



**Pontificia Universidad
Católica del Ecuador**

Seréis mis testigos

FACULTAD DE COMUNICACIÓN, LINGÜÍSTICA Y LITERATURA
CARRERA DE COMUNICACIÓN

**PLAN DE COMUNICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE UNA
MENSTRUACIÓN CONSCIENTE EN NIÑAS DE 8 A 13 AÑOS EN EL
PLANTEL EDUCATIVO FISCAL “CARLOS AGUILAR” DE LA
PARROQUIA DE CUMBAYÁ**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADA EN COMUNICACIÓN

AUTORA: Paula Camila Herrera Ramírez

DIRECTORA: Mtr. Ma. Isabel Imbaquingo

Junio, 2023

“No hemos terminado
Discutiendo la menstruación
Contando nuestras historias de menstruación
Enaltecendo nuestra menstruación
Nisiquiera hemos comenzado”
Nikki Tajiri

Dedicatoria

A todas las mujeres, para que algún día, podamos vivir una menstruación digna.

A mi hermana, Mikaela, por apoyarme y ser mi gran lectora.

A mi mamá, que me inspiró a investigar y hablar de menstruación.

A mi papá, que me apoyo en cada paso que di.

A Isa, por tenerme paciencia y creer en mí.

A mis amigos, que estuvieron a mi lado en mis más grandes crisis.

A esa persona especial, porque sin ella no hubiera logrado nada de esto.

Índice de Contenido

Índice de Anexos.....	5
Resumen.....	7
Introducción.....	8
Justificación.....	10
MARCO TEÓRICO.....	12
Una Menstruación Consciente como Derecho Sexual y Reproductivo de las mujeres .	12
1.1. Los Derechos Sexuales y Reproductivos de las Mujeres.....	12
1.1.1. Barreras para el Ejercicio de los DSDR.....	15
1.2. La menstruación como derecho.....	18
1.3. Menstruación consciente.....	21
1.3.1. La menstruación como una práctica simbólica.....	23
1.4. La menstruación a partir de la matriz simbólica patriarcal.....	24
1.5. La comunicación como mediación para una menstruación digna.....	27
Fase II.....	30
Diagnóstico.....	30
1. Metodología.....	30
2. Resultados del diagnóstico.....	31
2.1. Conocimientos de la menstruación y menarquía.....	31
2.2. Los afectos y la menstruación.....	33
2.3. Enseñanza de la menstruación.....	34
2.4. Visibilización de la menstruación.....	38
2.5. Menstruación y perspectiva de género.....	39
3. Análisis de actores.....	48
Mapa de relaciones.....	48
Mapeo de Influencia e interés.....	49

4. Análisis de problemas	51
4.1 Resumen narrativo del problema.....	52
FASE II. PLANIFICACIÓN.....	54
1. Análisis de objetivos	54
Árbol de objetivos	54
2. Objetivos	55
a. General	55
b. Específicos	55
3. Definición de estrategias y actividades de comunicación.....	55
4. Matriz del marco lógico	60
Conclusiones	67
Recomendaciones.....	69
Referencias Bibliográficas	70

Índice de Figuras

Figura 1: Pregunta del cuestionario ¿Sabes qué es menstruación?	31
Figura 2: Pregunta del cuestionario ¿Sabes qué es menarquía?	32

Índice de Anexos

Anexo 1: Cuestionario realizado a las niñas y niños de sexto y séptimo de básica del plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar”.....	75
Anexo 2: Tabulación del cuestionario realizado a sexto de básica	76
Anexo 3: Tabulación del cuestionario realizado a séptimo de básica.....	79
Anexo 4: Preguntas usadas en las entrevistas a profesores del plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar”	82

Anexo 5: Transcripción de las entrevistas realizadas a 3 profesores del plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar”	83
Anexo 6: Preguntas para los dos grupos focales de sexto y séptimo de básica	91
Anexo 7: Transcripción del grupo focal de sexto de básica.....	92
Anexo 8: Transcripción del grupo focal de séptimo de básica	97

Resumen

El presente trabajo de titulación consiste en un plan de comunicación para la promoción de una menstruación consciente en niñas de 8 a 13 años en el plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar” de la parroquia de Cumbayá. La propuesta se enfoca en generar conciencia y promover una visión positiva y saludable de la vivencia de la menstruación y fomentar la promoción de la menstruación como parte de los derechos sexuales y reproductivos de la mujer. La propuesta busca resignificar los esquemas de socialización existentes y los discursos sobre menstruación y menarquía de las niñas. Además, el plan busca generar conciencia sobre la importancia de la higiene menstrual, el autocuidado, la diversidad de experiencias menstruales y la sacralidad de la menstruación, con ello, se pretende romper estereotipos, tabúes y prejuicios relacionados con la menstruación, promoviendo una mayor comprensión y aceptación de este proceso natural de las mujeres.

Palabras clave: menstruación consciente, menarquía, tabú, sacralidad, derechos sexuales y reproductivos, discursos.

Introducción

A lo largo de la historia, en varias culturas, la menstruación ha sido relatada y representada como un estigma, un tema tabú e invisibilizada, lo que ha motivado vivencias negativas de la experiencia menstrual. Frente a estas miradas, en los últimos años ha surgido el concepto de ‘menstruación consciente’, que se refiere al entendimiento y vivencia de la menstruación desde una visión positiva, saludable y empoderadora de las mujeres.

Así, el presente trabajo desarrolla una propuesta de plan de comunicación para la promoción de una menstruación consciente en niñas de 8 a 13 años en el plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar” de la parroquia de Cumbayá. El trabajo concibe a la educomunicación como una aproximación para transformar actitudes, sentidos y percepciones hacia la menstruación desde edades tempranas.

El proyecto considera importante abordar y comprender a la menstruación desde un enfoque sagrado para entenderla como un proceso simbólico. Al reconocer la sacralidad en la menstruación, se busca impulsar una conexión y visión positiva de las vivencias menstruales y su percepción de esta. En este caso, se considera importante la repercusión que tiene en la vida de una niña/mujer su menarquía y la vivencia de esta, debido a que eso impacta en la visión que tendrá de la vivencia de la menstruación.

Asimismo, es relevante reforzar que, la menstruación también debe ser abordada como un derecho sexual y reproductivo (DSDR). "La salud menstrual es parte integral de los derechos a la salud sexual y reproductiva. Es un factor decisivo para la realización de todos los derechos humanos de las niñas y las mujeres," (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas, 2022, párr. 13). Promover a la menstruación como un derecho garantiza el acceso a información, productos de higiene menstrual de calidad y la vivencia de la experiencia en entornos seguros y libres de discriminación.

El objetivo del presente trabajo es generar un cambio en la percepción y vivencia de la menstruación, brindando a las niñas las herramientas necesarias para abordar este proceso de manera saludable y siendo informadas. Para esto, el trabajo se organiza en tres segmentos: un segmento de aproximación teórica desde los derechos sexuales y

reproductivos, la educomunicación y la construcción social de sentido; un segundo momento de diagnóstico sobre la experiencia y los esquemas de socialización del grupo beneficiario de la Escuela y un tercer momento de diseño de la propuesta de comunicación sobre la base de los resultados del diagnóstico.

Justificación

Actualmente, en el Ecuador no existe una ley que promueva el derecho y la dignidad para mujeres menstruantes, sin embargo, hay avances con la promoción del “Proyecto de Ley Orgánica de Salud e Higiene Menstrual”, que fue presentado en el 2021, por la asambleísta Johanna Moreira y que está siendo debatido en la Asamblea Nacional. Dentro del proyecto se contextualiza los principales factores que han influido para que el proceso menstruante no sea digno.

Los principales factores que inciden en que el proceso no sea digno y se realice en condiciones de higiene y salud, son los factores socioculturales en torno a la menstruación. Estos conceptos básicos están propuestos en la Ley que promueve la Asamblea ecuatoriana.,

A la falta de guía de salud menstrual en la educación se le suma la violencia de la que muchas mujeres y personas menstruantes son víctimas. Esta viene de todas partes, incluso del mismo personal de salud de los colegios (Redacción Wambra, 2022, párr. 10).

El proyecto propone una menstruación digna y equitativa en condiciones de salud e higiene para todas las mujeres menstruantes, como lo es, un adecuado seguimiento antes, durante y después de su menstruación, como también el apoyo económico a mujeres en situación de vulnerabilidad. En el artículo 6 del plan, se estipula que, en universidades públicas, subcentros y centros de salud, cárceles y planteles educativos se deberá facilitar de forma “gratuita y permanente” productos de higiene menstrual como toallas y tampones, a nivel nacional.

La menstruación en el Ecuador es una problemática social invisibilizada, debido a la falta de leyes y los mitos que se han creado en torno a esta, esto ha provocado la ausencia de una menstruación digna y libre de tabúes en la sociedad ecuatoriana, por lo que varios aspectos de la vida de las mujeres menstruantes se han visto afectados, tales como su educación y bienestar emocional. La falta de información que gira en torno a la menarquía

y la menstruación ha creado un impacto negativo en las niñas que están próximas a iniciar su vida menstruante.

Debido a la escasa información y falta de acceso a los recursos que puedan garantizar una menstruación digna, son varios los grupos y organizaciones interesadas en exigir una menstruación digna y acceso a productos de higiene femenina, algunos de estos grupos son: Asociación Nacional de Mujeres Rurales e Indígenas (ANAMURI) en Chile, ONG ASOMUJERES en Colombia, Grupo de Mujeres por los derechos Reproductivos (GMD) en México, Instituto de la Mujer de Ecuador, entre otros; así también grupos feministas se han pronunciado apoyando a la implementación de una menstruación consciente; un espacio en donde no exista prejuicios sobre las mujeres menstruantes y las mujeres puedan sentirse seguras y empoderadas en su menstruación. No obstante, en lo que respecta al ‘Proyecto de Ley Orgánica de Salud e Higiene Menstrual’, los legisladores destacan que la ley no es sostenible debido a que presenta un golpe en el gasto público, aunque aún no se ha dado un segundo debate, la Comisión de Derecho a la Salud le está dando seguimiento a este proyecto.

Debido a los problemas expuestos anteriormente, la educomunicación es fundamental para la transmisión de información con el objetivo de educar a las niñas antes de su menarquía, además de presentar un proyecto que pueda cambiar la manera en la que las mujeres viven su menstruación. Debido a que los tabúes sociales en torno a la temática y a un manejo inadecuado de mensajes comunicacionales, resulta necesario una propuesta comunicacionalmente adecuada que apoye un proceso de menstruación consciente y digna.

MARCO TEÓRICO

Una Menstruación Consciente como Derecho Sexual y Reproductivo de las mujeres

1.1. Los Derechos Sexuales y Reproductivos de las Mujeres

Durante años, las mujeres han luchado por obtener los derechos que hoy en día poseen. Sin embargo, los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos (DSDR) todavía presentan obstáculos para que mujeres de diferentes territorios puedan acceder a ellos libremente. “El Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (CESCR) y el Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer (CEDAW) han indicado claramente que el derecho de la mujer a la salud incluye su salud sexual y reproductiva” (OHCHR, 2020, párr. 1).

Se entiende como derecho sexual y reproductivo a una parte fundamental de los derechos humanos que garantizan a los seres humanos la libertad de tener una vida sexual completa y sin restricciones. Estos derechos se refieren a los aspectos de la sexualidad y la reproducción y están consagrados en los principios fundamentales de los Derechos Humanos; protegen una variedad de intereses y son un componente esencial de estos derechos básicos (Pérez, 2014).

Los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres son fundamentales para garantizar una vida sexual plena y sin restricciones. Según la Comisión Nacional de Derechos Humanos (2021), estos derechos incluyen el derecho a ejercer la sexualidad de manera independiente de la reproducción y estar libres de discriminación, presión o violencia en nuestras vidas sexuales y en las decisiones sexuales.

Además, las mujeres tienen derecho a recibir educación sexual desde temprana edad, lo que les permite desarrollarse de manera integral y ejercer su sexualidad de manera responsable, informada y libre. Además, es crucial que las mujeres tengan acceso a servicios médicos de calidad, adecuados y dignos, que les permitan cuidar su salud sexual y reproductiva.

Es en la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo de 1994 en El Cairo que se reconoció formalmente la importancia de los DSDR de las mujeres.

El acceso a la educación y a la atención de la salud, incluidos los servicios de salud sexual y reproductiva, son derechos humanos fundamentales que deben ser garantizados a todas las personas para alcanzar la igualdad entre mujeres y hombres y la justicia social. (ONU, 1994, p. 6)

Para el avance y reflexión en torno a los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las mujeres, dos conferencias fueron cruciales en este tema: la Conferencia de El Cairo (1994), como se mencionó, y la Conferencia de Beijing (1995). Conferencias en las que se discutieron los distintos DSDR que debían incorporarse en la carta de los Derechos Humanos (DDHH). Estas conferencias fueron fundamentales para influir en diversas organizaciones internacionales, como la Organización Mundial de la Salud y las Naciones Unidas y lograr la inclusión gradual de los DSDR de las mujeres en su agenda.

La igualdad entre mujeres y hombres y la justicia social son valores esenciales para la construcción de sociedades más justas y equitativas. Sin embargo, es importante reconocer que el acceso a la educación y a los servicios de salud, especialmente los relacionados con la salud sexual y reproductiva, no siempre se garantizan de manera igualitaria. En la conferencia de El Cairo se enfatizó que el acceso a la atención médica de calidad, incluyendo servicios de salud sexual y reproductiva, era esencial para el bienestar y la autonomía de las mujeres

El Programa de Acción de El Cairo señala en el párrafo 7.3 que ‘Los derechos reproductivos abarcan ciertos derechos humanos que ya están reconocidos en las leyes nacionales, en los documentos internacionales sobre derechos humanos y en otros documentos pertinentes de las Naciones Unidas aprobados por consenso’ y también se reconoce ‘el derecho básico de todas las parejas e individuos a decidir libre y responsablemente el número de hijos, el espaciamiento de los nacimientos

y el intervalo entre éstos y a disponer de la información y de los medios para ello y el derecho a alcanzar el nivel más elevado de salud sexual y reproductiva'. Asimismo, se menciona el derecho de las personas a tomar decisiones en materia reproductiva sin sufrir discriminación, coacciones ni violencia, en concordancia con lo establecido en los documentos de derechos humanos. (ONU, 1994, p. 65)

La Plataforma de Acción de la IV Conferencia Mundial sobre la Mujer (ONU, 1995, p. 3) establece que: “Las mujeres tienen derechos sexuales que les permiten controlar su sexualidad, así como tomar decisiones libres y responsables sobre su salud sexual y reproductiva, sin ser víctimas de la coerción, la discriminación o la violencia.” Debido a estos avances conceptuales presentados en ambas conferencias, hoy se ha logrado la promoción y protección de los DSDR por parte de organismos internacionales y de gobierno.

Considerando que estos derechos deben tener un enfoque hacia la mujer y la importancia de su salud sexual y reproductiva, la Plataforma de Acción de la IV Conferencia Mundial sobre la Mujer (ONU, 1995, p. 4) establece que: “las mujeres tienen derechos sexuales que abarcan su capacidad de controlar su sexualidad, su salud sexual y reproductiva, y su libertad de tomar decisiones responsables sobre estos temas, sin sufrir violencia, discriminación o coerción”.

No obstante, la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer de la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1993, reconoce que la violencia de género es un obstáculo para el goce pleno de los derechos humanos por parte de las mujeres. En este sentido, la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer de 1979, establece que:

La discriminación contra la mujer viola los principios de la igualdad de derechos y del respeto de la dignidad humana, que dificulta la participación de la mujer, en las mismas condiciones que el hombre, en la vida política, social, económica y cultural del país y constituye un obstáculo para el aumento del bienestar de la sociedad y de la familia y para el logro de la paz. (ONU, 1979, párr. 7)

Los DSDR son fundamentales para garantizar la igualdad entre hombres y mujeres y la justicia social; su inclusión en la agenda de organismos internacionales y de gobierno ha sido crucial para su promoción y protección. A pesar de los avances, aún hay muchas mujeres que no tienen libre acceso a sus derechos y uno de los principales obstáculos es la violencia de género.

1.1.1. Barreras para el Ejercicio de los DSDR

La falta de acceso a información y educación sobre la salud sexual y reproductiva ha sido una de las barreras más importantes en varios países. Según un estudio realizado en la India, la falta de información sobre los DSDR es una de las principales razones por las cuales las mujeres no pueden acceder a ellos de manera libre y efectiva (Singh et al., 2019). Debido a la limitada información y educación sobre los DSDR, se generan tabúes y desinformación en torno a la salud sexual y reproductiva de las mujeres, lo que presenta una fuerte limitante para que tomen decisiones libres e informadas.

Según Dora Barrancos (2013), existen varios factores que afectan el libre acceso a los DSDR de las mujeres como: factores económicos, políticos, culturales, religiosos y geográficos. Como primer punto, los factores económicos como el trabajo remunerado y la seguridad financiera influyen en el acceso de varias mujeres a la salud e información que se pueda otorgar. Las mujeres que viven en la pobreza tienen más dificultades para acceder a servicios de salud reproductiva y pueden verse obligadas a tomar decisiones sobre su salud que no son las más adecuadas para ellas.

Por ejemplo, en países con altos niveles de pobreza, las mujeres tienen menos acceso a servicios de salud pública. En Ecuador, según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) (2019), el 24,5% de las mujeres en el país viven en situación de pobreza, lo que aumenta el riesgo de exclusión social y limita el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva. Además, la discriminación económica de género es un problema persistente en Ecuador. Las mujeres ganan en promedio un 25% menos que los hombres, según el INEC (2019). Esta brecha salarial puede limitar la capacidad de las mujeres para pagar por servicios de salud reproductiva, especialmente si no tienen acceso a un trabajo remunerado o si trabajan en empleos precarios.

En cuanto a las barreras políticas, estas llegan a ser un obstáculo importante, ya que algunas políticas gubernamentales pueden restringir el acceso de las mujeres a anticonceptivos o a información sobre los mismos y pueden limitar la capacidad de las mujeres para tomar decisiones autónomas en torno a su propio cuerpo (Barrancos, 2013). Según ONU Mujeres (2019), las barreras políticas son una de las principales causas que dificultan el acceso de las mujeres a sus derechos sexuales y reproductivos (DSDR) en Ecuador. La falta de participación de las mujeres en la política y la falta de políticas públicas no garantizan que las mujeres tengan un pleno goce de sus DSDR.

En cuanto a la participación política de las mujeres en Ecuador, el informe de ONU Mujeres señala que solo ocupan el 28% de los cargos públicos electos. Esta brecha política entre hombres y mujeres también se refleja en la toma de decisiones relacionadas con los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres.

La falta de políticas públicas adecuadas para garantizar los DSDR de las mujeres también es una barrera política importante en Ecuador. Según ONU Mujeres (2019), las políticas y programas gubernamentales a menudo no consideran las necesidades específicas de las mujeres en áreas como la educación sexual, la atención de la salud sexual y reproductiva y la prevención de la violencia de género.

Esta falta de atención a las necesidades específicas de las mujeres también se refleja en la falta de acceso a servicios de salud sexual y reproductiva en Ecuador. Según el mismo informe de ONU Mujeres (2019), solo el 59% de las mujeres en Ecuador tienen acceso a servicios de planificación familiar y solo el 47% de los centros de salud del país ofrecen servicios de aborto. Estas cifras reflejan una falta de políticas públicas y compromiso político para garantizar los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres en Ecuador.

Otra barrera para que las mujeres accedan libremente a sus DSDR es la cultura y la religión, debido a que las normas culturales y las creencias influyen en cómo se percibe y se trata a las mujeres en relación con sus derechos sexuales y reproductivos. Las actitudes negativas hacia la sexualidad femenina pueden impedir que las mujeres busquen servicios de salud reproductiva, mientras que las creencias culturales que valoran la

fertilidad pueden presionar a las mujeres para que tengan hijos en lugar de elegir cuando y cuántos hijos quieren tener.

Las barreras culturales y religiosas, como la idea de la "mujer virtuosa" o la concepción de la sexualidad como algo vergonzoso, pueden estigmatizar a las mujeres que eligen tener relaciones sexuales antes del matrimonio o que solicitan servicios de salud sexual y reproductiva. La pobreza y la desigualdad económica también pueden limitar el acceso de las mujeres a los DSDR, lo que afecta su capacidad para recibir atención prenatal, anticonceptivos y otros servicios de salud sexual y reproductiva. (Barrancos, 2013, p.81).

ONU Mujeres (2019) menciona que en Ecuador existen normas culturales y religiosas arraigadas que limitan el acceso de las mujeres a servicios de salud sexual y reproductiva y les impiden tomar decisiones informadas sobre su propia sexualidad y reproducción. Por ejemplo, en algunas comunidades indígenas y rurales de Ecuador, se practican normas culturales que restringen la autonomía de las mujeres en la toma de decisiones sobre su cuerpo y su sexualidad. Estas normas culturales también pueden limitar el acceso de las mujeres a información y servicios de salud sexual y reproductiva.

Además, las creencias religiosas también pueden ser una barrera para el acceso de las mujeres a sus DSDR. En un informe de la ONU (2018, párr.4) se menciona que "existe preocupación en cuanto a la influencia de la Iglesia Católica en la toma de decisiones políticas y sociales, en particular en lo que respecta a temas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos, incluyendo la educación sexual y el acceso a métodos anticonceptivos". También en algunos casos, las creencias religiosas de los proveedores de servicios de salud pueden interferir en el acceso de las mujeres a servicios de salud sexual y reproductiva (2019).

