



Araya C. Zully, Mendoza R. Angélica, Mendoza S. Karla y Richmond S Andrea. (2001). Taller para el conocimiento y manejo del climaterio y la menopausia como un proceso de crecimiento y desarrollo personal, población femenina, Universidad de Costa Rica. Seminario de graduación para optar por el título de Licenciatura en Enfermería. Universidad de Costa Rica.

### RESUMEN

**Introducción.** El hombre y la mujer natural, creado a la imagen de Dios, tienen un tremendo potencial intelectual, artístico y social, lo que le permite desarrollarse y crecer como seres integrales. Es así como a lo largo de la vida, la mujer ha ido incorporando actividades, destrezas y vivencias que no se encontraban en el plan inicial de su concepción, modificando experiencias a nivel de las diferentes etapas del desarrollo social, cultural, espiritual, emocional y biológico.

**Objetivo.** Desarrollar un taller para el conocimiento y el manejo del climaterio y la menopausia, como un proceso de crecimiento y desarrollo personal.

**Metodología.** Seminario; se desarrolló un taller para el conocimiento y manejo del climaterio y la menopausia como un proceso de crecimiento y desarrollo personal de la población femenina de la Universidad de Costa Rica.

**Resultado.** El taller permitió que las mujeres expresaran sus dudas y temores sobre el climaterio, esto al encontrar un espacio y un ambiente de familiaridad que permitía la exteriorización y comprensión de sus sentimientos.

**Conclusiones.** La población costarricense a través del tiempo ha centrado el valor y la función de la mujer en su período reproductivo minimizando su potencial en las otras etapas del desarrollo, lo cual ha provocado en la mujer sentimientos de temor e inseguridad hacia las nuevas vivencias por experimentar, impidiéndoles prepararse emocional y físicamente para el climaterio. La población femenina universitaria, desconoce el proceso del climaterio y no tiene claro el término de menopausia, aún aquellas mujeres que se encuentran en ese período, lo que confirma el desinterés que se tiene a pesar de ser una etapa propia de su crecimiento y desarrollo, reflejando con esto que socioculturalmente a la mujer no se le está preparando para este proceso, sino sólo para la etapa reproductiva.

**Descriptor:** Menopausia, Climaterio, Crecimiento y desarrollo humano