

**UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS PUEBLA**

Ciencias sociales

Relaciones Internacionales y Ciencia Política

**UDLAP**®

**Pobreza menstrual en el sistema educativo mexicano**

Tesis que, para completar los requisitos del Programa de Honores presenta la  
estudiante

**Ilse Rivera Ortiz**

**164921**

**Relaciones Internacionales**

**Celeste Cedillo González**

San Andrés Cholula, Puebla.

<<Periodo>>

Hoja de firmas

Tesis que, para completar los requisitos del Programa de Honores presenta el  
estudiante

**Ilse Rivera Ortiz**

**Director de Tesis**

---

**Celeste Cedillo González**

**Presidente de Tesis**

---

<<Nombre del Presidente de Tesis>>

**Secretario de Tesis**

---

<<Nombre el Secretario de Tesis>>

# Índice general

<b>Introducción .....</b>	<b>5</b>
<b>Planteamiento del problema .....</b>	<b>5</b>
Hipótesis.....	5
Objetivos .....	5
Justificación de la investigación .....	5
Preguntas de investigación.....	6
Estructura .....	6
<b>Capítulo 1: Marco Teórico.....</b>	<b>7</b>
Definición de conceptos clave.....	7
<b>Presentación del tema y su importancia .....</b>	<b>9</b>
Problemática social .....	12
Problemática económica.....	13
Problemática en la educación .....	15
Problemática en la salud pública.....	16
<b>Revisión de la literatura sobre la pobreza menstrual .....</b>	<b>19</b>
<b>Capítulo 2: Contextualización .....</b>	<b>31</b>
La situación de pobreza en México .....	31
Caso Puebla .....	34
Las políticas y programas gubernamentales en México.....	36
Relevancia de la gestión menstrual para cumplir los objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 .....	38
<b>Capítulo 3: Metodología .....</b>	<b>42</b>

Diseño de la investigación .....	42
Selección de la población muestra .....	43
Instrumento de recolección de datos.....	44
<b><i>Reflexiones finales</i></b> .....	<b>62</b>
<b><i>Referencias bibliográficas</i></b> .....	<b>65</b>

# **Introducción**

## **Planteamiento del problema**

### **Hipótesis**

La pobreza menstrual es una problemática significativa en el sector educativo mexicano, que afecta el bienestar físico, emocional y académico de las niñas y adolescentes mexicanas de entre 9 y 16 años. A lo largo de esta investigación, se busca analizar los desafíos a los que se enfrentan las niñas y adolescentes en el sector educativo mexicano, específicamente en escuelas públicas. Asimismo, se busca comprender tanto las causas como las consecuencias de esta situación, con el objetivo de analizar y corroborar las afectaciones directas que produce.

### **Objetivos**

El objetivo de esta investigación es analizar la pobreza menstrual como problemática en el sector educativo mexicano y diseñar una propuesta metodológica para medir la pobreza menstrual en niñas y adolescentes entre 9 y 16 años en las escuelas públicas.

### **Justificación de la investigación**

A nivel mundial, la menstruación ha sido asociada con ideas de suciedad e impureza, generando estigmas y ocultando problemáticas que afectan a un gran número de mujeres y niñas. En México, donde la mitad de la población son mujeres, la menstruación continúa siendo un tema silenciado y privado. La falta de datos precisos sobre la problemática de la pobreza menstrual en nuestro país es una realidad que requiere atención. . En este estudio, se busca recopilar datos y generar una investigación que visibilice la pobreza menstrual en las

escuelas pública de México, con el objetivo de impulsar la implementación de políticas públicas que mejoren las condiciones de las niñas menstruantes y les permitan ejercer plenamente sus derechos humanos, incluyendo el derecho a la educación. El alcance de la investigación es descriptivo debido a que se busca describir con detalle la pobreza menstrual y sus afectaciones en niñas y adolescentes estudiantes.

### **Preguntas de investigación**

¿Qué es la pobreza menstrual y cómo afecta a las niñas y adolescentes en el sistema educativo mexicano?

¿Cómo afecta la pobreza menstrual en el rendimiento escolar de las niñas?

¿Cómo se puede medir la pobreza menstrual en niñas y adolescentes entre 9 y 16 años en las escuelas públicas?

¿Cómo se podría diseñar una propuesta metodológica para medir la pobreza menstrual en las escuelas públicas mexicanas?

### **Estructura**

La estructura de este trabajo consiste en introducir el tema a través del marco teórico que está dividido en tres partes, primero las definiciones clave para entender la problemática y la investigación misma. Posteriormente, se dará la presentación del tema y su importancia, lo cual está compuesto por cuatro vertientes; problemática social, económica, en la educación, y por último, en la salud pública. Con el propósito de dar una explicación integral y analizar las diferentes áreas que comprenden la problemática de la pobreza menstrual. Al finalizar el primer capítulo tendremos la revisión de la literatura , la cual será enfocada hacia la pobreza menstrual como problemática dentro del sector educativo.

Después, entraremos al capítulo 2, en donde se abordará la contextualización de la pobreza menstrual en México y en Puebla, a pesar de que no se encontraron datos específicos y significativos sobre la problemática representada, diversos datos fueron identificados para lograr una contextualización de nuestro país, y el Estado de Puebla. Estos datos son sobre la situación de pobreza en México, las políticas gubernamentales sobre pobreza menstrual en México y la situación educativa en Puebla. Antes de terminar el capítulo, tenemos un apartado en donde se explica la relevancia de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 en relación con la pobreza menstrual.

Posteriormente, nos encontraremos con el tercer capítulo el cual está conformado por la propuesta metodológica de la investigación, donde se hará mención tanto del diseño de la investigación como la selección de población muestra, y, el instrumento de recolección de datos. Dentro de este apartado tendremos el acceso a la encuesta que se busca aplicar para poder obtener el promedio ponderado para el indicador de pobreza menstrual.

Por último, tendremos las reflexiones finales, el cual se comprende de las conclusiones generales, aportes y limitaciones de la investigación, implicaciones para futuras investigaciones, y las reflexiones finales. En este apartado se hará el análisis completo de la investigación y se darán a conocer los hallazgos.

## **Capítulo 1: Marco Teórico**

### **Definición de conceptos clave**

Ahora bien, definiremos la pobreza menstrual, según un artículo de *Global Citizen*, es la falta de acceso a productos menstruales, educación sobre higiene menstrual, baños, instalaciones de lavado de manos y, o, gestión de los desechos (Sánchez, E. 2022). De acuerdo con datos

de la UNICEF, alrededor de 2.2 millones de personas en todo el mundo no cuentan con servicios de agua potable gestionados de manera segura, 4.2 millones de personas no cuentan con servicios de saneamiento y 3 millones carecen de instalaciones básicas para el lavado de manos (2019). Por lo tanto, a pesar de que no existen datos sobre la población que vive en pobreza menstrual, tenemos datos representativos para afirmar que una realidad de millones de personas es la inaccesibilidad a diversos recursos, entre ellos, los necesarios para gestionar una menstruación de forma digna.

Por consiguiente, se convierte fundamental plantear una gestión menstrual digna. La Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) de México define la gestión menstrual digna como el acceso gratuito a toallas sanitarias, tampones o copas menstruales para garantizar el acceso a estos insumos a todas las niñas, mujeres y personas menstruantes. También incluye el acceso a los servicios y consejería de las condiciones saludables para el período menstrual (CNDH, 2021). El concepto de salud e higiene menstrual abarca salud, bienestar, igualdad de género, empoderamiento de niñas y mujeres adolescentes y sus derechos (Instituto de la Salud del Estado de México, 2018). Siendo la menstruación un proceso que experimenta la mitad de la población, aproximadamente la mitad de su vida, es necesario exponer las problemáticas alrededor de ella que podrían ser exacerbadores de diversas desigualdades o violencias. Por lo tanto, la gestión menstrual digna es abordar un tema desde la perspectiva de los derechos humanos. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) habla sobre el manejo de la higiene menstrual directamente como un tema de derechos humanos, esto tiene que ver directamente con la igualdad de género, el derecho al agua y saneamiento, educación y la participación (UNICEF, s.f.). Entonces, cuando hablamos de menstruación no hablamos de una enfermedad o un problema en sí, son



la falta de acceso a productos, infraestructura, el estigma y la falta de información lo que hace de ello un problema que afecta a diversas niñas, jóvenes y mujeres.

Por otro lado, es necesario definir la palabra “estigma” debido a que es una parte primordial para entender la pobreza menstrual. Según el Centro Nacional para la Prevención de VIH y el sida, el estigma es el conjunto de acciones y creencias desfavorables que rechazan a una persona o un grupo de personas por alguna diferencia (2020). Es decir, el estigma viene desde una creencia negativa que se contruye en sociedades o comunidades puede ser ya sea por mitos o tabúes sociales. Cabe mencionar que la menstruación ha sido constantemente estigmatizada y ha generado vergüenza en las niñas y mujeres, esto ha contribuido a la invisibilización de las problemáticas que lo rodean. Además, se ha visto como un tema privado o únicamente correspondiente a las mujeres, y esto ha sido un grave error debido a que a lo largo de la historia los hombres han desempeñado una función decisiva en el mantenimiento de los tabúes y estigmas (OHCHR, 2022). Por esto mismo, se convierte necesario entender qué es el estigma y su rol dentro de la vida de las mujeres relacionada a la menstruación.

### **Presentación del tema y su importancia**

La menstruación es el punto de partida para abordar el tema de la pobreza menstrual como un problema de salud pública. Según el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), la menstruación es el proceso por el cual el útero elimina sangre y tejido a través de la vagina, y puede durar entre 2 y 5 días. Es importante destacar que es un proceso natural y saludable para las niñas y mujeres en edad reproductiva (UNFPA, 2022). La primera menstruación se conoce como menarquía y, según la Secretaría de Salud del Gobierno de

México, suele ocurrir entre los 9 y 15 años (Secretaría de Salud, 2017). La última menstruación se conoce como menopausia y suele ocurrir alrededor de los 51 años (Moya González, 2019). Este proceso es completamente normal y natural en la vida de las niñas y mujeres, y es una señal de salud que las acompañará durante gran parte de su vida.

La menstruación es parte del ciclo menstrual, que dura desde el primer día del sangrado menstrual hasta el primer día del siguiente (UNICEF, 2022). No hay una duración exacta, pero en promedio dura entre 25 y 30 días, aunque muchas mujeres experimentan una duración de 21 días o más de 35. Este ciclo es un proceso biológico que ocurre en el sistema reproductivo para preparar el cuerpo para un posible embarazo y está influenciado por las hormonas que se producen en la pubertad y continúan hasta el final de la fertilidad (UNFPA, 2022). El ciclo se compone de tres etapas: pre-ovulación, ovulación y post-ovulación, durante las cuales las hormonas pueden afectar el estado de ánimo (como irritabilidad, tristeza o ansiedad). Durante el ciclo menstrual, se pueden presentar molestias como dolor de cabeza, dolor en los senos y cólicos (dolores debajo del ombligo o en la espalda). Es importante mencionar que la intensidad del dolor y la cantidad de molestias varían según la niña o mujer, y algunas pueden necesitar medicamentos para aliviarse (UNICEF, 2022). Cada niña y mujer vive su ciclo menstrual de manera diferente, por lo que es normal tener variaciones en sus experiencias, duración y molestias.

Como ya lo habíamos mencionado antes, la menstruación ocurre alrededor de los 9 y 15 años de edad, esto quiere decir que recibimos nuestra menarquía a una edad temprana, realmente esto no representa un problema biológico ya que es un proceso natural en la vida de las niñas y mujeres. Se convierte en un problema cuando dirigimos la mirada a lo social y cultural, de acuerdo con la autora Antonia Browne la menstruación es constantemente

presente como un “factor sorpresa” en niñas y adolescentes (2021), esto evidencia la falta de información y educación sobre la menstruación. Además, la falta de información y educación sobre la menstruación puede llevar a que las niñas y adolescentes experimenten temor, vergüenza o desconocimiento sobre su propio cuerpo y los cambios que experimentan.