Finalmente, la ubicación geográfica también puede limitar el acceso de las mujeres a los DSDR, especialmente aquellas que viven en áreas rurales o remotas y tienen dificultades para acceder a servicios de atención médica (OMS, 2021). Según un informe de ONU Mujeres en Ecuador (2020), las mujeres que viven en zonas rurales y alejadas

de los centros urbanos tienen más dificultades para acceder a servicios de salud sexual y reproductiva de calidad.

En Ecuador, el acceso a los servicios de salud reproductiva varía según la región en la que se encuentren las mujeres. Según el mismo informe, en la región de la Amazonía y en la zona rural de la Sierra, las mujeres tienen menos acceso a servicios de planificación familiar y a métodos anticonceptivos modernos. Por ejemplo, en la Amazonía, solo el 33% de las mujeres utilizan algún método anticonceptivo, mientras que, en la zona urbana de la Costa, el porcentaje es del 65%.

La Constitución del Ecuador establece la igualdad de género como un principio fundamental y reconoce la importancia de garantizar los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres en el país. En Ecuador, las mujeres tienen derecho a acceder a servicios de salud sexual y reproductiva de calidad y a tomar decisiones libres e informadas sobre su cuerpo y su vida sexual.

Sin embargo, la realidad es que el acceso a los Derechos Sexuales y Reproductivos (DSDR) no es igualitario para todas las mujeres en el país. De acuerdo con ONU Mujeres en Ecuador (2020), las mujeres indígenas y afrodescendientes enfrentan mayores desigualdades en el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva de calidad. Además, las mujeres que viven en zonas rurales y alejadas de los centros urbanos también tienen más dificultades para acceder a estos servicios.

Dentro de los DSDR, es importante considerar la menstruación, debido a que la falta de acceso a la información sobre la menstruación y la salud menstrual puede tener consecuencias negativas en la vida de las mujeres, incluyendo la falta de conocimiento sobre la higiene menstrual adecuada, la falta de acceso a productos de higiene menstrual y la estigmatización y vergüenza en torno a la menstruación.

1.2. *La menstruación como derecho*

La menstruación es el proceso en el cual el útero desprende sangre y tejido a través de la vagina. Es un proceso natural y sano para las niñas y las mujeres

en edad reproductiva. En las comunidades occidentales, a menudo se le llama el "periodo". Normalmente dura de 2 a 5 días, pero esto varía según la persona. (UNFPA, 2022, párr.1)

En palabras de la ex Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, Michelle Bachelet, "la menstruación es un derecho humano y su acceso es esencial para la realización de otros derechos, como la educación, el trabajo y la igualdad de género". (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas, 2022, párr.2).

Sin embargo, la falta de acceso a productos de higiene menstrual, instalaciones adecuadas de saneamiento y educación menstrual adecuada son barreras para el acceso a la atención de la salud menstrual y pueden tener consecuencias negativas para la salud de las mujeres y niñas. Como afirma Bachelet, "La salud menstrual es parte integral de los derechos a la salud sexual y reproductiva. Es un factor decisivo para la realización de todos los derechos humanos de las niñas y las mujeres," (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas, 2022, párr. 13)

Es importante entender que la salud sexual y reproductiva debe considerar también la salud menstrual. El Banco Internacional de Reconstrucción y Fomento (BIRF) realiza un estudio en mayo del 2022, en donde indica que "500 millones de mujeres y niñas luchan por acceder a productos para el periodo menstrual o a espacios seguros, privados e higiénicos para usarlos." (BIRF, 2022, párr. 1)

Según el BIRF, muchas mujeres tienen un problema de accesibilidad y asequibilidad a productos de higiene menstrual, a esto se le suma el estigma a la menstruación de varios países, lo que afecta negativamente la experiencia de mujeres y niñas de sus procesos menstruales.

La consideración de la salud menstrual en los DSDR promueve que las mujeres deben ser libres de tener sus procesos menstruales como deseen, garantizando el acceso a productos de higiene menstrual, información sobre su ciclo, acompañamiento antes, durante y después de la menstruación. Según un estudio de la OMS (2021), aunque la menstruación es un proceso natural del cuerpo femenino, frecuentemente es considerada

como un tema prohibido o inapropiado en diversas partes del mundo. Esto provoca que las personas menstruantes sean sujetos de discriminación y exclusión en ámbitos como la educación, el trabajo y la sociedad en general.

La falta de acceso a productos menstruales adecuados y a instalaciones sanitarias adecuadas para el manejo de la menstruación puede tener graves consecuencias para la salud de las mujeres. Además, la vergüenza y la falta de información sobre la menstruación pueden limitar la capacidad de las mujeres para cuidar adecuadamente su salud menstrual.

Según un informe de la Organización Mundial de la Salud sobre la salud menstrual en la región de las Américas, solo el 54% de las mujeres en Ecuador reciben información sobre la menstruación en las escuelas, lo que indica una brecha significativa en la educación menstrual (Han et al, 2014, p. 35). Además, la falta de acceso a servicios de salud menstrual puede tener consecuencias graves para la salud de las mujeres. En Ecuador, el cáncer de cuello uterino es la segunda causa de muerte por cáncer en mujeres y la falta de acceso a servicios de salud menstrual puede ser un factor que contribuye a esta realidad (OMS, 2019).

A pesar de que aún existen barreras para que la menstruación sea reconocida como un derecho humano, varios proyectos buscan establecerla como tal y garantizar el acceso a productos menstruales y servicios sanitarios adecuados para las mujeres. Por ejemplo, la Campaña Menstruación Digna en Colombia, liderada por la Fundación Sí Mujer, busca promover la educación menstrual y garantizar el acceso a productos menstruales y servicios sanitarios para las mujeres en Colombia.

En India, la organización Eco Femme fabrica y distribuye toallas sanitarias de tela ecológicas y biodegradables y también ofrece talleres de educación menstrual para mujeres y niñas. En África, la organización AfriPads fabrica y distribuye toallas sanitarias reutilizables, y también ofrece talleres de educación menstrual para jóvenes y mujeres en comunidades rurales (AfriPads, 2021). Además, en Estados Unidos, la Ley de Equidad Menstrual busca garantizar el acceso a productos menstruales para mujeres y niñas de bajos ingresos en escuelas, prisiones y refugios (S. 766, 117th Cong. (2021)). Los casos

expuestos son un ejemplo de cómo la sociedad está trabajando para el ejercicio de la menstruación como un derecho humano y para garantizar una menstruación digna, independientemente de su origen o nivel socioeconómico.

1.3. Menstruación consciente

La menstruación consciente es un término que ha ganado popularidad en los últimos años y que se refiere a la práctica de tener una relación más consciente y saludable con la menstruación. Esta práctica incluye no solo la elección de productos menstruales más saludables y respetuosos con el medio ambiente, sino también la toma de conciencia sobre los ciclos menstruales y su conexión con la salud física y emocional de las mujeres. El término "menstruación consciente", según Espitia (2021), se refiere a la práctica de reconocer las características únicas anímicas, anatómicas y hormonales de cada etapa del ciclo menstrual.

Una experiencia consciente del ciclo menstrual implica observar detalladamente sus cuatro fases que son: menstruación, fase folicular, ovulación y por último fase lútea, reconocer las propiedades emocionales y psíquicas que resultan de los cambios hormonales y fisiológicos y entender la importancia del útero como centro físico y energético de la mujer. Además, es esencial comprender la interconexión entre el medio ambiente, la sociedad y la higiene menstrual individual.

Según UNICEF (2021), para lograr una menstruación consciente es importante que las mujeres y niñas comprendan su ciclo menstrual y presten atención a sus necesidades físicas y emocionales durante el mismo. La Guía de Menstruación Consciente (UNICEF, 2021) señala que "observar, registrar y comprender los cambios en tu cuerpo te permite tomar decisiones informadas sobre tu salud y bienestar" (p. 8).

Una de las recomendaciones para fomentar una menstruación consciente es la educación. Es importante brindar información clara y precisa sobre el ciclo menstrual, las diferentes fases que lo componen, los cambios hormonales y fisiológicos que ocurren en el cuerpo y los métodos de higiene menstrual. Según UNICEF (2020), "la información adecuada sobre el ciclo menstrual puede aumentar el conocimiento y la comprensión de

la propia fisiología del cuerpo y, por ende, fomentar una menstruación consciente" (p. 14).

Otra forma de fomentar una menstruación consciente es una comunicación abierta y sin tabúes hacia la sociedad. De acuerdo con UNICEF (2020), "la comunicación abierta y sin tabúes puede contribuir a reducir la vergüenza y el estigma relacionados con la menstruación, y fomentar una mayor aceptación y comprensión de este proceso natural del cuerpo" (p. 14).

La promoción de la menstruación consciente no solo beneficia a las mujeres individualmente, sino también a la sociedad en general. Al comprender mejor el proceso menstrual y su impacto en la vida de las mujeres, se pueden crear políticas públicas más efectivas para abordar problemas como el acceso a productos de higiene menstrual, la falta de información sobre el ciclo menstrual y la discriminación por estigma menstrual. Además, la educación menstrual puede contribuir a la prevención de enfermedades relacionadas con la salud reproductiva y a la promoción de prácticas sexuales más saludables y seguras.

En varios países de Latinoamérica, como Ecuador, se ha promovido iniciativas como 'Porque menstruar es normal' desarrollada por la ONG Plan International Ecuador en donde se busca abordar el tabú en torno a la menstruación y promover la educación menstrual. Según Plan International Ecuador (2021), la iniciativa incluye talleres para niñas y mujeres sobre la menstruación consciente y la importancia de la higiene menstrual adecuada, así como la distribución de kits de higiene menstrual a mujeres y niñas de bajos ingresos.

Como se menciona en un artículo de (The Lancet Regional Health, 2022) reconocer y aceptar la menstruación como un proceso natural en la vida de las mujeres contribuye a fortalecer su autoestima, disminuir su ansiedad y aumentar su confianza (p. 2). Cuando la menstruación se considera como algo normal y natural, las mujeres y niñas pueden sentirse más cómodas hablando de ello y pidiendo ayuda si la necesitan. Esto contribuye a una mayor igualdad de género al permitir que las mujeres y niñas se sientan más seguras y empoderadas para exigir sus DSDR.

1.3.1. La menstruación como una práctica simbólica.

La menstruación es una experiencia fisiológica atravesada por construcciones simbólicas a lo largo de la historia. Algunas culturas la han considerado como un tabú o un estigma, mientras que otras la han elevado a un estado sagrado y simbólico. En este sentido, según Bordo (1992), "la menstruación es un evento biológico que se convierte en un relato culturalmente construido" (p. 69).

Este relato se construyó mediante diversas representaciones culturales, como el uso de eufemismos o el silencio en torno a la menstruación. Según Ramírez (2017), "la menstruación se ha mantenido históricamente en el ámbito privado, en el cual se han generado significados y representaciones que se han mantenido en la cultura popular" (p. 32). Explica que, en muchas culturas, la menstruación ha sido vista como un tabú, una vergüenza y un estigma. Sin embargo, en otras culturas, la menstruación se considera sagrada y se asocia con la fertilidad, la creación y la vida misma. En este sentido, la menstruación es una práctica simbólica que refleja la dualidad de la vida y la muerte, la creatividad y la destrucción, la menstruación se asocia con la luna llena y se considera un momento para la introspección, la meditación y la conexión espiritual.

Por ejemplo, en la antigua Grecia, la menstruación era considerada como algo mágico y sagrado, ya que se creía que las mujeres eran capaces de transmitir su poder y fertilidad a la tierra a través de su sangre menstrual. Asimismo, en la cultura hindú, la menstruación era vista como una práctica sagrada, en la que la mujer era considerada como una diosa en la tierra. En esta cultura, la menstruación se asocia con el chacra del sacro, que se encuentra en el área del útero, y que se considera como el centro de la energía creativa y la fertilidad (Ramírez, 2017).

Según Rich (1976), "la menstruación es un símbolo de poder y de vida, un recordatorio de que las mujeres poseen la capacidad de crear y mantener la vida" (p. 37). En este sentido, se ha impulsado una reapropiación de la menstruación como parte de la identidad femenina y un acto de empoderamiento. Según Walklate y Fitz-Gibbon (2017), "el reconocimiento de la menstruación como un relato construido culturalmente puede

contribuir a la reivindicación de la identidad femenina y a la lucha contra la discriminación y el estigma asociado a la menstruación" (p. 8).

La menstruación consciente va más allá del acceso a productos de higiene, información y educación sobre el tema, sino que abarca también un aspecto emocional y simbólico, incluso sacro, en algunas culturas. Sin embargo, la sociedad ha sido influenciada por discursos sociales que han contribuido a la estigmatización y tabúes que existen en torno a la menstruación. Esto ha llevado a una pérdida de su sacralidad y significados simbólicos, que en el pasado se relacionaron con ciclos lunares y estaciones. Por esta razón, es importante recuperar los diversos ritos y significados que existen en torno a la menstruación.

Según la antropóloga Chris Bobel (2013), la menstruación puede considerarse sagrada porque "es una fuente de poder, vitalidad, creatividad y conexión con la naturaleza" (p. 11). La práctica de la menstruación consciente permite a las mujeres conectarse con su propia divinidad y encontrar su fuerza interior. La simbología de la menstruación se ha explorado en diversas culturas. En la cultura africana, por ejemplo, la sangre menstrual se asocia con la fertilidad y la creación y se considera un símbolo de vida y renovación (Mantovani, 2016). En la cultura hindú, la diosa Kali es vista como la personificación de la sangre menstrual y se le considera una deidad poderosa y protectora (Sharma, 2021). Estos rituales permiten a las mujeres tomar el control de su ciclo menstrual y honrarlo como una parte sagrada de su ser.

1.4. La menstruación a partir de la matriz simbólica patriarcal

La menstruación al igual que la identidad del 'yo' mujer ha sido atravesada por discursos patriarcales, con el objetivo de mantener a las mujeres sumisas y avergonzadas de sus procesos menstruales. "La menstruación ha sido vista por el patriarcado como algo "sucio, impuro e incluso peligroso para los hombres" (Irigaray, 1992, p. 9).

Desde hace siglos, se ha perpetuado la idea de que la menstruación es algo negativo y que las mujeres deben sentirse avergonzadas de ella. Esta visión negativa se usó para controlar a las mujeres y mantenerlas en sumisión, donde muchas veces las

mujeres no hablan abiertamente de su menstruación, llegando incluso a tener impactos negativos fuertes en su visión de los ciclos menstruales, debido a esto también existe desinformación y falta de educación en colegios y escuelas.

Niñas, adolescentes y mujeres de muchos lugares del mundo no conocen cuáles son los productos de higiene menstrual, así como también no conocen su sacralidad y muchas veces estas mujeres se recluyen y no forman parte activa de la sociedad, incluso son juzgadas por estar ‘manchadas’ y tratan a la menstruación como algo repulsivo.

Luce Irigaray expone que “la igualdad entre hombres y mujeres no puede hacerse realidad sin un pensamiento del género en tanto que sexuado, sin una nueva inclusión de los derechos y deberes de cada sexo, considerado como diferente, en los derechos y deberes sociales” (1992, p.10), esto implica que, así como los hombres y las mujeres son diferentes, deben ser tratados como iguales, y los derechos deben ser asignados y reconfigurados tomando en cuenta las diferencias de cada sexo, para ello debe existir un replanteamiento con relación a la construcción de lo femenino y la mujer, ya que está ha sido normada desde hace varios años desde una vista y lenguaje patriarcal.

Desde el punto de vista lingüístico, esto puede significar que su lenguaje presente corresponde a la transformación de un discurso que mantuvieron en otro tiempo (y/o que se resisten de esta manera a los caracteres más tardíos del discurso masculino). En este sentido cabe interpretar también otros indicios: las elisiones de yo y de ella, todas las estrategias de anulación del femenino como sujeto del discurso, el problema de la transformación negativa, etc. (Irigaray, 1992, p.33)

Es decir, el lenguaje se construye en un sistema patriarcal, en donde la mujer ha sido invisibilizada al igual que sus discursos, en donde sus discursos y los discursos de los hombres han sido distintos y configuran la percepción que se tiene del “yo”. Para Irigaray (1992, p.32):

El discurso de los hombres el mundo suele designarse como un conjunto de inanimados abstractos integrados en el universo del sujeto. La realidad aparece como un hecho ya cultural vinculado a la historia colectiva e individual del sujeto

masculino. Nunca deja de ser una naturaleza secundaria, arrancada de sus raíces corporales, de su entorno cósmico, de su relación con la vida. Esta relación sólo expresa denegación, y permanece en un perpetuo paso al acto inculto.

Además, expone que, en el discurso social de las mujeres, ellas suelen designar a los hombres como sujetos, sin embargo, dentro de su percepción con el mundo establecen relaciones con su entorno, pero no lo tratan como suyo. Las mujeres son el lugar de la experiencia de la realidad en la que se vive, pero dejan de lado el cuidar y organizar esta realidad.

Menciona así que la configuración del lenguaje afecta la manera en la que alguien ya sea hombre o mujer se percibe así mismo, debido a la manera en la que desde un inicio se percibe el entorno y el replanteamiento de los discursos que se dan dentro de la lengua, por lo que, para las mujeres, resulta conflictiva la identificación con su feminidad cuando no han tenido un discurso propio de referencia de lo femenino.

Irigaray propone que se debe recuperar el relato de las mujeres. La feminidad es esencial para el descubrimiento del discurso de las mujeres, redescubrirse y conocer cada uno de sus procesos fisiológicos y su sacralidad fomentaran un cambio en la percepción de las mujeres y su 'yo'.

El desarrollo del cuerpo femenino y la aparición de la menstruación como marcaje particular de las mujeres y su fertilidad, alimenta, en una primera instancia, la relación que se teje entre las mujeres y la naturaleza en su dimensión creadora y cíclica; así como la consideración de los sangrados menstruales como un misterio y, eventualmente, un elemento que es necesario conocer y controlar dada la consideración de éste como contaminante en prácticamente todas las sociedades. (Ramírez, 2016, p.139)

Según la Asociación Americana de Psicología (APA, 2021), los discursos negativos sobre la menstruación pueden contribuir a la vergüenza y la incomodidad que muchas mujeres sienten al hablar de su ciclo menstrual. Esto puede llevar a una falta de

comprensión sobre la salud menstrual y una reducción de la capacidad de las mujeres para cuidar adecuadamente de su cuerpo.

El desconocimiento que existe alrededor de la menstruación y los discursos que han influenciado por años en la sociedad ha motivado que las niñas y mujeres de distintas partes del mundo tengan una percepción negativa de su menstruación.

Mi mamá me había explicado todo el rollo. Cuando fue mi primera menstruación empecé a gritar como loca “¡mamá, mamá!, me estoy muriendo, me estoy desangrando”, yo como en víctima (risas) entonces llega mi mamá y me abraza y me dice “ya eres una mujer” y yo “¡¿Cómo que una mujer?! ¡Me estoy desangrando, llévame al doctor! Entonces me dijo “a ver, te vas a poner una toallita y esto va a pasar cada mes y esto va a pasar” lo que sí me decía era “Esto no lo pueden ver tus hermanos, porque es algo muy tuyo, muy íntimo”. ¿Me sentí sucia? No me sentí sucia. Me sentí como, pues sí estaba nerviosa, como lógico porque dices “En la madre, ¿qué pasa con mi cuerpo? me estoy desangrando, ¿me estoy muriendo?” Que tuviera pena de contarle, pues no, de hecho, mis compañeras ya estaban menstruando, faltaba yo. (N.H., Entrevista personal, citada en Ramírez, 2016, p. 146).

1.5. La comunicación como mediación para una menstruación digna

En la construcción discursiva de la menstruación, los medios de comunicación cumplen un papel importante, pues estos son los que promueven un discurso preprogramado por el sistema patriarcal y lo usan para difundir información que muchas veces ha perjudicado a la percepción de lo femenino y sus procesos (Irigaray, 1992).

Los medios de comunicación encuadran a la menstruación desde la invisibilización de los procesos menstruales y los vuelve tabú, por ejemplo: muchas veces se ha visto anuncios de toallas higiénicas en donde se presenta a la sangre con tabú y la representan en otro color como azul o verde, ocultando la sangre, lo que repercute en la percepción de las niñas y mujeres hacia la menstruación, haciéndolas sentirse

avergonzadas de menstruar, despojando a la menstruación de su valor simbólico y el valor de lo femenino.

Además, la publicidad que gira en torno a la menstruación no solo muestra a la sangre como un líquido azul o verde, sino que, además, no la llama menstruación, sino ‘la regla’, ‘tus días’, ‘período’, ‘indispuesta’, que son algunas de los eufemismos que se usan para ocultar y deslegitimar la palabra menstruación.

El discurso en de los medios de comunicación trata a la menstruación como un tema tabú que no se debe mencionar, mientras que el mercado ofrece productos para la menstruación, como desodorantes, jabones y protectores, que son caros y dañinos para la salud. El objetivo de estas empresas es vender productos en lugar de fomentar una menstruación consciente en las mujeres.

