

Proyecto Mujeres

NIÑAS VISIBLES



Desafíos que enfrentan las niñas y adolescentes zulianas en comunidades vulnerables en relación con la menstruación

Proyecto Mujeres

NIÑAS VISIBLES



Desafíos que enfrentan las niñas y adolescentes zulianas en comunidades vulnerables en relación con la menstruación

Investigación a cargo de
Proyecto Mujeres
Mayo de 2020

Investigadora principal
Estefanía Reyes

Asistentes de investigación
Keylilú Fuenmayor, Emily Reyes,
Daniela Ríos, Andrea Acosta

Edición
Natasha Rangel

Diseño y diagramación
Karilexis Ramirez

Ilustración
Yiniba Camila Castillo

Fotografía
María Alejandra Sánchez

  @Proyectomujeres  @Proyectomdemujer

Proyectomdemujer@gmail.com

Maracaibo, Venezuela

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos especialmente a todas las niñas y adolescentes que participaron en el programa **Niñas Visibles** por compartir sus experiencias y por el entusiasmo y curiosidad que dedicaron a cada actividad. De igual forma agradecemos a las autoridades y docentes del **Colegio Fe y Alegría La Chinita**, quienes nos abrieron sus puertas, compartieron sus valiosas experiencias y recibieron con agrado nuestras sugerencias. También le dedicamos un agradecimiento especial a **todxs lxs voluntarixs y aliadxs de Proyecto Mujeres**, quienes generosamente dedicaron sus esfuerzos a hacer realidad esta iniciativa: Yiniba Carolina Castillo, Yiniba Camila Castillo, Katny Ferrer, Estefanía Mendoza, Juan Berríos, Carmen Pérez, María Virginia Parra, Sofía Montero, Carolina Montero, Eduardo Nava, Benjamín Urdaneta, Carlos Pedraja, Ashley Rodríguez, Betzabeth Bracho, Ogladí Hernández, Victoria Monzón, Fabiola Paredes, Henry Sánchez y muchxs más.

Agradecimientos
especiales a



Índice

9 Introducción

13 Factores que inciden en las experiencias de niñas y adolescentes zulianas en comunidades vulnerables durante su menstruación

15 En relación con la infraestructura escolar y servicios

16 En relación con la educación

19 En relación con acceso a productos de higiene menstrual

21 En relación con aspectos psico-sociales

23 Recomendaciones

27 Conclusiones



De acuerdo con UNICEF (2019), el inicio de la menstruación representa múltiples desafíos para las niñas y adolescentes a nivel global.

Por ejemplo:

En **Reino Unido**, 1 de cada 10 niñas no puede permitirse comprar artículos para el manejo menstrual.

En **Kenia**, 7 % de las mujeres usan trapos de algodón reciclados e incluso papel periódico para absorber la menstruación.

70 % de las adolescentes en **Malawi** pierden de uno a tres días al mes de clases debido a la menstruación.

Introducción

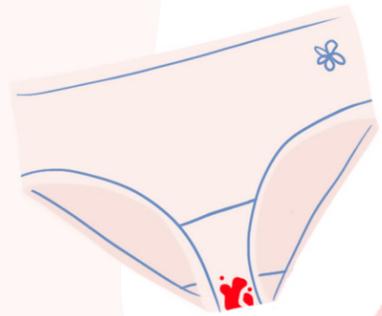
La experiencia menstrual ha estado históricamente atada a mitos, tabúes y estigmas sobre los que reposan un conjunto de desigualdades y mecanismos de control que impactan en los cuerpos menstruantes. Este hecho tiene además una trascendencia económica, social y política que atraviesa el género, la clase social, la etnia, la orientación sexual y la localización (Irusta, 2018).

De acuerdo con UNICEF (2019), el inicio de la menstruación representa múltiples desafíos para las niñas y adolescentes a nivel global. Por ejemplo, 70 % de las adolescentes en Malawi pierden de uno a tres días al mes de clases debido a la menstruación; en Kenia, 7 % de las mujeres usan trapos de algodón reciclados e incluso papel periódico para absorber la menstruación y algunas adolescentes son forzadas a tener sexo a cambio de productos sanitarios (Oppenheim, 2018). Por su parte, en el Norte Global, la situación no es diametralmente distinta. En Reino Unido, por ejemplo, 1 de cada 10 niñas no puede permitirse comprar artículos para el manejo menstrual (Plan International UK). En general, la evidencia formativa señala que en las comunidades más vulnerables, la mayoría de las niñas y adolescentes carecen de conocimientos, recursos e infraestructura para manejar la menstruación de manera digna y segura.

