

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Estudios Sociopolíticos y Jurídicos Maestría en Derechos Humanos y Paz



¿Un tema privado que en realidad es público?:

El caso de la pobreza menstrual desde la perspectiva de los derechos humanos

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRA EN DERECHOS HUMANOS Y PAZ

Presenta: **ROXANA MICHELLE DOMÍNGUEZ AGUILERA**

Tutora **DRA. RUTH ELIZABETH PRADO PÉREZ**

Tlaquepaque, Jalisco. 27 de abril de 2022.

Resumen

Uno de los asuntos que se ha comenzado a discutir en la agenda pública en México es el de la pobreza menstrual, una condición que afecta a las mujeres y personas menstruantes de manera diferenciada, detonando discriminación y estigma social para ellas y que, además, representa un obstáculo para el ejercicio de ciertos derechos humanos. Este tipo de pobreza se asocia con la pobreza económica – ingreso bajo o falta él -, la falta de acceso a productos de gestión menstrual - toallas, tampones, copas menstruales, analgésicos, entre otros -, además del escaso acceso a información e infraestructura adecuada para resolver esta necesidad básica.

Ante esta situación, los movimientos, organizaciones de la sociedad civil y colectivos de mujeres han alzado la voz para lograr que la pobreza menstrual sea erradicada y que la gestión menstrual con dignidad se convierta en una realidad. En este trabajo se pretende dar cuenta de un problema que ha sido considerado como un asunto privado que, en consecuencia, había sido invisibilizado e ignorado en el ámbito público.

A partir de la revisión documental y de la realización de entrevistas, el objetivo de la presente investigación es demostrar que la pobreza menstrual es un problema poco visibilizado y que en consecuencia no se atiende; que este tipo de pobreza es un asunto de derechos humanos de las mujeres y; que es un problema público para las personas menstruantes, por lo cual debería ser atendido a través de políticas públicas. Finalmente, se presentan los hallazgos y el aporte principal de esta investigación: la caracterización y recomendaciones para las políticas públicas contra la pobreza menstrual.

Palabras clave

pobreza menstrual, gestión menstrual, manejo de la salud menstrual (*menstrual health management*) derechos humanos, políticas públicas

Dedicatoria

A mi mamá, a mi hermana Shecid y a todas las mujeres y personas menstruantes de México porque sin ellas nada de lo que se dice aquí tendría sentido. Espero que llegue el día en que todas podamos ejercer plenamente nuestros derechos humanos.

Agradecimientos

Este trabajo se logró gracias al apoyo incondicional de mi familia. Mamá, Papá y Shecid, gracias por estar ahí siempre en este y en todos mis proyectos.

Agradezco especialmente a la Dra. Elizabeth Prado Pérez, por haberme asesorado y compartido sus conocimientos durante todo el proceso de construcción de mi trabajo recepcional y también a la Dra. Ana María Vázquez Rodríguez, por acompañarme como mentora durante la maestría y por siempre estar al pendiente de mis aprendizajes.

Por último, agradezco a todo el personal docente de la Maestría en Derechos Humanos y Paz del ITESO, en particular, a la Dra. Carmen Díaz Alba y a la Dra. Mariana Espeleta Olivera por apoyarme con sus saberes y perspectivas. Gracias infinitas.

