado en abril del 2024 <https://repositorio.usjb.edu.pe>.
12. Gutiérrez Azaña Silvia, Síndrome de ovarios poliquisticos, Barcelona, 2021 disponible en: (habitos alimenticios relacionados con el desarrollo del síndrome de ovario poliquistico – citado en abril del 2024 búsqueda ([bing.com](https://www.bing.com)))
13. Flores Pérez. Calidad de vida en mujeres con el síndrome de ovario poliquistico, irregularidades menstruales MedlinePlus enciclopedia medica 2021 (internet) citado en abril dl 2024 <https://medlineplus.gov>.

- 14.** Gómez A. Conceptos básicos sobre el síndrome de ovario poliquístico septiembre del 20216 (internet) citado en abril del 2024: <https://helloclue.com/es/articulos/ciclo-az/conceptos-basicos-sobre-el-sindrome-de-ovario-poliquistico-sop>.
- 15.** Pérez M. Síndrome de ovario poliquístico, Perú , 2023 (internet) citado en abril del 2024 Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/pcos/symptoms-causes/syc->
- 16.** Torres C. Definición del síndrome de ovario poliquístico relacionado con los síntomas que produce. Revista Española en el 2020 (internet) citado en abril del 2024 Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.educa.jcyl.es/educacyl/cm/gallery/Recursos%>.
- 17.** Mendoza S. Características del síndrome de ovario poliquístico y sus tratamientos. México 2018 (internet) citado en abril 2024 Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=899784>
- 18.** Rivas L. Estrés familiar A asociación académica, España 2018 (internet) citado en abril del 2024 Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=899784>
- 19.** Martins J. Sobrecarga de trabajo y asociación del síndrome de ovario poliquístico 19 de marzo del 2019 (internet) citado en abril del 2024 disponible en:

<https://asana.com/es/resources/overworked-signs&vend>

- 20.** Sánchez Heydi. Síndrome de ovario poliquísticos, métodos anticonceptivos combinados Mayo clinic ,Perú 2023 (internet) citado en abril del 2024 Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/pcos/symptoms-causes/syc-20353439#:~:text=El%20s%C3%ADndrome%20de%20ovario%2>
- 21.** Zúñiga Luis. Vista de manejo del síndrome de ovario poliquístico en edades reproductivas revista médica sinergia 2022 (internet) citado en abril del 2024 disponible en: <https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article>
- 22.** Calaf Joaquim, Síndrome de ovario poliquístico, salud reproductiva, España 2021 (internet) citado en abril del 2024. Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89>
- 23.** Fernández Maria. Complicaciones Obstétricas y ginecológicas del Síndrome de ovarios poliquístico, cuba, 2023 (internet) citado en abril 2024 disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978&url>
- 24.** Giménez Isabel, Síndrome de ovario ´poliquístico ciclo menstrual y sus alteraciones España 2021. (internet) citado en abril del 2024 Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicación-2021-01/el-ciclo-menstrual-y-sus-alteraciones/&ved>
- 25.** Córralo Dania, consumo de proteínas en pacientes con síndrome de ovarios poliquístico, Colombia 2020(internet) citado en abril del 2024, Disponible en: <https://ve.scielo.org/scielo.php>

- 26.** Zamora Gutiérrez J Síndrome de Ovario Poliquístico ingesta e grasa, Cuba, 2024. (internet) citado en abril del 2024 Disponible: <https://www.google.com/url?sa=t%&source>
- 27.** Ramírez Luque Manuel, consumo excesivo de azúcar es riesgo potencial para la salud cuba, 2018 (internet) citado en abril del 2024. Disponible en: <https://www.mspbs.gov.py/portal/19453/consumo-excesivo-de-azucar-es-riesgo-potencial-para-la-salud.html>
- 28.** Montalvo Alvarado A, Consumo de alientos altamente procesados, síndrome de ovario poliquístico (internet) citado en abril 2024 disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&source%3Dweb&rct=j&opi>

XIV. ANEXOS

ÁREA DE CONOCIMIENTO CIENCIAS MÉDICAS
ÁREA DE CONOCIMIENTO ESPECÍFICA DE ENFERMERÍA

León, 01 de Noviembre del 2024

Dra. Marisella Martínez
Directora-SILAIS-León
S.D

Estimada Dra. Martínez:

En el marco del trabajo y en la búsqueda de la calidad en los subsistemas educativos, desde el Área de Conocimiento Ciencias Médicas, me dirijo a usted para solicitarle formalmente su apoyo con la autorización de ingreso de los estudiantes: Matriculados en la Carrera Licenciatura en Enfermería Modalidad Dominical. Leydi Yalixa Gómez Niño, carnet No. 20-03415-2, Luz Marina Lovo Sandoval, carnet No. 20-0355-2, Luisa Amanda González Quezada, carnet No. 20-03187-2, para aplicar instrumentos: encuesta a mujeres inscritas en el programa de planificación familiar, para continuar realizando su trabajo de investigación titulado: "Determinantes personales y hábitos alimenticios asociado al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres". Con numero de autorización de DIP No.0308/2024. - P/s Oscar Perez Cassar. III Trim. 2024.