El Banco Mundial afirma que existen aproximadamente 300 millones de niñas y mujeres menstruando en el mundo (2019), lo que significa que tendrán una duración promedio de 40 años a lo largo de su vida (Pérez, 2017). Estos datos son impresionantes, incluso sin considerar al resto de las personas menstruantes. Como hemos mencionado anteriormente, la menstruación es un proceso natural en la vida de las mujeres y no representa un problema en sí mismo. Sin embargo, la falta de condiciones adecuadas para su gestión puede tener consecuencias negativas tanto físicas como psicológicas (Browne, 2021). Por lo tanto, es necesario abordar el tema de la menstruación desde una perspectiva integral que considere su relación con la salud física y mental, la educación, la desigualdad de género y la pobreza.

La pobreza menstrual es uno de los principales problemas relacionados con la menstruación que afecta a miles de mujeres y niñas en todo el mundo, aunque no existen datos precisos, se relaciona con diferentes factores que nos hacen poder confirmar la presencia de este fenómeno. Este problema abarca desde la falta de acceso a productos de higiene menstrual hasta la falta de educación sobre la menstruación, la infraestructura y los estigmas que lo rodean. Sin embargo, no hay cifras, estudios o fuentes que demuestren de manera certera la pobreza menstrual en el mundo, y México no es la excepción. Aunque existen algunos datos generados por colectivos de mujeres, la falta de información y atención refleja una problemática invisibilizada (Páez, 2021). Las consecuencias de la pobreza

menstrual se reflejan en la vida pública de las mujeres y las niñas, en su bienestar y en su imposibilidad de desarrollarse. Esta investigación busca identificar las principales barreras y sus posibles soluciones para mejorar la situación de las mujeres y niñas que sufren este problema. Además, podría ser útil para el desarrollo de políticas y programas públicos que aborden la pobreza menstrual en México.

### **Problemática social**

Tenemos principalmente cuatro vertientes que nos ayudan a explicar cuándo la menstruación se convierte en un problema: lo social, económico, educativo y la salud (Browne, 2017), los cuales están interrelacionados. En primer lugar, hablemos de la menstruación como un problema social. Principalmente tiene que ver con la gran estigmatización que conlleva el tema, lo que se refleja en los tabúes y provoca que las mujeres se sientan avergonzadas de un proceso natural. La menstruación ha sido constantemente silenciada porque se ve como un asunto "privado" y exclusivo de mujeres. Este estigma en torno a la menstruación expone a las niñas a discriminación basada principalmente en mitos y en una educación deficiente, lo que puede perjudicar su confianza y limitar sus oportunidades en la vida (Plan Internacional, s.f.). La primera encuesta nacional de gestión menstrual en México mostró que el 54% de las mujeres encuestadas piensan que el flujo menstrual es algo natural, pero el 44% de ellas se sienten incómodas hablando de la menstruación con sus familiares hombres (ESSITY, 2022). De acuerdo con una investigación de Plan Internacional, los jóvenes entre 15 y 24 años asocian la menstruación con palabras como "sucio", "vergonzoso" y "asqueroso" (s.f.). La menstruación puede ser una forma de discriminación y exclusión para las mujeres, puede dañar su confianza y seguridad, además de invisibilizar los problemas alrededor de este proceso natural debido al gran estigma que lo rodea.

Un ejemplo claro es la "Chhaupadi Partha". Según un artículo de National Geographic, esta tradición hinduista considera la menstruación como impura y obliga a las niñas y mujeres a vivir fuera de sus casas durante su periodo menstrual (Contreras, 2020). El principal problema es que miles de niñas y mujeres han muerto en los últimos años debido a la inhalación de humo o a picaduras de serpientes. Además, estas mujeres no pueden tocar ningún instrumento de cocina ni utilizar agua de las fuentes y no pueden comer en comunidad (Contreras, 2020). Este tipo de tradiciones se basa en una concepción negativa de la menstruación y pone en riesgo la vida y la salud de las niñas y mujeres. Se convierte en un factor de discriminación en contra de esta población y aumenta las desigualdades sociales, económicas y de salud.

### **Problemática económica**

Ahora bien, el problema de la menstruación en la dimensión económica se puede abordar desde la desigualdad económica que existe entre mujeres y hombres, el impuesto rosa y la falta de acceso a productos menstruales. En primer lugar, la desigualdad económica entre hombres y mujeres es evidente según los datos; la CEPAL indica que las mujeres en todo el mundo tienen un 27% menos de ingresos que los hombres (Flores, 2019). En Latinoamérica, las mujeres ganan más del 15% menos que los hombres por la misma labor, están expuestas a la informalidad laboral en un 40% y una de cada cuatro mujeres jóvenes que buscan trabajo no lo consiguen (Browne, 2017). Por lo tanto, podemos afirmar que las mujeres ya se encuentran estructuralmente en desventaja económica. Ahora, si le sumamos la necesidad de adquirir insumos para gestionar su menstruación, se les añade una barrera más. Además, el llamado "impuesto rosa" se refiere a que los productos para la menstruación, como las toallas sanitarias y tampones, son más caros que los productos similares para hombres. En algunos

países, como Estados Unidos, estos productos están sujetos a impuestos, mientras que otros productos considerados "necesarios" no lo están. Esto se convierte en una carga económica para las mujeres y aumenta las desigualdades económicas.

En esa misma línea, podemos hablar del "pink tax" o "impuesto rosa", que es un término que expone el sobreprecio que tienen diversos productos simplemente por estar destinados a mujeres, como productos de higiene personal, ropa o medicamentos que pueden costar hasta un 40% más que los productos destinados a hombres (Ecofeminita, 2016). Según Menstruación Digna, las mujeres de bajos ingresos son las más afectadas por el impuesto rosa porque en estos hogares se destina hasta seis veces más de sus ingresos para adquirir estos productos, en comparación con los hogares de mayores ingresos (Secretaría de Igualdad Sustantiva del Gobierno de Puebla, 2022). En la mayoría de los países, los productos menstruales están sujetos a este impuesto, a pesar de que son productos de necesidad básica para mujeres y niñas de todo el mundo. En México, los productos de gestión menstrual estaban sujetos a una tasa del 16% del Impuesto al Valor Agregado (IVA), lo que resulta en un trato discriminatorio que atenta contra la salud, el mínimo vital, la vida digna, el trabajo y la educación de las mujeres y niñas (FUNDAR, s.f.). Gracias a la iniciativa de la organización Menstruación Digna y al apoyo de diversas diputadas, a partir del 1 de enero de 2022, todos los productos menstruales en México ahora están exentos de IVA, incluyendo toallas menstruales, toallas de tela, tampones, protectores diarios, copas menstruales o cualquier bien destinado a la gestión menstrual. Sin embargo, esto no significa que las mujeres y niñas de México tengan acceso a productos menstruales o que se cubran todas sus necesidades para tener una menstruación digna.

Por último, abordaremos el tema de la falta de acceso a productos menstruales para visibilizar los problemas relacionados con la menstruación. Durante cada período menstrual, es necesario contar con diversos recursos, como agua, jabón, un sanitario adecuado, medicamentos para aliviar malestares y productos menstruales para gestionar este proceso. En promedio, se elimina entre 30 y 59 ml de flujo menstrual (Browne, A. 2021), y puede ser recolectado a través de toallas menstruales, tampones, calzones o copas menstruales. Cada producto tiene un tiempo específico para ser cambiado y requiere medidas higiénicas necesarias. Por lo tanto, es importante mencionar que la higiene íntima durante la menstruación es vital, es necesario tomar medidas adecuadas con los recursos apropiados, de lo contrario, podría haber infecciones y derivar en enfermedades (Brasa, Cardenal y Rodríguez, 2018). Es decir, la menstruación no implica solo los procesos internos de una niña o mujer, sino que también se suman las problemáticas relacionadas con el acceso a ciertos recursos, tanto físicos como educativos. Más adelante profundizaremos en el tema de la pobreza menstrual, pero es vital mencionar la falta de acceso a productos menstruales como una problemática en la vertiente económica de la menstruación.

### **Problemática en la educación**

Por otro lado, podemos analizar la problemática en la educación desde dos vertientes: la primera se trata de la falta de información que tienen las niñas y los niños sobre la menstruación, mientras que la segunda aborda el tema del ausentismo y abandono escolar por la falta de condiciones adecuadas en los planteles educativos. Según datos del Banco Mundial, en las áreas rurales de Colombia, el 34% de las niñas encuestadas no sabía nada sobre la menstruación antes de la menarquía, mientras que el 45% no sabe de dónde proviene el sangrado menstrual (2019). De acuerdo con UNICEF, en Perú, las niñas pensaban que

durante su primera menstruación se habían hecho un “daño grave”, que estaban ante una “hemorragia, herida o enfermedad”, incluso algunas pensaron que se iban a morir (2020). Es evidente que existe poca información sobre la menstruación y una connotación negativa alrededor de ella. En consecuencia, vemos afectaciones en la experiencia de las niñas y mujeres ante un proceso totalmente natural que es un signo de salud en la edad reproductiva.

Consiguientemente, la segunda vertiente tiene que ver con la falta de infraestructura en las escuelas, principalmente públicas. Según UNICEF, el Ministerio de Educación en Perú declaró que una de cada dos escuelas tiene problemas de acceso a agua y saneamiento, y en las zonas rurales la cifra sube a tres de cada cinco, lo que implica también problemas de limpieza en los baños, la falta de papel y jabón, o que las puertas no tienen seguro (2020). Esto representa una gran incomodidad para las niñas y adolescentes, quienes no pueden disfrutar de una gestión menstrual digna debido a la falta de una buena infraestructura y acceso a recursos en sus escuelas. De acuerdo con UNESCO, una de cada 4 niñas ha faltado a la escuela por estar menstruando, las razones son incomodidad, miedo a mancharse y/o por falta de toallas higiénicas (2014). Este problema se refleja en el ausentismo y deserción escolar, lo que tiene repercusiones negativas en el desarrollo de las niñas a corto y largo plazo, además de ser otro factor más de desigualdad.

### **Problemática en la salud pública**

Según un artículo, la salud pública es la disciplina dedicada al estudio de la salud y las enfermedades de las poblaciones, teniendo como objetivo proteger la salud de la población y alcanzar altos niveles de bienestar físico, mental y social a través de programas y políticas (EGSP, s.f.). De acuerdo con datos de la ENIGH, a nivel nacional, el 44.1% del total de mujeres cuenta con afiliación a alguna institución de salud (Páez, 2021). Esto significa que



más de la mitad de las mujeres en México no cuentan con respaldo de salud. La pobreza menstrual es un problema de salud pública en México porque la falta de insumos de gestión menstrual, información e infraestructura tiene consecuencias negativas en la salud de las mujeres, quienes representan una gran parte de nuestra población.

El problema de la pobreza menstrual afecta directamente la salud física e incluso mental de las mujeres y las niñas que se encuentran en esta situación. Un artículo publicado por la organización Humanium aborda las implicaciones en la salud debido a la pobreza menstrual, se afirma que la inaccesibilidad de los productos menstruales genera una sustitución por materiales poco higiénicos, como trapos, periódicos o cartón, lo cual aumenta el riesgo de contraer infecciones del aparato reproductor y del tracto urinario (Partha, A. 2022). Además, pone en riesgo la salud mental de las mujeres y las niñas, ya que puede afectar a un deterioro de la misma, aumentando la probabilidad de sufrir ansiedad, depresión o angustia (Rapp, A. 2020). Las afectaciones de la pobreza menstrual en las niñas y mujeres son realmente graves, tanto física como emocionalmente, lo que resulta en complicaciones en su vida diaria.

La menstruación ha sido constantemente silenciada y vista como un asunto privado en la vida de las mujeres. Esto ha provocado que el tema no sea abordado en la sociedad, sino más bien como un asunto interno e individual, incluso podríamos decir, más familiar. El problema es que la mayoría de las familias no tienen las herramientas suficientes para abordar los temas de menstruación y cuando existe pobreza menstrual, hay un incremento en las complicaciones. Es por esto que la pobreza menstrual se convierte en un problema público cuando las niñas y mujeres comienzan a ausentarse en la escuela o el trabajo (Browne, 2021).