Contenido

¿Un tema privado que en realidad es público?:	1
El caso de la pobreza menstrual desde la perspectiva de los derechos humanos	1
Introducción.....	5
Capítulo 1. La menstruación como problema público y de derechos humanos	7
1.1 La pobreza menstrual como problema público en México	7
1.2 Estrategia metodológica.....	12
1.2.1 Perfil de las mujeres entrevistadas	14
1.3 La menstruación y su relación con los derechos humanos	15
Capítulo 2. Conceptos, enfoques y significados	21
2. 1. Menstruación como proceso fisiológico.....	22
2. 2. La menstruación como proceso social y simbólico	23
2.3 Aproximaciones teóricas a la pobreza menstrual: Interseccionalidad y feminismo poscolonial	27
Capítulo 3. Vivir la pobreza menstrual.....	30
3.1 Productos disponibles para la gestión menstrual en México.....	30
3.2 La experiencia de la menstruación en condiciones vulnerables.....	33
3.2.1 Dimensión económica	34
3.2.2 Dimensión práctica y de gestión.....	36
3.2.3 Dimensión sociocultural	39
Capítulo 4. El Estado y la pobreza menstrual	41
4.1 ¿Qué se está haciendo en México ante la pobreza menstrual?.....	41
4.2 ¿Cómo se debería atender la pobreza menstrual?	47
4.3 Las políticas públicas como vías para atender la pobreza menstrual en México	49
4.4 Caracterización y recomendaciones para las políticas públicas contra la pobreza menstrual .	52
Conclusiones	63
Bibliografía:	65
Anexos: Guion de entrevista semiestructurada	71

Introducción

Una de las discusiones que poco a poco se ha incorporado en la agenda pública en México es la que tiene que ver con la manera en que las mujeres experimentamos y gestionamos la menstruación. Las organizaciones de la sociedad civil, colectivos y los movimientos de las mujeres feministas han contribuido a la difusión de un tema que había sido silenciado e invisibilizado por la sociedad mexicana y que, en consecuencia, no había sido atendido por el gobierno: la pobreza menstrual.

Desde hace un par de años- en 2020 - el tema de la menstruación se comenzó a trasladar de la esfera privada a la pública, pasando de un énfasis individual a uno más social, e incluso político. Sin embargo, es preciso reconocer que este asunto sigue siendo difícil de abordar por los significados simbólicos y sociales que la rodean. Por ende, el tema de la pobreza menstrual sigue pasando desapercibido y con ello, la posibilidad de atender a la población afectada se vuelve complicada.

Como se explicará en este trabajo de investigación, el asunto ha sido poco discutido en términos de derechos humanos y además, se han hecho escasos esfuerzos para reconocerlo como un problema que obstaculiza y limita las posibilidades de que las mujeres y personas menstruantes participen en la vida pública. Precisamente, la motivación de este trabajo estriba en la posibilidad de analizar un problema que ha sido poco explorado en su complejidad, además de colocar una discusión que abone a la generación de acciones y políticas públicas que contribuyan a la atención de la pobreza menstrual.

El explorar y abordar el tema nace de la curiosidad por comprender las implicaciones que este tiene para las mujeres y personas menstruantes que viven en condiciones vulnerables y comenzar a discutirlo a través de una perspectiva de género diferenciada e inclusiva, además de analizarlo a partir de un enfoque de derechos humanos. En este proceso se ha buscado realizar un seguimiento del tema y, a la par, se ha hecho un intento por documentar lo que se

está haciendo para atender la pobreza menstrual en el país. De igual forma, se ha reflexionado en cuanto a su relación con el ejercicio de los derechos humanos, los cuales se explicarán con detalle a lo largo de este trabajo.

En línea con lo anterior, el trabajo se desarrolló siguiendo una estructura compuesta por cuatro capítulos, los cuales contienen apartados y subapartados en su interior. En el capítulo 1 se introduce el tema que ocupa a esta investigación, la menstruación como problema público y de derechos humanos, se define y se contextualiza la noción de pobreza menstrual y se presenta la estrategia metodológica diseñada para la investigación.

En el capítulo 2 se exponen los conceptos, enfoques y aproximaciones teóricas de la investigación. En este se profundiza sobre los significados de la menstruación – como proceso fisiológico, como proceso social y simbólico – y se incorporan las teorías del feminismo poscolonial y la interseccionalidad como enfoques para el análisis de la pobreza menstrual.

En el capítulo 3 se contextualiza la experiencia de la menstruación en condiciones vulnerables. En sus apartados se incluyen los hallazgos y resultados de las entrevistas que se realizaron a cinco mujeres que compartieron sus testimonios sobre la vivencia de la menstruación. Estos hallazgos se abordan a partir de tres dimensiones: dimensión económica, dimensión práctica y de gestión y la dimensión sociocultural.