Se puede afirmar que el tabú de la menstruación, reforzado por estructuras hegemónicas, impide que las mujeres y personas gestantes tengan una menstruación reconciliadora y digna. Este ha sido sostenido por el sistema patriarcal y grupos conservadores y obliga a que el ciclo menstrual permanezca en el silencio y, por ende, en la ignorancia. Esta realidad es peligrosa, ya que dicha ignorancia puede ser aprovechada por empresas transnacionales para aumentar el consumo de productos que, una vez más, invisibilizan la menstruación. (Albuja, 2021, p. 8)

Debido a la importancia que tiene la educación menstrual en la vida de las niñas y mujeres, la educomunicación es esencial para mejorar la salud y el bienestar de las mujeres menstruantes, entendiendo que “la educomunicación apuesta por la formación integral de la persona en relación con la historia, el ambiente, el liderazgo trascendente, político y social, es el rostro de la educación que comunica y que transita por él, como derecho al encuentro” (Daniel Prieto Castillo, 2015)

Según indican diversos estudios como el que fue publicado en la revista *Journal of Adolescent Health* (Yeh & Chen, 2019) que señala que la educación sobre la menstruación puede ayudar a mejorar la salud y el bienestar de las personas menstruantes.

Puede ayudar a las personas a comprender mejor su cuerpo y a tomar decisiones informadas sobre su salud, como el uso de productos de higiene menstrual y los posibles efectos secundarios.

De acuerdo con Bobel et al. (2010), la educación sobre la menstruación es esencial para mejorar la salud y el bienestar de las mujeres menstruantes. Según un estudio la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), la falta de información y comprensión sobre la menstruación, debido a tabúes y estigmas, puede tener un impacto negativo en la salud física y mental de las mujeres menstruantes. La educomunicación puede ayudar a desmitificar la menstruación y proporcionar información precisa y útil para manejarla de manera saludable. Además, la educación sobre la menstruación también puede ayudar a resignificar los estereotipos de género y empoderar a las personas menstruantes, según un artículo del manejo de higiene menstrual (Joshi et. al, 2019).

Para que exista un proceso de educomunicación culturalmente adecuado, se requiere de un proceso de comunicación participativa. Es decir, un enfoque de comunicación que se basa en el diálogo y la participación equitativa de todas las partes interesadas, con el objetivo de lograr un intercambio de información y conocimientos útiles para los participantes de la comunicación (Cómbita, 2021). La educomunicación se enfoca en el aprendizaje y la reflexión a través del diálogo y la colaboración, lo que permite una comprensión más profunda y una integración más efectiva de los mensajes y conceptos que se quieren transmitir. Además, la educomunicación también promueve la construcción de un conocimiento compartido y una participación de la comunidad en el proceso de mejora de la salud y el bienestar de las mujeres menstruantes.

Fase II

Diagnóstico

1. Metodología

Para diseñar un proyecto de comunicación que promueva una menstruación consciente en niñas de 8 a 13 años en el plantel educativo fiscal "Carlos Aguilar", se llevó a cabo un diagnóstico con la finalidad de identificar las causas que impiden una menstruación consciente en la institución.

Para el diagnóstico, se trabajó con sexto y séptimo de básica por corresponder con el grupo etario cercano a la menarquía. La recolección de la información inició a partir de una charla de una hora impartida sobre la menstruación, que tenía como objetivo motivar el diálogo de los participantes. En la introducción del tema se observaron las reacciones de niñas y niños y su participación activa en la charla. Posteriormente, se aplicó un cuestionario de 6 preguntas (ver anexo 1), en donde participaron 68 estudiantes entre 10 a 12 años.

Con la finalidad de analizar los esquemas de socialización de la menstruación y menarquía de los niños se realizaron tres entrevistas (ver anexo 4) a dos profesores que son los tutores de los paralelos participantes y una profesora mujer que fue seleccionada aleatoriamente que imparte clases a segundo de básica. Esta selección se la realizó a partir de información de las encuestas que sugerían que las niñas se acercan a otra mujer para resolver sus dudas sobre la menstruación. Esta información, se complementó con una entrevista a la directora del colegio sobre educación menstruación dentro de la Institución.

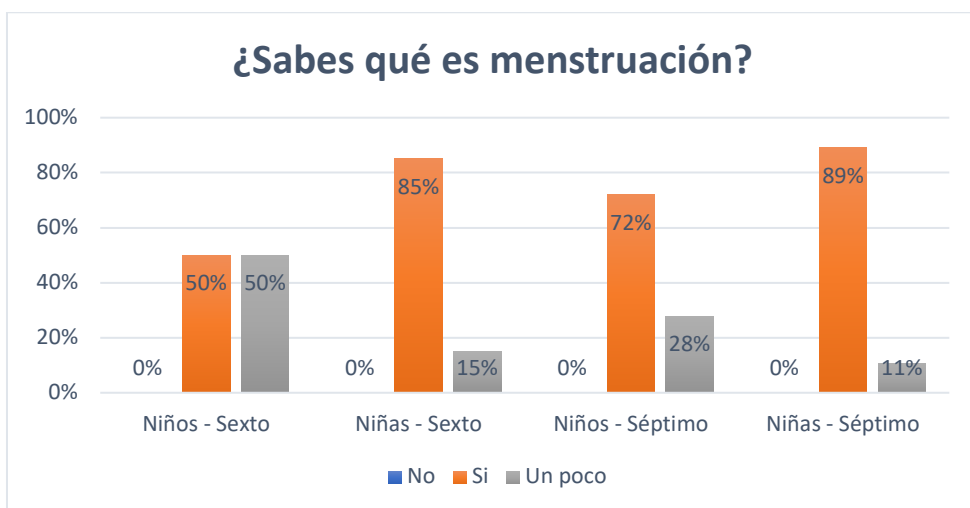
Posteriormente, se realizaron dos grupos focales, uno en cada curso. Cada uno de los grupos estuvo conformado por 10 estudiantes segmentados entre niñas y niños equitativamente. El objetivo de los grupos fue levantar información sobre la exposición y recepción de mensajes publicitarios y describir los sentidos compartidos sobre la menstruación. Cada grupo focal duró un promedio de 15 a 20 minutos, para ello se desarrolló una guía de preguntas (ver anexo 6). Para la realización del diagnóstico, se contó con la autorización de la institución, en el que los estudiantes participaron de manera voluntaria en todas las actividades realizadas y en todo momento fueron supervisadas por sus profesores respectivos.

2. Resultados del diagnóstico

2.1. Conocimientos de la menstruación y menarquía

De acuerdo con los resultados del cuestionario realizado, se observó que, en el grupo de participantes de sexto de básica, un alto porcentaje afirmó conocer sobre la menstruación. En el caso de las niñas, un 100% indicó tener conocimientos sobre el tema y en los niños, un 50% afirma saber sobre la menstruación, por otro lado, el otro 50% dijo conocer un poco sobre el tema. En séptimo de básica, tanto en niños como en niñas, el porcentaje que afirma conocer sobre la menstruación es mayor en comparación con los resultados de sexto de básica.

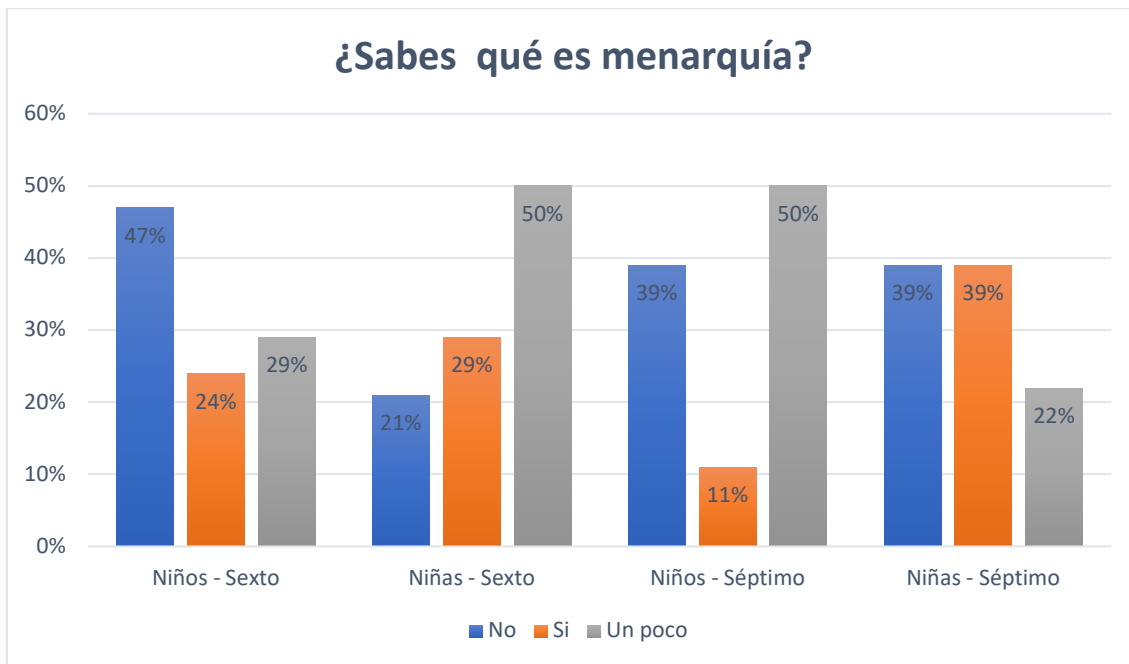
Figura 1: Pregunta del cuestionario ¿Sabes qué es menstruación?



Este dato coincide con el promedio de edad en la que las niñas tienen su menarquía que es a los 12, 3 años (Muñoz, 2018, p.17); es decir, que las niñas que se encuentran cursando estos años tienen una mayor tendencia a empezar su menarquía.

En cuanto a los conocimientos que las niñas y niños tienen sobre la palabra menarquía, es nula. El día en el que se llevó a cabo la charla introductoria sobre la menstruación, se preguntó si alguno conocía sobre el término 'menarquía' y ningún niño o niña conocía sobre el tema. En la misma se dio a conocer la definición de menarquía. Según los resultados del cuestionario un 29% a 39% de niños y niñas indicaron que conocían este término, mientras que más del 50% de los niños y niñas no conocía sobre la menarquía.

Figura 2: Pregunta del cuestionario ¿Sabes qué es menarquía?



Durante los grupos focales, se les preguntó cómo reaccionarían ante la presencia de manchas de sangre en el pantalón o falda de alguna compañera, ya que esta es una situación común entre las mujeres menstruantes. La mayoría de los niños participantes respondió que ayudarían a la compañera, notificarían la situación o hablarían con una profesora.

Estas reacciones hacia la menstruación evidencian que el tabú y las respuestas negativas hacia la misma han disminuido. Como un respaldo de este dato, en las entrevistas realizadas a los profesores todos coincidieron en que la perspectiva hacia la menstruación ha cambiado debido a que las madres de familia se encuentran más informadas y hablan con los niños y niñas sobre el tema, además, expresaron que los eufemismos que antes se usaban para hablar de los genitales femeninos y masculinos ha disminuido y ya no se mencionan como lo era en generaciones anteriores, esto fue notorio en la charla debido a que las niñas y los niños mencionaban a los órganos sexuales como: vagina, canal vaginal y pubis.

2.2. Los afectos y la menstruación

En la vida de niñas y niños, las reacciones que pueden tener a la menstruación se ven influenciadas por factores importantes como el desconocimiento del tema, poca apertura para hablar de la menstruación en el hogar y en la escuela o acudir a sus amigas o compañeros de clase buscando información. Debido a esto, existen reacciones importantes en las niñas y niños, que según un informe de UNICEF (2018) se ha demostrado que cuando se discute abiertamente sobre temas relacionados con la salud sexual y reproductiva, incluyendo la menstruación, se puede mejorar la autoestima, la autoconfianza y la toma de decisiones saludables en los niños y las niñas.

En este sentido, se hace evidente la importancia de que no solo las niñas, sino los niños tengan acceso a información precisa y confiable sobre la menstruación para que puedan desarrollar una actitud respetuosa y empática hacia las mujeres menstruantes. En los datos recolectados del grupo focal y la entrevista a los profesores, las emociones principales que tienen los niños cuando se habla con ellos por primera vez de la menstruación es miedo, burla e incomodidad.

Según los datos recolectados en este estudio, las primeras experiencias de los niños con la menstruación son a menudo cuando ven a algún familiar o amiga con una mancha de sangre en el pantalón, esto desencadena una serie de reacciones como: “A mí me incómodo” “todos los compañeros se rieron” “le decían que ella era rara”, posterior a esta vivencia se les explica qué es la menstruación. Sin embargo, esta forma de aprendizaje puede generar una visión negativa y poco clara sobre el tema.

En el caso de las niñas, según los grupos focales y entrevistas a los profesores, se observa que se acercan más temprano a la menstruación porque deben estar preparadas e informadas para el proceso que comenzará en una etapa de sus vidas.

A partir de las respuestas recolectadas de ambos paralelos, se puede determinar que las niñas tienen diversas reacciones y sentimientos hacia la menstruación. En el grupo focal, muchas de ellas expresaron sentir miedo y nerviosismo, ya que consideraban a este nuevo proceso como algo que temer o sentirse incómodas. Una de las participantes comentó que se sintió asustada, preguntándose qué haría en ese momento. Algunas niñas

mencionaron que habían recibido poca información al respecto, limitándose a solo conocer el “te va a bajar” y nada más. Asimismo, se compartieron experiencias de burlas y chistes hacia las niñas que están menstruando, lo que generaba incomodidad en varias de ellas.

La falta de información detallada sobre la menstruación, que algunas niñas sienten debido a los procesos de socialización limitados, contribuye a sus reacciones y sentimientos de incomodidad y nerviosismo. Muchas mencionan que su acercamiento es a través de sus hermanas o compañeras y se sienten aliviadas al no tener aún su primera menstruación, lo que indica su inseguridad ante un proceso desconocido.

Cabe mencionar que varias niñas de los paralelos participantes mostraron timidez e incomodidad al hablar abiertamente sobre la menstruación como un proceso que ellas tendrán que vivir, ya que, en la charla, se veía poca participación cuando se hablaba de cómo es la vivencia de la menstruación.

Además, las burlas que muchas veces se pueden presentar dentro de la institución hacia las niñas que manchan sus pantalones de sangre, en este caso en particular, algunos profesores comentaron que se han presentado burlas en la Institución, pero después de que se les explicará sobre la menstruación, gran parte de los estudiantes dejan de burlarse.

Es importante destacar que estas reacciones están influenciadas por factores culturales, sociales y educativos, y que la falta de información y educación adecuada sobre la menstruación puede tener efectos negativos en la autoestima y la salud sexual y reproductiva de las niñas. En los grupos focales realizados, ninguna de las niñas habló sobre sentimientos positivos hacia la menstruación, y las principales reacciones que manifestaron fueron: incomodidad, dolor o miedo.

2.3. Enseñanza de la menstruación

Sobre la enseñanza de la menstruación, los resultados de la encuesta indicaron que, en la mayoría de los casos, la mamá es la persona por quien las niñas y los niños conocieron sobre menstruación por primera vez. Se evidenció también una intervención limitada por parte del padre de familia, ocupando el tercer puesto como fuente de información sobre el tema. En casi el 100% de los casos, las niñas y niños se enteraron de la menstruación por sus mamás, la escuela se posicionó como la segunda fuente de enseñanza, aunque en menor medida.

En los grupos focales, se obtuvo información valiosa sobre como las niñas adquieren información sobre la menstruación. Las madres se encargan de abordar este tema con sus hijas, algunas niñas mencionaron que sus madres les hablaron sobre la menstruación alrededor de los 10 años, mientras que otras recibieron esta información entre los 8 y 9 años.

Debido a estas conversaciones con las madres, las niñas generan distintas reacciones como el sentimiento de miedo e incertidumbre ante la perspectiva de vivir la menstruación en un futuro. Sin embargo, también se identificó casos en los que la escuela desempeña un papel importante en la enseñanza del tema.

En la mayoría de los casos, la enseñanza de la menstruación solo se limita a las niñas, según los datos recolectados durante las entrevistas a los profesores. El entrevistado 2 menciona que las niñas deben estar preparadas, desde muy pequeñas para cuando les pase. Esto no solo impacta en la forma en la que las niñas miran la menstruación, sino que los niños pueden tomar a la menstruación como un tema del cual no tienen que estar informados.

Durante las entrevistas los profesores mencionaron a la menstruación como un proceso que primero debe ser enseñado a las niñas y posterior a los niños, incluso un profesor afirmó “nosotros nos salvamos de esta situación como varoncitos”, lo que indica que se concibe de un proceso complejo propio de las mujeres del cual ya se ‘han salvado’.

Que niñas y mujeres experimenten la menstruación de manera regular puede tener un impacto significativo en su vida diaria y en su capacidad para participar plenamente en la sociedad y sus oportunidades económicas. En muchos lugares como en comunidades indígenas, la falta de acceso a productos menstruales y a instalaciones sanitarias adecuadas para el manejo de la menstruación puede llevar a la exclusión social y a la discriminación. En el caso específico de la institución educativa Carlos Aguilar, los niños han recibido cierta información que les ha ayudado a tener más conocimiento sobre el tema, sin embargo, la falta de una educación temprana en torno a la menstruación genera que este tema se convierta en un tabú e incluso puede llegar a ser un motivo de burla entre las niñas y niños de distintas edades.

Es importante destacar que, según las entrevistas realizadas a los profesores, todos concordaron en que la educación de la menstruación es algo que debe ser implementado

desde la casa. Los profesores mencionaron que ellos “pueden reafianzar las enseñanzas en la escuela”, pero es fundamental que los padres y madres de familia informen a las niñas sobre este proceso por el que pasarán en algún momento de sus vidas.

Esta perspectiva está en línea con la Guía para niñas, niños y adolescentes de UNICEF México, que destaca la importancia de que los padres tengan un papel fundamental en la educación sexual de sus hijos e hijas, incluyendo la enseñanza sobre la menstruación. La guía sugiere que los padres deben iniciar la conversación sobre la menstruación de manera natural y sin prejuicios, y responder a las preguntas de sus hijos con información precisa y objetiva. De esta manera, se puede contribuir a que las niñas y adolescentes tengan una visión positiva y saludable sobre su cuerpo y su sexualidad.

En las entrevistas a los profesores se evidencia la importancia de la educación sexual y en particular, de la educación sobre la menstruación en la sociedad. Los entrevistados mencionan que, aunque hoy se puede hablar más abiertamente del tema, todavía existen hogares donde se considera un tabú. Los padres son los principales responsables de esta situación, pues son ellos quienes imponen el tabú y a menudo evitan hablar de sexualidad con sus hijos.

Por lo tanto, se plantea la necesidad de dirigir talleres y charlas sobre menstruación a los padres, para que puedan desmitificar el tema y brindar herramientas necesarias para transmitir a sus hijos información precisa y completa. Asimismo, se destaca la importancia de enseñar a los padres y madres que tienen hijos varones a respetar y valorar a las mujeres, rompiendo con los estereotipos y prejuicios antiguos y promoviendo una actitud de igualdad y respeto en la sociedad y el hogar.

Dentro de las respuestas recolectadas de ambos paralelos de los grupos focales, se destaca la falta de información adecuada sobre la menstruación tanto en la escuela como en el entorno familiar. Las niñas y los niños expresan su deseo de conocer más sobre la menstruación, sin embargo, la información que reciben es muy limitada, especialmente en casos de los niños, el acercamiento que llegaron a experimentar por primera vez a la menstruación se dio porque algún familiar (madre, prima, hermana, etc.) o amiga se manchó el pantalón de sangre. Esto indica que la educación menstrual no se aborda de manera completa ni sistemática, lo que puede generar desconocimiento y falta de comprensión sobre cómo cuidarse y mantener una buena higiene durante el proceso.

Es importante resaltar otro elemento en este contexto, que la información proporcionada por los profesores sobre la menstruación en sus clases suele ser limitada. A menudo, esta educación se reduce a breves menciones de la menstruación. En las clases de ciencias naturales, principalmente, se hace algún comentario a los estudiantes cuando alguna niña ha manchado su pantalón de sangre o cuando pide permiso para ir al baño en los días en los que esta menstruando. Esta aproximación limitada, sugiere que no hay una educación integral y que el tema no se aborda desde una perspectiva integral.

Es interesante observar que cuando las niñas y los niños buscan información sobre la menstruación no llegan a encontrar una fuente confiable. Esto lleva a que obtengan información fragmentada y a veces incorrecta, lo que puede generar inseguridad y preocupación. También se destaca que la percepción de que la educación sobre la menstruación es limitada se extiende a los padres de familia, responsables de informar sobre el tema.

La enseñanza de la menstruación inicia en la Institución a partir de una edad específica. Dentro del currículo, la enseñanza de la menstruación como un tema abordado en clase se da de sexto de básica en adelante, por lo que los niños y niñas de tercero, cuarto y quinto de básica no reciben la información necesaria de la menstruación.

Además, durante la entrevista con la directora de la Institución se mencionó que no existe un plan establecido para implementar la enseñanza de la menstruación en el currículo de los niños de primaria (tercero, cuarto, quinto). La directora destacó que no consideró la necesidad de incorporar un plan de enseñanza de la menstruación. Sin embargo, en el contexto de este proyecto, expresó su opinión acerca de la importancia de dar charlas y talleres a los profesores, padres y madres de familia, para que tengan un adecuado manejo de la información con sus hijos e hijas.

Los datos recolectados en las entrevistas de los profesores, en cuanto a la educación sobre la menstruación, refleja la diversidad de opiniones y enfoques en torno a este tema en la sociedad. Por un lado, se ve que las niñas deben prepararse desde temprana edad para entender su cuerpo y los cambios que ocurrirán en él durante la pubertad, respaldado por la Guía para niñas, niños y adolescentes de UNICEF, que aboga por la educación integral en sexualidad desde la infancia.

Esta perspectiva resalta la importancia de brindar a las niñas y niños conocimientos claros y precisos sobre la menstruación, permitiéndoles comprender y aceptar los cambios que experimentarán en su cuerpo en el caso de las niñas. Se reconoce que esta preparación temprana les proporciona una base sólida de conocimientos para enfrentar la transición de la niñez a la adultez con mayor confianza y comprensión.