Es aquí donde comenzamos a ver el impacto en la vida de las mujeres y las niñas, así como la falta de atención e infraestructura a la problemática.

Según la autora Flores, se estima que en el mundo dos de cada cinco niñas menstruantes pierden un promedio de cinco días escolares al mes por no tener las instalaciones necesarias en las escuelas (2019). Esto significa alrededor de 40 días por ciclo escolar. La UNICEF declara que alrededor del 43% de las niñas y adolescentes, durante su periodo menstrual, prefieren quedarse en casa que ir a la escuela, teniendo un impacto sumamente negativo en su rendimiento escolar e incluso algunas de ellas abandonan la escuela para siempre (s.f.). En consecuencia, las niñas y las mujeres se ven limitadas en su desarrollo profesional y económico por la imposibilidad de ejercer una gestión menstrual digna dentro de las escuelas y sus entornos laborales.

Hablar de la pobreza menstrual desde una perspectiva de salud implica abordar las tres problemáticas ya mencionadas. En resumen, la falta de acceso a productos de higiene menstrual adecuados puede aumentar el riesgo de infecciones y otras complicaciones de salud, como dermatitis y otras irritaciones en la piel. Además, se ha demostrado que puede afectar la salud mental, causando problemas como ansiedad y depresión. Desde la perspectiva social, los estigmas asociados a la menstruación como algo sucio o vergonzoso, pueden afectar el bienestar de las niñas y mujeres. La pobreza menstrual también puede tener un impacto negativo en la educación, el bienestar y la dignidad de las mujeres y niñas. En resumen, la pobreza menstrual interfiere con la protección de la salud de este sector, además de impactar negativamente en sus niveles de bienestar físico, mental y social. Por lo tanto, es importante abordar la pobreza menstrual como un problema de salud pública en el que el

gobierno pueda intervenir con políticas y programas para garantizar el acceso a la salud y un buen manejo del bienestar de las niñas y mujeres.

### **Revisión de la literatura sobre la pobreza menstrual**

Dentro de este apartado, analizaremos la pobreza menstrual a través de diferentes artículos. De acuerdo con Marni Sommer, Jennifer S. Hirsch, Constance Nathanson, y Richard G. Parker en el artículo *“Comfortably, Safely, and Without Shame: Defining Hygiene Management as a Public Health Issue”* existe una necesidad de que las niñas tengan acceso a una infraestructura adecuada durante la menstruación, así como información que les permita gozar de su educación y su desarrollo. Esto reafirma nuestra idea de que existe una problemática en torno a la menstruación, conocida como pobreza menstrual. Las autoras y autor del artículo debaten sobre el origen del interés y las acciones a favor de la menstruación, lo cual es sumamente interesante, ya que nace desde una preocupación por la brecha de género en la educación, la cual se visibiliza principalmente en el hecho que muchas niñas no terminan sus estudios. Desde ese momento, se comenzó a visibilizar el tema de la menstruación como un tema de salud pública y se dieron a conocer diversos factores que intersectan con el problema, como los tabúes, tal como lo hemos abordado anteriormente. Entender la pobreza menstrual como un problema complejo nos ayuda a ver las diferentes aristas que la rodean. Por esto, hablamos constantemente del tema cultural asociado a los tabúes, así como del tema educativo, en donde la falta de información puede reforzar los tabúes por un lado y, por el otro, afectar la salud de las niñas y mujeres por no tener las herramientas necesarias para su autoconocimiento o empoderamiento.

En este artículo, los tabúes se abordan desde una perspectiva llamada "etiqueta menstrual", con la que las niñas crecen con el objetivo de esconder el tema ante la familia y la sociedad, aún más alrededor de niños y hombres (Sommer M, Hirsch JS, Nathanson C, Parker RG, 2005). Esto refuerza la existencia de tabúes, el silencio y que se derive en miedo, asco y vergüenza en las niñas y mujeres. Por estas razones, es esencial entender que la menstruación, al ser percibida como un asunto privado y tratada desde cada hogar, se quita la idea de que pueda ser tratado como un asunto público y que el Estado intervenga en las problemáticas. Además, la realidad es que dentro de la casa no existe la suficiente información para abordar el tema desde una perspectiva integral. Entonces, analizando esta información podemos afirmar una posible teoría, la menstruación nunca se ha visualizado como un tema de salud pública debido a que existe una etiqueta menstrual relacionada al silencio y a la individualidad de ésta que ha hecho inexistentes las problemáticas alrededor. Reafirmando nuestra idea de que la integración de las necesidades de gestión menstrual de las niñas y mujeres en el espacio público, particularmente en el sector educativo, ha sido insuficientemente abordada, es importante señalar que los autores del artículo abordan principalmente dos razones por las cuales no se ha logrado una adecuada gestión menstrual ni visibilización de las problemáticas relacionadas con la menstruación en el sector educativo. Por un lado, se debe a un sesgo involuntario de género y, por otro, a la falta de mujeres en los niveles de toma de decisiones.

Además, en el artículo se señala que para abordar un problema que llega a la agenda gubernamental, es necesario que el gobierno asuma la responsabilidad de resolverlo, explorando las diversas dimensiones y sistemas estructurales que lo afectan (Sommer M, Hirsch JS, Nathanson C, Parker RG, 2005). Por lo tanto, cuando se habla de la pobreza

menstrual como un problema de salud pública, es fundamental que el gobierno asuma su responsabilidad para resolverlo. Este problema afecta no solo la salud física de las mujeres y niñas, sino también su dignidad y calidad de vida. Para abordar la pobreza menstrual, primero se debe identificar como una problemática y entender las diferentes dimensiones y sistemas estructurales que contribuyen al problema, como la falta de acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, la falta de educación sobre la menstruación, la falta de políticas que aborden la pobreza menstrual y la desigualdad de género, y la falta de infraestructura adecuada en las escuelas y espacios públicos. En resumen, para resolver la problemática de la pobreza menstrual es necesario identificarla como tal y asignar instituciones gubernamentales responsables para atenderla.

Asimismo, en el artículo se especula sobre la razón por la cual la menstruación fue rechazada como un problema público en el sector educativo. Es un hecho que hace algunos años las niñas y mujeres no tenían derecho a la educación, lo que pudo haber condicionado el diseño y la construcción de las facilidades de agua y saneamiento únicamente para niños y no para niñas que menstruaban. Aunque históricamente sabemos que las mujeres no han disfrutado de los mismos derechos que los hombres, pocas veces hemos hablado de las implicaciones actuales que existen como resultado de estos contextos. La pobreza menstrual es un gran ejemplo de los rezagos que ha dejado la brecha en el acceso a derechos entre mujeres y hombres, como en la toma de decisiones y el acceso al derecho a la educación. De esta manera, es fundamental promover programas y políticas que reconozcan la importancia de la menstruación como una cuestión de salud pública y que aseguren que las mujeres y niñas tengan acceso a la educación y a la infraestructura adecuada para la gestión menstrual en el espacio público, incluyendo las escuelas públicas.

En el artículo se destaca la importancia de investigar las percepciones existentes sobre la menstruación para identificarla como un problema de salud pública. Los datos recopilados revelaron que las niñas no recibían la información necesaria sobre la gestión menstrual dentro de sus hogares, y en muchos casos, no contaban con material sanitario o ropa interior adecuada debido a razones culturales o económicas (Sommer M, Hirsch JS, Nathanson C, Parker RG, 2005). Como resultado de esto, se evidenció su impacto negativo en las niñas, como el abandono escolar, la baja autoestima y las consecuencias negativas para la salud sexual y reproductiva. Estas consecuencias son una parte fundamental de lo que se ha abordado al inicio de la investigación para contextualizar la menstruación como un problema de salud pública que requiere atención urgente. En este sentido, se resalta la necesidad de proporcionar información y recursos adecuados sobre la menstruación y la gestión menstrual para mejorar la salud y el bienestar de las mujeres y niñas en todo el mundo.

Por otro lado, en su artículo, Sommer y Sahin explican cómo se ha intentado resolver el problema de la falta de gestión menstrual adecuada en el sector educativo, centrándose en problemas relacionados con la salud sexual y reproductiva de las niñas adolescentes a nivel público. A pesar de que se ha creído que el hogar es un ambiente seguro para hablar sobre el tema, expertos en salud pública afirman que las niñas no reciben educación relacionada con la pubertad por parte de sus padres o madres (2013). Es necesario abordar el tema desde una perspectiva pública para solucionarlo, ya que ponerlo en la agenda política a través de una perspectiva de salud permitiría mejorar las condiciones en las que las niñas experimentan su menstruación, tanto en la infraestructura como en la educación. Sin embargo, esto solo se logrará cuando los actores políticos y públicos intervengan en favor de este problema. La menstruación es parte de la vida cotidiana de las niñas y mujeres en todo el mundo, y es un

error pensar que debería ser un asunto privado. Es fundamental resolver las problemáticas relacionadas con la menstruación, ya que estas tienen consecuencias a corto y largo plazo para las niñas.

En la actualidad, sabemos que las niñas no están suficientemente informadas cuando experimentan su menarquía. Además, los entornos escolares no están preparados con instalaciones adecuadas para el agua, saneamiento y eliminación de desechos. También existen dinámicas culturales complejas dentro de las familias en diversas culturas y sociedades en proceso de urbanización, lo que hace inapropiado depender únicamente de las familias para el suministro de información, materiales y soluciones de saneamiento (Sommer M, Hirsch JS, Nathanson C, Parker RG, 2005). En resumen, es esencial abordar las problemáticas relacionadas con la menstruación y buscar soluciones a nivel público para mejorar la vida de las niñas y mujeres.

Ahora bien, en el artículo "*Overcoming the Taboo, Advancing the Global Agenda for Menstrual Hygiene Management for Schoolgirls*" de Marni Sommer y Murat Sahin, se aborda la problemática de la menstruación en las escuelas de países con ingresos bajos. Miles de niñas alrededor del mundo experimentan la llegada de su menstruación en su ropa interior y sufren dolores menstruales en la parte baja del abdomen (Sommer M, Sahin M, 2013). Sin embargo, la gran diferencia radica en que algunas de estas niñas se encuentran en contextos en los que no tienen acceso a baños, agua e información precisa sobre lo que están viviendo. Esto se debe a los tabúes y silencios que rodean a la menstruación, y a la falta de instituciones que protejan los derechos menstruales de las mujeres y las niñas. Las autoras señalan que la menstruación es un proceso y una función totalmente normal, por lo que lo que no debería normalizarse son los contextos vulnerables en los que no se puede acceder a una gestión

menstrual digna. Es importante destacar que la falta de acceso a servicios de higiene menstrual adecuados y seguros en las escuelas no solo tiene un impacto en la salud y la calidad de vida de las niñas, sino que también puede afectar su capacidad para asistir a la escuela y recibir una educación adecuada. Esta es una alerta para abordar el problema y destinar los recursos necesarios para resolverlo.

Como hemos mencionado anteriormente, la pobreza menstrual afecta el libre desarrollo de las niñas y mujeres, comprometiendo varias áreas de sus vidas, tanto sociales, económicas como mentales. Según los autores, la falta de acceso a infraestructuras sanitarias compromete la higiene y privacidad de las niñas durante su menstruación, especialmente dentro de las escuelas en países en desarrollo. Los datos muestran que más de la mitad de las escuelas en países de bajos ingresos no tienen suficientes letrinas para las niñas y las maestras, y cuando las tienen, a menudo no están limpias ni seguras (Sommer M, Sahin M, 2013). Además, cuando hay baños en las escuelas, a menudo faltan puertas o no funcionan correctamente debido a la falta de mantenimiento de la infraestructura sanitaria, lo que puede exponer a las niñas a acosos por parte de sus compañeros. Otra cuestión que compromete la salud de las niñas en las escuelas es el agua, ya que a menudo está ubicada fuera de los baños o letrinas, lo que hace que sea imposible para las niñas tener privacidad al lavarse cualquier mancha de sangre en su cuerpo o ropa. Las niñas también informan tener miedo de dejar signos de su menstruación dentro de los baños o letrinas (Sommer M, Sahin M, 2013). Por lo tanto, también es necesario contar con un depósito de insumos o recursos menstruales para disimular la menstruación de las niñas y evitar que sea motivo de burlas, lo que podría tener un gran impacto en su bienestar psicológico y social (Hennegan & Montgomery, 2016). Estas son algunas de las problemáticas que enfrentan las niñas en las escuelas de países en



desarrollo y que afectan gravemente su salud, tanto física como mental y social. Por lo tanto, es necesario que el gobierno intervenga y establezca la pobreza menstrual como un problema de asunto público y no privado.