En el capítulo 4 se expone la última parte del trabajo y se presenta lo que se ha hecho en México ante la pobreza menstrual. Asimismo, se detallan las formas en que el Estado debería atender el problema y finalmente, se proponen algunas recomendaciones y la caracterización de las políticas públicas que constituyen vías para enfrentar la pobreza menstrual.

En conjunto, el trabajo se ha convertido en un insumo teórico y de reflexión que aspira sentar las bases para trasladar a la práctica acciones específicas encaminadas a atender la pobreza menstrual con un enfoque de derechos humanos.

Capítulo 1. La menstruación como problema público y de derechos humanos

El propósito de este capítulo es presentar y contextualizar el problema de investigación que se analizará en este trabajo: la pobreza menstrual. Para ello, se explica que la menstruación tiene connotaciones que la hacen un asunto público, se establecen los objetivos, supuestos y antecedentes de la agenda internacional en el tema, así como la perspectiva desde la cual se analiza el caso de estudio: los derechos humanos.

Asimismo, se establece la noción de pobreza menstrual como tema central y se describe la estrategia metodológica diseñada para este trabajo.

1.1 La pobreza menstrual como problema público en México

En México se ha vuelto notable la importancia de atender la grave situación de desigualdad, discriminación, violencia y, en general, de violaciones a los derechos humanos de las mujeres. Se ha evidenciado que prevalecen ciertas prácticas de violencia exacerbada que obstaculizan y afectan la vida de las mujeres, impidiéndoles la posibilidad de vivir de forma libre, segura y con dignidad. Ante este escenario, los movimientos, organizaciones de la sociedad civil y colectivos de mujeres han alzado la voz, poniendo al centro de la discusión distintos debates en torno a las situaciones que ponen a las mujeres en desventaja- ya sea económica, política o social- por razones de género.

Este auge en las discusiones ha incentivado la construcción de una variedad de agendas sobre los derechos de las mujeres. Uno de los temas que merecen mayor atención y sigue sin atenderse lo suficiente tiene que ver con la manera en la que las mujeres y personas menstruantes en condiciones de vulnerabilidad experimentan y gestionan la menstruación. Aunque se estima que en México existen más de 63 millones de personas menstruantes entre 15 y 50 años (Menstruación Digna México, 2020), son aquellas personas en condiciones de vulnerabilidad quienes se enfrentan a la llamada pobreza menstrual. Esta última es una

condición que se asocia con las dificultades económicas, de infraestructura y educativas que enfrentan las mujeres y personas menstruantes para resolver y manejar la menstruación.

Esta situación hace evidente la desigualdad que se vive al momento de resolver una necesidad básica que no es opcional ni voluntaria y que, en consecuencia, obstaculiza el bienestar de las personas más vulnerables. De acuerdo con el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL, 2018), el 42.4% de las mujeres se encuentran en situación de pobreza y el 17.2% vive en pobreza extrema, esto es, con un ingreso insuficiente para adquirir los productos de la canasta básica. Asimismo, las mujeres en contextos de pobreza dependen más de los ingresos de fuentes indirectas, una situación que puede agudizar la falta de acceso a distintos productos, como lo son los insumos para la gestión menstrual (Informe sobre pobreza y género, 2018).

La pobreza menstrual involucra aspectos que están asociados a la pobreza económica como es entendida tradicionalmente, es decir, en términos de ingreso - bajo o falta de él-. Sin embargo, este no es el único factor relevante, pues este tipo de pobreza también involucra la falta de acceso a infraestructura adecuada - con agua potable y saneamiento-, a servicios de salud, a educación de calidad, esta última, crucial para empoderar a las adolescentes, mujeres y personas menstruantes para lograr gestionar su periodo y, al mismo tiempo, necesaria para enfrentar los estigmas y percepciones en torno a este proceso fisiológico. Todo esto tiene implicaciones tanto en el espacio público como en el privado de las mujeres y personas menstruantes y puede incidir negativamente en su desempeño escolar, laboral, familiar y en otros contextos, así como en su bienestar general.