En medio de este panorama, es de esperarse que en el contexto de emergencia humanitaria compleja que atraviesa Venezuela, que ha ocasionado condiciones de escasez generalizadas que afectan también a los productos de higiene

menstrual (como toallas sanitarias y tampones) y ha deteriorado considerablemente los servicios de agua y saneamiento, las adolescentes se encuentran en mayor riesgo de sufrir los embates de la pobreza menstrual.

Sin embargo, es difícil tener una visión clara del panorama nacional considerando que en Venezuela no existen estadísticas oficiales ni estudios en relación con la menstruación y la salud sexual y reproductiva de las adolescentes en el contexto escolar. Además, en las estadísticas oficiales sobre deserción y ausentismo escolar no hay una diferenciación de género, a pesar de que las razones de las niñas para ausentarse o abandonar la escuela pueden ser diametralmente distintas



¿Qué es la pobreza menstrual?

Es un problema global que afecta a mujeres y niñas que no tienen acceso a productos de higiene seguros, infraestructura sanitaria óptima y educación que les permita manejar su menstruación con dignidad, sin la incidencia de estigmas y mitos que atentan contra su autonomía y muchas veces, su salud.

a las de sus pares masculinos. Por ejemplo, a ellas aspectos como el embarazo adolescente no deseado, el trabajo doméstico, la menstruación y los abortos inseguros las impactan en mayor medida, afectando su bienestar y trastocando sus aspiraciones y proyectos de vida.

Por otro lado, aunque la menstruación no es considerada de manera extensa como un tema de investigación social relevante, dentro de la escasa literatura existente hay indicadores del potencial del salón de clases como un espacio ideal para desafiar las expectativas de género y las relaciones de poder en cuanto al cuerpo (Fahs, 2016).

Asimismo, cuando a las niñas se les incentiva a hablar de la menstruación en el espacio público, desafiando el silenciamiento normativo en torno a ella, esta se puede convertir en una fuente de poder y resistencia (Fingerson, 2006; Willis, 2009).

En este contexto, Proyecto Mujeres inició en 2018 el programa **Niñas Visibles**, que tiene como objetivo propiciar espacios para abordar la menstruación en las escuelas de comunidades vulnerables, con el fin de desafiar los mitos y estigmas que generan vergüenza, desigualdad y violencia; así como brindar acompañamiento en el uso de métodos de higiene menstrual sostenibles y ecológicos.

En el presente informe se despliegan los resultados del diagnóstico realizado por Proyecto Mujeres sobre la situación de niñas y adolescentes en contextos de vulnerabilidad, en torno a la menstruación y la salud sexual y reproductiva. Lo expuesto está basado en una encuesta realizada a 79 niñas en Maracaibo (estado Zulia), en los datos recabados por el equipo de investigación en el trabajo de campo y en una extensa revisión bibliográfica.



Factores que inciden en las experiencias de niñas y adolescentes zulianas en comunidades vulnerables durante su menstruación

En el marco del programa Niñas Visibles, en mayo de 2019, se realizó un diagnóstico sobre los factores que inciden en las experiencias de niñas y adolescentes durante su menstruación. Se tomaron como indicadores aspectos psico-sociales y relacionados con la educación, los materiales para gestionar la menstruación y la infraestructura escolar.