En este sentido, el artículo "*Menstrual Dysfunction: A missed Opportunity for Improving Reproductive Health in Developing Countries*" de Siobán D Harlow y Oona MR Campbell destaca la importancia de prestar más atención a las disfunciones menstruales en los países en desarrollo. Las autoras critican la falta de investigación en el tema y la poca atención que se le presta en la agenda de salud pública, a pesar de las condiciones amenazantes que enfrentan las mujeres en su vida diaria (Harlow SD, Campbell OM, 2000). Es necesario que se identifiquen las problemáticas relacionadas con la menstruación como una cuestión de salud pública y que se asigne la responsabilidad a las instituciones gubernamentales y los actores públicos para abordarlas. Además, se debe impulsar la investigación y el desarrollo de soluciones que puedan mejorar la calidad de vida de las mujeres que enfrentan disfunciones menstruales en los países en desarrollo. Solo así se podrán ofrecer soluciones efectivas y mejorar la salud de las mujeres y niñas en estos países. En este estudio, se revelan las disfunciones menstruales que pueden sufrir las mujeres y niñas, como ciclos irregulares, fuertes sangrados, dismenorrea y otros problemas. Aunque estos problemas pueden ser experimentados por mujeres de todo el mundo, existen grandes diferencias en cómo son experimentados en países desarrollados y en vías de desarrollo, principalmente debido a la disponibilidad de servicios para asegurar su bienestar. Los trastornos menstruales son un problema que no se ha abordado ampliamente, ya que no hay datos representativos que muestren cuántas mujeres padecen estos trastornos y cuál es su relación con los servicios de atención disponibles. Por lo tanto, es importante considerar esta

cuestión al analizar la vulnerabilidad de las mujeres y las niñas, y cómo se relaciona con la pobreza menstrual. Además, el estudio también menciona la ineficacia de algunos médicos en esta área, ya que los informes anecdóticos mostraron que muchas mujeres gastaban en recursos y recibían métodos ineficaces (Harlow SD, Campbell OM, 2000). En otras palabras, hay trastornos menstruales que pueden ser poco conocidos y, por lo tanto, no ser tratados adecuadamente por la población y el sector médico. Esto puede afectar a diversas mujeres que ni siquiera tienen acceso a la salud, lo que añade otra problemática a la resolución de la pobreza menstrual. Todo esto resalta la importancia de generar instituciones capaces de resolver estos problemas, como las instituciones de salud pública.

El estudio realizado por Julie Hennegan y Paul Montgomery refuerza la importancia de la gestión menstrual digna para las mujeres y niñas en países de bajos y medios recursos. En su artículo "*Do Menstrual Hygiene Management Interventions Improve Education and Psychosocial Outcomes for Women and Girls in Low and Middle Income Countries? A Systematic Review*" (2016), se investiga cómo la pobreza menstrual afecta la asistencia escolar de las niñas. Según diferentes estudios, aproximadamente el 50% de las niñas en estos países no tiene acceso a una gestión menstrual adecuada, y este porcentaje es aún más alto en áreas rurales (Hennegan & Montgomery, 2016). También destaca las consecuencias psicológicas de no contar con una gestión menstrual digna, como sentimientos de vergüenza, miedo, ansiedad y distracción. La falta de servicios e insumos para manejar la menstruación afecta el bienestar y la dignidad de las mujeres y niñas, y puede llevar a que no participen plenamente en la sociedad. Los espacios públicos no están diseñados para satisfacer sus necesidades físicas durante la menstruación, lo que puede afectar su bienestar psicológico. En resumen, el estudio de Hennegan y Montgomery nos recuerda la importancia de garantizar

una gestión menstrual digna para las mujeres y niñas en países de bajos y medios recursos, lo que les permitirá participar plenamente en la sociedad sin sentir vergüenza ni temor. Lo anterior nos muestra la necesidad de seguir trabajando en la promoción de la educación menstrual y la disponibilidad de productos adecuados para la gestión menstrual, especialmente en las áreas rurales y entre las comunidades más marginadas. Además, es necesario crear conciencia sobre la importancia de la gestión menstrual en la salud y el bienestar de las mujeres y niñas, así como en su participación en la sociedad.

En la misma línea, aunque ya hemos abordado la problemática de la falta de acceso a productos menstruales por parte de muchas mujeres y niñas, no hemos considerado la ropa interior como una necesidad básica para abordar la pobreza menstrual. Sin embargo, este estudio destaca su importancia para resolver esta problemática. La ropa interior es fundamental durante la menstruación ya que es necesaria para poder utilizar productos menstruales como las toallas higiénicas, ya que estas deben adherirse a la ropa interior. A pesar de su importancia, no se dispone de datos sobre cuántas mujeres tienen acceso a ropa interior limpia y digna. Es esencial considerar la disponibilidad de ropa interior en la metodología del estudio, ya que es un factor que influye en la experiencia de las mujeres y niñas durante la pobreza menstrual. Entonces, es importante incluir la ropa interior en la discusión sobre la pobreza menstrual y trabajar en garantizar su disponibilidad para todas las mujeres y niñas, como parte de los esfuerzos para promover una gestión menstrual digna y segura.

Dentro de este estudio se exploran las creencias culturales como un obstáculo para la gestión menstrual adecuada, ya que los tabúes se perpetúan a través de la desinformación y pueden llevar a prácticas antihigiénicas (Hennegan & Montgomery, 2016). Por lo tanto, se

destaca la importancia de la educación para prevenir prácticas antihigiénicas y reducir las afectaciones físicas, como infecciones vaginales, así como los malestares psicológicos como la vergüenza y el miedo a algo desconocido o mal entendido. Se enfatiza la importancia de la educación y la información para las mujeres y niñas en relación a la gestión menstrual adecuada. Es fundamental identificar la institución responsable de brindar esta educación y garantizar soluciones integrales que incluyan acceso a productos menstruales y atención médica para quienes lo necesiten, con una perspectiva de equidad e inclusión social. De esta manera, se podrá garantizar una gestión menstrual digna y segura para todas las mujeres y niñas, reduciendo así las barreras que impiden su plena participación en la sociedad.

En el mismo artículo se menciona una relación entre la pobreza menstrual y el bajo rendimiento escolar, lo que a su vez impacta negativamente en el potencial económico de las niñas a lo largo de su vida, afecta su salud sexual y reproductiva, su autoestima y su sentido de autonomía (Sommer, Caruso, Sahin, Calderon, Cavil & Mahon, 2016). Las autoras describen dos problemas principales relacionados con la pobreza menstrual: el primero está relacionado con la violación de los derechos humanos básicos y la dignidad de las mujeres, mientras que el segundo se enfoca en el impacto negativo de la pobreza menstrual en la salud de las niñas y su papel en el sector educativo. A pesar de la relevancia de este segundo problema, las autoras destacan la falta de información al respecto. Es por ello que resulta vital destacar la importancia de esta investigación, ya que a pesar de que la pobreza menstrual y la higiene menstrual son temas que se discuten tanto a nivel nacional como internacional, no se cuenta con suficiente información para abordarlos de manera integral y lograr un cambio significativo en la vida de las mujeres y las niñas. En este sentido, resulta fundamental desarrollar un formato metodológico que pueda aplicarse en las escuelas de México, para que

se puedan reconocer las problemáticas dentro de las instituciones y dar un paso hacia la reducción de las desigualdades que se experimentan. El artículo concluye que la falta de recursos, facilidades e infraestructura para una higiene menstrual adecuada requiere priorización, coordinación e inversión, ya que ha sido un problema de salud pública desatendido que además requiere una perspectiva social y educativa para poder abordarlo de manera efectiva (Sommer, Caruso, Sahin, Calderon, Cavi & Mahon, 2016).

En relación con la salud pública, que como ya hemos mencionado anteriormente se enfoca en proteger y mejorar la salud y el bienestar de la población, me gustaría destacar el artículo "Las Funciones Esenciales de la Salud Pública (FESP) en las Américas" de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Según este artículo, existe la necesidad de actualizar las funciones esenciales de la salud pública debido a que hay aspectos políticos, sociales y económicos que determinan la salud y la equidad en la salud de la población que tradicionalmente han estado fuera del ámbito de acción de la salud pública y que requieren soluciones innovadoras (OPS, 2020). Por lo tanto, resulta fundamental visibilizar el tema de la pobreza menstrual como un problema de salud pública, ya que los aspectos políticos, sociales y económicos afectan la salud de las mujeres y las niñas. Si a esto le añadimos la equidad en salud, queda claro que nos debemos a nuestra población de mujeres y niñas menstruantes. A pesar de que la importancia de la pobreza menstrual ha ido en aumento en los últimos años, no existe ninguna institución gubernamental en México que aborde el tema. Por esta razón, es necesario identificar el problema como de salud pública, ya que afecta a una gran parte de la población y requiere la responsabilidad y el compromiso de las autoridades para encontrar soluciones efectivas. Es decir, la actualización de las funciones esenciales de la salud pública debe

considerar la pobreza menstrual como un problema de salud pública, y es necesario que las instituciones gubernamentales en México se hagan responsables de abordar esta problemática para garantizar una gestión menstrual digna y segura para todas las mujeres y niñas.

La OMS ha adoptado el principio de derechos humanos y el derecho a la salud con el objetivo de salvaguardar la dignidad humana y promover la justicia social, mientras que los Estados Miembros de la OPS buscan agregar nuevos valores como el derecho a la salud, la solidaridad y la equidad (OPS, 2020). Esto es de suma importancia en la lucha contra la pobreza menstrual y la promoción de una buena higiene menstrual, ya que, como hemos mencionado antes, se trata de un tema que busca dignificar la menstruación de niñas y mujeres en todo el mundo, investigando las problemáticas relacionadas y buscando soluciones efectivas. Además, en cuanto a la equidad, es importante entender que las barreras biológicas a las que se enfrentan las mujeres deben ser abordadas de manera prioritaria en el sector de la salud. Como hemos mencionado anteriormente, en México no existe ninguna institución pública que abogue por los derechos menstruales de las mujeres y las niñas, lo que significa que no hay entidades que aborden la pobreza menstrual y sus efectos negativos en la salud física, social y psicológica. Por esta razón, es necesario investigar y atribuir la responsabilidad a alguna institución capaz de abordar estos temas y proporcionar respaldo, equidad y soluciones a un grupo tan grande de la población, como lo hacen las instituciones públicas responsables de promover la salud. En otras palabras, es fundamental que se adopten principios de derechos humanos, equidad y solidaridad en la lucha contra la pobreza menstrual y la promoción de una buena higiene menstrual. Además, es necesario que se identifique una institución responsable de abordar estos temas y proporcionar soluciones efectivas para garantizar una gestión menstrual digna y segura para todas las mujeres y niñas.