Este asunto se ha comenzado a debatir y ha trasladado un tema, en apariencia privado, a la discusión pública por lo que cabe preguntarse: ¿Cómo podría atenderse la pobreza menstrual en México para garantizar los derechos humanos de todas las mujeres y personas menstruantes? Para responder a este problema se requiere que el Estado provea de condiciones y recursos que no están disponibles para las mujeres y personas menstruantes que más lo necesitan.

Ante la falta de atención sobre este asunto, el presente trabajo tiene como objetivo principal generar pautas y recomendaciones sobre las formas en que debería atenderse la pobreza menstrual en México para garantizar los derechos humanos de las mujeres y personas menstruantes, partiendo de tres supuestos: 1) que la pobreza menstrual es un problema poco visibilizado y no se atiende; 2) que este tipo de pobreza es un asunto de derechos humanos de las mujeres y personas menstruantes y, 3) que es un problema público, por lo cual debería ser atendido a través de políticas públicas.

Pese a que desde mediados del 2020 algunos grupos de organizaciones y representantes de varios partidos políticos comenzaron a poner atención a la menstruación como asunto público, el tema sigue pasando desapercibido y continúa rodeado de escepticismo sobre su relevancia (Colectivo Menstruación Digna, Menstruación: ¡Asunto público!, 2020). En este escenario, es pertinente hacernos algunas preguntas. ¿Hay suficientes razones para poner atención a este tema? ¿Por qué la menstruación y su gestión son relevantes en estas discusiones sobre género? Para responder a estos cuestionamientos es importante, primero, comprender lo que es la menstruación y, posteriormente, analizar el impacto que esta tiene en la vida de las mujeres, no solamente en su privacidad, sino en la influencia que tiene en su participación de la vida pública.

Fisiológicamente, la menstruación se entiende como un proceso natural experimentado por las mujeres en edad reproductiva. Este consiste en el desprendimiento del revestimiento del útero – compuesto de sangre y otros tejidos -, el cual es generado para recibir un óvulo fecundado (Clue Encyclopedia, 2020). A pesar de que la menstruación podría reducirse a esta dimensión meramente biológica, es preciso comprender que es mucho más que eso. La menstruación es frecuentemente ignorada por el imaginario social. Se habla muy poco de una necesidad que la mayoría de las mujeres tiene – cuando se encuentran en edad reproductiva -: la de gestionar la menstruación en condiciones seguras, salubres y dignas.

Siguiendo con lo anterior, seguramente nos preguntaremos ¿qué implica gestionar la menstruación? La noción de gestión menstrual se refiere, en lo general, a que las mujeres y personas menstruantes – personas transgénero y no binarias- cuenten con acceso a

productos adecuados para el manejo de su menstruación – toallas sanitarias, tampones, copas menstruales, entre otros productos - y condiciones adecuadas, incluyendo un espacio privado y un entorno óptimo para este propósito (Alam, Luby, Halder et al, 2017). En relación con esta noción, a nivel internacional se ha desarrollado el denominado Manejo de la Salud Menstrual (*Menstrual Health Management*). Este más que una simple noción, implica que las “mujeres y niñas utilicen material higiénico para recolectar o absorber la sangre menstrual; que exista la posibilidad de cambiar este material en privado; y que tengan acceso a agua, jabón e infraestructura en la cual se desechen los productos menstruales adecuadamente” (Keith, 2016: p.2).

Al observar estas nociones, es posible notar que en México falta mucho por hacer para que esta necesidad específica de las mujeres y personas menstruantes se atienda de forma generalizada e integral. En nuestro país existe una falta de reconocimiento y condiciones para el ejercicio de la gestión menstrual como un derecho, lo cual impide erradicar el problema de la pobreza menstrual. Este asunto se aborda poco dentro de los programas de salud pública, no se plantea con detalle en los planes de educación básica y tampoco se analiza desde sus implicaciones económicas – por ej. el gobierno no realiza diagnósticos sobre si hay o no pobreza menstrual o si existe falta de acceso a insumos para la menstruación por la situación económica en grupos específicos- y, además, apenas se asocia de forma superficial con los derechos sexuales y reproductivos. En consecuencia, es posible advertir que se ha evadido una cuestión que no constituye una elección para las mujeres y personas menstruantes, sino una necesidad básica a resolver y satisfacer.