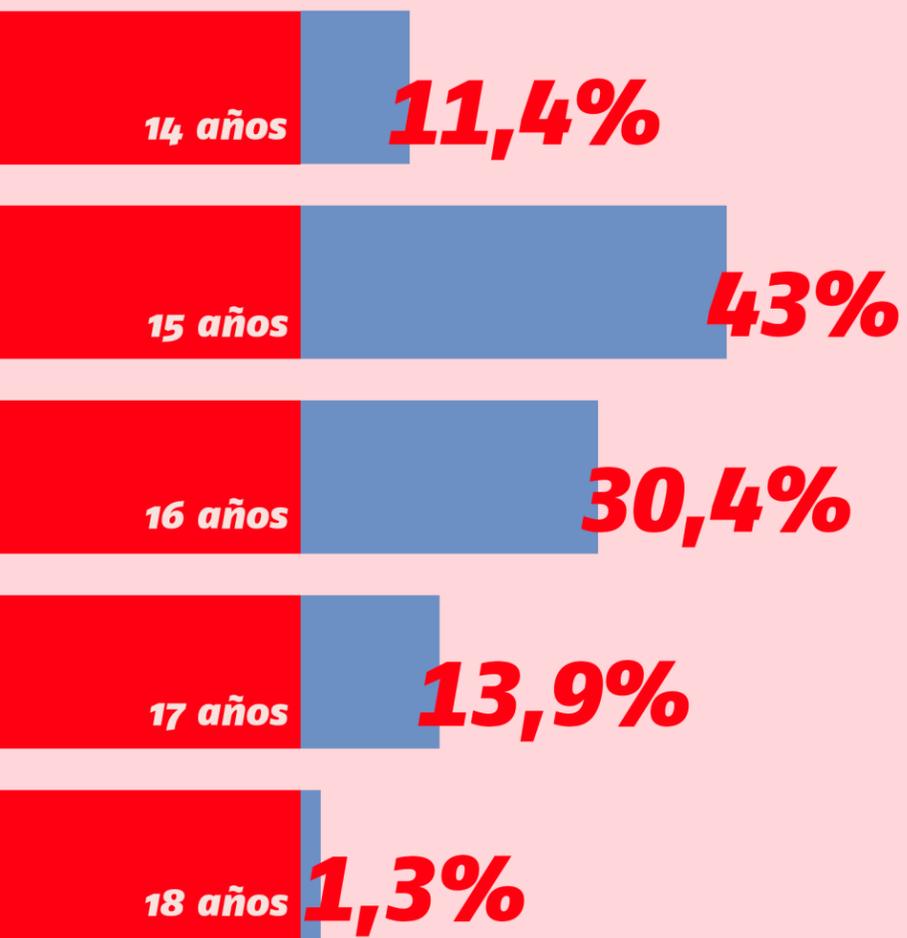
Para recabar información, se aplicó una encuesta a 79 estudiantes de tercero, cuarto y quinto año de bachillerato del Colegio Fe y Alegría La Chinita, ubicado en el oeste de Maracaibo, estado Zulia. Además, durante el trabajo de campo, el equipo de investigación documentó lo observado y experimentado dentro del entorno escolar en relación con la menstruación (por ejemplo, las condiciones de los servicios e instalaciones sanitarias, las actitudes y conocimientos del personal docente, las políticas de la institución, entre otros aspectos).

En líneas generales, se comprobó que la menstruación tiene un impacto significativo no solo en el desempeño escolar de las niñas, por la manera en la que han sido condicionadas a experimentarla y la falta de recursos para gestionarla, sino que

Se comprobó que la menstruación tiene un impacto significativo no solo en el desempeño escolar de las niñas, sino que también representa una carga que impacta en su bienestar físico y psicológico.

también representa una carga que impacta en su bienestar físico y psicológico, así como en sus relaciones interpersonales.

El estudio arrojó que 33 % de las adolescentes entrevistadas, cuyas edades oscilan entre los 13 y 18 años (ver gráfico), admitió haber faltado a clases a causa de la menstruación. Dentro de ese margen, 48 % reconoció haber faltado entre 2 y 5 veces; 28 %, más de 5 veces y 24 %, solo una vez.



En relación con la infraestructura escolar y servicios

Lo evidenciado por el equipo de investigación demuestra que, debido a su precariedad, las instalaciones y servicios sanitarios de la escuela no proporcionan las condiciones básicas para garantizar una higiene menstrual óptima (ver imagen 1 y 2).

Lo observado se refleja también en lo arrojado en la encuesta. Por ejemplo, 89 % de las alumnas admitió que los baños de la escuela no son cómodos para cambiarse durante la menstruación. El 86 % reportó que los baños no tienen agua regularmente. Y aunque 12 % afirmó que los baños sí tenían agua regularmente, este grupo consideró que el agua no era "limpia". El 95% admitió que los baños no estaban limpios regularmente. Mientras que 98,7 % reportó que los baños no disponen de papel higiénico ni jabón. Está claro que aunque los maestros estimulen el lavado de manos como prácticas de higiene seguras y el uso de ciertos productos de higiene menstrual (como la copa) requieren de agua para cambiarse, las instalaciones del plantel son inadecuadas para cumplir dichos propósitos.