No omito manifestarle que es de imperante necesidad su visto bueno o constancia de autorización del estudio, mismo que contribuye al Plan Nacional de Lucha contra la Pobreza y para el Desarrollo Humano.

Agradeciendo de antemano su amable atención, le saludamos.

Vp. Bo. Lic. Jeanyfer Gabriela Flores
Directora de Enfermería
Área de Conocimiento Específica de Enfermería
UNAN - León

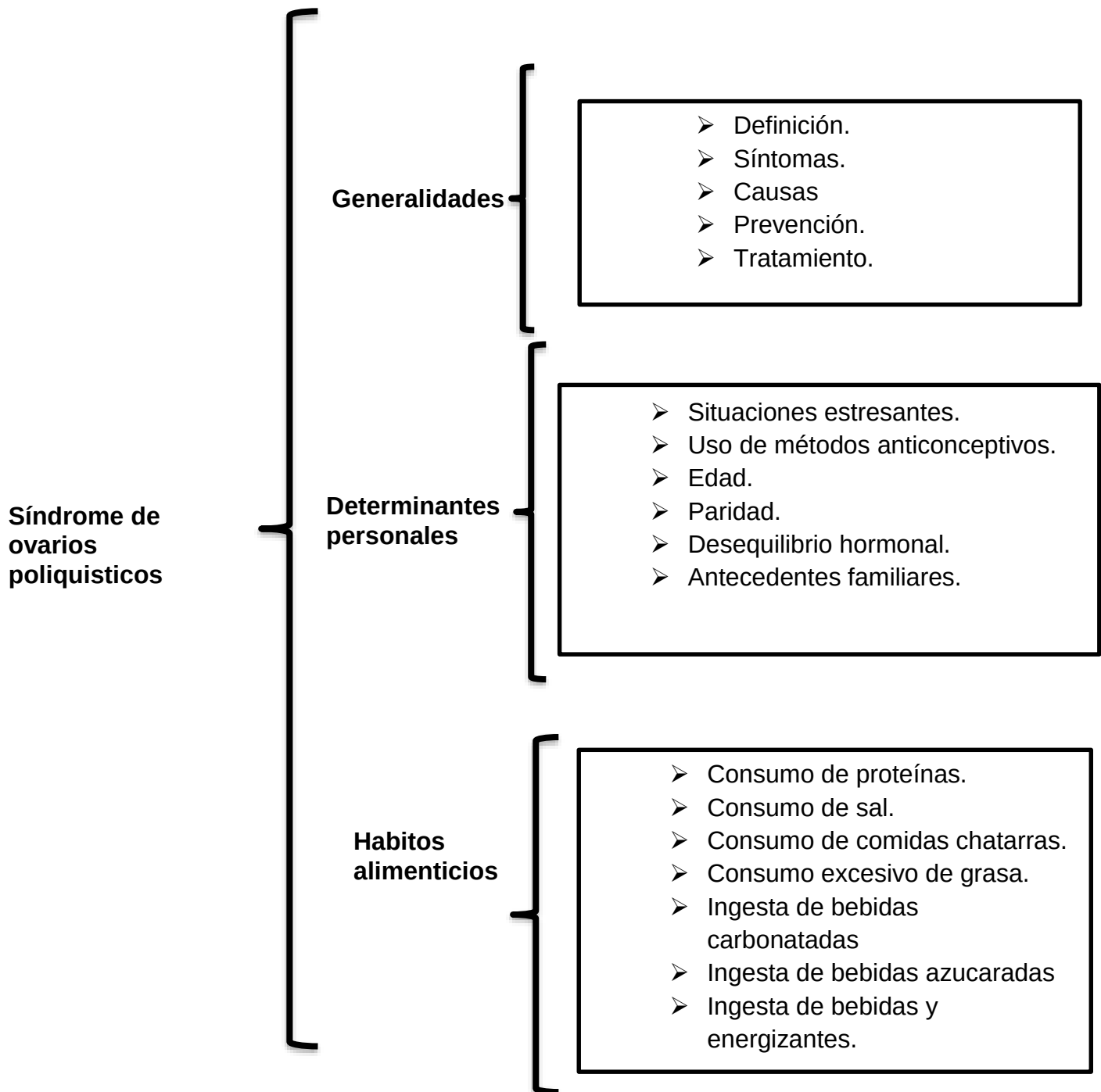
Lic. Dulce María López Muñoz
Tutora de Investigación
Conocimiento Específica de Enfermería

UNAN-LEÓN
MINISTERIO DE SALUD
SILAIS León
DIRECCION
Recibido: Jeanyfer Flores
Fecha: 25/11/24

Vp. Bo. Dr. Norlando José Chávez Durón
Director Área de Conocimiento Específica de Ciencias Médicas
UNAN-LEÓN

cc. DIP-UNAN-LEÓN
cc. Lic. Carla Patricia Solís Hernández/

Esquema de investigación



Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua-León

Área de Conocimiento Ciencias Médicas

Área de Conocimiento Específica Enfermería



Consentimiento informado

Estimadas pacientes somos estudiantes de Licenciatura en Ciencias de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN-LEON), modalidad por encuentro, estamos llevando a cabo un estudio sobre “Determinantes personales y Hábitos Alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de Ovarios Poliquísticos en mujeres asistentes a un puesto de salud Urbano”.