Estos mismos silencios y omisiones impiden que la menstruación y su gestión se aborden como un derecho humano. Entonces caben las preguntas: ¿por qué abordar este tema desde los derechos humanos? y ¿qué son los derechos humanos en sí? En opinión de Serrano y Vázquez (2013), los derechos humanos son un conjunto de expectativas que son subjetivas y que provienen de demandas que pretenden ser legítimas. Los derechos pueden surgir históricamente, se construyen a partir de contextos y circunstancias específicas. Si bien no todas las expectativas subjetivas podrían considerarse como derechos humanos, Serrano y

Vázquez (2013) afirman que hay derechos que son fundamentales y que parten de una moralidad básica y universal.

Además, los derechos humanos son indivisibles - todos constituyen una sola construcción - e interdependientes - no hay jerarquías entre ellos, pues todos son igualmente necesarios-. Asimismo, los derechos generan obligaciones para los Estados, pues los gobiernos han adquirido responsabilidades para asegurar que sea posible su ejercicio (Serrano y Vázquez, 2013). En otras palabras, el actor que deberá respetar, proteger, garantizar y promover los derechos humanos es el Estado a fin de que todas las personas puedan ejercerlos sin distinciones.

En línea con lo anterior y retomando el asunto de la gestión menstrual, es importante enmarcar el tema dentro de una agenda de derechos humanos a fin de afrontar el problema de la pobreza menstrual, así como el de la falta reconocimiento y condiciones para gestionar la menstruación en México, esto a partir de un análisis más amplio de las repercusiones que conlleva el no atender a esta necesidad fundamental. La gestión menstrual se articula con los derechos humanos, por lo cual, debe ser entendida como un derecho para todas las personas menstruantes: mujeres - desde la adolescencia hasta la etapa adulta -, personas transgénero y personas no binarias.

Como se ha dicho, la gestión menstrual no figura lo suficiente en una discusión de derechos humanos. Todavía no se reconoce en general, el hecho de que las mujeres pueden verse obligadas a abstenerse de participar o ausentarse de las actividades públicas por la falta de condiciones para el manejo de este proceso fisiológico el cual, cabe mencionar, ocurre casi todos los meses en alrededor de 40 años de sus vidas (Keith, 2016: p.1). La ausencia de un enfoque diferenciado y de perspectiva de género preserva una visión de la menstruación y de la gestión menstrual relegada al ámbito privado e íntimo, al tiempo que se le asocia con el privilegio: es una situación de salud que ha de ser resuelta por las mujeres con recursos propios, es decir, los que tengan a su alcance en cualesquiera que sean sus circunstancias culturales, sociales, económicas o políticas.

En esta línea, el asunto de la menstruación como propio de las mujeres deberá pasar de lo individual y privado hacia lo social y político, pues las mujeres y personas menstruantes participan de espacios educativos, laborales, de toma de decisiones y de esparcimiento, lo cual ayuda a entender la importancia de que exista la posibilidad de gestionar la menstruación en condiciones adecuadas, como lo contemplan las nociones de Manejo de la Salud Menstrual y la gestión menstrual, previamente mencionadas. La menstruación es, entonces, un tema que se debería atender como un asunto de salud pública y que ha de discutirse a la par de otros asuntos como lo es el debate sobre la legalización del aborto o la planificación familiar -podríamos pensar en la distribución de preservativos por parte de los sistemas de salud pública, un tema en el que sí interviene el gobierno -. Estos asuntos que son en principio individuales pueden adquirir otros alcances y connotaciones cuando tienen repercusiones sociales y públicas.

