

# **TITULO: APROVECHAR LOS BENEFICIOS DE LA LECHE DE SOYA PARA ATENUAR LOS SÍNTOMAS DEL SÍNDROME CLIMATÉRICO. CUENCA / 2022”**

**AUTORAS: LEOCADIA ELIZABETH HERRERA LOZANO. Estudiante de Naturopatía**

**TLGA. PATRICIA ORELLANA G.**

## **RESUMEN:**

El presente documento académico investigativo, tiene dos puntos como propósito final, el primero, consiste puntualmente en indagar de forma profunda acerca del síndrome climatérico, pasando una revisión de sus síntomas, causas, diagnóstico, etc., siendo el segundo punto llevar a cabo la preparación de una bebida totalmente natural sin la presencia de ingredientes sintéticos, concretamente se habla de la bebida natural leche de soya, desde su elaboración, hasta la forma adecuada de su consumo con el fin de aliviar la sintomatología provocados por el síndrome Climatérico, utilizando métodos naturales por medio de la medicina alternativa al aprovechar los beneficios de la leche de soya como coadyuvante, en esta investigación se trabajó con una muestra de 10 mujeres, pacientes del barrio Corazón de Jesús, perteneciente a la parroquia San Sebastián, de la ciudad de Cuenca, de entre 40 y 50 años, quienes presentaban síntomas climatéricos. Teniendo como resultado que, los síntomas de las 10 mujeres tratadas con la leche de soya se atenuaron en un 80%, para lo cual fue necesario diseñar la planificación adecuada para su administración, llevando el control y seguimiento semanal para constatar su evolución. No obstante, es importante mencionar que con este trabajo investigativo se dará a conocer datos relevantes, teniendo como fin, que sirva de base para nuevas investigaciones afines.

Finalmente se concluye que, la elaboración de leche de soya fue altamente positiva, porque mediante la ingesta de la bebida, en esta etapa de transición para las mujeres, dio un giro beneficioso ante el síndrome climatérico.

**Palabras claves:** LECHE DE SOYA. SÍNDROME CLIMATÉRICO. FITOTERAPIA. MEDICINA NATURAL.

## **ABSTRAT:**

The present academic research document has two points as its final purpose, the first one consists of promptly inquiring deeply about the climacteric syndrome, passing a review of its symptoms, causes, diagnosis, etc., the second point being to carry out the elaboration of a totally natural drink without the presence of synthetic ingredients, specifically we talk about the natural soy milk drink, from its elaboration, to the adequate form of its consumption in order to alleviate the symptoms caused by climacteric syndrome, using methods through alternative medicine by taking advantage of the benefits of soy milk as an adjuvant, in this research we worked with a sample of 10 women, patients from the Corazón de Jesús neighborhood, belonging to the San Sebastián parish, in the city of Cuenca , between 40 and 50 years old, who presented climacteric symptoms. Having as a result that the symptoms of the 10 women treated with soy milk were attenuated by 80%, for which it was necessary to design the appropriate planning for its administration, taking control and weekly follow-up to verify its evolution. However, it is important to mention that in this work it will present relevant data, with the purpose of serving as a basis for new related research.

Finally, it is concluded that the elaboration of soy milk was highly positive, because through the ingestion of the drink, in this transition stage for women, it gave a beneficial turn in the face of climacteric syndrome.

**KEYWORDS:** SOY MILK. CLIMATERIC SYNDROME. PHYTOTHERAPY. NATURAL MEDICINE.

## **INTRODUCCIÓN:**

El presente documento académico y como su nombre bien lo expresa aprovechar los beneficios de la leche de soya para atenuar los síntomas del síndrome climatérico, será dividido en dos partes importantes, por un lado, se describirá acerca de los síntomas del síndrome climatérico; mientras que la segunda parte de este documento recaerá sobre la elaboración y la investigación de los beneficios para la salud de una bebida natural, concretamente de la leche de soya, de la cual se destacará la ayuda que brindan y sus propiedades terapéuticas en el ámbito de la medicina alternativa y complementaria.