Por otro lado, se ve que no es necesario hablar con los niños pequeños sobre la menstruación. Algunos profesores participantes consideran que la educación sobre la menstruación debería verse limitada a los niños mayores, evitando generar confusión o incomodidad en los más pequeños.

Es importante destacar que la educación sobre la menstruación no solo es importante para las niñas, sino también para los niños, ya que esto les permite comprender los cambios que experimentarán sus compañeras y les ayuda a desarrollar una actitud respetuosa y empática hacia ellas. Además, la educación sobre la menstruación es clave para prevenir la discriminación y el estigma hacia las niñas y las mujeres en general.

2.4. Visibilización de la menstruación

La menstruación ha sido históricamente un tema tabú, y muchas culturas han desarrollado eufemismos para evitar hablar abiertamente sobre ella. Pero los eufemismos pueden contribuir a perpetuar la idea de que la menstruación es algo de lo que avergonzarse o esconder, lo que puede tener un impacto negativo en la salud menstrual de las mujeres y en la manera en que la sociedad aborda el tema en general. (LLorente, 2020)

Respecto a los órganos sexuales, que forman parte del relato de la menstruación, los niños y niñas mostraron que no se sienten cohibidos al hablar del pene y la vagina como una parte más de su cuerpo. En la charla, los niños hablaron de “vagina” “sangre” “canal vaginal”.

Los datos recopilados en las entrevistas a los profesores demuestran que ha habido avances en la apertura y naturalidad con la que los estudiantes abordan el tema de la menstruación. Se ha identificado que en generaciones anteriores nombrar los genitales (vagina y pene) se consideraba un tema tabú, por lo que se usaban términos eufemísticos como "pipi", "pollito", "rosa" y "flor", entre otros. Actualmente, esta práctica no ocurre

con tanta frecuencia, lo que muestra un progreso en el trabajo de educación sexual y reproductiva.

En la entrevista realizada a los profesores, se mencionó que en la actualidad las mamás se encuentran más preparadas e informadas por lo que la discusión se aborda de una manera más directa. Sin embargo, se utilizan eufemismos, como "periodo", "regla", "marea roja", "luna sangrante" y "andres", entre otros, que también contribuyen a la invisibilización de este tema.

Es importante reconocer la importancia de la visibilización y normalización de la menstruación en la sociedad y en el ámbito educativo. Esto implica utilizar el término adecuado, promover la implementación de un plan educativo sobre la menstruación en donde no se enfoque solo en biología y pueda abarcar aspectos emocionales, sociales y de salud.

2.5. Menstruación y perspectiva de género

Es importante reconocer que la menstruación tiene una carga de género, ya que afecta exclusivamente a las mujeres y puede tener impactos en su salud, en su vida diaria y en su acceso a oportunidades. Por lo tanto, la visibilización de la menstruación es una parte importante de la lucha por la igualdad de género y la eliminación de estereotipos de género.

Durante la entrevista a los profesores, se evidenció que la responsabilidad de enseñar sobre la menstruación recaía principalmente en la mamá, como se mencionó en reiteradas veces que la mamá es la encargada de hablar de menstruación con sus hijas (ver anexo 5) esto da a entender que la menstruación es vista desde una perspectiva de género porque se deslinda al papá y hombres de la enseñanza de la menstruación.

Además, se observó que cuando se hacía menciones a una mujer un entrevistado uso el término "mujercitas" en varias ocasiones, en donde se evidencia un claro ejemplo de sufijo diminutivo, la palabra mujercita tiene el significado de "pequeña mujer, mujer que no se estima mucho" (Etimologías). Esta forma de referirse a las mujeres resalta que existe una intalización de las mujeres y se las reconoce únicamente cuando comienzan a menstruar, lo que indica una visión limitada de su identidad y valía.

Por otra parte, cuando uno de los entrevistados mencionó que los hombres “nos salvamos de esa situación”, se demuestra una percepción negativa hacia el proceso de la menstruación. El uso de la palabra “salvamos” deslegitima la naturaleza de este proceso y sugiere que es preferible que los hombres no pasen por él. Esta actitud contribuye a desvalorizar y estigmatizar la menstruación, alejándola de su condición de fenómeno natural y normal.

Luce Irigaray expone que “la igualdad entre hombres y mujeres no puede hacerse realidad sin un pensamiento del género en tanto que sexuado, sin una nueva inclusión de los derechos y deberes de cada sexo, considerado como diferente, en los derechos y deberes sociales” (1992, p.10) Esto implica que debe ser considerado el pensamiento de género en la transformación social que permita el reconocimiento de las diversas necesidades específicas de cada sexo.

En el contexto de la enseñanza de la menstruación, implica abordar el tema desde una perspectiva de género, reconociendo la importancia de proporcionar información y educación adecuada a las niñas y niños, sin reforzar estereotipos o prejuicios basados en su género.

Los datos recopilados en los grupos focales respaldan la necesidad de brindar una educación comprensiva sobre la menstruación. Tanto niños como niñas expresaron su deseo de conocer más sobre la menstruación, se destaca que los niños reconocieron la importancia de conocer y comprender la menstruación, para poder crear un ambiente seguro y de respeto tanto en su hogar como en su institución. Ellos reconocen la importancia de saber cómo actuar en caso de que una mujer haya manchado su pantalón, demostrando empatía y solidaridad hacia sus compañeras de clase y familiares.

2.6. Publicidad de productos de higiene menstrual. Caso Nosotras

Con la finalidad de conocer los esquemas de socialización de las niñas y niños, se verá y analizará el consumo de publicidad de los productos de higiene menstrual de los participantes, para ello se les preguntó: ¿Cuál es la marca de productos de higiene femenina que más ven en los anuncios publicitarios? En casi un 100% los participantes respondieron que “Nosotras” es la marca de productos de higiene femenina que más ven

en los anuncios publicitarios, por esto se analizarán dos anuncios que ha publicado la marca en un intervalo de 4 años, en específico sobre las toallas higiénicas, debido a que ese es el producto que más consumen y tienen información las niñas y los niños que participaron en el diagnóstico, esto con el objetivo de conocer el mensaje que transmiten.

Nombre del anuncio publicitario: NUEVAS toallas para el día Nosotras con Tecnología Cur – V

Año de publicación: 2022

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=dT4c-a6jToE>

- **Mensaje primero y mensajes segundos**

- Mensaje primero:

La menstruación no siempre es la misma, puede ser deseada, inesperada, inolvidable, impredecible. Ahora podrás olvidarte de las manchas y la inseguridad, llega la nueva generación de toallas higiénicas para el día “Nosotras”, su tecnología de ajuste íntimo Cur- V, se adapta como nunca antes a la forma única de tu zona v, sin moverse, ni desacomodarse, tiene 3 zonas de absorción inteligente, adelante en el centro y atrás y canales que distribuyen la menstruación a lo largo de la toalla, así no te manchas por ningún lado, además nuevas alas asimétricas que no se juntan y son más fáciles de despegar. Para nosotras, Nosotras, la marca experta en tu zona v.

- Mensajes segundos:

En el material que acompaña a él diálogo del anuncio publicitario nos muestra las distintas reacciones que puede tener una mujer cuando está con su menstruación, no lo plantea como algo negativo, sino como algo natural que está en el día a día de las mujeres.

En todo el anuncio, usan sangre en los pantalones, incluso en otra escena para mostrar el funcionamiento de la toalla, la riegan con líquido rojo haciendo referencia a la sangre menstrual, visibilizando el proceso de la menstruación.

En otra escena muestran distintas formas y tamaños de manchas rojas lo que involucra una diversidad en la menstruación, se refiere a que la menstruación no siempre se ve igual para todas, es un material educativo implícito.

Al hablar de zona v, se usa un eufemismo para referirse a la vagina, lo que puede resultar en una invisibilización de los genitales femeninos, y la marca Nosotras siempre usa este término en sus anuncios.

Cuando en la última escena muestran a una chica estornudando y posterior muestran líquido rojo, muestra situaciones que todas las mujeres viven en el momento en el que están menstruando, con ello, la marca busca demostrar que su producto es resistente y que las mujeres pueden sentirse seguras y felices.

- **Predicaciones:**

- En el texto:

- “Ahora podrás olvidarte de las manchas y la inseguridad”

- “Así, no te manchas por ningún lado”

- “Curva – mente cómoda y segura”

- En las imágenes:

- Las manchas que tienen todas las chicas en el inicio de la publicidad con distintas reacciones positivas y negativas, en comparación a las chicas presentadas al último que solo muestran felicidad, haciendo referencia al uso del producto.

- **Referencialidad:**

- La referencialidad del anuncio es media porque utiliza diversos elementos para mostrar la realidad y vivencia de una mujer durante su menstruación. Por un lado, presenta personajes que representan a mujeres reales, lo cual permite una identificación con el público objetivo. Además, el entorno y las situaciones mostradas durante el anuncio reflejan escenarios cotidianos en los que una mujer

puede encontrarse durante su menstruación. El anuncio puede presentar imágenes que ilustran los síntomas físicos y emocionales que se asocian a la menstruación, el anuncio busca transmitir un mensaje empático y promover productos que brinden apoyo y comodidad durante la menstruación.

- **Tipificaciones:**

En el anuncio se puede ver tipificaciones en cuanto a los personajes femeninos presentado, debido a que se presenta a ellas y una mancha de sangre, lo que se entiende como que en ese momento están menstruando. Sin embargo, es importante destacar que el anuncio no cae en estereotipos de género, en lugar de ello presenta una diversidad de personajes que representan a diferentes grupos de mujeres.

Esta inclusión contribuye a romper con la idea de que la menstruación es un proceso exclusivo de las mujeres adultas, el anuncio muestra que la menstruación es un proceso que inicia desde una edad temprana, esto se evidencia cuando aparece una niña con su short manchado de sangre. El uso de estas tipificaciones permite identificar y comprender el mensaje, ya que los espectadores pueden reconocer el tema central del anuncio he incluso relacionarlo con sus experiencias menstruando.

- **Relaciones de armonía y oposición:**

Dentro del anuncio publicitario muestran una relación de armonía entre las mujeres y sus vivencias con la menstruación, el anuncio muestra una imagen positiva y serena de las mujeres que están menstruando, lo que implica la intención de transmitir una sensación de tranquilidad y normalidad en torno a este proceso.

Pero hay que considerar que esta representación de armonía puede ser limitada y distorsionada en relación con la realidad, en el caso del anuncio se muestra una omisión de ciertos aspectos relacionados con la menstruación. En las relaciones de oposición no muestran la posibilidad de que los compañeros o personas

cercanas hagan burlas o se muestren insensibles al ver que tienen una mancha en el pantalón, una experiencia que suele ser común en las mujeres. Tampoco se muestran el tema de los cólicos menstruales que afectan a muchas mujeres durante su ciclo menstrual y pueden generar malestar y dolor.

- **Lo dicho y lo no dicho:**

En cuanto a el aspecto dicho y no dicho se ve que en el anuncio no se abordan ciertos aspectos de la experiencia menstrual, como las dificultades y desafíos que algunas mujeres enfrentan, como las burlas o los cólicos menstruales. Esta falta de representación puede conducir a una visión idealizada y simplificada de la menstruación, ocultando las experiencias más complejas y variadas que las mujeres pueden tener.

Nombre del anuncio publicitario 2: NOSOTRAS Clásica Delgada 'Voltearfobia' (Ecuador 2019)

Año de publicación: 2019

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=9o96Fqm0IQs>

- **Mensaje primero y mensajes segundos**

- Mensaje primero:

¡Voltearfobia! Miedo a que otros noten tu toalla, elimina tus miedos con nosotros clásica delgada, siendo delgada absorbe igual que una toalla normal. Tiene gel super absorbente y zona anti- derrames para esas grandes descargas y manzanilla para mayor suavidad. ¡Pruébela! absorbe y no se nota. Para nosotras, Nosotras.

- Mensajes segundos:

El anuncio usa una palabra inventada “Voltearfobia” lo cual puede impactar en la manera en la que el espectador interpreta el mostrar la toalla o cualquier producto de higiene menstrual es algo negativo el que se note algún producto de higiene menstrual es negativo y tiene un impacto muy fuerte, hasta el punto en el que las mujeres no pueden tener una vida normal por ello.

Se destaca que en el anuncio para demostrar el funcionamiento de la toalla la riegan con líquido rojo referido a la sangre menstrual, lo que visibiliza el proceso de la menstruación.

Al mostrar que la toalla tiene Aloe Vera y Manzanilla se puede interpretar que la menstruación es sucia y huele mal, por ello deben usar perfumes para quitarle el olor, lo que afecta negativo a que las mujeres perciben a su menstruación.

- **Predicaciones:** e incluso el usar la palabra “fobia” conlleva algo negativo, debido a que una fobia según la RAE es “Temor angustioso e incontrolable ante ciertos actos, ideas, objetos o situaciones, que se sabe absurdo y se aproxima a la obsesión.” lo que lleva a pensar que

- En el texto:

“¡Voltearfobia! Miedo a que otros noten tu toalla ”

“Elimina tus miedos con nosotros”

- En las imágenes:

En la primera escena se ve a una mujer con miedo a que se le vea usando la toalla y cubriéndose su pantalón, contrastando con la última escena en donde se le ve usando short y sin cubrirse nada porque ahí se le muestra más cómoda usando el producto.

- **Referencialidad:**

La referencialidad del anuncio es baja porque utiliza pocos elementos para representar el día a día de una mujer menstruando. Además, emplea la palabra “voltearfobia” para referirse a las mujeres que sienten incomodidad con que se les note la toalla higiénica a través de la ropa, sin embargo, el uso de esta palabra muestra una exageración del pensamiento de las mujeres. Asimismo, no utiliza un entorno y situaciones adecuadas para que el público objetivo se sienta identificado con el anuncio. Por otro lado, no se evidencia un mensaje empático hacia las mujeres y solo está enfocado en la venta del producto.

- **Tipificaciones:**

En el anuncio se puede identificar una tipificación del único personaje que se muestra, es el de que las mujeres se sienten incomodas con las toallas y por ellos se tapan con su ropa. Debido a esto, es que el anuncio puede caer en un estereotipo en donde simplifican y reducen la experiencia femenina de la menstruación en algo negativo.

El anuncio puede incluir un mensaje con el que varias mujeres se sientan identificadas, sin embargo, al hacerlo muy corto esto empobrece su mensaje y lo basa en un estereotipo.

- **Relaciones de armonía y oposición:**

Dentro del anuncio publicitario muestran una relación de armonía solo cuando la mujer ya comenzó a usar el producto que estaban promocionando, en ese momento, se muestra a una mujer feliz y cómoda, lo que refuerza la idea de que la solución para cubrir sus necesidades es el producto.

Sin embargo, en las relaciones de oposición se la muestra a la mujer cuando está usando una toalla que no sea la que promocionan, lo que puede generar un impacto negativo con una toalla convencional porque el producto que se promociona es el único capaz de traer comodidad y felicidad, el anuncio se centra en destacar los beneficios del producto olvidando otras posibles situaciones entorno a la menstruación.

- **Lo dicho y lo no dicho:**

En cuanto a el aspecto dicho y no dicho, lo no dicho enmarca la idea de que toda la propuesta discursiva se basa en un miedo y una palabra inventada

Conclusión:

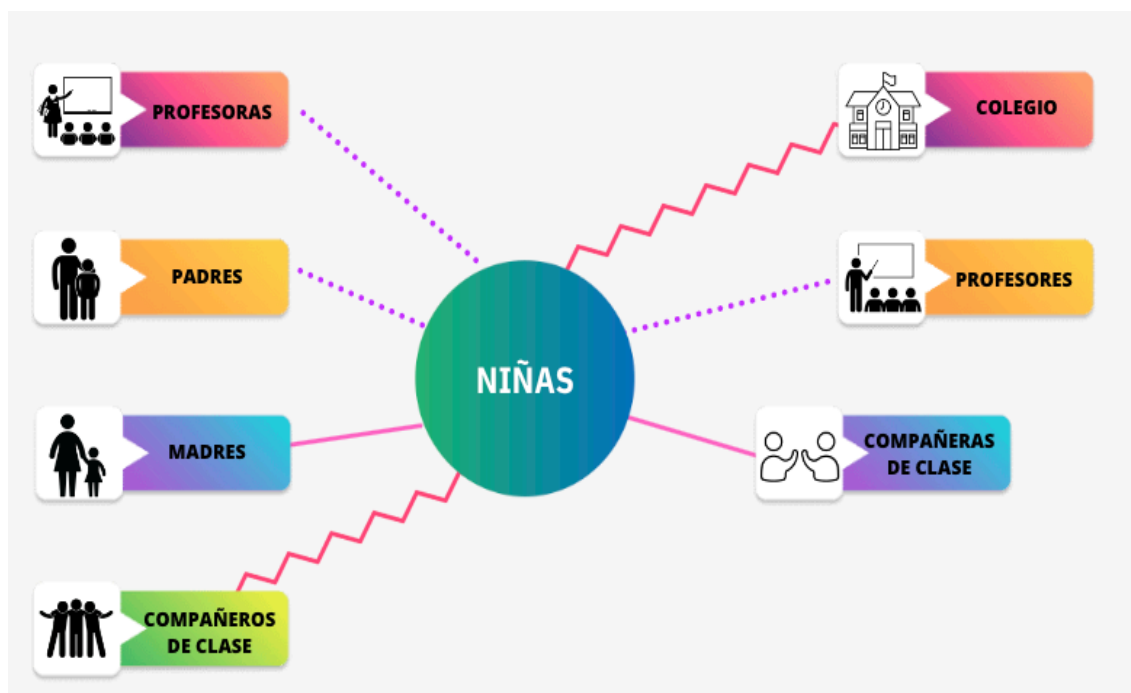
En conclusión, ambos anuncios han demostrado tener una visibilización con la menstruación, en el aspecto de usar un líquido rojo como sangre menstrual y mostrar ciertos escenarios y situaciones en donde se ve la vivencia de una mujer durante la menstruación, sin embargo, existen diferencias importantes entre los dos anuncios.

El primer anuncio mostró más empatía hacia las mujeres a pesar de estar promocionando su producto, usan varios elementos para destacar el hecho de que la menstruación no solo es de las mujeres adultas, sino que es algo que también les pasa a las mujeres de varias edades y también muestra las distintas reacciones que una mujer puede tener a la menstruación, lo que ayuda a que el público objetivo comprenda que la menstruación no debe ser vista desde un punto negativo.

Por otro lado, el segundo anuncio solo se enfoca en la venta del producto, ya que en un inicio solo muestran a la menstruación y al uso de toallas higiénicas convencionales como algo negativo y se enfocan en mostrar la comodidad y felicidad que pueda traer el producto a las mujeres, lo que impacta de manera negativa en la vista de las niñas, jóvenes y mujeres sobre la visibilización de su menstruación y el uso normal de productos de higiene femenina.

3. Análisis de actores

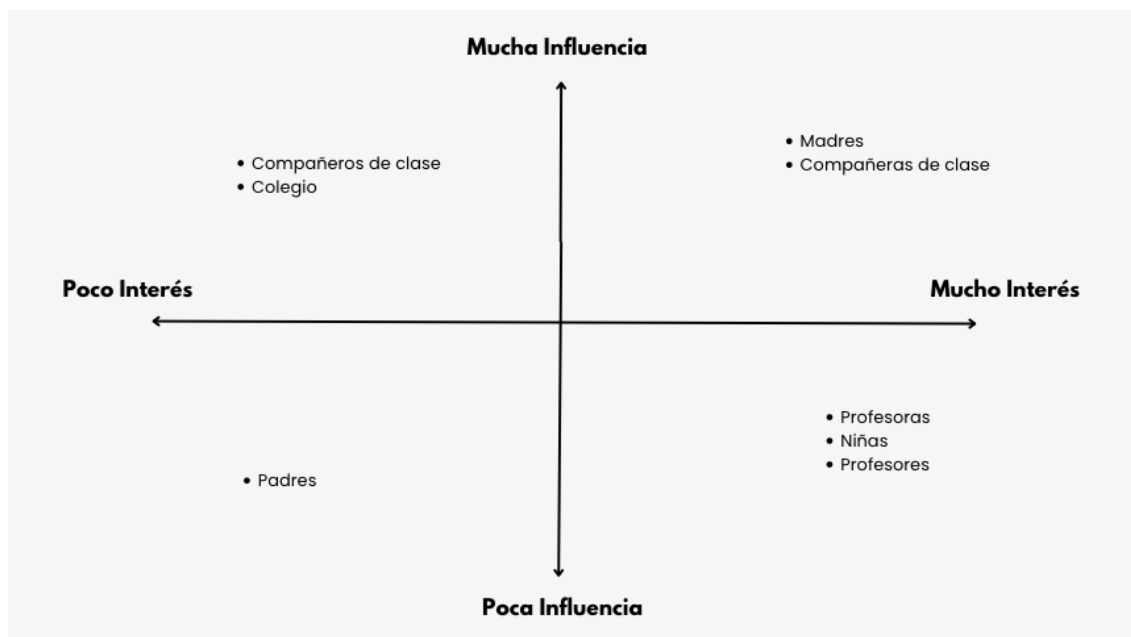
Mapa de relaciones



Este mapa está construido desde la perspectiva de las niñas de sexto y séptimo de básica del plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar” que están ubicadas en el centro. Las relaciones débiles se marcan con líneas punteadas (que son los predominantes en este caso). Con las profesoras y profesores, las relaciones son débiles debido al desconocimiento y limitado espacio de socialización de la menstruación, por ello, las niñas se sientan incómodas hablando del tema. A pesar de que es más común que recurran a las profesoras como una fuente de apoyo e información, se limitan por incomodidad o temor, por otro lado, con los profesores no sienten la confianza para ir por apoyo, en cuanto a los padres, no han sabido llegar a las niñas por su poco interés en el tema.