La pobreza menstrual también es un tema público, y deberá ser vista como un problema a atender y resolver desde una perspectiva de derechos humanos que, al mismo tiempo, se alinea con varios derechos que ya son reconocidos como el derecho a la educación, el derecho a la salud, e incluso, con el derecho al agua y saneamiento – el cual se puede asociar con la infraestructura disponible para la gestión menstrual-. No obstante, la solución para erradicar la pobreza menstrual será imposible de alcanzar si no se da un reconocimiento más formal en México, mientras no se legisle a nivel nacional - a través de leyes, programas, políticas públicas-, y prevalezcan las condiciones- sociales, económicas y culturales - que limitan y obstaculizan el manejo de esta necesidad básica de las mujeres y personas menstruantes.

1.2 Estrategia metodológica

A partir de la discusión que se ha generado en torno a la menstruación como un asunto público en México, se estableció la importancia de incorporar una perspectiva de derechos humanos al análisis de este tema. Tomando como punto de partida la revisión de la literatura sobre la pobreza menstrual, los indicadores de pobreza multidimensional, y los significados alrededor de la menstruación, se puso en evidencia que sigue habiendo falta de información

y datos estadísticos sobre la pobreza menstrual. Por otro lado, también se observó que es crucial comprender, de forma más cercana y específica, la manera en la que esta situación afecta a las mujeres y personas menstruantes.

Siguiendo con esta línea, el propósito de la presente investigación es demostrar, en primer lugar, que la pobreza menstrual es un problema poco visibilizado y que en consecuencia no se atiende; en segundo lugar, que este tipo de pobreza es un asunto de derechos humanos de las mujeres y, finalmente, que es un problema público para las personas menstruantes, por lo cual debería ser atendido a través de políticas públicas. Para lograr una mejor comprensión del problema de la pobreza menstrual es importante explorar la manera en que se manifiestan las carencias – particularmente materiales y económicas - durante la menstruación y los significados de estas en la vida real para las mujeres.

Como se mencionó anteriormente, el presente trabajo tiene por objetivo principal generar pautas y recomendaciones sobre las formas en que debería atenderse la pobreza menstrual en México para garantizar los derechos humanos de las mujeres y personas menstruantes. Para lograr esto se espera enmarcar el problema como un asunto de derechos humanos y también abonar a la comprensión de la pobreza menstrual. Una de las estrategias para hacerlo es ponerle rostro a través de la experiencia de las mujeres y personas menstruantes que la viven.

A fin de cumplir con los objetivos planteados, se tuvo un acercamiento con personas que podrían estar enfrentando pobreza menstrual y que difícilmente manifiestan abiertamente este problema. En este sentido, se analizó cómo se viven las carencias a través de la recuperación de experiencias sobre la menstruación por medio de entrevistas semiestructuradas. La importancia de incluir estos testimonios estriba en la posibilidad de visibilizar un problema que no suele ser abordado por el gobierno y la sociedad en general, permitiendo así que prevalezca una experiencia de la menstruación caracterizada por la precariedad, sobre todo en cuanto a las condiciones de infraestructura y económicas.

En relación con lo anterior, las entrevistas ayudan a obtener datos e información de forma personalizada acerca de opiniones, experiencias y acontecimientos (Folgueiras, 2016).

Adicionalmente, este modo de obtención de datos e información detona un diálogo vivo con las personas quienes aportan información única, convirtiéndose en una fuente primaria. En el caso de esta investigación, las entrevistas son una fuente insustituible de información que ayudó a desarrollar pautas más generales para que se atienda la pobreza menstrual desde el gobierno.

En otras palabras, después de la realización de las entrevistas, los testimonios analizados abonaron a la generación de lineamientos o guías para atender el problema de la pobreza menstrual desde las políticas públicas. Esto último no hubiera sido posible sin conocer el problema en su forma más real. Asimismo, el alcance de las políticas públicas encaminadas a resolver el problema sería limitado al no contemplar las experiencias de las personas.