Por lo mencionado, queda claro que el presente estudio analizará acerca de la fitoterapia, siendo de conocimiento general que las plantas medicinales han estado presentes desde el inicio de la vida misma, y que han sido usadas por parte del ser humano en varios ámbitos, tales como: alimentación, plantas ornamentales, cosmetología, entre otras., siendo el ámbito de la medicina natural una de las áreas más utilizadas por la sociedad, favoreciendo en la salud de las personas.

La soya, no puede quedar de lado en el área de las plantas medicinales, llegando a ser usada en primer lugar en la salud y en segundo lugar en el ámbito de la gastronomía, es relevante mencionar que, hoy en día la soya al igual que muchas otras plantas medicinales se encuentran hasta en el lugar más recóndito del mundo, esto indica claramente que la soya está muy presente en nuestra región sudamericana, concretamente en la república del Ecuador.

Lo dicho hasta ahora, ayuda a entender el propósito de este documento académico, que no es otra cosa que poder utilizar a favor las propiedades medicinales de la leche de soya, y cómo pueden llegar a aliviar de manera notoria los síntomas del síndrome climatérico, presentes en mujeres adultas en edad mediada entre los 40 y 50 años, problema de salud que es muy frecuente en mujeres de la región de Sudamérica.

No obstante, nace una pregunta, ¿Cuáles son los síntomas del síndrome climatérico?, y obviamente dicha pregunta debe ser respondida, básicamente se conoce que los síntomas recaen en, signos asociados con una disminución en estrógenos y otros esteroides sexuales que implican cambios como lo dice la Secretaría de salud, Gobierno del estado de México: los labios, clítoris, vestíbulo, introito, la vagina, la uretra y vejiga. El síndrome no se limita a los genitales e incluyen síntomas de sequedad, ardor e irritación; síntomas sexuales como falta de lubricación, molestia o dolor, y deterioro de la función sexual. (1)

No obstante, a lo largo del documento surgirán más preguntas, por ejemplo: ¿cuándo se presentan dichas patologías?, según los especialistas, se debe a fundamentalmente a la edad, es decir cuando las mujeres oscilan entre los 40 y 50 años, lo que también se conoce como la edad de la menopausia, sin embargo, cabe recalcar que no es lo mismo, ya que, la menopausia es el período en la vida de la mujer en el que deja de menstruar con regularidad, mientras que el síndrome climatérico, es la sintomatología que antecede y sigue a la menopausia como consecuencia del declinar o fin de la función ovárica, como será explicado ampliamente más adelante.

Finalmente, para explicar de forma clara todo lo expuesto hasta ahora, se desarrollará la siguiente estructura:

Por un lado:

- recolectar información pertinente de la planta medicinal de soya, principalmente a la leche de soya y sus propiedades medicinales

Por otro lado:

- Investigar las principales características del síndrome climatérico en las mujeres, y como por medio de la leche de soya se puede llegar a aliviar dichos síntomas, obteniendo resultados positivos

## **OBJETIVOS:**

### **OBJETIVO GENERAL:**

Aliviar los síntomas provocados por el síndrome climatérico, utilizando métodos naturales por medio de la medicina alternativa al aprovechar los beneficios de la leche de soya como coadyuvante.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Analizar profundamente el síndrome climatérico, síntomas, causas y prevención
- Estudiar las propiedades terapéuticas de la leche de soya y los beneficios que proporciona para aliviar los síntomas del síndrome climatérico
- Elaborar leche soya, siguiendo las normas y protocolos sanitarios para el consumo como medicamento natural para atenuar los síntomas del síndrome climatérico.

## MATERIALES Y METODO:

### CLASIFICACIÓN DEL ESTUDIO:

Se realizó un estudio de carácter prospectivo longitudinal y cuasi experimental.