Las relaciones conflictivas están señaladas con un zig zag, en el caso de los compañeros de clase se presenta debido a que no han sabido mostrar un apoyo y comprensión cuando las niñas están menstruando, lo que ha llevado a situaciones de burlas, en el caso del colegio. Por último, las relaciones fuertes se representan con línea recta, en el caso de las madres a las niñas se debe a la importancia y lazos afectivos entre ambos, en cuanto a las compañeras de clase es por la cercanía y empatía que generan en ellas.

Mapeo de Influencia e interés



Este mapa está construido basado en la problemática y los factores que influencia dentro de los actores para que esta continúe.

Las niñas tienen mucho interés en la problemática por ser las principales afectadas en la limitada transmisión de información y poca empatía hacia la vivencia de la menstruación, pero tienen poca influencia debido a que ellas son influenciadas por su entorno y no pueden formar parte de un plan en el que se trate la problemática.

En cuanto a las madres, se les considera uno de los actores con mayor influencia, ya que transmiten el conocimiento de menstruación y tienen interés porque sus hijas experimentarían su menarquía y deben propiciarles los métodos e información que poseen para prepararlas.

Las compañeras de clase tienen mucha influencia y mucho interés puesto que son quienes brindan apoyo e información en caso de que alguna se encuentre menstruando, a pesar de que contribuyen a la problemática debido a que ellas tienen impacto en la visión que su generación tenga sobre la menstruación.

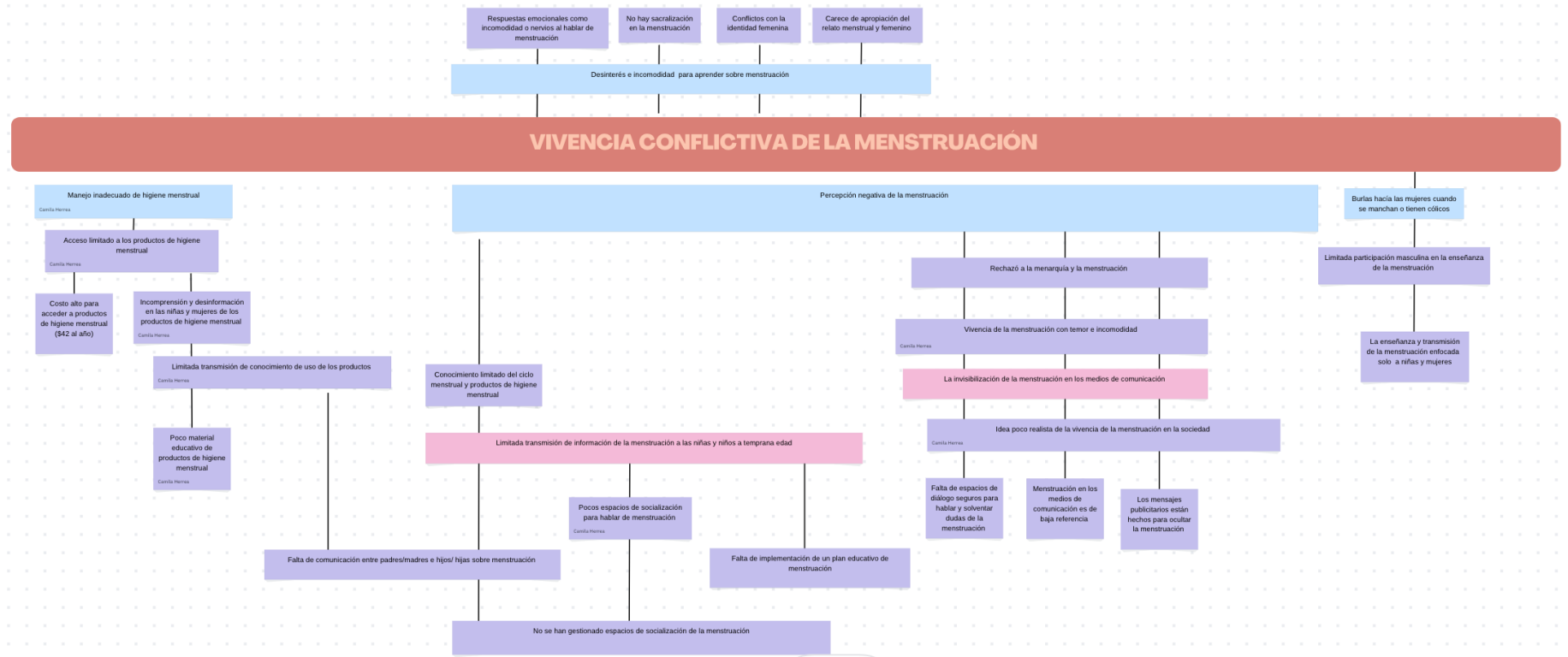
Por otra parte, los compañeros de clase, en relación con el tema, se los considera como influyentes porque apoyan a la resolución de la problemática, respecto a la empatía y desinformación, evitando así las burlas hacía la menstruación y hacía situaciones como pantalones manchados o timidez al hablar del tema que viven las niñas que están menstruando.

El colegio tiene mucha influencia, pero poco interés debido a que no ha implementado un proyecto educativo para la menstruación lo que genera desinformación y poca visibilización de la menstruación dentro de la institución, y presentan mucha influencia debido a que ellos son quienes presentan el pensum en donde se hablará de menstruación en las clases de ciencias naturales.

Con respecto a los padres, tienen poco interés y poca influencia en la problemática, ya que es muy limitado el diálogo entre ellos y las niñas sobre menstruación. Los profesores y profesoras tienen poco interés y mucha influencia porque son los que transmiten el conocimiento de la menstruación, pero solo hablan de menstruación en espacios concretos de clase como en temas de salud sexual y reproductiva.

4. Análisis de problemas

ÁRBOL DE PROBLEMAS



4.1 Resumen narrativo del problema

En la institución educativa fiscal "Carlos Aguilar" se ha identificado una problemática central relacionada con la vivencia negativa y conflictiva de la menstruación por parte de las niñas. Esta problemática tiene diversos efectos negativos en su bienestar físico, emocional y social, las niñas perciben a la menstruación como algo incómodo y presentan un conflicto con su identidad femenina, además, de que carecen de una apropiación de un relato menstrual y femenino. Como consecuencia de esto, las niñas experimentan burlas, una percepción negativa y desconocimiento de la menstruación, un manejo inadecuado de su higiene menstrual y hay un conflicto con el valor simbólico de la menstruación.

La falta de implementación de un plan educativo enfocado en la menstruación ha llevado a una limitada transmisión de información y conocimiento en la institución educativa, lo que ha generado un conocimiento limitado del ciclo menstrual y el uso de productos de higiene menstrual. Se ha identificado que la enseñanza y transmisión de conocimiento de la menstruación se ha centrado únicamente en las niñas y mujeres, dejando de lado la participación masculina y generando desconocimiento en otros géneros. Esto contribuye a la perpetuación de estereotipos y tabúes en torno a la menstruación.

Además, los medios de comunicación desempeñan un papel importante al estigmatizar e invisibilizar la menstruación. Constantemente, la publicidad y los anuncios comerciales evitan mencionar directamente la palabra "menstruación" y utilizan representaciones poco realistas de la vivencia de la menstruación. Estas representaciones poco realistas contribuyen a que las niñas tengan un rechazo a la vivencia de su menarquía y posterior su menstruación. De esta manera, se mantiene la incompreensión y desinformación en las niñas y mujeres de los productos menstruales y, a largo plazo, esto podría generar un impacto económico en las mujeres menstruantes.

Otra causa importante es la falta de espacios de diálogo seguros tanto en la Institución como en el entorno familiar. La ausencia de espacios de comunicación para discutir abiertamente sobre la menstruación y solventar dudas genera desconocimiento y contribuye a la vivencia de la menstruación con temor e incomodidad. La falta de apoyo

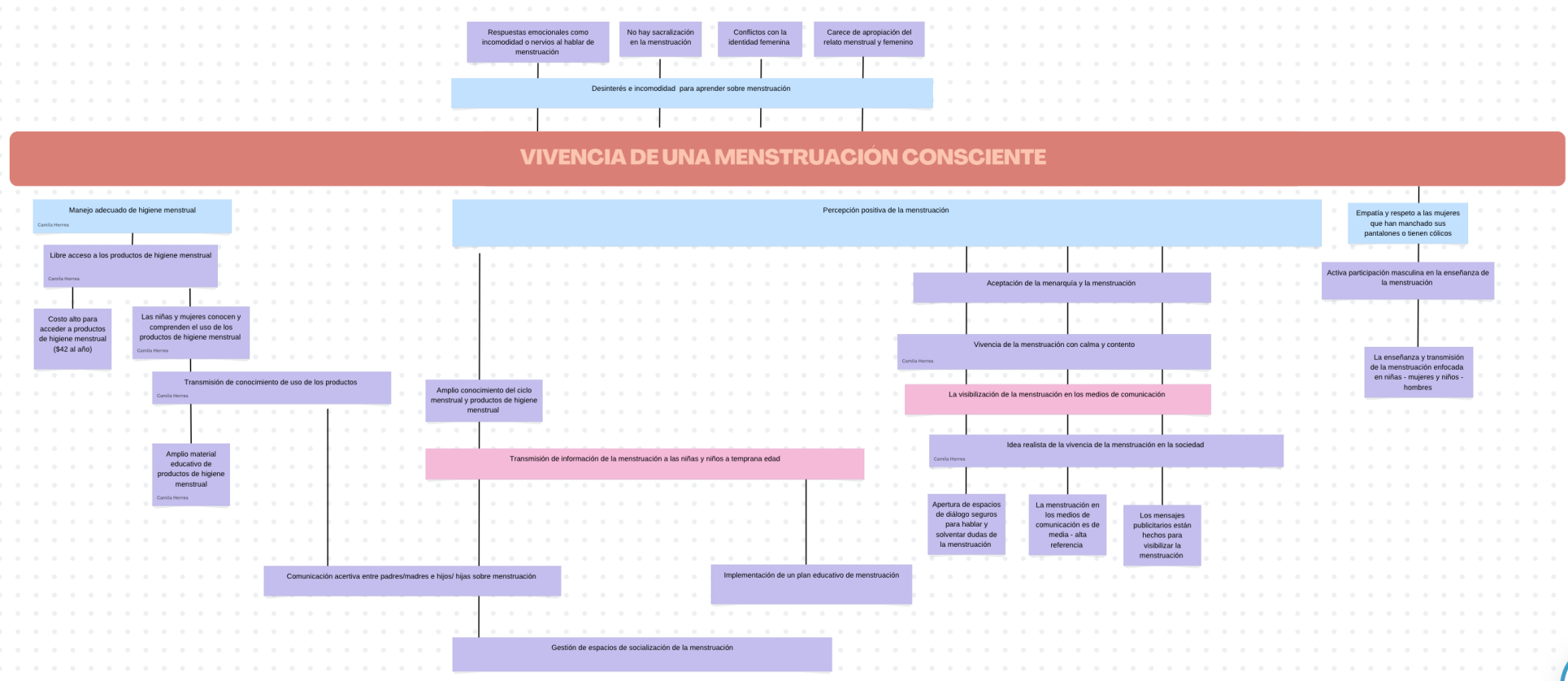
y comprensión por parte de los padres, madres y la comunidad amplía la brecha de información y perpetúa los estigmas asociados con la menstruación.

Además, la escasez de material educativo sobre productos de higiene menstrual y el alto costo de estos productos representan otro obstáculo importante. La Institución Educativa no ha implementado un plan educativo sobre la menstruación, lo que limita la transmisión de conocimientos y provoca desinformación en las niñas y mujeres. Finalmente, el acceso equitativo a productos de higiene menstrual se ve dificultado por su costo elevado, lo que resulta en un manejo inadecuado de la higiene y afecta la vivencia positiva de la menstruación.

FASE II. PLANIFICACIÓN

1. Análisis de objetivos

Árbol de objetivos



Para mejor visualización revisar el siguiente link:

[https://www.canva.com/design/DAFje7SxLrw/ozrBw5puTKA8LK871Wy4fg/edit?
utm_content=DAFje7SxLrw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&
utm_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFje7SxLrw/ozrBw5puTKA8LK871Wy4fg/edit?utm_content=DAFje7SxLrw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

2. *Objetivos*

a. **General**

- Apoyar a la promoción de una menstruación consciente mediante un plan de comunicación que busca el entendimiento de la menstruación como un derecho sexual y reproductivo dentro de la institución educativa fiscal “Carlos Aguilar”

b. **Específicos**

- Promover la reflexión y diálogo entre padres e hijos sobre la menstruación.
- Sensibilizar a la comunidad de la Institución sobre el impacto de la menstruación en el día a día de las mujeres
- Fomentar la difusión de información sobre la menstruación y promover la resignificación de los mensajes relacionados con ella entre padres, madres y niñas.
- Informar a las estudiantes de la Institución sobre la menstruación y los productos de higiene menstrual.
- Promover el entendimiento de la menstruación digna y la importancia de lo sacro en la misma.
- Motivar una actitud positiva de los/as profesores sobre la importancia de hablar de una menstruación consciente en clase.

3. *Definición de estrategias y actividades de comunicación*

Objetivo General	Objetivos Específicos	Estrategias de comunicación	Resultados Esperados	Actividades
<p>Apoyar a la promoción de una menstruación consciente mediante un plan de comunicación que busca el entendimiento de la menstruación como un derecho sexual y reproductivo dentro de la institución educativa fiscal “Carlos Aguilar”</p>	<p>Objetivo 1: Promover la reflexión y diálogo entre padres e hijos sobre la menstruación.</p>	<p>Estrategia 1: Diseñar un taller sobre la importancia de hablar de menstruación entre padres e hijos.</p>	<p>Se promueven los espacios de diálogo entre padres e hijo.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definición de la temática del taller 2. Definición de fecha, hogar y lugar donde se realizará el taller 3. Convocatoria para padres e hijos. 4. Preparación de material didáctico 5. Evaluación de la participación, asistencia y entendimiento de los talleres
	<p>Objetivo 2: Sensibilizar a la comunidad de la Institución sobre el impacto de la menstruación en el día a día de las mujeres</p>	<p>Estrategia 2: Mostrar las experiencias de las mujeres de distintas edades de la vivencia de su menarquía a través de un producto audiovisual</p>	<p>La comunidad de la institución entiende y reflexiona sobre el impacto de la menarquía dentro de la vida de las mujeres</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definición de mujeres que participarán dentro del producto 2. Promoción del producto dentro de la institución y como uso de material educativo para las clases. 3. Evaluación de la eficacia del producto audiovisual mediante una encuesta cuando se transmita a los estudiantes.

	<p>Objetivo 3:</p> <p>Fomentar la difusión de información sobre la menstruación y promover la transformación de los mensajes relacionados con ella entre padres, madres y niñas.</p>	<p>Estrategia 3:</p> <p>Brindar espacios de reflexión a través de actividades lúdicas sobre la vivencia de una menstruación digna</p>	<p>Entre padres, madres e hijas existe una reflexión y se genera una resignificación de la vivencia de una menstruación</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definición de los 2 juegos que se usarán en las actividades 2. Definición de fecha, hora y lugar donde se desarrollarán las actividades 3. Elaboración del material didáctico. 4. Promoción de las actividades dentro de la institución 5. Evaluación del entendimiento y resignificación de una menstruación digna a través de encuestas y observación de la implementación de las herramientas.
	<p>Objetivo 4:</p> <p>Informar a las estudiantes de la Institución sobre la menstruación y los productos de higiene menstrual.</p>	<p>Estrategia 4:</p> <p>Mediante una clase expositiva, informar sobre los productos de higiene menstrual y su uso adecuado.</p>	<p>Las estudiantes reconocen todos los productos de higiene menstruales y su forma de uso. Emplean su conocimiento en su vivencia de la menstruación.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definición de los productos de higiene menstrual que se usarán 2. Recopilación de información de productos de higiene menstrual. 3. Preparación de material didáctico. 4. Definición de hora, fecha y lugar donde se impartirá la clase.

				<ol style="list-style-type: none"> 5. Promoción de la clase expositiva dentro de la institución. 6. Evaluación de la asistencia y entendimiento mediante una encuesta y hoja de asistencia.
	<p>Objetivo 5:</p> <p>Promover el entendimiento de la menstruación digna y la importancia de lo sacro en la misma.</p>	<p>Estrategia 5:</p> <p>Creación de 1 cuento ilustrado concientizando a las niñas sobre la sacralidad en la menstruación.</p> <p>Estrategia 6:</p> <p>Creación de 1 juego didáctico para promover la sacralidad en la menstruación y ayudar al entendimiento de la misma.</p>	<p>Las niñas reconocen y se encuentran informadas sobre la sacralidad de la menstruación y lo aplican en su vivencia de la misma.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recopilación de información de lo sacro dentro de la menstruación 2. Redacción del cuento 3. Diseño de artes para el cuento 4. Construcción y planificación del cuento 5. Promoción del cuento dentro de la institución 6. Distribución del cuento dentro de la institución 7. Evaluación de entendimiento del cuento mediante una encuesta y ficha lectora.
				<ol style="list-style-type: none"> 1. Recopilación de información de la sacralidad en la menstruación 2. Borrador del juego y elaboración de sus reglas. 3. Diseño del juego

				<ol style="list-style-type: none"> 4. Promoción del juego dentro de la institución 5. Distribución del juego a la institución
	<p>Objetivo6:</p> <p>Motivar una actitud positiva de los/as profesores sobre la importancia de hablar de una menstruación consciente en clase.</p>	<p>Estrategia 7:</p> <p>Impartir talleres a los profesores con información relevante de una menstruación consciente y la transmisión de la misma en clase</p>	<p>Los profesores entienden e implementan la información brindada dentro del proyecto y hablan sobre menstruación consciente en sus clases</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definición de fecha, hora y lugar donde se impartirán los talleres 2. Recopilación de información para brindar dentro del taller. 3. Recopilación de experiencias de los profesores sobre acercamientos a menstruación con estudiantes 4. Preparación de material didáctico. 5. Promoción del taller dentro de la institución 6. Evaluación de asistencia y entendimiento del taller

4. Matriz del marco lógico

Promoción de la vivencia de una menstruación consciente			
Objetivos	Indicadores	Medios de verificación	Supuestos
<p>Fin: Contribuir a la promoción de la menstruación como un derecho sexual y reproductivo de las niñas de la institución educativa fiscal "Carlos Aguilar"</p>	<p>Después de 2 años de implementar el proyecto, sobre la base de los 68 estudiantes que participaron en el diagnóstico del proyecto, el 60% reconoce a la vivencia de una menstruación consciente como un derecho.</p>	<p>Encuestas a las niñas y niños de la institución Reporte anual de las actividades implementadas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El plantel educativo "Carlos Aguilar" aprueba el proyecto • Se aprueba el financiamiento para el proyecto • Las niñas tienen una participación activa dentro del proyecto • Los padres y madres de familia se involucran dentro del proyecto • Los profesores se involucran y participan dentro del proyecto • El Ministerio de Educación aprueba la implementación del proyecto
<p>Propósito: Las niñas del plantel educativo fiscal "Carlos Aguilar" reconocen la importancia de la práctica de una menstruación consciente</p>	<p>Al finalizar el proyecto, el 70% de las niñas los participantes reconocen la importancia de la práctica de una menstruación consciente</p>	<p>Evaluación de opinión a través de encuestas a los participantes del proyecto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El plantel educativo "Carlos Aguilar" aprueba el proyecto • Se Aprueba el financiamiento para el proyecto • Las niñas tienen una participación activa dentro del proyecto • Los padres y madres de familia se involucran dentro del proyecto • Los profesores se involucran y participan dentro del proyecto

Componentes			
C1: Talleres para hablar de menstruación consciente entre padres e hijos ejecutados	Se imparten 2 talleres por año lectivo	Guía metodológica del taller Certificados de participación emitidos por las autoridades de la comunidad	Los padres e hijos acceden a participar en los de los talleres Se encuentra financiamiento para la realización de los talleres, ya sea por el sector público o privado
C2: Video testimonial de la menarquía en mujeres de varias edades y su impacto en su vivencia de la menstruación	El 50% de los profesores transmitieron el video testimonial, en el primer año.	Informe de los profesores a la Institución de la transmisión del video	Los profesores y profesoras hacen uso de los videos testimoniales, y estos son transmitidos en espacios comunitarios de la institución y en 3 veces en sus clases a lo largo del año lectivo

<p>C3: Actividades lúdicas entre los padres y madres e hijas enfocado en la transmisión de herramientas para una vivencia de menstruación digna.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se realizarán 2 actividades lúdicas, serán 2 juegos cada año lectivo. • Se realizarán las actividades lúdicas el mismo día 1 vez por año lectivo. 	<p>Guía metodológica del taller Certificados de participación emitidos por las autoridades de la comunidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las niñas quieren formar parte de estas actividades lúdicas para una vivencia de una menstruación consciente. • Se encuentra financiamiento para la realización de los talleres, ya sea pública o privada • Los padres y madres entienden la importancia de brindar apoyo y herramientas a sus hijas para su menstruación.
<p>C4: Una clase expositiva de los productos de higiene femenina que existen y su forma de uso</p>	<p>Se imparte 2 clases expositivas por año lectivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales para la clase expositiva • Registro de asistencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Las niñas quieren formar parte de la clase expositiva sobre productos de higiene femenina • Se encuentra financiamiento para de la clase expositiva, ya sea pública o privada
<p>C5: Talleres informativos a los profesores y profesoras de la institución para abordar la importancia de la menstruación en clases</p>	<p>Se realizarán 2 talleres por año lectivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Registro de asistencia • Guía metodológica del taller 	<ul style="list-style-type: none"> • Los profesores y profesoras acceden a participar en los talleres • Los padres y madres asisten a los talleres a compartir información y experiencias con los profesores sobre el acercamiento de las niñas y niños a la menstruación
<p>C6: Creación de 1 cuento ilustrado de la menstruación que muestre la sacralidad en la menstruación</p>	<p>En un año, se han repartido 50 copias del cuento dentro de la institución</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización del cuento. • Registro del número de personas que recibieron el cuento. 	<ul style="list-style-type: none"> • El Ministerio de Educación aprueba el uso del cuento en las escuelas.