## **Capítulo 2: Contextualización**

### **La situación de pobreza en México**

Ahora bien, la pobreza es un problema estructural en México que afecta a un gran número de personas. Entender el contexto y la situación nos brindará información para comprender la pobreza menstrual en México, sus causas y efectos. De acuerdo con datos del CONEVAL, en el 2020, un 52% de la población en México tuvo un ingreso inferior a la línea de pobreza por ingresos, lo que significa que alrededor del 43.9% está en situación de pobreza y un 8.5% sufre de pobreza extrema (2020). Esto es sumamente alarmante. Ahora, cuando sumamos la pandemia COVID-19, nos encontramos con que entre 2018 y 2020, se agregaron 6.5 millones de personas a la pobreza extrema y 9 millones a la pobreza por ingresos. Esto significa que la crisis no solo aumentó la pobreza sino que la profundizó debido a que la población en pobreza extrema se encuentra más alejada de la línea de pobreza que antes de la pandemia (UNAM, 2021). Por último, según datos de la ONU, más de 4 de cada 10 mujeres viven en situación de pobreza, lo que significa que gastar en insumos menstruales en esta situación es sumamente importante a considerar (2022). Es evidente la carencia que vive una gran parte de la población en México. Sin embargo, estos datos se observan y analizan poco desde una perspectiva de género para lograr ver sus efectos, los cuales, debido a muchos factores, son diferentes entre hombres y mujeres.

Un ejemplo claro de las causas de la pobreza en la vida de las mujeres y las niñas es su falta de acceso a infraestructura o recursos para poder gestionar su menstruación de una manera digna. Según Gabriela Rivera, oficial de Salud Sexual y Reproductiva, Adolescentes

y Grupos Vulnerables del Fondo de las Naciones Unidas para la Población, el 38% de la población en México no tiene acceso al agua (ONU, 2022). Estos datos son importantes porque representan una dimensión de la pobreza en México, pero al mismo tiempo nos ayudan a situarnos en la realidad de las niñas y mujeres menstruantes en nuestro país, quienes se ven afectadas por la pobreza en México y que rodea diversos aspectos de sus vidas, tal como una gestión menstrual digna. Esto se traduce en una falta de higiene y condiciones precarias para la gestión menstrual, lo que aumenta el riesgo de infecciones y otras complicaciones de salud, así como la incomodidad y el estigma asociado a la menstruación.

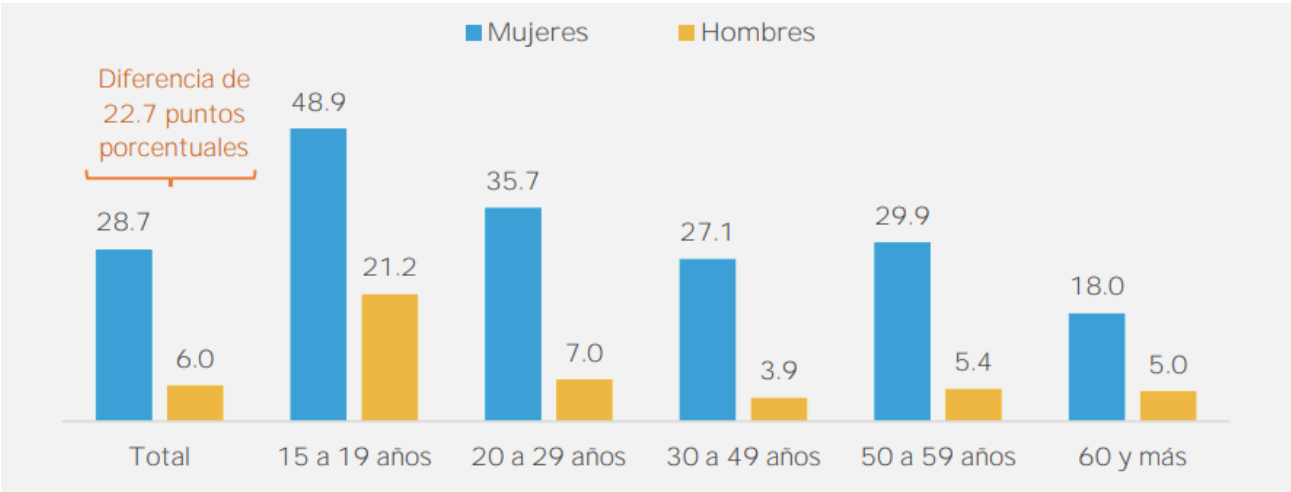
En México, no solo enfrentamos una grave situación de pobreza, sino que también hay alarmantes desigualdades en nuestro país. Según un artículo del Centro de Estudios Espinosa Yglesias (CEEY), 74 de cada 100 mexicanos que nacen en la base de la escalera social no logran superar la condición de pobreza, mientras que 57 de cada 100 de quienes nacen en hogares del extremo superior de la escalera social se mantienen ahí el resto de su vida. Cuando analizamos estos datos desde una perspectiva de género, nos encontramos dentro del mismo artículo que si una mujer nace en la base de la escalera social, tendrá todavía menos oportunidades que un hombre de escapar de la pobreza (Orozco, 2019). Esto significa que la situación es aún peor para las mujeres en un país ya de por sí marcado por la pobreza y la desigualdad.

La brecha salarial es uno de los principales factores de desigualdad de género que se intersecta con la pobreza menstrual. Según la Comisión Nacional de Salarios Mínimos (CONASAM), en 2021, los hombres que tienen un empleo formal ganan alrededor de 449.4 pesos, mientras que las mujeres ganan 395.5 pesos (Perera, s.f.). Por otro lado, en 2022, la brecha de ingresos fue del 14%, lo que significa que por cada 100 pesos que recibe un hombre



por su trabajo al mes, una mujer recibe 86 pesos (IMCO, 2022). Aunque la diferencia parezca insignificante, cuando consideramos que un gran grupo de la población enfrenta una situación desventajosa y además debe asumir el gasto en productos de gestión menstrual, las desigualdades se exageran aún más (Shokida, 2019).

La Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México (CEDOC) indica que en México, dentro de la población joven entre 15 y 19 años, el 48.9% de mujeres no tienen ingresos propios, en comparación con el 21.2% de hombres. Este segmento de la población no asiste a la escuela y no recibe ingresos por trabajos remunerados, o bien, realiza trabajos no remunerados, siendo esta situación principalmente de las mujeres en los hogares. En el grupo de 20 a 29 años, las mujeres sin ingresos representan alrededor del 35.7%, mientras que en los hombres es del 7%; entre 30 y 49 años, el porcentaje de mujeres sin ingresos es del 27.1% y en los hombres es del 3.9%; por último, entre 50 y 59 años, el porcentaje de mujeres sin ingresos es del 29.9% y en los hombres es del 5.4% (CEDOC, 2016). Esto representa otra realidad económica que influye en el acceso a productos menstruales y, con ello, en la imposibilidad de gestionar una menstruación digna.



Gráfica 1: Porcentaje de población de 16 años y más sin ingresos propios por sexo según grupos de edad México, 2015. INMUJERES (2016) Brecha Salarial en México. Obtenido de: [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101271.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101271.pdf)

En México, a partir del 1 de enero de 2022, entró en vigor la Tasa Cero para los productos de gestión menstrual, lo cual representa un avance en el acceso a dichos productos para toda la población menstruante al retirar el impuesto en toallas, tampones y copas menstruales. Sin embargo, a pesar de este avance, solo un 2% de las mujeres en México utilizan la copa menstrual (ESSITY, 2022), lo que significa que la mayoría de las mujeres en el país tienen que gastar mensualmente en productos menstruales, ya sea en tampones o toallas sanitarias. Cada mujer utiliza entre 20 y 30 toallas sanitarias al mes, lo que se traduce en un promedio de 300 al año y 15,000 a lo largo de su vida. Por lo tanto, el costo promedio de menstruar es entre \$26,000 y \$30,000 a lo largo de la vida de una mujer (Procuraduría Federal del Consumidor, 2022). Esto demuestra que en México, gestionar la menstruación de manera digna es un privilegio debido al alto costo de los productos menstruales. La pobreza menstrual se intersecta con otros factores como la brecha salarial, la falta de ingresos propios en las mujeres mexicanas y la pobreza o pobreza extrema que se vive en nuestro país.

### **Caso Puebla**

Ahora bien, dentro de este apartado analizaremos la situación educativa en Puebla, México para tener un contexto real y una perspectiva de los datos que existen para ejemplificar un caso. Antes de comenzar a hablar de la situación educativa en Puebla relacionada con la pobreza menstrual, es importante contextualizar la situación de pobreza en este estado. De acuerdo con la medición de pobreza del CONEVAL, Puebla cuenta con un porcentaje de pobreza del 62.4%, situándolo en el tercer lugar de los estados más pobres en nuestro país (2020). Estos datos inquietantes tienen afectaciones en diferentes niveles de la población. Sin

embargo, a menudo se pasa por alto la división de género para observar las diferentes afectaciones que tienen las mujeres y las niñas, como la pobreza menstrual, la cual está profundamente relacionada con la pobreza. La principal relación entre la pobreza y la pobreza menstrual es que muchas niñas y mujeres poblanas enfrentan obstáculos para acceder a productos menstruales y a instalaciones sanitarias adecuadas durante su periodo menstrual.

Como hemos mencionado antes, la falta de acceso a la información es una esfera de la pobreza menstrual y una realidad en los países en vías de desarrollo. En México, tan solo un 16% de las niñas y mujeres adolescentes cuentan con conocimientos precisos sobre la menstruación, mientras que en los hombres, este porcentaje cae al 5% (ONU, 2022). Esto significa que las mexicanas tienen otra barrera para poder gestionar su menstruación dignamente. Referido anteriormente, la falta de información perpetúa los mitos y estigmas, los cuales son sumamente dañinos para la salud mental de las niñas. Según la autora Flores (2019), se estima que en el mundo dos de cada cinco niñas menstruantes pierden un promedio de cinco días escolares al mes por no tener las instalaciones necesarias en las escuelas. Esto significa alrededor de 40 días por ciclo escolar. La UNICEF declara que en México, alrededor del 43% de las niñas y adolescentes, durante su periodo menstrual, prefiere quedarse en casa en lugar de ir a la escuela, lo que tiene un impacto sumamente negativo en su rendimiento escolar. Incluso algunas de ellas abandonan la escuela para siempre (s.f.). Estos datos son significativos para entender que las niñas cuentan con poca información sobre la menstruación y que no se sienten cómodas asistiendo a la escuela mientras menstrúan.

Ahora bien, enfocándonos a nuestro caso de estudio Puebla, contamos con datos de la Primera Encuesta Nacional los cuales afirman que alrededor del 20% de las niñas y mujeres dejan de asistir a la escuela, y en Puebla, esta cifra se convierte en un 12% cuando están

menstruando (ESSITY, 2020). Las principales causas para el ausentismo son los dolores menstruales, la falta de baños adecuados y/o el temor a ser objeto de burlas o críticas. Por lo tanto, es necesario seguir investigando y profundizando en el ausentismo escolar por razones menstruales y su correlación con la pobreza menstrual. Se debería revisar la calidad de la infraestructura escolar, el acceso a productos menstruales y el estigma en torno a la menstruación para poder abordar el tema de la pobreza menstrual en las escuelas de Puebla, México.

Buscamos datos sobre la infraestructura de las escuelas públicas de Puebla para analizar el acceso a baños y lavabos, lamentablemente no encontramos información al respecto. Sin embargo, a nivel nacional, alrededor del 54% de las primarias del país (51 mil 823 planteles) disponen de una dirección, patio de recreo, áreas verdes, tienda o cooperativa escolar, almacén y sanitarios o letrinas, aunque un 20% de los planteles registra graves deficiencias en la dotación de estos espacios (INEE, 2007). Debemos destacar que no contamos con los recursos adecuados para analizar la infraestructura de las escuelas públicas de Puebla, ya que dentro del estudio hay lagunas, como la falta de datos sobre las condiciones específicas de estos espacios. Por lo tanto, no tenemos suficiente información sobre la infraestructura en las escuelas públicas y se requiere más investigación en el área para determinar si existen las condiciones necesarias para que las niñas puedan tener una gestión menstrual adecuada dentro de las escuelas.

### **Las políticas y programas gubernamentales en México**

Por último, para tener una contextualización de la pobreza menstrual en México y en Puebla, es necesario hablar de las políticas y programas gubernamentales que existen y abordan la problemática. El Congreso del Estado de Michoacán aprobó una reforma a la ley de

Educación para esa entidad federativa, con el objetivo de garantizar el ejercicio pleno del derecho a la educación en torno a la menstruación y el acceso a productos de gestión menstrual en las escuelas públicas (Congreso Michoacán, 2021) . En otras palabras, esta reforma busca proporcionar una educación menstrual con perspectiva de género y acceso gratuito a productos menstruales para reducir la brecha de género y el ausentismo escolar.