### UNIVERSO Y MUESTRA

El universo quedó constituido por todas las pacientes que acudieron con el diagnóstico galénico de Síndrome Climatérico; la muestra fue seleccionada al azar, quedando formada por 10 pacientes de sexo femenino, todas ellas con síntomas de síndrome climatérico.

Consecuentemente, para aliviar dichos problemas se utilizó el producto medicinal natural de leche de soya, siendo necesario recalcar que a todas las pacientes se les llevo registrada la evolución mediante historias clínicas naturopáticas.

### OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable	Clasificación	Escala	Descripción	Indicador
<b>Síntomas de síndrome climatérico</b>	Cuantitativa discreta.	Síntomas referidos	Según datos y evolución de historia clínica naturopática	Síntomas de síndrome climatérico
<b>Mejoría síntomas de síndrome climatérico</b>	Cualitativa, nominal, politómica.	Total Parcial Sin Alivio	Según datos y evolución de historia clínica naturopática	Resultados obtenidos por la ingesta de leche de soya

Elaborado por, Leocadia Elizabeth Herrera Lozano

### PARÁMETROS ÉTICOS

Para desarrollar de forma clara este documento investigativo académico, se utilizó el consentimiento informado de cada paciente mediante el cual, se ve reflejada la garantía del

cumplimiento de los cuatro principios éticos: el respeto a las personas, la beneficencia, la no maleficencia y el de justicia.

## **MÉTODOS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Esta investigación utilizó la metodología descriptiva cualitativa, con enfoque de revisión bibliográfica, misma que ha sido extraída de bases de datos científicas como Scielo, Medline plus, Ecured, entre otras, las cuales han ampliado la información al respecto, se indagaron en alrededor de treinta artículos científicos de los cuales se incluyeron los que atañan a los síntomas del síndrome climatérico, medicina natural, elaboración de productos, excluyendo los que no tenían sustento científico, no competen al tema indagado, extrayendo la información que tenga validez y fiabilidad en torno a la efectividad del uso de medicamentos naturales, por otro lado se discernió la información entre la efectividad y los efectos contraindicados.

Para el correcto desarrollo del presente trabajo, se llevó a cabo la agrupación de datos de suma importancia y para ello fue menester emplear los métodos de carácter:

- observacional.
- investigativo y analítico.

## **INSTRUMENTO**

El instrumento apto o adecuado para registrar de forma eficaz la información del paciente sin duda alguna es la historia clínica naturopática, instrumento de factible uso que a su vez nos brinda la facilidad de organizar los diferentes sucesos en cuanto a la vida del paciente en diversas categorías, desde los datos personales, la causa de la consulta, el proceso de la enfermedad desde el inicio del tratamiento hasta el fin del mismo; la anamnesis, que incluye el desarrollo evolutivo, y la historia de las enfermedades que haya padecido el paciente, los tratamientos previos a la consulta y los resultados de ellos, así como el diagnóstico presuntivo y los exámenes complementarios que corroboran un diagnóstico definitivo, a partir del cual se programará las sesiones del tratamiento adecuado para aliviar los síntomas del síndrome climatérico, en este caso puntualmente el uso del producto medicinal leche de soya.

## **TECNICAS Y PROCEDIMIENTOS PARA DAR SALIDA A LOS OBJETIVOS**

Para dar salida a los objetivos se implementó un plan de tabulación y análisis de datos, con información certificada, es decir: información de periódicos, revistas, libros, etc., estrechamente relacionada, por un lado, a la leche de soya y, por otro lado, al síndrome climatérico, puntualmente en atenuar los síntomas del síndrome climatérico, en cada caso se procedió de la siguiente manera:

Primer objetivo, se llevó a cabo una investigación específica en cuanto a la leche de soya, haciendo énfasis principalmente en sus propiedades terapéuticas.

Segundo objetivo, se elaboró la bebida natural leche de soya, producto con el fin de mejorar notablemente la presencia de síntomas de síndrome climatérico.