			<ul style="list-style-type: none"> • Se aprueba el financiamiento para el cuento • Las autoridades aprueban la distribución del cuento dentro de los planteles educativos de la comunidad.
C7: Creación de 1 juego que muestre a la menstruación como algo simbólico para las mujeres.	En un año, se ha repartido una copia a cada profesor en la institución	<ul style="list-style-type: none"> • Juego • Encuesta a los estudiantes sobre el juego y su opinión 	<ul style="list-style-type: none"> • La institución difunde el producto en clases • Las niñas y niños usan el producto
Actividades			
A1C1: Selección del tema para cada taller A2C1: Desarrollo de ejes y esquemas de cada taller. A3C1: Recopilación de información sobre la importancia de hablar de menstruación A4C1: Preparación del material didáctico que se usará para los talleres A5C1: Capacitación a los talleristas A6C1: Ejecución de los talleres A7C1: Evaluación de la asistencia, participación y entendimiento de los talleres	\$500 (por año lectivo)	<ul style="list-style-type: none"> • Material bibliográfico para el contenido del taller • Contrato de compra del material didáctico • Logística de los talleres • Pago de personas encargadas de los talleres. • Emisión de certificados 	Las autoridades aprueban el presupuesto para la realización de los talleres y brindan apoyo para el material didáctico.
A1C2: Registro de los video testimoniales A2C2: Recopilación de información sobre la menarquía.	\$6500	<ul style="list-style-type: none"> • Contratación de personal que cuenta con equipo de grabación (contrato). Pago a personal de logística 	<ul style="list-style-type: none"> • Las mujeres aceptan formar parte del video testimonial y que sea difundido dentro de la institución

<p>A3C2: Exposición del producto audiovisual.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Archivos de las entrevistas que se usaron en la entrevista. • Reservación del lugar para proyección del documental. • Facturas de los servicios que se contrató y equipo adicional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Las autoridades aceptan la transmisión del video dentro de la institución
<p>A1C3: Desarrollo de ejes y esquemas de los juegos que se aplicarán A2C3: Selección de un juego de preguntas y respuestas sobre la información de la menstruación A3C3: Recopilación de información sobre dudas generales que se tiene sobre la menstruación A4C3: Juego de la representación de la menstruación para padres/madres e hijas en dibujos A5C3: Preparación del material didáctico que se usará dependiendo de la actividad A6C3: Capacitación al personal que imparte las actividades A7C3: Ejecución de las actividades lúdicas A8C3: Evaluación de la asistencia, participación y entendimiento del tema</p>	<p>\$1000</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Material bibliográfico para las actividades lúdicas • Contrato de compra del material didáctico • Logística de los talleres • Pago de personas encargadas de los talleres. • Emisión de certificados 	<ul style="list-style-type: none"> • Las autoridades aprueban el presupuesto para la realización de las actividades lúdicas y brindan apoyo para el material didáctico. • Se aprueba el financiamiento para las actividades lúdicas
<p>A1C4: Recopilación de información y uso sobre los productos de higiene femenino menstrual. A2C4: Preparación del material de los productos de higiene menstrual que se usará para la clase expositiva</p>	<p>\$900</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato con los proveedores de los productos de higiene menstrual • Factura con los pagos para los materiales didácticos usados 	<ul style="list-style-type: none"> • El diseñador gráfico accede a hacer trabajo voluntario para la realización de las artes

<p>A3C4: Capacitación a los talleristas A4C4: Ejecución de la clase expositiva A5C4: Evaluación de la asistencia, participación y entendimiento de la clase</p>			
<p>A1C5: Selección del tema para cada taller A2C5: Desarrollo de ejes y esquemas de cada taller. A3C5: Recopilación de información sobre la importancia de hablar de menstruación A4C5: Recopilación de experiencias tanto de los padres/ madres y profesores hablando de menstruación con las niñas y niños A5C5: Preparación del material didáctico que se usará para los talleres A6C5: Capacitación a los talleristas A7C5: Ejecución de los talleres A8C5: Evaluación de la asistencia, participación y entendimiento de los talleres</p>	<p>\$500 (por año lectivo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Material bibliográfico para el contenido del taller • Contrato de compra del material didáctico • Logística de los talleres • Pago de personas encargadas de los talleres. • Emisión de certificados 	<ul style="list-style-type: none"> • Las autoridades aprueban el presupuesto para la realización de los talleres y brindan apoyo para el material didáctico. •
<p>A1C6: Recopilación de información y vivencias para el cuento ilustrado A2C6: Redacción del cuento ilustrado A3C6: Diseño de artes que se usarán en el cuento ilustrado A4C6: Construcción y planificación del cuento ilustrado A5C6: Promoción del cuento dentro de la institución. A6C6: Distribución del cuento dentro de las escuelas.</p>	<p>\$900</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Factura del costo de los materiales que se usarán en el cuento ilustrado • Contratación de personal para la realización de los artes • Artes del cuento 	<ul style="list-style-type: none"> • Aprobación del presupuesto • Permisos para la difusión del cuento en la institución

<p>A1C7: Registro de las culturas en las que tratan a la menstruación como algo sagrado A2C7: Registro informativo de la menstruación como algo simbólico A3C7: Borrador del juego A4C7: Escritura de las reglas del juego A5C7: Diseño del juego y las artes que se usarán. A6C7: Promoción del juego dentro de la institución A7C7: Evaluación de los participantes dentro del juego</p>	<p>\$900</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Factura del costo de los materiales que se usarán en el juego • Contratación de personal para la realización de los artes • Artes del juego 	<ul style="list-style-type: none"> • Aprobación del presupuesto • Permisos para la exposición del producto en la institución • Suficiente investigación para el reconocimiento de la menstruación como algo simbólico
---	--------------	---	--

Conclusiones

El desarrollo e implementación del presente proyecto es una iniciativa que aporta para que todas las niñas y mujeres menstruantes puedan tener una vivencia plena de su menstruación. A lo largo de la investigación realizada, se evidenció la importancia de abordar la menstruación desde una visión positiva y sagrada en la vida de las niñas. También, destacar que dialogar sobre la menstruación en edades tempranas es importante para generar conciencia y mejorar su percepción.

El presente trabajo se enfoca en abordar la menstruación desde la comunicación, con el propósito de fomentar una visión de la misma como un proceso natural y simbólico, rompiendo con estigmas y prejuicios que muchas veces se asocian a la misma. La menstruación es un proceso por el que pasan las niñas y las mujeres y no debe ser considerado como algo sucio e incómodo. Por ello, es clave implementar una nueva resignificación en los discursos y en la forma en la que se percibe a la menstruación, para que en un futuro todas puedan vivir una menstruación digna.

Se evidenció la importancia de reconocer y valorar la promoción de la menstruación desde un enfoque de derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, debido a que se encuentra estrechamente ligada con la salud y el bienestar sexual y reproductivo de las niñas y mujeres. Es fundamental reconocer que las mujeres deben tener acceso a productos menstruales de calidad y a servicios de salud adecuados, de igual manera, deben contar con información sobre sus procesos fisiológicos y las diferentes opciones disponibles para gestionarla, además, se debe garantizar que no reciban ningún tipo de discriminación, eliminando cualquier barrera que limite el acceso a una menstruación plena.

El proyecto plantea una participación activa de todos los actores involucrados, incluyendo profesores, padres y madres de familia y la comunidad de la institución. El diálogo y el trabajo en equipo han sido fundamentales para la creación de este trabajo, ya que han permitido generar un ambiente de confianza y apoyo con los actores participantes y destacando el rol de las niñas en la búsqueda y curiosidad por su identidad femenina.

Se destaca la importancia de la educomunicación como elemento fundamental para transformar la percepción de la menstruación hacia una mayor conciencia. Los mensajes presentes en nuestro entorno han contribuido a estigmatizar y crear tabúes en torno a este tema. Sin embargo, a través de la educomunicación, es posible fomentar una visión positiva y fortalecedora de la menstruación, permitiendo que las niñas desarrollen un sentido de autonomía y confianza en relación con su cuerpo y su ciclo menstrual. De este modo, las niñas se sentirán escuchadas, apoyadas y comprendidas en su proceso de descubrimiento y aceptación de la menstruación.

Recomendaciones

El presente plan comunicacional es viable para promocionar una menstruación consciente y por ello es importante tener en cuenta lo siguiente:

- Se recomienda establecer una alianza con la dirección y las autoridades del plantel educativo “Carlos Aguilar” con la finalidad de garantizar un respaldo de la institución al proyecto, es fundamental involucrar a las autoridades en la ejecución y evaluación de las actividades del mismo, para que se promueva el compromiso y un rol activo en el proyecto.
- Es fundamental buscar fuentes de financiamiento externas, como organizaciones gubernamentales, fundaciones, empresas privadas u otras entidades que estén interesadas en apoyar esta iniciativa. Destacar el hecho de que es importante diversificar las fuentes de financiamiento para reducir la dependencia de una única entidad o fuente de recurso.
- Se recomienda que este plan se use como referencia para que otras instituciones del país creen su propio plan según las necesidades de las niñas y mujeres que se encuentren en la misma, para que se promueva una menstruación consciente desde edades tempranas.

Referencias Bibliográficas

- AFRIpads* (2021). *The world's leading social enterprise manufacturing reusable sanitary pads.*
<https://www.afripads.com/>
- Albuja, C. (2021). *DEL TABÚ A LA DIGNIDAD. Recomendaciones feministas al Proyecto de ley orgánica de salud e higiene menstrual.* <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/quito/18385.pdf>
- American Psychological Association. (2021). Menstruation and menstrual suppression: Psychological and social implications. <https://www.apadivisions.org/division-35/news-events/news/menstruation>
- Barrancos, D. (2013). *La trama de los derechos sexuales y reproductivos en América Latina: conflictos, resistencias y diálogos en construcción. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 77-89.
http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20191004095214/Dora_Barrancos.pdf
- BIRF. (25 de mayo 2022). *Reformas de políticas para promover la dignidad, la igualdad y la salud menstrual.* World Bank; Banco Mundial.
<https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2022/05/25/policy-reforms-for-dignity-equality-and-menstrual-health>
- Bobel, C. (2010). *New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation.* Rutgers University Press. <http://www.jstor.org/stable/j.ctt5hj8bc>
- Bobel, C., Holdcroft, A., & Fahs, B. (2010). *Embodied menstrual experiences: Critical explorations in the medicalization of menstruation.* Palgrave Macmillan.
- Bordo, S. (1992). *The feminist contentions: A philosophical exchange.* Harvard University Press.
- Chrisler, J. C., & Caplan, P. (2002). The strange case of the menstrual taboo: A social psychological analysis. En J. C. Chrisler, D. R. McCreary, & V. M. Rosenthal (Eds.), *Handbook of gender research in psychology* (pp. 495-520). Springer.
- Cómbita, M. (07 de septiembre de 2021). *La comunicación participativa.* Alula.
<https://www.alula.com.co/economia-politica/la-comunicacion-participativa/>
- Daniel Prieto Castillo. (2015). REDEDUCOM. <https://www.rededucom.org/los-pensadores/daniel-prieto-castillo.htm>

- Espitia, L. (29 de diciembre de 2021). *¿Qué es la menstruación consciente?*. Angelcup Copa Menstrual. <https://angelcupmexico.com/que-es-la-menstruacion-consciente/>
- Han, J. J., Neubauer, N., Shulika, H., Barreto, G., Gomes, R., Robinson, C., Cimmyt, Kachingwe, E., & Khatri, P. (2014). *Health for the world's adolescents*. Who. Int. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112750/WHO_FWC_MCA_14.05_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2019). Informe Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo. Quito, Ecuador: INEC. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Economicas/EMPLEO/Informe_EMPLEO_2019.pdf
- Irigaray, L. (1992). *Yo, tú, nosotras*. Feminismos.
- Joshi, D., Buit, G., & González-Botero, D. (2015). Menstrual hygiene management: education and empowerment for girls? *Waterlines*, 34(1), 51–67. <https://www.jstor.org/stable/24688191>
- LLorente, A. (8 de marzo de 2020). Menstruación: "Vino Andrés", "Juana la colorada", "me cantó el gallo", las diferentes formas de llamar al ciclo menstrual en América Latina y por qué es tabú. *BBC News Mundo*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51700849>
- Mantovani, M. (2016). Menstruation as a spiritual practice: A comparative analysis of three religions. *Reproductive Health Matters*, 24(47), 73-82. <https://doi.org/10.1016/j.rhm.2016.08.006>
- Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. (21 de junio de 2022). *Declaración de la Alta Comisionada para los Derechos Humanos sobre la salud menstrual*. <https://www.ohchr.org/es/statements/2022/06/high-commissioner-human-rights-statement-menstrual-health>
- OMS. (2019). *Menstrual health in the Americas: A landscape analysis of challenges and opportunities*. <https://www.paho.org/en/documents/menstrual-health-americas-landscape-analysis-challenges-and-opportunities>
- OMS. (2020). *Menstrual health and hygiene*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/menstrual-health-and-hygiene>
- OMS. (2021). *Servicios de salud sexual y reproductiva para mujeres, niños y jóvenes en áreas rurales y remotas*. <https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/sexual-and-reproductive-health-services-for-women-children-and-young-people-in-rural-and-remote-areas>

- ONU Mujeres Ecuador (2020). *Dato clave: Acceso a servicios de salud sexual y reproductiva en el Ecuador*. <https://lac.unwomen.org/es/donde-estamos/ecuador>
- ONU. (1979). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*. OHCHR. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-elimination-all-forms-discrimination-against-women>
- ONU. (1994.). *Programa de Acción del Cairo*. Wwww.Un.Org. https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/ICPD_programme_of_action_es.pdf
- ONU. (1995). *Declaración y Plataforma de Acción de Beijing*. Unwomen.Org. https://www.unwomen.org/sites/default/files/Headquarters/Attachments/Sections/CSW/BPA_S_Final_WEB.pdf
- ONU. (2018). *Informe del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos sobre la situación de los derechos humanos en el Ecuador*. https://www.ohchr.org/Documents/Countries/EC/11thOHCHRmissionECU_SP.pdf
- ONU. (2020). *Salud y derechos sexuales y reproductivos*. OHCHR. <https://www.ohchr.org/es/node/3447/sexual-and-reproductive-health-and-rights>
- Pérez D'Gregorio, R. (2014). Derechos sexuales y reproductivos. *Revista de Obstetricia y Ginecología de Venezuela*, 74(2), 73–77. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0048-77322014000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- RAE. (2022). Diccionario de la lengua española RAE. <https://dle.rae.es/fobia>
- Ramírez, M. R. (2017). La menstruación y la construcción de la feminidad en la cultura popular colombiana. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(2), 27-38. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1527112016>
- Ramírez, M. R. (2016). *Del Tabú a la sacralidad: La menstruación en la era del sagrado femenino*. https://www.researchgate.net/publication/320758838_Del_tabu_a_la_sacralidad_la_menstruacion_en_la_era_del_sagrado_femenino.
- Rich, A. (1976). *Of woman born: Motherhood as experience and institution*. W. W. Norton & Company.
- S. 766, 117th Cong. (2021). Menstrual Equity Act of 2021. Recuperado el 24 de marzo de 2023, de <https://www.congress.gov/bill/117th-congress/senate-bill/766>.

- Sharma, S. (2021). Menstruation in Hinduism: A complex tradition. *Journal of Religion and Health*, 60(3), 1777-1793. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01379-7>
- Singh, S. K., Singh, N., & Kumar, A. (2019). Role of education and communication in empowering women for sexual and reproductive health and rights (SRHR) in India. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 8(8), 3301-3307. <https://dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20193024>
- The Lancet Regional Health– Americas. (2022). Menstrual health: a neglected public health problem. *Lancet Regional Health-Americas*, 15, <https://doi.org/10.1016/j.lana.2022.100399>
- UNFPA. (mayo 2022). *La menstruación y derechos humanos - Preguntas frecuentes*. Fondo de Población de las Naciones Unidas. <https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas-frecuentes>
- UNICEF. (2020). *Guía para el fortalecimiento de la educación menstrual en América Latina y el Caribe*. <https://www.unicef.org/mexico/media/4701/file/Gu%C3%ADa%20para%20facilitadoras%20y%20facilitadores.pdf>
- UNICEF. (2021). *Manual sobre salud e higiene menstrual para niñas, niños y adolescentes*. Unicef.org. <https://www.unicef.org/mexico/media/4696/file/Gu%C3%ADa%20para%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.pdf>
- Walklate, S., & Fitz - Gibbon, K. (2017). Understanding and Responding to the Gendered Dynamics of Organised Crime: A Case Study of Forced Marriage and Human Trafficking. *British Journal of Criminology*, 57(1), 1-18. <https://doi.org/10.1108/978-1-78769-955-720201001>
- Yeh, M. C., & Chen, Y. P. (2019). Menstrual health and well-being among adolescent females in Taiwan. *Journal of Adolescent Health*, 64(2), 246-253. [10.1016/j.jadohealth.2018.07.019](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.07.019)

Anexos

Anexo 1: Cuestionario realizado a las niñas y niños de sexto y séptimo de básica del plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar”



Edad: _____ Grado: _____

Sexo:  _____  _____

Pregunta 1: ¿Sabes lo qué es menarquía?

Sí No Un poco

Pregunta 2: ¿Sabes lo qué es menstruación?

Sí No Un poco

Pregunta 3: En caso de saber que es menstruación ¿Cómo te enteraste?

Mamá Papá Escuela Amigos Sola/o

Pregunta 4: ¿Sabes qué productos de higiene femenina se deben usar?

Sí No

Pregunta 5: Señala qué productos de higiene femenina se usan en la menstruación

Toallas Higiénicas Copa menstrual Tampones Tela menstrual

APLICA SOLO EN CASO DE SER MUJER

Pregunta 6: ¿A quién acudes si quieres saber sobre la menstruación?

Mamá Papá Escuela Amigos A nadie

Anexo 2: Tabulación del cuestionario realizado a sexto de básica

Pregunta 1: ¿Sabes lo qué es menarquía?

Resultados:



Pregunta 2: ¿Sabes lo qué es menstruación?

Resultados:



Pregunta 3: En caso de saber que es menstruación ¿Cómo te enteraste?

- Mamá
 Papá
 Escuela
 Amigos
 Sola/o

Resultados:

Mujeres:

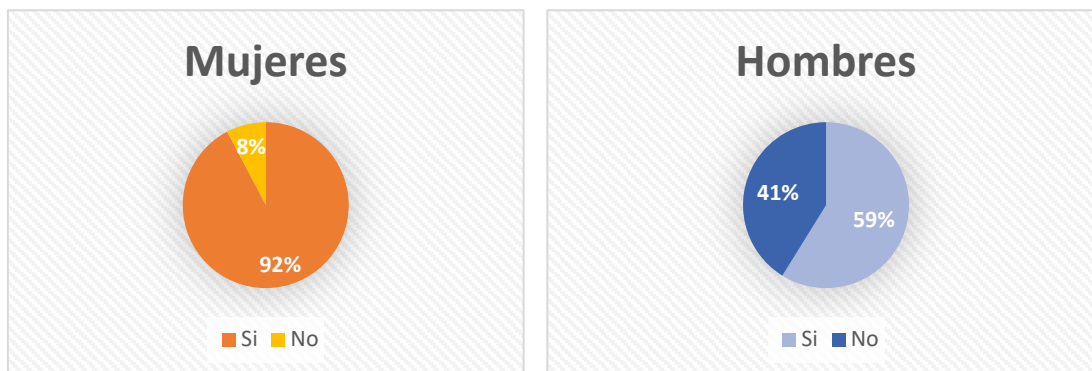
Mamá	Papá	Escuela	Amigos	Sola/o
12	3	4	0	2

Hombres:

Mamá	Papá	Escuela	Amigos	Sola/o
10	2	5	1	3

Pregunta 4: ¿Sabes qué productos de higiene femenina se deben usar?

Resultados:



Pregunta 5: Señala qué productos de higiene femenina se usan en la menstruación

Resultados:

Mujeres:

Toallas higiénicas	Copa menstrual	Tampones	Tela menstrual
13	6	12	4

Hombres:

Sin responder: 2

Toallas higiénicas	Copa menstrual	Tampones	Tela menstrual
14	2	9	1

APLICA SOLO EN CASO DE SER MUJER

Pregunta 6: ¿A quién acudes si quieres saber sobre la menstruación?