Consiguientemente, la iniciativa Menstruación Digna México fue optar por suprimir el Impuesto al Valor Agregado (IVA) a los artículos de gestión menstrual. El primero de enero de 2022, se puso en marcha la propuesta “Tasa Cero” a la venta de productos menstruales, tanto toallas, tampones y copas menstruales. Aunque, a pesar de que se redujo un 16% del IVA, realmente el precio final es de 10% debido al impacto inflacionario que a lo largo del año tuvieron los productos (Procuraduría Federal del Consumidor, 2022). Esto es realmente un avance para nuestro país en el acceso a productos menstruales, principalmente para las niñas y mujeres en situación de vulnerabilidad.

Una de las propuestas más recientes, ha sido por parte de Anahí Rodríguez, vocera del colectivo Menstruación Digna, quienes buscan impulsar la reforma en la Ley Federal del Trabajo para conceder licencia menstrual en los trabajos (Salgado, 2023). La licencia menstrual significaría que las mujeres podrían gozar de dos días de licencia para ausentarse del trabajo con goce de sueldo si se presentan síntomas de dismenorrea o dolores menstruales (Rodríguez, 2023). Dado que es una competencia federal, esta propuesta aún no ha sido aprobada y se necesita recorrer un largo camino para hacerla realidad. Sin embargo, es alentador la visibilidad que se le está dando a los derechos menstruales en nuestro país y generar mayor bienestar a niñas y mujeres alrededor en diversas áreas alrededor de México.

Según un artículo, a nivel nacional, el Programa Sectorial de Salud 2019-2024 no contempla la gestión menstrual como una estrategia prioritaria de salud, y la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente (ENAPEA) tampoco menciona específicamente la gestión menstrual, lo cual pone en evidencia la falta de intervención del Estado para garantizar el acceso, disponibilidad, calidad y universalidad de los derechos sexuales y reproductivos relacionados con la gestión menstrual (El Caracol, 2021). En la actualidad, no existe una partida presupuestaria específica del gobierno de México destinada exclusivamente a programas y políticas públicas para abordar la pobreza menstrual. A nivel nacional y local, la gestión menstrual sigue siendo invisible como tema de salud para las niñas y mujeres. A pesar de ello, algunas organizaciones no gubernamentales y grupos de la sociedad civil en México están trabajando activamente en la promoción de políticas públicas para abordar la pobreza menstrual y en la distribución de productos de higiene menstrual a mujeres y niñas en situación de vulnerabilidad. Es esencial seguir impulsando políticas y programas integrales para abordar la pobreza menstrual en México y garantizar el acceso a productos de higiene menstrual a todas las mujeres, especialmente aquellas en situación de pobreza y vulnerabilidad.

### **Relevancia de la gestión menstrual para cumplir los objetivos de Desarrollo Sostenible 2030**

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) representan un llamado global a la acción para terminar con la pobreza, preservar el medio ambiente y mejorar la calidad de vida y las oportunidades de las personas en todo el mundo. En 2015, los Estados Miembros de las Naciones Unidas adoptaron 17 objetivos como parte de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible (Naciones Unidas, s.f.). Es relevante abordar la relación de los ODS con la gestión

menstrual debido a que compromete diversos objetivos de desarrollo sostenible, como la igualdad de género, la educación de calidad, la salud y el bienestar, y la eliminación de la pobreza. Además, la gestión menstrual adecuada es fundamental para garantizar la dignidad, la seguridad y la salud de las personas menstruantes, así como para promover la sostenibilidad ambiental.

En el artículo "How addressing menstrual health and hygiene may enable progress across the Sustainable Development Goals" se destaca la importancia de la gestión menstrual en relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), ya que considerarla de manera directa e indirecta podría contribuir al desarrollo de las sociedades. Aunque la gestión menstrual se ha vuelto más relevante en las agendas políticas, programas y organizaciones, aún está subestimada y carece de financiamiento (Scheer et al., 2021). A pesar de que los ODS hacen un gran énfasis en el género, nunca mencionan explícitamente la necesidad de abordar la menstruación, incluso cuando aproximadamente 2 billones de personas en el mundo la experimentan (Scheer et al., 2021).

En el artículo se mencionan los diecisiete ODS y su vínculo hipotético a la gestión menstrual. De los cuales solo mencionaremos los más relevantes para la investigación:

#1 Fin de la pobreza: Existe una relación directa entre la pobreza menstrual y la falta de infraestructura sanitaria, insumos menstruales y acceso a agua y jabón. Por lo tanto, es necesario considerar la erradicación de la pobreza menstrual dentro de este objetivo, para eliminar las limitaciones que experimentan quienes menstrúan en términos de oportunidades económicas (Scheer et al., 2021).

#2 Hambre Cero: Debemos mencionar que las personas que menstrúan y se encuentran en situación de pobreza pueden verse obligadas a hacer un intercambio por productos

menstruales, por otro lado, se pueden ver en situaciones como elegir entre comprar insumos menstruales o tener comida para el día.

#3 Salud y Bienestar: Es fundamental destacar la importancia del conocimiento sobre la menstruación y su ciclo en el bienestar de las mujeres y niñas, incluyendo su relación con la planificación familiar (Scheer et al., 2021). La eliminación de los tabúes y estigmas que refuerzan ideas de vergüenza es crucial, ya que a través de la información, las mujeres y niñas pueden identificar trastornos menstruales, atender sus malestares y tener una higiene adecuada para evitar infecciones. Además, es esencial considerar el acceso a servicios de salud para asegurar el bienestar y la salud de las mujeres y niñas menstruantes. Dentro de sus indicadores, el número 3.9.2 habla sobre la tasa de mortalidad por el agua insalubre, el saneamiento deficiente y la falta de higiene, lo cual podría hacer mención de las problemáticas de la pobreza menstrual dentro de este aspecto.

#4 Educación de calidad: Además de la infraestructura adecuada en las escuelas para una gestión menstrual digna, es importante tener una educación menstrual que promueva información, conocimientos y herramientas para niñas y niños, con la finalidad de reducir miedos y burlas, e incrementar la seguridad y confianza en ellas. Dentro de los indicadores el número 4.a.1 habla de la necesidad de proporción de escuelas con acceso a suministro básico de agua potable, instalaciones de saneamiento básicas separados por sexo e instalaciones para el lavado de manos, es relevante mencionar este indicador debido a que es fundamental para tener una menstruación digna dentro de las escuelas y así contar con una educación de calidad igualitaria. Lamentablemente no mencionan específicamente la gestión menstrual o la pobreza menstrual.



#5 Igualdad de género: No se puede alcanzar un objetivo de igualdad de género sin abordar las problemáticas relacionadas a la menstruación, ya que una deficiente gestión menstrual puede ser una fuente de discriminación y desigualdades. Es fundamental asegurar que las condiciones para manejar la menstruación de manera digna estén presentes en los espacios públicos, para avanzar hacia sociedades libres de normas de género discriminatorias. Además, es relevante integrar a hombres y niños dentro del conocimiento y entendimiento de la menstruación para dejar de replicar el estigma. Se menciona el acceso universal a la salud sexual y reproductiva, información y educación igualitaria, sin embargo nunca se habla específicamente de las problemáticas relacionadas a la menstruación.

#6 Agua limpia y saneamiento: Es necesario contar con infraestructura adecuada en los espacios públicos para manejar la menstruación de manera digna y reducir las discriminaciones de género en las instalaciones inadecuadas. Es esencial contar con agua limpia y saneamiento para la salud de las mujeres y niñas, especialmente durante su menstruación, además de buscar su seguridad y privacidad.

#10 Reducción de las desigualdades: El estudio por el autor Scheer no ha abordado los factores de desigualdad (sin ser de género). Existen otros factores de desigualdad que deben ser atendidos tales como las personas con discapacidades, personas menstruantes que no se identifican con el género femenino, entre otros grupos que son aún más vulnerables cuando hablamos de menstruación debido a que su gestión puede conllevar diferentes necesidades o más tabúes en el tema (Scheer et al., 2021). Es necesario evidenciar su presencia dentro del problema y considerarlos para resolverlo, y en este caso, para lograr sociedades más incluyentes y equitativas. Los indicadores buscan reducir la discriminación y los acosos, en

los cuales los tabúes alrededor de la menstruación son parte y deben ser eliminados a través de la educación y la información para poder lograr el objetivo.

#17 Alianzas para lograr los objetivos: Hemos hablado constantemente de las necesidades del gobierno de asumir la responsabilidad de resolver la problemática, pero es importante recalcar que necesitamos de esfuerzos conjuntos en donde organizaciones no gubernamentales, el sector privado y las sociedades busquen ser parte de este cambio. Queda mucho por hacer para reducir la pobreza menstrual y generar una gestión menstrual digna para todas las mujeres y niñas alrededor del mundo. Por eso la gran importancia a sumarla a los ODS y tocar diversas áreas para atender las problemáticas alrededor del mundo.

Al analizar los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), podemos observar que no existe ninguna mención específica para abordar la problemática de la pobreza menstrual. Por lo tanto, en este estudio proponemos un indicador que pueda medir la pobreza menstrual y establecer como objetivo una gestión menstrual digna para todas las personas que menstrúan. Como se ha mencionado anteriormente, si no se aborda la pobreza menstrual, es imposible lograr los objetivos, principalmente aquellos mencionados con anterioridad.

## **Capítulo 3: Metodología**

### **Diseño de la investigación**

Dentro de esta investigación se busca desarrollar un indicador de pobreza menstrual para las escuelas públicas. Para lograr esto, se llevará a cabo un estudio cuantitativo con el objetivo de obtener un promedio ponderado. El diseño del estudio será no exploratorio debido a que existe un conocimiento previo sobre el tema de pobreza menstrual y se busca confirmar los datos existentes sobre las afectaciones que tiene en las niñas. Además, se busca tener un

estudio estructurado y tener métodos de recolección específicos y estandarizados, como un estudio cuantitativo, con el objetivo de tener información precisa y confiable. Las áreas que se analizarán dentro del estudio son: el tipo de infraestructura sanitaria que tienen las escuelas, la información precisa y confiable. Las áreas que se analizarán dentro del estudio son: el tipo de infraestructura sanitaria que tienen las escuelas, la información que tienen sobre menstruación, su percepción sobre su menstruación, el acceso a insumos menstruales y su acceso a servicios médicos.

### **Selección de la población muestra**

Debido a que estamos investigando pobreza menstrual en escuelas públicas en México, nuestra población muestra serán niñas y adolescentes menstruantes de México entre 9 y 16 años. De acuerdo con la Secretaría de Salud del gobierno de México la primera menstruación se da entre los 9 y 15 años (2017), entonces consideraremos únicamente a las niñas de 9 años que ya hayan tenido su primera menarquía, así bien, escogimos hasta los 16 debido a que es un rango adecuado para estudiar la problemática. Además, con estos rangos de edad podremos analizar las diferencias entre niñas y adolescentes de estos grupos en pobreza menstrual. Se recomienda que para la aplicación de la propuesta metodológica el diseño de la muestra sea por muestreo conglomerado debido a que necesitamos una división de grupos en donde las niñas y adolescentes cumplan con los requisitos de estar inscritas en una escuela pública y estar menstruando, además de tener entre 9 y 16 años, a partir de esto se podrá hacer una división de grupos y seleccionar aleatoriamente.

## **Instrumento de recolección de datos**

### Índice de pobreza menstrual en escuelas

#### 1. Concepto de pobreza menstrual

La pobreza menstrual se refiere a la falta de acceso a productos menstruales seguros e higiénicos, incluyendo la ropa interior, así como a instalaciones sanitarias adecuadas que incluyen puertas, lavabos y baños limpios y seguros. Además, se trata de la falta de educación menstrual integral que incluye el conocimiento sobre los procesos y el cuerpo, libres de estigmas y tabúes, así como la carencia de acceso a agua, saneamiento e higiene. Por último, incluye la falta de servicios de salud, incluyendo la atención médica.