## **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS:**

El presente trabajo investigativo teórico-práctico se lo llegó a desarrollar con una muestra de diez pacientes, todas de sexo femenino y procedentes de distintas partes de la ciudad de Cuenca, para lo que, fue importante utilizar la herramienta de las historias clínicas naturopáticas, para de tal manera poder llegar a recolectar información de mayor relevancia y gracias a ello, conocer, en primer lugar el estado de salud de cada una de las pacientes, en segundo lugar los síntomas y las posibles causas de su problema de salud, según los datos obtenidos los pacientes, manifestaron síntomas de síndrome climatérico.

Después de la lectura y el análisis de todas las historias clínicas naturopáticas, los resultados obtenidos indicaron que, todas tenían síntomas de síndrome climatérico, por tal motivo, a todas las pacientes se les aplicó el tratamiento naturopático, el que consistió en el consumo de la bebida medicinal leche de soya, con la única finalidad de, aliviar de forma notable los dolores provocados por el mencionado problema de salud.

Una de las principales razones de este estudio es, demostrar el nivel de efectividad de la bebida medicinal leche de soya, usada para aliviar los síntomas en el síndrome climatérico, con el fin de dejar precedentes para futuras investigaciones relacionadas a este caso.

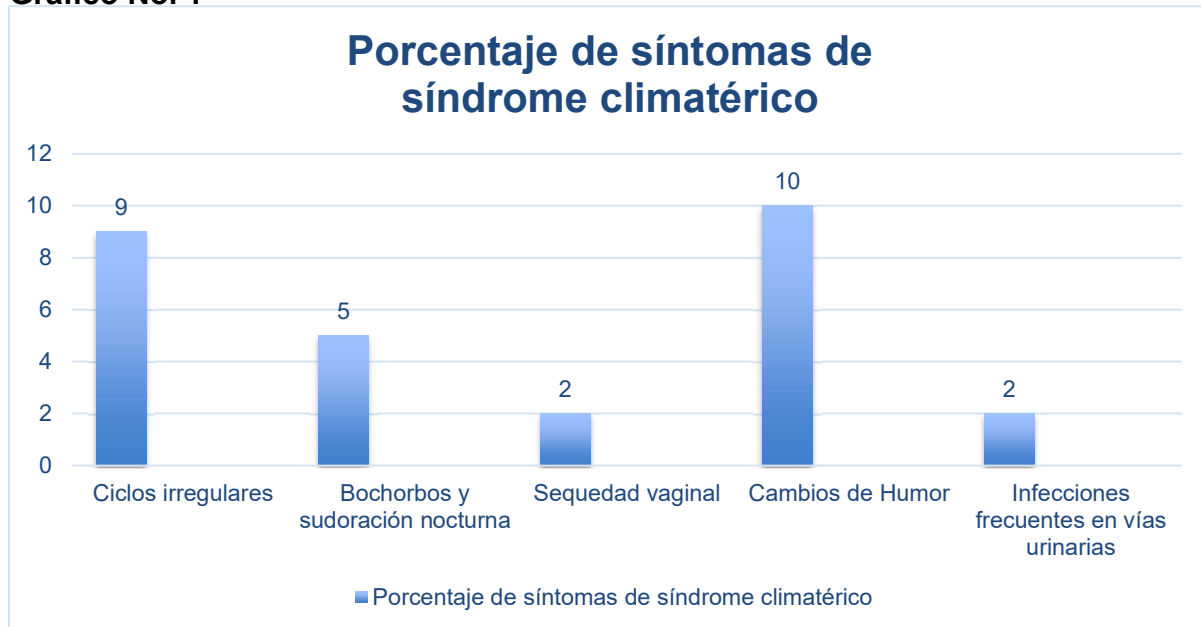
Finalmente, los resultados obtenidos en esta investigación serán, plasmados en tablas y gráficos para una lectura práctica y rápida por parte de cualquier persona.