El objetivo de este estudio es analizar los determinantes personales y hábitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovario poliquísticos en mujeres que asisten a un puesto de salud urbano.

El estudio consiste en una encuesta a profundidad realizada en una sola sesión, entre 10 a 15 minutos aproximadamente, el proceso será estrictamente anónima y confidencial por lo tal no será comprometida su identidad ni integridad física y moral, la información será utilizada únicamente por el equipo de investigadores para fines del estudio. La participación es voluntaria.

Usted tiene todo el derecho a retirarse de la investigación o no marcar ninguna pregunta de la encuesta. El estudio no conlleva ningún riesgo ni recibe ningún beneficio. No recibirá ninguna compensación por participar, pero resaltamos la importancia de su participación para establecer un avance del estudio de los Determinantes personales y Hábitos alimenticios asociados al desarrollo de Síndrome de Ovarios Poliquísticos en Mujeres.

Firma de la participante: ----- Firma de la participante: -----
(Acuerdo) (Desacuerdo)

Fecha: -----

¡Gracias por participar!

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua-León

Área de Conocimiento Ciencias Médicas

Área de Conocimiento Específica Enfermería



Encuestas

Estimadas participantes, somos estudiantes de V año de la carrera de Licenciatura en enfermería, de la UNAN-León, estamos realizando una investigación analítica titulada **“Determinantes personales y Hábitos alimenticios asociados al desarrollo del síndrome de ovarios poliquísticos en mujeres atendidas en un puesto de salud urbano”**

Aplicamos esta encuesta con el objetivo de recolectar información segura y confiable para concluir nuestro estudio investigativo. Por ello le invitamos a responder las siguientes preguntas de manera transparente. Esta encuesta será totalmente anónima. De ante mano agradecemos su participación.

Numero de encuesta: -----

Caso: -----

Control: -----

Marque con una X según su criterio

- **Datos sociodemográficos de las pacientes con síndrome de ovarios poliquísticos.**

1. Edad: -----

2. Estado civil: Soltera: ----- Casada: -----

3. Religión: Evangélica: ---- católica: ----- Testigo de jehová: -----

4. Escolaridad: Primaria: ----- Secundaria: ----- Técnico: ----- Universidad: ----

- **Determinantes personales asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.**

5. Situaciones estresantes

- ¿Ha tenido situaciones estresantes con su familia?
Siempre: ----- Nunca: -----
- ¿Tiene problemas constantes con tu pareja?
Si: ----- No: -----
- ¿Ejerce actividades laborales?
Si: ----- No: -----
- ¿Cuántas horas al día trabaja?
Más de 8 horas: ----- Menos de 8 horas: -----
- ¿El exceso de carga laboral le provoca estrés?
Si: ----- No: -----
- ¿Se encarga usted de los gastos del hogar?
Si: ----- No: -----

6. ¿Hace uso de métodos anticonceptivos?

Si: ----- No: -----

7. ¿Cuánto tiempo lleva usando métodos anticonceptivos?

Más de 1 año: ----- Menos de seis meses: -----

8. ¿Regularidad de su periodo menstrual?

Irregular: ----- Irregular: -----

9. ¿Número de hijos tiene?

Más de 2 hijos: ----- Menos de 2 hijos: -----

10. ¿Tuvo algún aumento de peso desde que la diagnosticaron?

Peso: -----

Talla: -----

IMC: -----

11. ¿Ha tenido familiares que hayan desarrollado síndrome de ovarios poliquísticos?

Si: ----- No: -----

- **Habitos alimenticios asociados al desarrollo de síndrome de ovarios poliquísticos.**

12. ¿Consumo carnes rojas?

Si: ----- No: -----

13. ¿Cantidad de sal que consume al día?

Más de 1 cucharada: ----- Menos de 1 cucharada: -----

14. ¿Consume alimentos con cantidades excesivas de grasas?

Si: ----- No: -----

15. ¿Consume comidas enlatadas?

Si: ----- No: -----

16. ¿Consume bebidas azucaradas?

Si: ----- No: -----

17. ¿Consume bebidas energizantes?

Si: ----- No: -----

Cronograma de actividades

Actividades	Abril	Mayo	Junio	Noviembre	Marzo
Elección del tema y tutor	X				
Título, esquema de investigación, objetivos, planteamiento del problema	X				
Revisión por tutoría	X				
Introducción, antecedentes, justificación	X				
Revisión por tutoría	X				
Marco teórico		X			
Revisión por tutoría		X			
Diseño metodológico, Operacionalización de variables y cuestionario		X			
Revisión por tutoría			X		
Conclusiones			X		
Revisión por tutoría					X
Recomendaciones					X
Revisión de informe final					X