#### 2. Preguntas de la investigación metodológica

¿Cuál es el porcentaje de pobreza menstrual en las escuelas públicas de México?

¿Cuál es la percepción de las niñas y adolescentes sobre la gestión menstrual en las escuelas públicas?

¿Cómo afecta la falta de información sobre la menstruación en la gestión menstrual de las niñas en las escuelas públicas de México?

¿Cómo se compara la situación de la pobreza menstrual en escuelas públicas rurales y urbanas de México?

#### 3. Dimensiones relevantes a considerar

a. Acceso a productos menstruales

b. Acceso y gestión de infraestructuras sanitarias: agua, saneamiento e higiene

- c. Acceso a educación menstrual
- d. Acceso a servicios de salud
- e. Contexto social y cultural

#### 4. Selección de indicadores

Son 36 preguntas las que se realizan dentro del cuestionario, hay tres tipos de preguntas que se les atribuye diferente importancia y por ende diferente puntuación, la máxima puntuación es de 100 puntos, lo cual representa que entre más se acerque a esta puntuación indica una mayor pobreza menstrual. Dentro del cuestionario tenemos 19 preguntas que son de alta relevancia y podrán otorgar 4 puntos cada una, mientras que las de relevancia media las cuales son 7 preguntas, tendrán la posibilidad de sumar 2 puntos, y por último, las 10 preguntas restantes son de relevancia baja y sumarán 1 punto. Ahora bien, haremos la división de la relevancia de preguntas por dimensión:

Acceso a productos menstruales (número de preguntas):

- Relevancia alta (4 puntos): 4, 6 y 7
- Relevancia media (2 puntos): 5
- Relevancia baja (1 punto): 8 y 9

Acceso y gestión de infraestructuras sanitarias:

- Relevancia alta (4 puntos): 10-15, y 21-23
- Relevancia media (2 puntos): 16,17,19 y 24
- Relevancia baja (1 punto): 18, 20 y 25

\*Nota: Las preguntas que tienen cuatro opciones de respuestas se manejará de la siguiente forma, por ejemplo, en las de relevancia alta, el puntaje más alto será de 4, le seguirá el 3, después el 2 y por último el 0. En las de relevancia media, el puntaje más alto será 2, después 1, seguido de .5 y 0. Por último, los de relevancia baja será el más alto 1, seguido de .5, después .2 y por último, 0.

#### Acceso a educación menstrual

- Relevancia alta (4 puntos): 26-29
- Relevancia media (2 puntos): 30
- Relevancia baja (1 punto): 31-33

#### Acceso a servicios de salud

- Relevancia alta (4 puntos): 34, 38, 39
- Relevancia media (2 puntos): 35
- Relevancia baja (1 punto): 36, 37

Por lo tanto, con base a la información que tenemos y los puntajes asignados, hicimos una recomendación para indicar el tipo de pobreza menstrual que viven las niñas y adolescentes, consideramos que al aplicar el cuestionario y al obtener los resultados, los indicadores serían los siguientes:

- a. Pobreza menstrual extrema 100-82
- b. Pobreza menstrual moderada: 81- 63
- c. Pobreza menstrual baja: 62-42

d. Malas condiciones pero no se considera pobreza menstrual: menos de 42

# Encuesta

¡Hola amiga!

Nos gustaría hacerte algunas preguntas sobre tu experiencia de tener la menstruación. El objetivo es conocer mejor cómo se sienten las niñas como tú y poder encontrar soluciones para mejorar la situación.

La información que nos proporcionen será confidencial, lo que significa que nadie más que nosotros podrá verla.

También queremos que sepan que participar en esta encuesta es completamente voluntario, lo que significa que pueden decidir si quieren responder a las preguntas o no.

Lo más importante para nosotros es que se sientan cómodos y seguros al participar en esta encuesta. Si tienen alguna duda o pregunta, no duden en hacérsola saber.

**¡Gracias por ayudarnos en esta investigación tan importante!**

1. Edad

---

2. Grado escolar

---

3. Edad con la que empecé a menstruar

---

**Acceso a productos menstruales**



4. ¿Alguna vez has faltado a la escuela debido a la falta de productos menstruales (toallas, tampones, etc)?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

5. ¿Has faltado a la escuela alguna vez por sentir incomodidad durante tu periodo menstrual (dolores fuertes, falta de jabón, papel o agua en la escuela)?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

6. ¿Has tenido que usar telas viejas, periódico o papel por no tener acceso a toallas desechables u otro producto menstrual?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

7. ¿Tienes acceso a calzones que estén limpios y en buenas condiciones?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

8. ¿Has tenido dificultades para acceder a productos de higiene menstrual en tu escuela?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

9. En caso de emergencia ¿tu escuela te da gratis productos menstruales (toallas o tampones)?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

**Acceso y gestión de infraestructuras sanitarias (agua, saneamiento e higiene)**

10. ¿Los baños de tu escuela están separados por sexo (niñas y niños)?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

11. ¿Tus maestros y maestras van a los mismos baños que tú?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

12. ¿Te sientes segura en los baños de tu escuela?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

13. ¿Los baños de tu escuela cuenta con puertas?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

14. ¿Los lavabos de tu escuela están adentro de los baños?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

15. ¿Los baños de tu escuela cuentan con botes de basura?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

16. ¿Los baños de tu escuela están bien iluminados?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

17. ¿Las puertas de los baños en tu escuela funcionan (cierran bien, te dan privacidad)?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

18. ¿Las puertas de los baños en tu escuela cierran desde adentro?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

19. ¿Los baños de tu escuela cuentan con un bote para recolectar materiales de higiene menstrual?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

20. Por lo general, para entrar al baño en tu escuela ¿tienes que hacer fila?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

21. ¿Los baños de tu escuela cuentan con agua?

*Marca solo un óvalo.*

- Siempre
- Casi siempre
- Casi nunca
- Nunca

22. ¿Los baños de tu escuela cuentan con jabón?

*Marca solo un óvalo.*

- Siempre
- Casi siempre
- Casi nunca
- Nunca

23. ¿Los baños de tu escuela cuentan con papel higiénico?

*Marca solo un óvalo.*

- Siempre
- Casi siempre
- Casi nunca
- Nunca

24. ¿Los baños de tu escuela están limpios?

*Marca solo un óvalo.*

- Siempre
- Casi siempre
- Casi nunca
- Nunca

25. ¿Los baños de tu escuela cuenta con toallas de tela o papel para secarte las manos?

*Marca solo un óvalo.*

- Siempre
- Casi siempre
- Casi nunca
- Nunca

**Acceso a educación menstrual**

26. ¿Sabías sobre la menstruación antes de tener tu primer sangrado?

*Marca solo un óvalo.*

- Si
- No

27. ¿Sabes qué es el ciclo menstrual?

*Marca solo un óvalo.*

- Si
- No

28. ¿Tus maestras y maestros te han informado sobre la menstruación?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

29. ¿Tus maestras o maestros te han explicado cómo tener una buena higiene durante tu menstruación?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

30. ¿Has recibido información sobre salud sexual y reproductiva en la escuela?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

31. ¿Sabes sobre la salud de las niñas y mujeres y cómo cuidar tu cuerpo?

*Marca solo un óvalo.*

- Sí  
 No

32. ¿Te sientes cómoda al hablar sobre menstruación con tus maestras?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

33. ¿Te sientes cómoda al hablar sobre menstruación con tus maestros?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

**Acceso a servicios de salud**

34. ¿Has visitado alguna vez a un doctor o doctora para que reviste tu salud?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No

35. ¿Has visitado alguna vez a un doctor o doctora que se especialice en la salud de las niñas y mujeres?

*Marca solo un óvalo.*

Si

No



36. ¿En tu escuela tienes acceso a una enfermería o a un personal de salud (doctor, doctora, enfermero o enfermera)?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

37. ¿Alguna vez has tenido algún problema de salud relacionado con tu menstruación?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

38. Si has tenido algún problema de salud relacionado con tu menstruación, ¿buscaste ayuda médica para solucionarlo?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

39. ¿Sientes que tienes suficiente acceso a servicios de salud si llegaras a necesitarlos?

*Marca solo un óvalo.*

- Si  
 No

#### **Contexto social y cultural**

(No es parte del indicador pero se busca aplicar en conjunto para conocer la percepción y las vivencias de las niñas encuestadas)

40. Mis compañeros dicen burlas y comentarios ofensivos sobre la menstruación

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

41. Mis maestros dicen burlas y comentarios ofensivos sobre la menstruación

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

42. Me incomoda menstruar en la escuela

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

43. He sentido miedo al menstruar en la escuela

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

44. He sentido angustia al menstruar en la escuela

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

45. Me gustaría que la menstruación no existiera

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

46. He sentido vergüenza al menstruar en la escuela

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

47. No me siento segura menstruando en la escuela

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

48. Suelo esconder cualquier cosa que muestre que estoy menstruando

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

49. La menstruación es un gran problema para mí

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

50. Me incomoda hablar de la menstruación

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

51. Pienso que la menstruación es algo sucio y vergonzoso

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

52. Para mí es importante que nadie sepa cuando estoy menstruando

*Marca solo un óvalo.*

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Algo de acuerdo
- Nada de acuerdo

## Reflexiones finales

Podemos concluir que los principales aportes de esta investigación ha sido visibilizar la pobreza menstrual como una problemática poco atendida que afecta a miles de mujeres y niñas alrededor del mundo, en este caso específico se menciona el caso en México acotando en algunos casos al Estado de Puebla. No existen investigaciones suficientes con datos relevantes que nos pongan en contexto de la problemática en nuestro país, asimismo, sobre las afectaciones que tienen las niñas y mujeres. Por esto mismo, esta investigación se convierte relevante, porque anteriormente no se había analizado la pobreza menstrual en el sector educativo mexicano. Además, la propuesta de crear un índice ponderado capaz de medir la pobreza menstrual es totalmente innovadora para que existan datos dentro del sector educativo con la finalidad de crear soluciones en conjunto con el gobierno, organizaciones internacionales y nacionales, como con la sociedad civil y el sector educativo.

Aún cuando esta investigación es relevante para la situación de diversas mujeres y niñas en México, cuenta con diferentes limitaciones. Principalmente limitaciones en el tiempo, esta fue la principal razón por la cual la metodología propuesta no pudo ser aplicada. Asimismo, existen limitaciones dentro del diseño de la muestra debido a que se desconocen muchos datos tales como la cantidad de niñas y adolescentes menstruantes en escuelas públicas de México o Puebla. Por último, tuvimos limitantes en los recursos financieros, humanos y técnicos, esto compromete la investigación y abre oportunidades para mejorarla antes de aplicarla.

Así bien, las implicaciones para futuras investigaciones sería principalmente abordar nuevamente el diseño de la muestra, obtener los datos suficientes para generar una muestra

adecuada para poder tener un impacto relevante en los resultados. Por otro lado, se podría investigar y comparar diferentes contextos para analizar la generalización de los resultados, esto quiere decir que en lugar de únicamente realizar la investigación en las escuelas públicas, se pueda hacer una comparación con las escuelas privadas y así poder comprender mejor el fallo en el sector educativo, tanto en las similitudes como las diferencias que podrían desmotrar desigualdades entre estos dos contextos. Por último, la gran necesidad de investigar las implicaciones de los resultados de la propuesta metodológica para poder generar políticas que atiendan el problema.

A modo de conclusión, cabe mencionar que la menstruación es un proceso natural y saludable para las niñas y mujeres en edad reproductiva. Es lamentable que existan situaciones como la pobreza menstrual, especialmente en una problemática que recibe poca atención y que dificulta su solución. Menstruar dignamente en México no debería ser un privilegio, y es esencial que se preste suficiente atención a nivel nacional e internacional para generar bienestar en las niñas y mujeres. Es necesario generar datos para contar con suficiente información para abordar el problema y crear oportunidades igualitarias entre hombres y mujeres, especialmente en el sector educativo. Debemos promover más investigaciones que aborden temas relacionados con la menstruación en México, ya que al hablar de la menstruación, se están abordando tanto problemas públicos como privados e íntimos.