**Tabla No. 3 Síntomas de síndrome climatérico**

<b>síntomas de síndrome climatérico</b>	<b>Pacientes</b>
<b>Ciclos irregulares</b>	10 de 10
<b>Bochornos y sudoración nocturna</b>	5 de 10
<b>Sequedad Vaginal</b>	2 de 10
<b>Cambios de humor</b>	10 de 10
<b>Infecciones frecuentes en vías urinarias</b>	2 de 10

Elaborado por Leocadia Elizabeth Herrera Lozano. Fuente: Historias Clínicas Naturopáticas

**Gráfico No. 1**



Elaborado por: Leocadia Elizabeth Herrera Lozano. Fuente: Historias Clínicas Naturopáticas



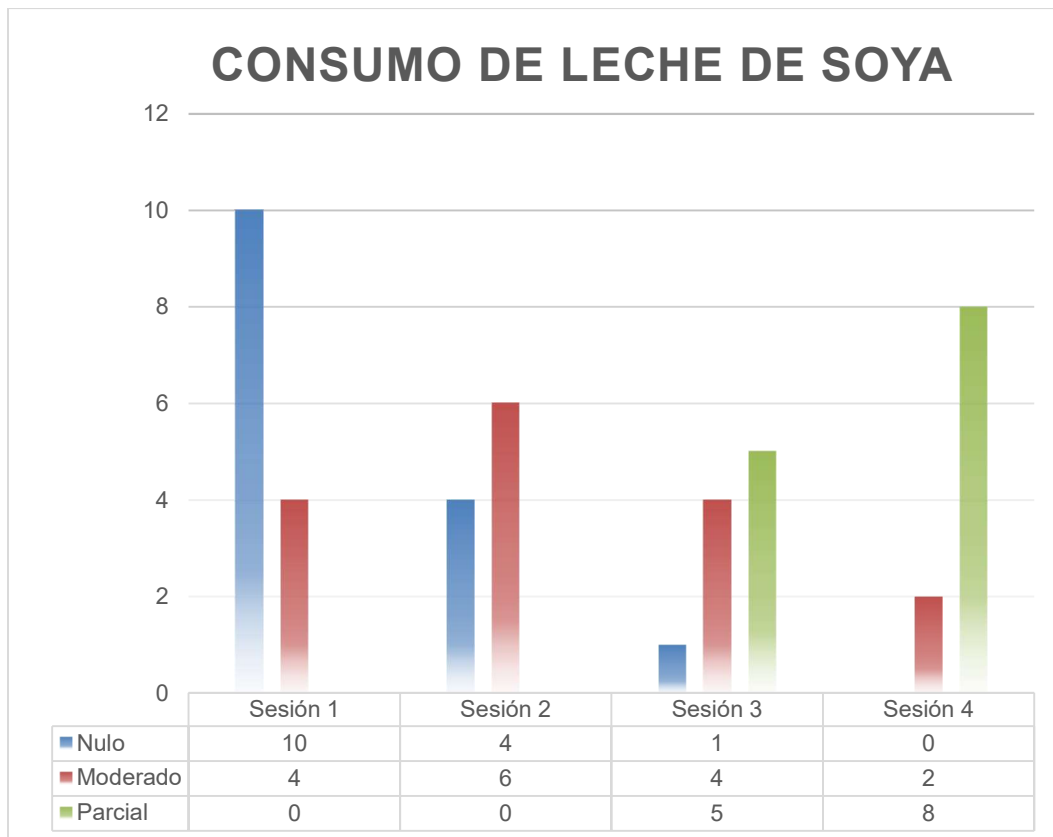
En este primer gráfico, se puede ver reflejado los datos obtenidos por medio de las historias clínicas naturopáticas, razón por la cual, podemos llegar a saber que los síntomas del síndrome climatérico están presentes en todos los pacientes del presente estudio, siendo prueba suficiente para poder ejecutar un tratamiento naturopático, el cual consiste fundamentalmente en el consumo de la bebida medicinal leche de soya.