El diagnóstico también dejó entrever algunos riesgos a los que se exponen las adolescentes al usar los baños. Por ejemplo, 93,7 % reconoció que se sentía insegura en ellos y al ser cuestionadas acerca de las razones, la mayoría admitió que las instalaciones carecían de privacidad, pues las puertas de los cubículos no funcionaban y se sentían expuestas a las miradas y acosos de sus compañeros masculinos.

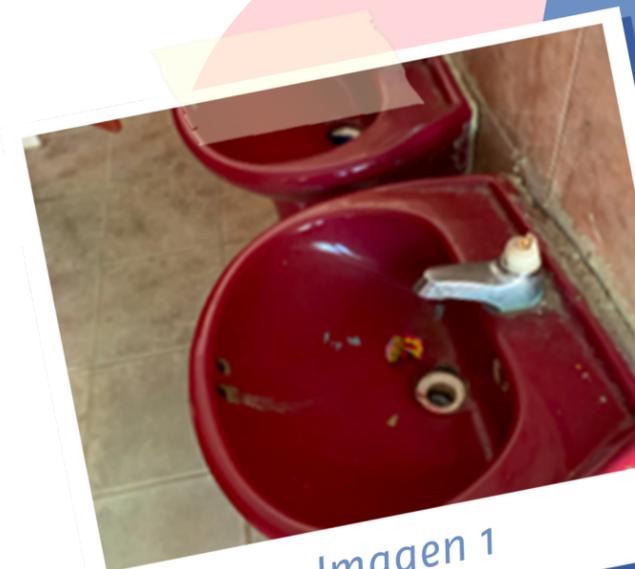


Imagen 1



Imagen 2

En relación con la educación

Nuestro estudio puso en evidencia la escasa información que se ofrece al cuerpo de estudiantes respecto a la menstruación y a la salud sexual y reproductiva. Para dar un ejemplo, 19 % de las adolescentes aseguró que no ha recibido clases de educación sexual. Sin embargo, esta cifra genera gran preocupación considerando que 26 % admitió ser activa sexualmente y 24 % confesó que ha tenido el temor de estar embarazada. Además, cuando se les preguntó si sabían dónde podían encontrar métodos anticonceptivos, 77 % afirmó que en farmacias, mientras que solo 8 % apuntó a un centro de salud público, por lo que se infiere que no se les ha ofrecido ninguna opción gratuita o desconocen que exista esa posibilidad.

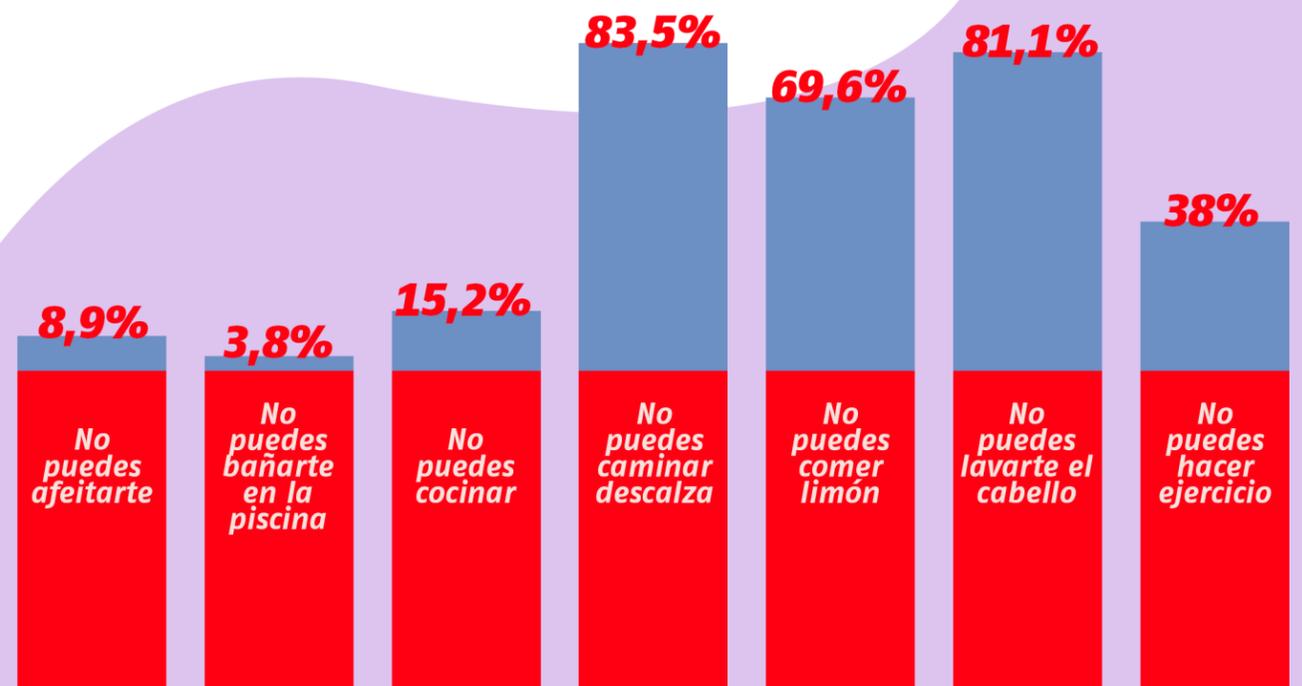
Por otro lado, 68 % de las alumnas admitió que no ha recibido educación sobre menstruación en la escuela. Y aunque 32 % aseguró que sí ha recibido, 18 % de ese grupo confesó que no se había sentido cómoda durante la clase, apuntando vergüenza, incomodidad con el/la profesor/a y burlas de sus compañeros como las principales razones de su inquietud. Aunque en 75 % de los casos las madres de las niñas (en otros también su abuela o hermana) les hablaron de la menstruación antes de su menarquia, un 25 % aseguró que solo les hablaron de la menstruación luego de menstruar por primera vez. Lo que quiere decir que una cuarta parte de las adolescentes experimentó el desconcierto de ver a sus vaginas sangrar sin estar mínimamente preparadas para ello, ni conscientes de lo que estaba sucediendo en sus cuerpos. No es poca cosa que el primer contacto con la sangre menstrual sea en medio de la incertidumbre y el miedo.