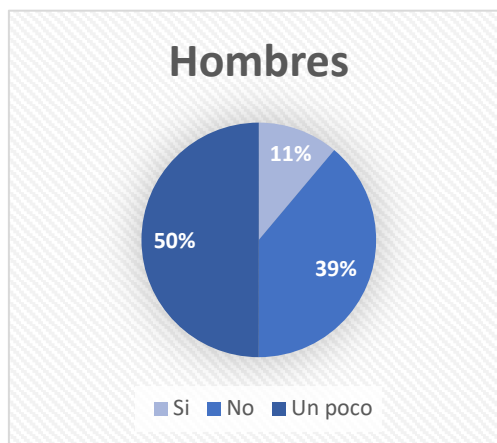
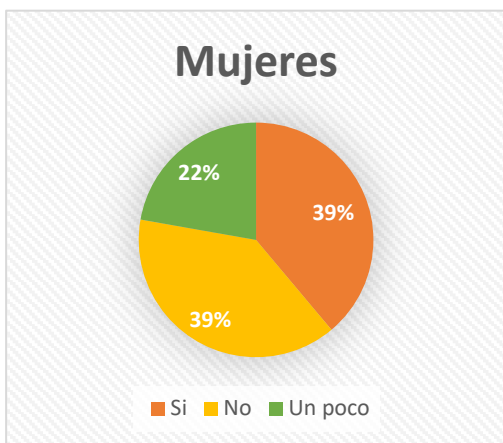
Resultados:

Mamá	Papá	Escuela	Amigos	A nadie
13	3	1	2	0

Anexo 3: Tabulación del cuestionario realizado a séptimo de básica

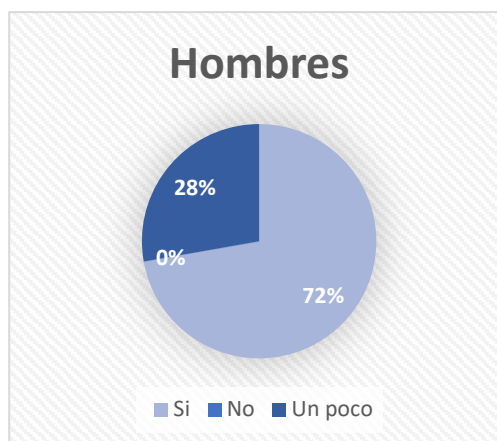
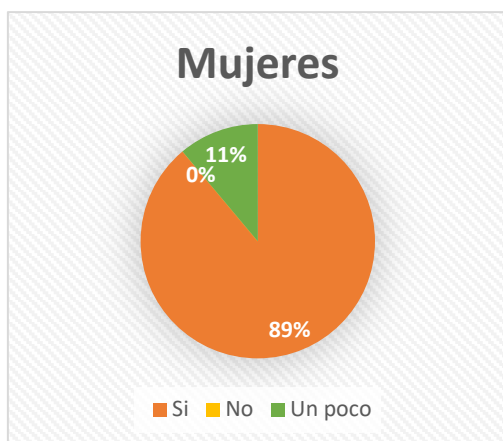
Pregunta 1: ¿Sabes lo qué es menarquía?

Resultados:



Pregunta 2: ¿Sabes lo qué es menstruación?

Resultados:



Pregunta 3: En caso de saber que es menstruación ¿Cómo te enteraste?

- Mamá
 Papá
 Escuela
 Amigos
 Sola/o

Resultados:

Mujeres:

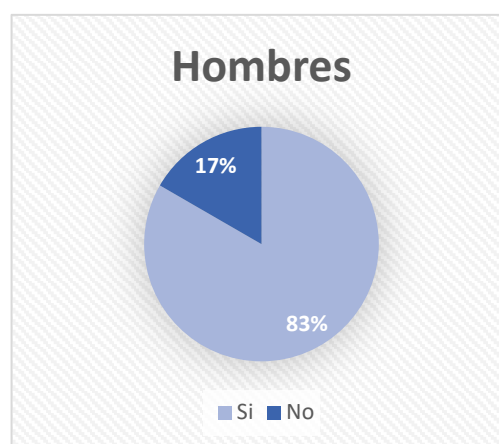
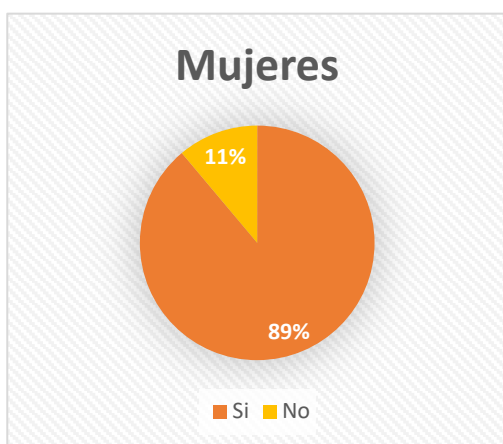
Mamá	Papá	Escuela	Amigos	Sola/o
14	3	2	1	0

Hombres:

Mamá	Papá	Escuela	Amigos	Sola/o
8	1	10	0	2

Pregunta 4: ¿Sabes qué productos de higiene femenina se deben usar?

Resultados:



Pregunta 5: Señala qué productos de higiene femenina se usan en la menstruación

Resultados:

Mujeres

Toallas higiénicas	Copa menstrual	Tampones	Tela menstrual
15	10	10	13

Hombres

Toallas higiénicas	Copa menstrual	Tampones	Tela menstrual
17	11	12	9

APLICA SOLO EN CASO DE SER MUJER

Pregunta 6: ¿A quién acudes si quieres saber sobre la menstruación?

Resultados:

No respondidas: 1

Mamá	Papá	Escuela	Amigos	A nadie
14	1	1	1	1

**Anexo 4: Preguntas usadas en las entrevistas a profesores del plantel educativo
fiscal “Carlos Aguilar”**

- a. ¿Cómo los niños reaccionan a la menstruación?
- b. ¿Ha visto que los niños hacen algún tipo de burla en relación a la menstruación?
- c. ¿Hablan sobre menstruación en su clase?
 - En caso de que lo hagan ¿Cómo enseñan sobre la menstruación en su clase?
 - En caso de que no lo hagan ¿Les gustaría abordar el tema de menstruación en su clase? ¿Cómo?
- d. ¿Cómo enseñan sobre la menstruación en su clase?
- e. ¿Cree que la menstruación es un tema que debe ser enseñado en la escuela primaria?
- f. ¿Cómo maneja los comentarios o preguntas inapropiados que puedan surgir durante la enseñanza de la menstruación?
- g. ¿Cree que hay diferencias en la forma en que los niños y las niñas responden a la enseñanza sobre la menstruación?
- h. ¿Cómo maneja esas diferencias?
- i. ¿Cómo cree que la enseñanza de la menstruación puede ayudar a los niños a comprender mejor a las mujeres en su vida?
- j. ¿Tiene algún consejo para los padres que buscan hablar con sus hijos sobre la menstruación?
- k. ¿Ha notado un aumento en la comprensión y la aceptación de la menstruación entre los niños de hoy en día en comparación con hace unos años?

Anexo 5: Transcripción de las entrevistas realizadas a 3 profesores del plantel educativo fiscal “Carlos Aguilar”

1. ¿Cómo los niños reaccionan a la menstruación?

Respuesta: Entrevistado 1

Cuando se empezó a hablar del tema tenían mucho miedo, muchas inquietudes, pero progresivamente ya fueron soltándose para poder hablar del tema.

Respuesta: Entrevistado 2

Para algunos niños y niñas especialmente les sorprende y les da un poco de el temor, de vergüenza.

Respuesta: Entrevistado 3

Yo creo que reaccionan de una manera en la que se asustan, en el caso de las niñas, en el caso de los varones es como que fuera una novedad algo que desconoce, los varones entonces como que se ponen a pensar qué es lo que pasa. Actualmente con las clases que damos en educación sexual los niños van conociendo desde pequeñitos, por ejemplo, las partes de su cuerpo con los nombres reales entonces van haciendo un poquito más de conciencia, hasta cuando llega a la edad en el que las niñas menstrúan, ahora por lo general empiezan en quinto, sexto, séptimo de básica ya menstrúan

2. ¿Ha visto que los niños hacen algún tipo de burla en relación a la menstruación?

Respuesta: Entrevistado 1

Cuando ignoraban de la verdadera causa que provoca este estado de las mujeres, sí, pero ya cuando como es el mecanismo que saben que es hormonal, ahí, dejaron las mofas aun lado.

Respuesta: Entrevistado 2

Sí, se ha dado el caso más en el colegio, que los chicos y las chicas sí se burlan de las compañeritas, porque muchas sí se ensucian o se manchan la ropita, entonces da mucha vergüenza y el resto de gente sí se ha burlado. En los años en donde más se ha visto esto es a partir de séptimo y en octavo, creo que ahí comienza la etapa más o menos de las niñas, la mayoría casi ya está en este tipo de la menstruación.

Respuesta: Entrevistado 3

Yo creo que no, más es un poco de curiosidad, creo que no porque como digo ahora como ya se les está dando educación sexual desde primero de básica, entonces hasta que llegan a séptimo o sexto ellos ya hacen conciencia y conocen y respetan, tanto los procesos de los varones como lo de las niñas.

3. ¿Hablan sobre menstruación en su clase?

- **En caso de que lo hagan ¿Cómo enseñan sobre la menstruación en su clase?**
- **En caso de que no lo hagan ¿Les gustaría abordar el tema de menstruación en su clase? ¿Cómo?**

Respuesta: Entrevistado 1

Cuando damos naturales básicamente sí, porque tengo muchas estudiantes de mi grado que ya están en el proceso y a veces tienen sus cólicos, entonces de hecho, se habla del tema.

Respuesta: Entrevistado 2

Sí hemos comentado aquí, no hemos generalizado, siempre he sido abierto, sí les he dicho ya las niñas como tienen que estar preparadas siempre andar a llevar en su mochilita una toallita higiénica para prevenir cualquier cosa.

Respuesta: Entrevistado 3

No, porque primero que nada el currículo no nos da para nosotros hacer eso con los niños pequeños, lo que hacemos es conciencia de cómo cuidar su cuerpo y de conocer en realidad los nombres reales de las partes de su cuerpo, en especial las partes íntimas, tanto de niños como de niñas y hacemos conciencia sobre no burlas, sino que ellos conozcan y que respeten tanto a los varones como a las niñas.

4. ¿Cómo enseñan sobre la menstruación en su clase?

Respuesta: Entrevistado 1

Yo soy abierto a estos temas porque aparte de maestro, yo soy psicólogo entonces más o menos conozco del tema y más que todo les brindó confianza para que ellos también me tengan la confianza. Por ejemplo, hay una estudiante que tiene el periodo largo, no

es el normal de 3 a 5 días a veces su periodo a veces es de 8 o 10 días, entonces me dice “profesor tengo que ir a cambiarme” y ahí se les explica a los estudiantes que de acuerdo al organismo hay cambios, no todos son rígidos, algunas a veces no tienen el periodo o se les atrasa, otras tienen abundante fluido o muy poquito, entonces de acuerdo a lo que ellos preguntan uno les contesta.

Respuesta: Entrevistado 2

(SIN RESPUESTA)

Respuesta: Entrevistado 3

Con los niños pequeños no me gustaría hablar mucho de menstruación, con los niños grandes yo creo que no hay ningún inconveniente, para hacer conciencia en ellos y en las niñas y darles normas, porque muchas veces por cuestiones de trabajo de las mamás no les dan esta apertura para conversar, ahora las madres ya son jóvenes, están educadas de otra manera a cómo eran antiguamente, esto era un tabú entonces por lo general no conversaban y a nosotras nos tocaba auto educarnos prácticamente.

5. ¿Cree que la menstruación es un tema que debe ser enseñado en la escuela primaria?

Respuesta: Entrevistado 1

Desde la niñez, yo creo a las mujercitas desde que ya tienen uso de razón, hay que irles preparando, ahora se ha visto que los cambios son a una edad muy temprana, antes eran a los 12 - 11 años, ahora ya a los 8 - 9 años empiezan a menstruar, y a veces por ignorancia de los padres, como antes era tabú antes, no se podía hablar, ahora por suerte ya se puede hablar, pero todavía existen hogares en los que no, pero sería conveniente que sea una enseñanza desde una edad temprana.

Respuesta: Entrevistado 2

Por supuesto que sí, es muy interesante, para que sepan las niñas desde pequeñas cómo será el proceso de ellas, cuando van a pasar de la etapa de la niñez a la adultez.

Respuesta: Entrevistado 3

Yo creo que es muy importante para que conozcan, para que sepan el manejo y para que tengan el cuidado de que ellos ya saben que el momento que las niñas empiezan a menstruar puede darse un peligro de embarazo.

6. ¿Cómo maneja los comentarios o preguntas inapropiados que puedan surgir durante la enseñanza de la menstruación?

Respuesta: Entrevistado 1

Dándoles la respuesta lógica, que tienes del tema, quiere decir que, si hacen una mofa de algo, hay que explicarles por qué no es mofa y darles un contenido científico básicamente. Por suerte en mi clase, no ha existido ningún comentario inapropiado entorno a la menstruación.

Respuesta: Entrevistado 2

Siempre hay que tener paciencia, darles una charla adecuada para que el niño entienda qué es lo que le pasa a la niña, por suerte como yo les decía, nosotros nos salvamos de esa situación como varoncitos, pero las mujercitas todo mundo va a pasar por esa etapa y no hay que burlarnos ni criticar, porque esa es la ley que puso Dios.

Respuesta: Entrevistado 3

(NO APLICA - SEGUNDO DE BÁSICA)

7. ¿Cree que hay diferencias en la forma en que los niños y las niñas responden a la enseñanza sobre la menstruación?

Respuesta: Entrevistado 1

Sí, las niñas lo usan más para un conocimiento de ellas, mientras que los niños dicen “¿Para qué voy a aprender eso?” ellos tienen un lema “yo soy hombre, ¿Para qué voy a aprender eso?” entonces yo creo que tienen que aprender y les digo tienes hermanas y madre, tienes que conocer.

Respuesta: Entrevistado 2

Sí, porque algunas niñas, por ejemplo, muchas veces no hay en ese contacto en sus casas no tienen a la mamá que le diga “sabes que mi hija tienes que estar prevenida porque va

a pasar esto” y muchas niñas todavía lo toman a chiste o burla y es porque en la casa no hay ese contacto que le comunique como tiene que pasar este proceso de ellas.

Respuesta: Entrevistado 3

Yo creo que sí, depende también de el medio en que se desenvuelven, de los valores con los que les hayan enseñado a los niños y niñas y la forma como ellos tienen que actuar con respecto a este tema.

8. ¿Cómo maneja esas diferencias?

Respuesta: Entrevistado 1

No es que se maneje, lo que pasa es que como aquí hay una enseñanza heterogénea, entonces uno da el tema para todos, o sea yo no excluyó, a todos se les da la misma información y a veces los que más preguntas son los hombres. Por ejemplo, en los cambios físicos y psicológicos que se da, ahí empieza la menarca y los hombres me preguntaban ¿Por qué nosotros no menstruamos? Y yo les decía “muchachos ustedes no pueden, porque primero no tiene ovarios, tampoco tienen la producción de óvulos, porque eso tienen las mujercitas no tienen trompas, entonces no van a poder tener este proceso” otra pregunta que es muy recurrente de ellos, ¿Por qué a las mujeres les crecen los pechos y a nosotros no? Entonces yo les digo “son cambios físicos propios de la mujer porque ellas tienen unas hormonas que se activan para el desarrollo de esas partes del cuerpo ya en el hombre tienen otras partes del cuerpo”.

Respuesta: Entrevistado 2

Como le digo para que todo esté más claro, yo les proyectaría algún video para que vean que es esa situación y estén más empapadas digamos en el tema, para que ellos sepan de mejor manera.

Respuesta: Entrevistado 3

Lo haría haciendo conciencia de que tanto los hombres como las niñas tienen periodos en lo que ellos tienen que conocer el funcionamiento de cada uno de sus cuerpos tanto en las mujeres como en los varones y respetarse mutuamente.

9. ¿Cómo cree que la enseñanza de la menstruación puede ayudar a los niños a comprender mejor a las mujeres en su vida?

Respuesta: Entrevistado 1

No tomarle como una enfermedad, ya que lamentablemente algunas mujeres dicen “estoy enferma” y eso no es así, entonces hay que tomarle como que es un cambio nada más y es algo natural.

Respuesta: Entrevistado 2

Qué le diría ahí, bueno si hablamos de nosotros como varones y puede haber circunstancias de crítica y de burla, pero en sí, algún momento la niña se va a sentir un poquito ofendida, de pronto vaya con algún comentario donde el papá o la mamá, y pueden existir reclamos, van a venir directo con el profesor, por eso yo siempre les digo “niños y niñas por favor no burlarse de más” porque esta es una etapa que las niñas van a pasar, por eso hay que saber respetar.

Respuesta: Entrevistado 3

Haciendo conciencia con las niñas y el respeto más que nada, creo yo que, si se les enseña respeto a los varones en especial sobre las niñas y el cuidado que deben tener, yo creo que esto se va a mejorar.

10. ¿Tiene algún consejo para los padres que buscan hablar con sus hijos sobre la menstruación?

Respuesta: Entrevistado 1

Brindarles confianza para que los niños les cuenten cuando empiezan este proceso, porque muchas veces las niñas por temor a no ser escuchadas no les dicen y acuden a otras personas.

Por ejemplo, yo tengo un caso, yo tuve una prima y cuando estábamos en la casa y tuvo su primera menstruación, ella no acudió nadie, acudió a mí, entonces fuimos a la tienda a ver las toallas sanitarias, es que depende de la confianza que le brinda, algunos papitos no dan confianza, entonces la niña se restringe y no le cuenta cuando puede estar pasando por el proceso. Yo creo que los talleres y charlas se les debería dar a los padres, porque ellos son los que ponen el tabú, porque los niños son más moldeables, porque a

veces el padre se cierra al hablar de sexualidad. Hay unos papitos que no aceptan o no dicen que no quieren que los niños sepan nada de eso y les sobreprotegen del tema, y ahí es cuando le están haciendo un daño, porque tienen que estar preparados para una sociedad que es cambiante y ahora los cambios físicos y psicológicos que están pasando los niños, necesitan mucho de conocer del tema.

Respuesta: Entrevistado 2

Yo como le digo, yo quisiera tener una charla o dar un taller para que aconseje. Especialmente ahorita usted que está en este tema haciendo su práctica, yo pienso que si hubiera la oportunidad de que usted pudiera darles una charla encantado, porque hay muchos papitos o mamitas no hay ese comentario, será que porque tienen ellos vergüenza de que siga la niña o sea no hay ese contacto, y ahora tiene que ser este tema muy abierto, muchas personas en este caso no enseñaron a nuestras hijas cómo se tiene que decir la parte íntima del hombre y la de la mujer por temor o vergüenza.

Respuesta: Entrevistado 3

Que hablen de una manera real, más que nada que les enseñen los pro y los contra que tiene la menstruación y también en los varones, porque a veces los varones piensan que pueden hacer lo que ellos quieran y que las mujeres son las que debemos como quien dice cuidarlos y no es así, entonces yo pienso que al menos las mamitas que tienen varones deben enseñarles del respeto y valorar a las mujeres, porque antiguamente decíamos “no deben hacer esto” ahora la realidad es otra, ahora lo que tenemos es que enseñarles cómo deben actuar.

En cuanto a los pros y contras, más que nada el organismo que cada una de las de las niñas tiene, hay veces que tienen problemas como cólicos y no saben cómo actuar, como no tienen guía de las madres, por lo menos en las instituciones creo que los profesores tratamos de darles guía para que vean su forma de cuidarse, todavía existen este desconocimiento y el tabú de las madres antiguas, como les enseñan, como “no deben hacer esto, si deben hacer esto” entonces hay estas cosas que nos llevan a que las niñas no sepan en realidad lo que deben hacer.

11. ¿Ha notado un aumento en la comprensión y la aceptación de la menstruación entre los niños de hoy en día en comparación con hace unos años?

Respuesta: Entrevistado 1

Sí, porque para suerte mía he manejado a los séptimos años últimamente, entonces antes como que tenían miedo o recelo, ahora ya no, ahora son más abiertas, me dicen “profe estoy en mi periodo, no puedo hacer educación física” entonces ya se ve que ha habido un avance que está sirviendo, pero este trabajo no es solo del maestro este trabajo viene desde la casa, o sea si en la casa ayudaran hablando del tema se consiguieran mejores resultados.

Respuesta: Entrevistado 2

Hace unos años que diferente que era, ahora porque la mayoría sí está ya empapada sobre esta situación sabe, como yo le decía antes en mi época digamos mi mamita nunca me dijo “sabes que tu parte íntima se llama así” y como le decía lo apodaban siempre “el pipí” “esa cosa” tenemos que ser directos, decir bien cómo es el proceso, incluso el contacto digamos entre el hombre y la mujer, cómo se queda embarazada porque no son como nos contaba de que la cigüeña y cómo nos ha votado y eso es mentira, entonces tenemos que ser más directos.

Respuesta: Entrevistado 3

Yo creo que sí, que se ha demostrado esto, pero yo creo que falta bastante, considero que falta bastante el apoyo de los padres, nosotros como docentes los enseñamos este tema aquí, pero si no hay esa ayuda, ese sentarse, conversar y hacer conciencia como padre a nuestras hijas e hijos no lo vamos a lograr al 100%

13. ¿Cree que la menstruación se puede ver como algo simbólico para las mujeres?