**Tabla No. 4 Consumo de leche de soya**

Consumo de leche de soya, para aliviar síntomas de síndrome climatérico	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4
<b>Nulo</b>	10	4	1	0
<b>Moderado</b>	0	6	4	2
<b>Parcial</b>	0	0	5	8

Elaborado por Leocadia Elizabeth Herrera Lozano. Fuente: Historias Clínicas Naturopáticas

**Gráfico NO. 2**



Elaborado por

Leocadia Elizabeth Herrera Lozano. Fuente: Historias Clínicas Naturopáticas

Se puede ver claramente en la tabla número cuatro y el gráfico número dos, la evolución positiva, en un 80% en cuanto al alivio de los dolores provocados por el problema de salud síndrome climatérico, gracias a la ejecución del tratamiento natural con la bebida de leche de soya usado mediante masajes terapéuticos.

### **CONCLUSIONES:**

- ✓ Una vez cumplido este proyecto investigativo teórico práctico y tomando en cuenta la problemática de salud, que fue el síndrome climatérico y cómo por medio de la elaboración de una bebida medicinal natural a base de soya, concretamente leche de soya y cómo gracias a los componentes que la contienen se puede aliviar la sintomatología.
- ✓ De las diez personas atendidas con el producto medicinal en mención, se pudo determinar que los síntomas bajaron hasta en un 80 por ciento en todas las pacientes, es necesario indicar que, para que hubiera un resultado positivo fue importante cumplir con

una secuencia apropiada, es decir, llevar un seguimiento de al menos 4 citas médicas en donde por medio de un diseño de tratamiento se les pudo ir controlando la administración de la bebida de soya.

- ✓ Vale recalcar que, poseer o padecer síndrome climatérico en las mujeres es por así decirlo, inevitable, con el paso del tiempo el organismo del ser humano va adquiriendo ciertas condiciones manifestadas en nuestro cuerpo, tal cual como a su debido momento se dieron a conocer los síntomas del síndrome en mención, siendo los más comunes: la irregularidad en el periodo menstrual, sequedad vaginal e incluso las frecuentes infecciones en el tracto urinario.
- ✓ Finalmente se concluye que, la elaboración de leche de soya fue altamente positiva, porque mediante la ingesta de la bebida, en esta etapa de transición para las mujeres, dió un giro beneficioso ante el síndrome climatérico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Secretaría de salud, Gobierno del estado de México. Menopausia y sus síntomas. Secretaría de salud, Gobierno del estado de México. 2021 Septiembre; 2(4).
2. Merley E. J. Generalidades sobre el sistema endocrino. MANUAL MSD, Versión para profesionales. 2019 Marzo; 2.
3. Hirsch L. El sistema endocrino. TeensHealth. 2018 Octubre; 2(1).
4. Revista Universidad de Chile 7cl. Las Glándulas y la Secresión. Revista Universidad de Chile 7cl. 2020 marzo; 3(2).
5. Fernandes A. Glándulas exocrinas, Presentación del concepto de Glándulas exocrinas: Estructura; clasificación y mecanismos de secreción. Know, Revista Temática. 2018 Septiembre; 2(1).
6. Paniagua Ruíz A. Qué son las Glándulas Endocrinas y cuales son controladas por la hipófisis. Unidad Médica Angloamericana. 2019 Febrero ; 1(5).