Además, es necesario enfatizar que la pobreza menstrual no solo afecta la salud y el bienestar de las mujeres y las niñas, sino también su educación, empleo y participación social. Por lo tanto, la pobreza menstrual debe abordarse como un problema multifacético que requiere soluciones integrales y sostenibles. Esto implica la participación activa de varios

actores, incluidos los gobiernos, las organizaciones de la sociedad civil, el sector privado y la academia. Solo se puede lograr un progreso significativo en la erradicación de la pobreza menstrual en México y en todo el mundo a través de esfuerzos colaborativos y coordinados.



## Referencias bibliográficas

CEDOC (2016) Brecha salarial de género en México. Obtenido de:

[http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101271.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101271.pdf)

CNDH (2021) Qué significa gestión menstrual digna. Obtenido de:

<https://www.cndh.org.mx/video/que-significa-gestion-menstrual-digna>

CONEVAL (2020) Pobreza en México. Obtenido de:

<https://www.coneval.org.mx/Medicion/Paginas/PobrezaInicio.aspx>

Congreso de Michoacán (2021) Promueve Congreso acceso gratuito a productos de gestión menstrual. Obtenido de: <http://congresomich.gob.mx/promueve-congreso-acceso-gratuito-a-productos-de-gestion-menstrual/>

Contreras, M. (2020) La historia de las mujeres desterradas por menstruar en Nepal. Obtenido de: [https://www.nationalgeographic.es/photography/2020/12/historia-de-las-mujeres-desterradas-por-menstruar-nepal?image=natgeosp-maria-contreras-coll-](https://www.nationalgeographic.es/photography/2020/12/historia-de-las-mujeres-desterradas-por-menstruar-nepal?image=natgeosp-maria-contreras-coll-01_0)

[01\\_0](https://www.nationalgeographic.es/photography/2020/12/historia-de-las-mujeres-desterradas-por-menstruar-nepal?image=natgeosp-maria-contreras-coll-01_0)

CONVEAL (2020) Medición de pobreza, 2018-2020. Obtenido de:

<http://sistemas.coneval.org.mx/InfoPobreza/Pages/wfrMapaPobreza?pTipoPobreza=1&pTipoIndicador=1>

Ecofeminista (2016) ¿Qué es el pink tax? Obtenido de: <https://ecofeminista.com/que-es-el-pink-tax/?v=0b98720dcb2c>

El Caracol A.C. (2021) La Vida en Rojo, diagnóstico sobre gestión menstrual en las mujeres y personas que integran las poblaciones callejeras

ESGP (s.f.) ¿Qué es la Salud Pública. Obtenido de: <https://sp.rcm.upr.edu/que-es-salud-publica/>

ESSITY (2022) Primera encuesta de gestión menstrual en México. Obtenido de: <https://www.essity.mx/medios-de-comunicacion/boletines-de-prensa-latam/primera-encuesta-nacional-de-gestion-menstrual/#:~:text=Dicha%20encuesta%20se%20aplic%C3%B3%20a,un%20total%20de%203%2C000%20cuestionarios.>

FUNDAR (s.f.) INICIATIVA QUE REFORMA EL ARTÍCULO 2o.-A DE LA LEY DEL IMPUESTO AL VALOR AGREGADO EN MATERIA DE PRODUCTOS DE GESTIÓN MENSTRUAL. Obtenido de: <https://fundar.org.mx/wp-content/uploads/2020/09/Iniciativa.-Tasa-0-productos-de-gesti%C3%B3n-menstrual-en-M%C3%A9xico.pdf>

Harlow SD, Campbell OM. (2000) Menstrual dysfunction: a missed opportunity for improving reproductive health in developing countries. *Reprod Health Matters*. Obtenido de: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11424262/>

Hennegan J, Montgomery P. (2016) Do Menstrual Hygiene Management Interventions Improve Education and Psychosocial Outcomes for Women and Girls in Low and Middle Income Countries? A Systematic Review. *PLoS One*. Obtenido de: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26862750/>

IMCO (2022) Brecha salarial de género. Obtenido de: <https://imco.org.mx/brecha-salarial-de->



menstruation#:~:text=%E2%80%9CLos%20tab%C3%BAes%20sociales%20y%20os,una%20cuesti%C3%B3n%20de%20derechos%20humanos.

ONU (2022) Las mujeres en México luchan para que la menstruación deje de ser tabú.

Obtenido de: <https://news.un.org/es/story/2022/01/1502512>

Organización Panamericana de la Salud (2020) Las Funciones esenciales de la Salud Pública en las Américas, una renovación para el siglo XXI. Obtenido de:

[https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53125/9789275322659\\_spa.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53125/9789275322659_spa.pdf)

Orozco, (2019) Informe de movilidad social en México 2019. México: Centro de Estudios

Espinosa Yglesias. Obtenido de

<https://drive.google.com/file/d/1iBmOrUJpDv1xBhTAM5botUJ3ggTizMRz/view>

Páez, A. (2021) El privilegio de la higiene menstrual en México. Por CADENA. Obtenido

de: <https://cadena.ngo/noticias/el-privilegio-de-la-higiene-menstrual-en-mexico/>

Partha, A. (2022) Influencia de la pobreza menstrual sobre los derechos de las niñas y mujeres

alrededor del mundo. Por Humanium Org. Obtenido de:

<https://www.humanium.org/es/influencia-de-la-pobreza-menstrual-sobre-los-derechos-de-las-ninas-y-mujeres-alrededor-del-mundo/>

Perera, M. (s.f.) La pobreza menstrual: un problema ignorado en la sociedad mexicana.

Obtenido de: <https://coatza.sanangel.edu.mx/blog/la-pobreza-menstrual-un-problema-ignorado-en-la-sociedad->

[mexicana#:~:text=La%20pobreza%20menstrual%20se%20deriva,de%20Desarrollo%20Social%20\(Coneval\).](https://coatza.sanangel.edu.mx/blog/la-pobreza-menstrual-un-problema-ignorado-en-la-sociedad-mexicana#:~:text=La%20pobreza%20menstrual%20se%20deriva,de%20Desarrollo%20Social%20(Coneval).)

Pérez Ávila, M. (2017). *Biografía menstrual: cómo evoluciona la regla a través de una vida.*

El País. Obtenido de [https://elpais.com/elpais/2017/11/07/actualidad/1510058995\\_310150.html](https://elpais.com/elpais/2017/11/07/actualidad/1510058995_310150.html)

Plan Internacional (s.f.) Los tabúes en torno al periodo menstrual siguen muy arraigados.

<https://plan-international.org/america-latina/noticias/2022/05/27/los-tabues-en-torno-al-periodo-menstrual/>

Procuraduría Federal del Consumidor (2022) La medida obedece a la entrada en vigor de la

Tasa Cero de IVA a toallas sanitarias, tampones y copas menstrual. Obtenido de: <https://www.gob.mx/profeco/prensa/vigilara-profeco-precios-de-productos-de-gestion-menstrual?idiom=es>

Procuraduría Federal del Consumidor (2022) Precios de productos de gestión menstrual

bajan un 10%. Obtenido de: <https://www.gob.mx/profeco/prensa/precios-de-productos-de-gestion-menstrual-bajan-10#:~:text=El%20Ejecutivo%20Federal%20incluy%C3%B3%20en,a%20aquellas%20de%20menores%20ingresos.>

Rapp, A. (2020). Changing the Cycle: Period Poverty as a Public Health Crisis. Obtenido de:

<https://sph.umich.edu/pursuit/2020posts/period-poverty.html>Banco

Rodríguez, D. (2023) Ciudad de México propone al Congreso un permiso laboral para las

mujeres por la menstruación. El País. Obtenido de: <https://elpais.com/mexico/2023-02-16/ciudad-de-mexico-propone-al-congreso-un-permiso-laboral-para-las-mujeres-por-la->

[menstruacion.html#:~:text=De%20aprobarse%20esta%20propuesta%2C%20las,de%20dismenorrea%20o%20dolores%20menstruales.](#)

Salgado, A. (2023) ¿Qué se necesita para que la licencia menstrual aplique en todo México. El Universal. Obtenido de: <https://www.eluniversal.com.mx/nacion/que-se-necesita-para-que-la-licencia-menstrual-aplique-en-todo-mexico>

Sánchez, E. (2022) Todo lo que necesitas saber sobre la pobreza menstrual. Por Global Citizen. Obtenido de: <https://www.globalcitizen.org/es/content/period-poverty-everything-you-need-to-know/>

Secretaría de Igualdad Sustantiva (2022) Los impuestos son color rosa. Obtenido de: [https://sis.puebla.gob.mx/gaceta/download/449\\_df1e24a094782bc46ea66bba64a728d8#:~:text=As%C3%AD%20a%20partir%20del%2001,que%20este%20descuento%20sea%20efectivo.](https://sis.puebla.gob.mx/gaceta/download/449_df1e24a094782bc46ea66bba64a728d8#:~:text=As%C3%AD%20a%20partir%20del%2001,que%20este%20descuento%20sea%20efectivo.)

Secretaría de salud (2017) Cuando llega el periodo menstrual. <https://www.gob.mx/salud/articulos/cuando-llega-el-periodo-menstrual#:~:text=La%20primera%20menstruaci%C3%B3n%20se%20da%20entre%20los%209%20y%2015%20a%C3%B1os.>

Shokida, N. (2019) ¿Cuánto cuesta menstruar? ¿Cuál es la inflación de las toallitas y tampones? Obtenido de: <https://ecofeminita.com/cuanto-cuesta-menstruar-cual-es-la-inflacion-de-las-toallitas-y-tampones-2/?v=0b98720dcb2c>

Sommer M, Caruso BA, Sahin M, Calderon T, Cavill S, Mahon T, Phillips-Howard PA. (2016) A Time for Global Action: Addressing Girls' Menstrual Hygiene Management Needs in Schools. PLoS Med.

Sommer M, Hirsch JS, Nathanson C, Parker RG. (2005) Comfortably, Safely, and Without Shame: Defining Menstrual Hygiene Management as a Public Health Issue. Am J Public Health. Am J Public Health. Obtenido de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4463372/>

Sommer M, Sahin M. (2013) Overcoming the taboo: advancing the global agenda for menstrual hygiene management for schoolgirls. Am J Public Health. Obtenido de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3780686/>

Sommer M., Torondel B., Hennegan J, Phillips- Howard P, Mahon T, Motivans A, Zulaika G, Gruer, C, Haver J, Bethany A. Caruso & Monitoring Menstrual Health and Hygiene Group (2021). How addressing menstrual health and hygiene may enable progress across the Sustainable Development Goals, Global Health Action. Obtenido de: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/16549716.2021.1920315?scroll=top&needAccess=true&role=tab>

UNAM (2021) La pandemia y la pobreza en México en 2020. Obtenido de: [http://www.pued.unam.mx/export/sites/default/archivos/covid/ComunicadoPobrezaCOVID2021\\_Final.pdf](http://www.pued.unam.mx/export/sites/default/archivos/covid/ComunicadoPobrezaCOVID2021_Final.pdf)

UNESCO (2014) Puberty education & menstrual hygiene management. Obtenido de: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000226792>

UNFPA (2022) La menstruación y derechos humanos. <https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas->

frecuentes#%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20menstruaci%C3%B3n?%20%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20ciclo%20menstrual?

UNICEF (2019) 1 de cada 3 personas en el mundo no tiene acceso a agua potable. Obtenido de: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/1-de-cada-3-personas-en-el-mundo-no-tiene-acceso-a-agua-potable>

UNICEF (2020) 95% de niñas y adolescentes sienten incomodidad en el colegio durante su periodo menstrual. Obtenido de: <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/ninas-y-adolescentes-menstruacion-barrera-incomodidad>

UNICEF (s.f.) Higiene menstrual, la menstruación es algo natural. Obtenido de: <https://www.unicef.org/mexico/higiene-menstrual>