60 % de las adolescentes no sabía qué es el ciclo menstrual y un 29 % no sabía anticipar cuándo le venía la menstruación.

Por otro lado, 60 % de las adolescentes no sabía qué es el ciclo menstrual y un 29 % no sabía anticipar cuándo le venía la menstruación. Este vacío de información no solo aliena a las niñas de sus propios cuerpos y les resta autonomía para tomar decisiones, también tiene una trascendencia práctica esencial si se considera que solo al llevar el rastreo de su ciclo menstrual y conectar las señales que sus cuerpos dan durante cada una de las fases, las niñas podrán reducir la ansiedad que genera el miedo de sangrar en público sin estar preparada.

Otro aspecto importante que alimenta los miedos y las ansiedades asociados a la menstruación son los mitos y prohibiciones que se les inculcan a las niñas desde temprana edad. La mayoría de las alumnas confirmó que figuras cercanas (en su mayoría madres y abuelas) les han asegurado que no pueden realizar ciertas actividades durante su menstruación, entre las que se cuentan cocinar, lavarse el cabello, hacer ejercicio, nadar o caminar descalza (ver gráfico).

68 % de las alumnas considera que estos mitos son ciertos y el personal docente, en lugar de ofrecer información confiable y oportuna, ha reforzado estas creencias.



Se requiere sensibilización y capacitación para abordar los temas que involucran a la menstruación y a la salud sexual.

Lo que más llama la atención que es que 68 % de las alumnas considera que estos mitos son ciertos y el personal docente, en lugar de ofrecer información confiable y oportuna, ha reforzado estas creencias. El estudio demuestra que la escasa información que reciben las niñas una vez que tienen su primera menstruación no está orientada a facilitar su experiencia o a relacionar la menstruación con aspectos productivos, sino a reforzar la prohibición de ciertas actividades sobre la presunción de que la menstruación es una condición incapacitante. En otras palabras, desde la pubertad, por medio de la menstruación, se comienzan a consolidar los mecanismos de control social que se ejercen sobre los cuerpos femeninos.

En definitiva, la falta de conocimiento de las niñas y adolescentes sobre sus cuerpos y sobre su salud reproductiva afecta su capacidad para tomar decisiones informadas sobre su cuerpo y sexualidad; en consecuencia, su autonomía corporal se ve condicionada, aumentando así su vulnerabilidad.