Una vez elaboradas las entrevistas, se analizaron los contenidos y experiencias a fin de diseñar las pautas para la generación de políticas públicas que ayuden a afrontar la pobreza menstrual, todas ellas adaptadas al contexto mexicano y local de Jalisco, priorizando las necesidades reales de las mujeres. Además, en la presentación de resultados se analizaron algunos elementos socioculturales a partir del feminismo interseccional para enfatizar las relaciones entre raza – más específicamente grupo étnico -, clase y género que impactan a las participantes de la investigación. Esto último se analizará con detalle en el Capítulo 3 de este trabajo.

1.2.1 Perfil de las mujeres entrevistadas

Para los propósitos de esta investigación se buscó entrevistar a cinco mujeres que tuvieran la voluntad de compartir su experiencia acerca de cómo viven su menstruación y los costos que esta les genera. En el proceso de selección de las personas entrevistadas se tomó como referencia la definición de pobreza menstrual del Fondo de Población de las Naciones Unidas (2020), en la cual se establece que la pobreza menstrual implica que las mujeres tienen baja capacidad adquisitiva – viven con ingreso bajo o falta de él, o bien, son dependientes económicamente-, tienen poco o falta de acceso a infraestructura adecuada – sin agua potable

y saneamiento-, tienen limitado acceso a servicios de salud y a educación de calidad, además de poco o limitado acceso a productos de gestión menstrual – incluyendo medicamentos para el dolor y productos absorbentes o de recolección del flujo menstrual-.

De esta forma, se determinó que el perfil de las personas a entrevistar es el siguiente: mujeres en un rango de edad entre 15- 55 años, tiene su menstruación regularmente, vive en algún municipio o localidad de Jalisco, es dependiente económicamente de alguien más o tiene un salario bajo - igual o menor a \$141.70 a \$400 por jornada laboral - situación que le limita o impide comprar productos para el manejo de la menstruación, habita en un espacio o vivienda con limitado o nulo acceso a agua y sanitarios. También se amplió la posibilidad de recuperar la experiencia de una persona no binaria o transgénero que cumpliera con las características anteriores, sin embargo, no se encontró a una persona con este perfil para dar cuenta de su experiencia.

En cuanto al diseño del instrumento, se eligió un esquema de entrevista semiestructurada dividido en tres secciones: 1) Datos generales – sociodemográficos-, 2) Datos económicos - para obtener la información sobre los ingresos de las personas entrevistadas - y, 3) Experiencias con el ciclo menstrual, una sección en la que se recuperaron las vivencias de las mujeres durante su menstruación teniendo en consideración la cuestión de acceso a productos de gestión menstrual, así como las condiciones que permiten u obstaculizan la satisfacción de esta necesidad – véase en los Anexos de este trabajo el guion de preguntas-.

1.3 La menstruación y su relación con los derechos humanos

Para poder comprender la relevancia que tiene la menstruación como un tema de derechos humanos es necesario hacer un recorrido sobre su abordaje en el ámbito internacional. En las siguientes líneas se pretende exponer de forma concreta la manera en que la menstruación se ha comenzado a colocar como parte de una agenda de derechos humanos por distintos actores, incluyendo organismos internacionales, organizaciones no gubernamentales (ONGs), compañías y gobiernos. Este esfuerzo conjunto es crucial y dista de ser totalmente nuevo. Se ha reconocido que la posibilidad de gestionar la menstruación

en condiciones seguras, adecuadas, informadas y sin estigmatización constituye un derecho humano esencial (Keith, 2016, p.2).

La construcción de una agenda para la gestión menstrual como un derecho humano ha pasado por varios momentos. Desde hace más de quince años, entre 2004 y 2005, ya se hablaba del Manejo de la Higiene Menstrual (*Menstrual Health Management o MHM*). Este enfoque fue aplicado en la construcción de políticas públicas que se proponían reducir la brecha de género relacionada con el acceso al agua, higiene y saneamiento en países en desarrollo como lo son Kenia, Bangladesh, Nepal y Etiopía. Asimismo, el Manejo de la Higiene Menstrual fue de utilidad para el diseño de políticas y acciones del programa *Water Sanitation and Hygiene (WASH)* del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (Sommer et al, 2015, p. 1303).