Respuesta: Entrevistado 1

(SIN RESPUESTA)

Respuesta: Entrevistado 2

Yo pienso que esto que me acaba de preguntar tendríamos que hablarlo con las niñas y ver qué opinión tienen ellas acerca de esta situación que ellas tienen, porque como le digo el rato que una niña ya comienza a menstruar hay que prevenir porque pueden quedar respuesta hasta embarazadas.

Respuesta: Entrevistado 3

Simbólico en el caso de que ellas ya empiezan a cambiar y pueden ser como se dice mujeres en realidad, porque todavía tienen ese de que son niñas no pasa nada, en cambio cuando ya viene el cambio de la menstruación, ellas deben tomar otra actitud, no un símbolo así sino más bien un cambio fisiológico.

Anexo 6: Preguntas para los dos grupos focales de sexto y séptimo de básica

1. ¿Has oído hablar de la menstruación antes? ¿Como fue que conociste sobre esto?
2. ¿Sabes por qué las mujeres tienen la menstruación? ¿Podrías explicarlo en tus propias palabras?
3. ¿Conoces a alguna mujer que haya hablado contigo sobre su menstruación? ¿Cómo te hizo sentir?
4. ¿Te han enseñado en la escuela sobre la menstruación? ¿Fue suficiente la información que recibiste?
5. ¿Cómo crees que las mujeres se sienten durante su menstruación? ¿Es algo difícil para ellas?
6. ¿Qué piensas sobre las mujeres que tienen la menstruación? ¿Hay algún trato discriminatorio asociado a ello?
7. ¿Has escuchado de productos como tampones o toallas sanitarias? ¿Sabes cómo funcionan?
8. ¿Cuál es la publicidad de productos de higiene femenina que más has visto?
9. ¿Cuál te llama más la atención y por qué?
10. ¿Crees que es importante que los hombres sepan sobre la menstruación? ¿Por qué?
11. ¿Qué cambios en tu cuerpo crees que podrías experimentar cuando llegue el momento de tener la menstruación?

12. ¿Te gustaría aprender más sobre la menstruación y cómo afecta a las mujeres?
¿Por qué?

Anexo 7: Transcripción del grupo focal de sexto de básica

Nota importante: En esta transcripción la numeración de las respuestas no corresponde a una persona en específico, para mantener el anonimato de cada uno.

1. ¿Han oído hablar de la menstruación antes? ¿Como fue que conocieron sobre esto?

Persona 1: Mi mamá fue la que me contó sobre la menstruación y como sucede cuando la niña está en sus días, me explicó cuando tenía 10 años.

Persona 2: Mi mamá me explico a los 11 años que la menstruación es cuando las mujeres se enferman.

Persona 3: Mi mamá me contó que es cuando una niña empieza a crecer y ahí le puede dar a los 10, 11, 12 años, me explico a los 8 años.

Persona 4: Mi mamá me dijo que es cuando era como el desarrollo de la niña para convertirse en adolescente, me explico a los 8 – 9 años.

Persona 5: Mi mamá me dijo eso a los 8 – 9 años y me dijo que me podía dar eso a los 11 – 12 años.

2. ¿Cómo se sintieron al conocer sobre la menstruación?

Persona 1: Es un desarrollo normal

Persona 2: Asustada

Persona 3: Confundida

Persona 4: Sorprendido

Persona 5: Nervioso

Persona 6: Asustado

Persona 7: Asustada

Persona 8: Nerviosa

3. ¿Sabes por qué las mujeres tienen la menstruación? ¿Podrías explicarlo en tus propias palabras?

4 personas no saben porque las mujeres tienen la menstruación

Persona 1: Creo que las mujeres tienen la menstruación porque es natural.

Persona 2: Porque es su desarrollo

Persona 3: Porque es un desarrollo de crecimiento para estar en la etapa de la adolescencia

Persona 4: Porque empezamos a crecer

Persona 5: Es el crecimiento normal de las mujeres

4. ¿Les han enseñado en la escuela sobre la menstruación? ¿Fue suficiente la información que recibiste? Aquí tener en cuenta qué se consideraría como suficiente

A todos les enseñaron sobre menstruación en la escuela, sin embargo, concordaron en que no es suficiente lo que les han enseñado sobre menstruación.

Persona 1: Porque siento que enseñaron muy poquito, solo nos dijeron que, a nosotras las mujeres cuando estamos en esta edad de la adolescencia nos va a bajar y nada más.

Persona 2: Como que nos dijeron lo sencillo porque nosotras las mujeres no entendemos cómo cuidarnos y como no mancharnos.

Persona 3: Tenemos que estar más alerta

Persona 4: Nos dieron solo un poco de ideas, supongo que no nos dieron mucho porque aún estábamos en crecimiento, entonces solo entendimos que a las mujeres en la adolescencia les va a bajar el líquido.

5. ¿Cómo creen que las mujeres se sienten durante su menstruación?

Persona 1: Les duele

Persona 2: Asustadas

Persona 3: Con temor

Persona 4: Nerviosas

Persona 5: Nerviosas

Persona 6: Cambian de actitud

Persona 7: Adoloridas

Persona 8: Triste por el dolor

Persona 9: Enojadas y cambian de humor

Persona 10: Cambian de carácter

6. Dentro de lo que te han contado sobre menstruación ¿Hay algún trato discriminatorio asociado a ello?

7 personas dijeron que sí y 3 dijeron que las mujeres no reciben un trato discriminatorio.

Persona 1: No hay un trato discriminatorio, porque eso es natural entre las mujeres

Persona 2: No, porque es el desarrollo de las mujeres

Persona 3: No, porque es normal en una mujer

Persona 4: Sí, sé que es normal, pero hay personas que piensan que es como algo raro y asqueroso

Persona 5: Sí, porque siento que no las van a apoyar

Persona 6: Yo siento que es algo normal entre las mujeres y no tienen por qué discriminarlas

Persona 7: Sí, porque se burlan porque les sale un líquido rojo y como que hacen chistes sobre ella, diciendo que “ella es rara”

Persona 8: Sí, porque alguna gente lo toma mal sin saber lo que le está pasando, porque puede ser que ella este menstruando, pero la gente se comienza a apartar de ella, no se llevan bien con ella y ella no tiene amigos, o sea siempre puede haber una que la ayude.

Persona 9: Sí la discriminan porque es su desarrollo normal y el resto tiene que aprender que es parte del proceso de una mujer, la discriminan porque sienten que es cochina.

Persona 10: Sí, porque la mujer siente que la van a discriminar porque va a ser cochina.

7. ¿Han escuchado de productos de higiene femenina? ¿Qué conocen de estos productos?

Persona 1: son toallas, tampones,

Persona 2: toallas, tampones y copa

Persona 3: Son productos que son para proteger

Persona 4: Son productos para proteger y que no pase a la ropa

Persona 5: La toalla femenina es si es que a ella le baja para que no se manche la ropa

Persona 6: Toallas, tampones, calzón menstrual, copa menstrual, el disco menstrual

Persona 7: Toallas higiénicas, calzonas, copa menstrual, disco menstrual.

Persona 8: Tampones, copa femenina, toallas, la tela menstrual

¿Saben cómo funcionan?

Todos los niños dijeron que solo conocen como funcionan algunos de estos productos (solo las toallas higiénicas y los tampones)

8. ¿Cuál es la publicidad de productos de higiene femenina que más han visto?

Persona 1: Nosotras

Persona 2: Nosotras

Persona 3: Nosotras

Persona 4: Buenas noches

Persona 5: Nosotras

Persona 6: Nosotras

Persona 7: Nosotras

Persona 8: Nosotras

Persona 9: Nosotras

9. ¿Cuál te llama más la atención y por qué?

Persona 1: El Buenas noches porque se cuando te lo pones y te baja, no manchas nada

Persona 2: Creo que dicen que tenían doble capa

Persona 3: Porque tiene para absorber la menstruación

Persona 4: Nosotras porque dicen que tiene doble capa y evita que te manches

Persona 5: Nosotras porque la mayoría de las mujeres la usa para cuando estén menstruando no se manchen la ropa

10. ¿Qué mensajes les transmiten estas publicidades?

Persona 1: Cuando las mujeres estén menstruando, tenemos que apoyarlas

Persona 2: Tenemos que conocer todo tipo de toallas para nosotras las mujeres

Persona 3: Esos productos de la menstruación de la mujer, les están ayudando/ apoyando para que ella no se sienta mal

Persona 4: Es parte del desarrollo de las mujeres

Persona 5: No tenemos que tener miedo cuando estemos menstruando y tengamos mucho menos miedo cuando vayamos a comprar toallas femeninas

Persona 6: Las toallas nos ayudan a no mancharnos el cuerpo

Persona 7: No tener vergüenza cuando vayas a comprar productos de higiene femenina

Persona 8: Cuando una mujer se sienta menstruando toca apoyarla

Persona 9: Hay que ayudar a las mujeres

Persona 10: No me transmite nada

11. ¿Crees que es importante que los hombres sepan sobre la menstruación? ¿Por qué?

Persona 1: Si porque con eso podemos ayudar a las mujeres

Persona 2: Porque es un momento de preocupación cuando nos va a bajar y nos da pena ir a comprar los productos les podemos decir a ellos.

Persona 3: Porque ellos al menos nos pueden ayudar a taparnos con algo y vayamos tranquilamente a comprar las toallas.

Persona 4: Porque puede ser que en la escuela le pueda bajar y así podemos ayudarla

Persona 5: Tienen que saber porque cuando ellas estén menstruando, la apoyen y ayuden

Persona 6: Tienen que saber porque si no saben no van a poder ayudar a una mujer

Persona 7: Deben saber porque así cuando a una mujer le baje, ellos le pueden ayudar.

Persona 8: Nosotros debemos saber, porque en caso de que, a alguna compañera nuestra, o nuestra mamá o hermana, algún familiar nuestro/ seres queridos pase eso, nosotros ya sabemos y les podemos ayudar en algo.

Persona 9: Tienen que comprender como está la mujer

12. ¿Qué cambios en tu cuerpo crees que podrías experimentar cuando llegue el momento de tener la menstruación? ¿Cómo te sientes al respecto?

Esta pregunta solo se hizo a las mujeres

Persona 1: Crecimiento de nuestros pechos, glúteos y me siento normal porque es algo muy normal en una mujer

Persona 2: Hay crecimiento de la altura, pechos

Persona 3: Cambios en el cuerpo

Persona 4: Nos empieza a salir acné y granitos

¿Cómo te sientes...?

Persona 1: Yo me sentiría feliz y a la vez nerviosa porque ya me estoy desarrollando

Persona 2: Nerviosa

Persona 3: Normal y nerviosa

Persona 4: Nerviosa

Persona 5: Nerviosa

13. ¿Te gustaría aprender más sobre la menstruación? ¿Qué te gustaría saber? ¿Por qué? ¿Cómo?

Persona 1: Me gustaría saber porque no nos pasa a nosotros y solo le pasa eso a las mujeres

Persona 2: Por qué les baja

Persona 3: Cómo se utilizan los productos

Persona 4: Cómo se produce la menstruación

Persona 5: Cómo se utilizan los productos de higiene femenina

Persona 6: Por qué nos da solo a nosotras las mujeres

Persona 7: Qué hacer en caso de que a ellas les pase eso

Persona 8: Gracias a qué les da la menstruación

Persona 9: Como evitar que nos manchemos

Persona 10: Por qué les pasa eso

¿Cómo les gustaría que les enseñen?

7 personas respondieron que les gustaría que alguien vaya y les explique que es la menstruación, es decir mediante una charla

Anexo 8: Transcripción del grupo focal de séptimo de básica

Nota importante: En esta transcripción la numeración de las respuestas no corresponde a una persona en específico, para mantener el anonimato de cada uno.

1. ¿Han oído hablar de la menstruación antes? ¿Como fue que conocieron sobre esto?

Persona 1: Mi mamá me hablo del tema

Persona 2: Mi mamá

Persona 3: Porque me habló del tema y justo ese día comencé a menstruar

Persona 4: Igual, mi mamá me hablo del tema

Persona 5: Mi mamá me habló de esto

Persona 6: La escuela

Persona 7: La escuela

Persona 8: En mi casa (mi mami cuando tuvo su menstruación)

Persona 9: En la escuela

Persona 10: Por mi mamá

2. Más bien preguntar, según lo que digan en primera, cómo fue esta experiencia.

Cómo inicio el tema, etc.

Persona 1: Yo me sentí asustada y asombrada

Persona 2: Bueno como a mí todavía no me pasa eso, pero sí he visto como mis hermanas sufren por eso, me siento nerviosa

Persona 3: Yo me sentí asustada, porque pensaba ¿Qué voy a hacer en ese momento?

Persona 4: Me sentí confundida porque no sabía del tema

Persona 5: Me sentí un poco incomodo, porque saber de un proceso que les da a las chicas y no a nosotros es incomodo

Persona 6: Me sentí nervioso, porque no sabía porque les pasaba eso a las chicas

Persona 7: Me sentí nervioso

Persona 8: A mí, incomodo, porque eso le paso a mi prima aquí y no sabía sobre el tema

3. ¿Saben por qué las mujeres tienen la menstruación? ¿Podrías explicarlo en tus propias palabras?

Persona 1: Por su desarrollo

Persona 2: Yo creo que igual, por el desarrollo y por la edad

Persona 3: Por el desarrollo

Persona 4: Porque están en una etapa de desarrollo

Persona 5: Porque es algo del desarrollo por el pubis

Persona 6: Es un desarrollo parte de la vida

Persona 7: Es cuando el ovulo no es fecundado, o algo así,

Persona 8: Es para cuando una mujer ya pasa a la edad de la adolescencia

Persona 9: Es una parte de la vida de las mujeres

Persona 10: Porque las mujeres van creciendo y llegan a la edad en la que les toca

4. ¿Les han enseñado en la escuela sobre la menstruación? ¿Fue suficiente la información que recibiste? Aquí tener en cuenta qué se consideraría como suficiente

A todos los niños que formaron parte del grupo focal les enseñaron sobre menstruación en la escuela

Persona 1: No, porque, por ejemplo, tú nos hablaste sobre las toallas y de diferentes cosas, en cambio, en la escuela, solo nos explicaron sobre que es

Persona 2: En la escuela solo nos explican que es y tampoco nos explican que tenemos que usar

Persona 3: Igual, solo nos explican qué es

Persona 4: En la escuela, solo nos dicen que tenemos que usar las toallas, en cambio, tú, nos explicas como se pone o qué tipo de productos hay que usar, en que tiempo y en qué momento

Persona 5: En la escuela nos enseñan sobre como es, y tú nos enseñaste de que tenemos que usar

Persona 6: Siento que en la escuela nos enseñan mucho sobre la menstruación, puede ser para informarles a las hermanas o primas

Persona 7: Yo digo que no, porque no te hablan sobre la higiene que hay que llevar

Persona 8: No, porque solo te dicen algunas partes de la menstruación

Persona 9: No, porque solo nos dicen a qué edad te da la menstruación

Persona 10: Yo creo que no, porque solo nos dan la información básica en vez de darnos la información que uno necesitaba saber, por ejemplo: como ponerse productos de higiene o que hacer cuando a una compañera le pasa eso

5. ¿Cómo creen que las mujeres se sienten durante su menstruación?

Persona 1: Incomodas

Persona 2: Dolor

Persona 3: Dolor

Persona 4: Dolor

Persona 5: Dolor

Persona 6: Dolor

Persona 7: Nerviosa

Persona 8: Sufrimiento

Persona 9: Dolor

Persona 10: Estrés

6. Dentro de lo que te han contado sobre menstruación ¿Hay algún trato discriminatorio asociado a ello?

5 personas dicen que sí hay un trato discriminatorio, 4 personas dicen que no y una persona no dice que sí ni no.

Persona 1: Sí, porque cuando una mujer esta menstruando y se siente incomoda, hay algunas personas que le hacen bullying

Persona 2: Sí, porque algunas personas que cuando ven que una compañera esta manchada, se comienzan a reír de ella y hacerle bullying

Persona 3: No, porque es una fase que les pasa a todas las mujeres en su vida

Persona 4: Sí, porque para mí, cuando le paso eso a una prima, se rieron toditos los compañeros

Persona 5: Si, porque se saben de las compañeras y de la menstruación, en cambio si es que los hombres menstruaran, tienen que sufrir.

Persona 6: Estoy en la mitad, porque algunos de mis compañeros sí saben y otros pueden llegar a reírse, entonces no tengo una respuesta clara

Persona 7: Lo mismo

Persona 8: No, porque todas las mujeres vamos a tener eso de la menstruación

Persona 9: No hay un trato discriminatorio, porque es una etapa que tiene la mujer y no es un tema de burla

Persona 10: No hay un trato discriminatorio

7. ¿Han escuchado de productos de higiene femenina? ¿Saben cómo funcionan? ¿Qué conocen de estos productos?

Persona 1: Sí, por ejemplo: las toallas higiénicas, se ponen en la vagina

Persona 2: Sí, se pueden conseguir en la farmacia, eso de los tampones, y se pone en la vagina

Persona 3: No conozco sobre esos productos

Persona 4: Sí, la copa menstrual, la insertas por el conducto vaginal, se abre y eso retiene el líquido

Persona 5: Sí, la toalla, la copa menstrual, tampón, y si se cómo funcionan estos productos

Persona 6: Sí, la toalla, la copa menstrual, el disco

Persona 7: Yo solo he escuchado y de lo que me ha dicho mi mami, es lo de las toallas y los tampones, las toallas es algo que se pone en el calzón y lo de los tampones solo me ha dicho cuando nomás tengo que ponerme y las horas

Persona 8: Mi mamá solo me hablo de las toallas y de los tampones

Persona 9: Mi mamá me hablo de las toallas y de los tampones

Persona 10: No conozco nada más que las toallas

8. ¿Cuál es la publicidad de productos de higiene femenina que más han visto?

Persona 1: Nosotras

Persona 2: Tampones (Nosotras)

Persona 3: Nosotras

Persona 4: Nosotras

Persona 5: Kotex

Persona 6: Nosotras

Persona 7: Nosotras

Persona 8: Nosotras

Persona 9: Nosotras

Persona 10: Nosotras

9. ¿Cuál te llama más la atención y por qué?

Persona 1: El nombre de los productos y de la marca

Persona 2: De que sirve para la mujer

Persona 3: Le ayuda a la mujer a que no se manche

Persona 4: La manera en la que lo promocionan, en algunos casos, con la marca Kotex, una chica haciendo ejercicio y promocionan el producto

Persona 5: La toalla higiénica y sus distintos tamaños

Persona 6: La forma en la que toalla te cubre

Persona 7: La forma en la que te cubre

10. ¿Qué mensajes les transmiten estas publicidades?

Persona 1: Protegerse

Persona 2: Proteger las partes íntimas de la mujer

Persona 3: Que tengan más seguridad

Persona 4: Tener una buena higiene en ese proceso

Persona 5: Vender el producto

Persona 6: Protegerte

Persona 7: Yo creo que igual el protegerte

Persona 8: Que te protege en la menstruación

11. ¿Crees que es importante que los hombres sepan sobre la menstruación? ¿Por qué?

Persona 1: Para saber cómo actuar en caso de que un familiar o una amiga este con la regla

Persona 2: Para ayudar a una adolescente o una niña cuando este menstruando, para saber que tenemos que hacer y acudir a un profesor y profesora

Persona 3: Lo que dijeron mis compañeros, saber que hay un momento en el que esta menstruando una prima o una hermana y ayudarla

Persona 4: Para ayudar en caso de que le pase a alguna compañera o familiar

Persona 5: Para ayudar a una persona

Persona 6: Para saber cómo actuar y porque algún día van a tener hijas o esposas

Persona 7: Ellos tienen que saber porque una compañera o hermana, puede estar sufriendo y se burlan sin saber porque está así

Persona 8: Si es necesario porque van a crecer y puede ser que tengan hijas y en el momento en el que les pase eso, ya saben que hacer

Persona 9: Porque es una etapa que tiene la mujer

12. ¿Qué cambios en tu cuerpo crees que podrías experimentar cuando llegue el momento de tener la menstruación? ¿Cómo te sientes al respecto?

Esta pregunta fue optativa para las niñas y no se realizó a los niños, porque muchas no se mostraron cómodas con responder la pregunta

Persona 1: Los cambios serían físicos y emocionales, yo, me siento un poco extrañada, porque yo sabía que en algún momento iba a pasar esto, pero la verdad no estaba preparada

Persona 2: Yo de lo que me he sentido así, son mis cambios de humor, me desquito con quien sea, o no le respondo a nadie por cualquier cosa

13. ¿Te gustaría aprender más sobre la menstruación? ¿Qué te gustaría saber? ¿Por qué? ¿Cómo?

Todos respondieron que les gustaría aprender más sobre la menstruación

Persona 1: Los materiales, como las toallas higiénicas, del disco menstrual, una clase demostrativa sobre cómo funcionan

Persona 2: Saber un poco de que va a tener una mujer, y ayudarle con lo necesario

Persona 3: Yo diría que para saber de qué están hechos los productos y saber si no tienes una alergia o algo así.

Persona 4: Nos deberían dar más información en las clases y una clase aparte de qué hacer en caso de que una compañera este menstruando.

Persona 5: Podríamos tener un taller en la escuela

Persona 6: Hablando sobre eso en las clases

Persona 7: Hay algunas personas que no nos cuentan bien y nosotras no sabemos que nos puede pasar, entonces sería bueno que nos den talleres o que así vengan a explicarnos más información, sobre todo, que las chicas vengan a contarnos como fue para ellas y así.

Persona 8: Hay que hacer un taller para saber más información, tener más en claro lo que es la menstruación

Persona 9: Que en los talleres si es que hacen nos enseñen que es y lo que se usa