En relación con acceso a productos de higiene menstrual

La falta de acceso a productos de higiene menstrual debido los altos precios y la escasez que se registra en Venezuela se hizo evidente en los resultados de la encuesta. El 24 % del grupo de alumnas que admitió haber faltado a clases debido a la menstruación afirmó que lo hizo por no tener toallas o tampones. Además, un 3 % de las estudiantes admitió haber utilizado telas o papel higiénico como último recurso. Aunque se trata de un porcentaje pequeño, es igualmente significativo pues es posible que el número sea aún mayor, considerando que otras pudieron haberse inhibido de admitir esta situación por vergüenza.

Por otra parte, las adolescentes demostraron tener un conocimiento muy limitado acerca de los productos de higiene menstrual existentes y la escasa información que manejaban estaba impregnada de mitos acerca de sus usos. Por ejemplo, 99 % afirmó conocer las toallas sanitarias desechables; sin embargo, solo 41 % respondió que conocía los tampones. Pero, aun cuando un porcentaje importante los conocían, sus creencias en torno a éstos representaban una barrera para su uso, pues 49 % pensaba que no podía utilizar tampones si nunca habían tenido relaciones sexuales con penetración, mientras que 17 % no estaba segura si podía o no utilizarlo.

En cuanto a los métodos de higiene menstrual reutilizables, los vacíos eran aún más evidentes, considerando que solo 5 % de las estudiantes



El 24 % de alumnas que admitió haber faltado a clases debido a la menstruación afirmó que lo hizo por no tener toallas o tampones.

Solo 5 % de las estudiantes afirmó conocer las copas menstruales



afirmó conocer las copas menstruales (aunque ninguna de ellas las había utilizado hasta entonces) y solo 7,6 % dijo conocer las toallas reutilizables (solo 3,8 % admitió haberlas utilizado). Para las integrantes del equipo de Proyecto Mujeres que sirvieron de facilitadoras y acompañantes quedó claro que derrumbar los miedos y la aversión hacia los métodos de manejo menstrual insertables, como las copas o los tampones, significa uno de los retos más difíciles en una intervención como esta. Fue evidente, durante los conversatorios con las adolescentes, en las asesorías privadas y en las conversaciones con representantes y docentes que el mito de la virginidad es un obstáculo importante en este sentido. A pesar del apoyo y la información ofrecida por las acompañantes, la mayoría de las adolescentes se mostraban fuertemente reacias y temerosas a probar la copa o los tampones por temor a lo que pensarían sus madres o a sentir dolor e incomodidad en el proceso.



En relación con aspectos psico-sociales

Los aspectos antes mencionados que impiden una experiencia menstrual digna se convierten en una carga para las adolescentes que consume tiempo y esfuerzo, por lo que se ve reducida su participación y concentración en la escuela y, como ya se mencionó, incrementa el ausentismo.

Como muestra de la magnitud de la carga que sufren las adolescentes, 40 % admitió haber sentido vergüenza a causa de su menstruación en la escuela; 46 % expresó que le cuesta concentrarse en clases durante su menstruación; 44 % admitió haberse manchado en público y para 88 % mancharse en la escuela es una preocupación constante durante su periodo.

No es arriesgado entonces afirmar que la menstruación aumenta la exposición y vulnerabilidad de las niñas y adolescentes al acoso y la violencia. El imperativo de ocultar los procesos menstruales en la vida cotidiana crea una enorme ansiedad y dificultades prácticas, y son una fuente importante de molestia para las niñas y adolescentes.

Para el 88 % mancharse en la escuela es una preocupación constante durante su periodo.