7. Redacción, MedlinePlus. Glándulas endocrinas. MedlinePlus, Información de salud para usted. 2019 Febrero; 2(6).
8. Husney A, Marshall S, Gabica MJ, Romito K. Ovarios. Cigna. 2021 Noviembre; 2(1).
9. Personal de MedlinePlus. Enfermedades de los ovarios, Otros nombres: Enfermedades ováricas. MedlinePlus, Información de salud para usted. 2019 Diciembre; 1(1).
10. Torres Jiménez AP, Torres Rincón JM. Climaterio y Menopausia. Revista de la Facultad de Medicina (México). 2018 marzo abril; 61(2).
11. Sosa L, Corrales F, Díaz k. SINDROME CLIMATERICO. Flasog-ORG. 2022 Octubre; 2(11).
12. BERTOSSI FERRARI ME, MACAYA PIVET HR, JOST ALCALDE EM, BIANCHI POBLETE MR. CLIMATERIO Y MENOPAUSIA: SÍNTOMAS Y TRATAMIENTO. Clínica las Condes. 2019 Abril; 5(1).
13. Veloz F, Espejo F, Vintimilla F, Galindo Í, Montenegro G. Menopausia y Síndrome Climatérico. Revista Facultad de ciencias médicas (Quito), Universidad Central del Ecuador. 2019 Septiembre; 20(3-4).
14. Alvarado García A, Hernández Quijano T, Hernández Valencia M, Negrín-Perez C. Guía de práctica clínica Diagnóstico y Tratamiento. Medigraphic. 2018 mayo; 53(2).
15. Martín Salinas C, López-Sobaler AM. Beneficios de la soja en la salud femenina. Nutrición Hospitalaria. 2017 diciembre; 34(14).
16. Rodríguez C, Medina G, Cabrera D, Díaz E. Medicina Natural y Tradicional. Conocimientos y aplicaciones de enfermería en MINAS-II. Revista Cubana de Enfermería. 2002 Septiembre; 18(3).
17. Gallegos Zurita M, Gallegos D. Plantas medicinales utilizadas en el tratamiento de enfermedades de la piel en comunidades rurales de la provincia de Los Ríos Ecuador. Anales de la Facultad de Medicina, Universidad Técnica de Babahoyo, Universidad de Guayaquil. 2017 junio - septiembre; 78(3).
18. Departamento de Ediciones, San Camilo. CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES DE LA SOYA. San Camilo. 2019 Febrero; 2(11).

19. Rosas Morales MR. SOJA. Elsevier. 2006 febrero; 80(86).
20. ARKOPHARMA, S.A. Laboratorios Farmacéuticos. FICHA TECNICA PHYTO SOYA CAPSULAS DURAS. Agencia española de medicamentos y productos sanitarios, AM CIMA. 2021 marzo; 9(25).
21. Sánchez A. Soja: valor nutricional, propiedades, beneficios y mitos. La Vanguardia. 2022 marzo; 22(2).
22. Carpintero Angulo A. Leche de soja: Propiedades, beneficios y contraindicaciones. Nutrición-Pharma. 2021 Diciembre; 22(1).
23. Álvarez C. Las bebidas de soja son buenas durante la menopausia. El Periodico de Catalunya S.L.U. 2019 mayo; 31(2).
24. De Las Bastidas V. 8 beneficios comprobados de tomar leche de soja. AsiaBook. 2021 Agosto; 2(17).
25. Personal de Tecnología Alimentaria. Así se elabora la leche de soja. Tecnología Alimentaria, Arg-Gob. 2021 noviembre; 5(2).
26. Biurrún Unzué Ó. ¿Qué es el hipotálamo? TO-DOCTO-España. 2021 abril; 2(17).
27. Vidal Ó. Glándulas paratiroides ¿Qué son, qué función tienen y cómo pueden enfermar? BarnaClinic +. 2019 agosto; 2.
28. Sánchez Varo R, Bermúdez Flores DT, López Villodres JA. Cómo funciona la glándula pineal, el enigmático órgano que regula nuestro sueño. BBC, News Mundo. 2021 Abril; 10(5).
29. Carmichael JD. Introducción a la hipófisis. Manual MSD, Versión para público general. 2021 marzo; 2(4).
30. Azucas R, Serrano C. Testículos. Ken - Hub. 2022 abril ; 2(1).
31. Hershman JM. Introducción a la glándula tiroidea. Manual MSD, Versión para público general. 2020 Octubre; 5(12).
32. Responsable:Consejería de Salud y Familias. El Páncreas, los Islotes de Langerhans, las Células beta, la Insulina. Junta de Andalucía, Consejería de salud y familias. 2018 Junio; 2(8).