Recomendaciones

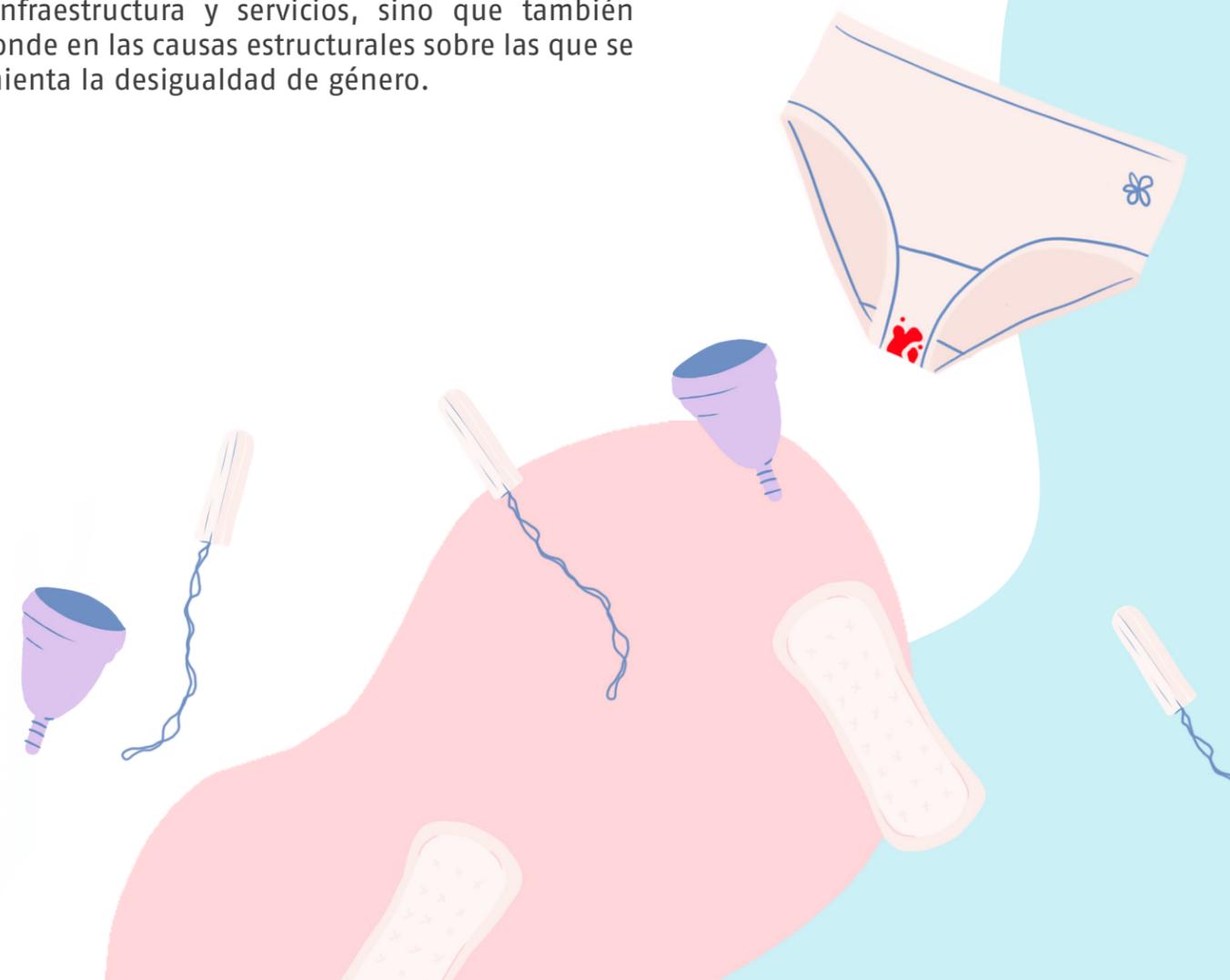
- 1** Es de extrema urgencia la formulación y ejecución de políticas públicas que garanticen una infraestructura escolar con condiciones necesarias para manejar la menstruación de manera digna y segura. Para ello, es fundamental escuchar a las niñas y otros sujetos menstruantes, entender sus necesidades e involucrarles en cualquier plan destinado a atender sus demandas.
- 2** Es también fundamental que todo el personal docente, sin importar el área de especialización, posea el lenguaje y los conocimientos para abordar los temas que involucran a la menstruación y a la salud sexual y reproductiva de lxs niñxs y adolescentes sin sesgos sexistas, morales, religiosos y heteronormativos, sin eufemismos ni medias tintas. Para ello, se requiere no solo sensibilización y capacitación en estos temas, sino también darles las herramientas y los protocolos necesarios para que puedan generar en el aula de clases un ambiente ideal, con base en la confianza y el respeto, donde se puedan entablar conversaciones productivas que pongan por encima de todo el bienestar de lxs adolescentes, y en las que se dé agencia y voz a los cuerpos menstruantes. Por ejemplo, protocolos para hacer frente a situaciones de acoso y burlas en caso de que alguien se manche en público; dinámicas recreativas para tumbar mitos relacionados con la menstruación; estrategias de storytelling para que las adolescentes construyan nuevos relatos menstruales alejados de los discursos hegemónicos¹, entre otras prácticas.

¹Economía feminista ofrece un material educativo destinado a docentes con ideas para hablar de menstruación en el aula <https://bit.ly/3bphPBh>

3 En concordancia con el punto anterior, es también fundamental que madres, padres y representantes sean sensibilizados y capacitados para abordar en el hogar conversaciones pertinentes en torno a la menstruación y a la salud sexual y reproductiva que estén libres de sesgos sexistas, morales, religiosos y heteronormativos, sin eufemismos ni medias tintas. Por ejemplo, en los talleres dictados por Proyecto Mujeres se ha corroborado que no basta con poner en manos de las niñas copas menstruales y toallas reutilizables y enseñarles a utilizar estos productos de manera segura, pues con mucha probabilidad sus madres prohibirán el uso de estos en casa por miedo y desconocimiento. Para que una intervención escolar en esta materia tenga efectos transformadores a largo plazo, es vital involucrar a los padres en el proceso y brindarles las herramientas y la información necesaria para que puedan crear diálogos productivos con sus hijxs.

4 La mayor parte de las intervenciones que abordan la menstruación en las escuelas dependen demasiado del impacto individual a través de la provisión de productos, como toallas, tampones y copas, descuidando los cambios estructurales y sociales que se necesitan para dismantelar la cultura menstrual basada en el silenciamiento, la vergüenza y el control de los cuerpos (Bobel, 2019). Si bien es cierto que las niñas necesitan tener acceso a materiales seguros para manejar su menstruación y conocimiento para utilizarlos de la manera más óptima, especialmente en un contexto de emergencia humanitaria como el que atraviesa Venezuela, lo que más necesitan es la capacidad de leer y entender su cuerpo para habitarlo con libertad y autonomía.

5 En el ámbito global es necesario invertir más recursos en investigaciones orientadas a entender con mayor profundidad el impacto que tiene la menstruación (así como otros aspectos relacionados con la corporalidad) en las experiencias de las niñas y otros sujetos menstruantes. La tarea cobra aún más urgencia cuando se toma en cuenta el contexto de emergencia humanitaria que afecta a Venezuela, que aumenta la vulnerabilidad de niñas y mujeres. Es esencial que académicos, organizaciones no gubernamentales, colectivos feministas y, sobre todo, organismos del Estado, destinen esfuerzos para dibujar un panorama amplio y profundo sobre esta situación, que no solo aborde aspectos materiales, como el acceso a métodos de higiene menstrual e infraestructura y servicios, sino que también ahonde en las causas estructurales sobre las que se cimienta la desigualdad de género.





Conclusiones

Aunque la muestra de este diagnóstico es pequeña, debido a restricciones de tiempo y recursos de la organización, y los resultados no pueden asumirse como generalizaciones que describen la situación de las adolescentes a escala nacional (ni siquiera regional) creemos que son reflejo de una realidad actual que, en mayor o menor medida, es extrapolable a otras comunidades vulnerables de la región.

En resumen, considerando que las adolescentes enfrentan obstáculos para tener acceso a productos de higiene menstrual; no reciben educación oportuna y libre de sesgos sexistas y heteronormativos acerca de sus cuerpos en la escuela ni el hogar y están condicionadas a experimentar vergüenza a causa de la menstruación, su capacidad para tomar decisiones de manera autónoma y libre sobre sus cuerpos está gravemente limitada. Esta realidad va más allá de afectar su rendimiento académico, también trastoca su autoestima, la percepción que tienen sobre sus cuerpos y sus propias capacidades, y pone en riesgo su salud y dignidad.



Referencias bibliográficas

- Bobel, Chris (2019) *The Managed Body: Developing Girls and Menstrual Health in the Global South*. Palgrave Macmillan.
- Fahs, Breanne (2016). *Out of blood: Essays on menstruation and resistance*, State University of New York Press, Albany.
- Irusta, E. (2018) *Yo menstrúo. Un manifiesto*. Primera edición. Catedral.
- Fingerson, L. (2006) *Girls in Power: Gender, Body, and Menstruation in Adolescence*, State University of New York Press, Ithaca.
- Oppenheim, M. (2018). Kenyan girls forced into sex in exchange for sanitary products. *The Independent*.
- Unicef (2019) *Retos e impactos del manejo de higiene menstrual para las niñas y adolescentes en el contexto escolar*. Edit. Patricia Ames y Carmen Yon.
- Willis, J. L. (2009) *Girls reconstructing gender: Agency, hybridity and transformations of "femininity"*, *Girlhood Studies*, pp. 96 – 118.



Proyecto Mujeres

Trabajando por la igualdad de género

  @Proyectomujeres  @Proyectedemujer
Proyectedemujer@gmail.com