En este contexto, ciertos países de ingreso bajo y medio priorizaban, a la par del derecho al agua, higiene y saneamiento, los derechos sexuales y reproductivos. Estos últimos, al convertirse en una prioridad de salud global, se centraban en la implementación de acciones para prevenir enfermedades de transmisión sexual y embarazos no planeados en poblaciones de adolescentes mayores de 15 años (Sommer et al, 2015, p. 1304). Sin embargo, las niñas que pasaban por la pubertad – entre los 11 a los 14 años de edad - y que ya comenzaban a menstruar no estaban lo suficientemente incluidas o involucradas en estos programas debido a que el tema de la menstruación solo se abordaba en el sentido de su función dentro de la reproducción y la planificación familiar.

Al reconocer este vacío y la falta de atención hacia este sector de la población se empezaron a implementar proyectos relacionados con la menstruación, en los cuales participaron distintas organizaciones no gubernamentales (ONGs) – *Save the Children, WaterAid*, por mencionar algunos ejemplos-, colaboradores de WASH, e incluso el sector privado a través de compañías de fabricación de insumos para la menstruación como *Procter & Gamble*. En estos proyectos también se contempló la participación de investigadores para documentar hallazgos y resultados, particularmente en espacios educativos. Los proyectos atendían directamente a las niñas y adolescentes en países como Nepal, Etiopía y Kenia (Sommer et al,

2015, p. 1305). Asimismo, en 2014, *WASH United* encabezó una jornada mundial en la que se llevaron a cabo más de 300 eventos en el mundo para concientizar sobre la gestión e higiene menstrual a fin de promover la implementación de medidas para este propósito. En este mismo año se estableció el 28 de mayo el Día Mundial de la Higiene Menstrual.

Más recientemente, la Organización de las Naciones Unidas estableció los Objetivos de Desarrollo Sostenible, también conocidos como Agenda 2030. Con respecto a estos objetivos, la ONU (2015) determinó ciertas metas en el marco de la Cumbre de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Sostenible, en septiembre de 2015. En esta agenda, Bonnie Keith (2016) identificó que la salud e higiene menstrual es un ámbito relevante para al menos cinco de los diecisiete Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) establecidos. Aunque esta relación no se mencionó explícitamente en dicha agenda, Keith (p.3) sostiene que estos objetivos son: Objetivo 3: Salud y bienestar; Objetivo 4: Educación de calidad; Objetivo 5: Igualdad de género; Objetivo 6: Agua limpia y saneamiento y, finalmente, el Objetivo 8: Trabajo decente y crecimiento económico (Organización de las Naciones Unidas, 2015). En lo que sigue se explicará el vínculo de estos objetivos con la gestión menstrual:

En el ODS 3 sobre salud y bienestar, una de las metas es asegurar el acceso universal a servicios de salud sexual y reproductiva, incluyendo los de planificación familiar, educación e información y la integración de la salud reproductiva en los programas y estrategias nacionales para el 2030. Esto está contemplado en la meta 3.7.

En el ODS 4 sobre educación de calidad, se establece que el objetivo principal es el de “garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.” Con respecto a este mismo, se menciona en el punto 4.a. la necesidad de “construir y adecuar instalaciones educativas que tengan en cuenta las necesidades de los niños y las personas con discapacidad y las diferencias de género, y que ofrezcan entornos de aprendizaje seguros, no violentos, inclusivos y eficaces para todos” (ONU, 2015).

Por otro lado, el ODS 5 sobre igualdad de género, contempla varias metas en las que la gestión y salud menstrual tiene cabida:

5.1. Poner fin a todas las formas de discriminación contra todas las mujeres y las niñas en todo el mundo.

5.2. Eliminar todas las formas de violencia contra todas las mujeres y las niñas en los ámbitos público y privado, incluidas la trata y la explotación sexual y otros tipos de explotación.

5.5 Asegurar la participación plena y efectiva de las mujeres y la igualdad de oportunidades de liderazgo a todos los niveles decisorios en la vida política, económica y pública (ONU, 2015).

En el ODS 6 sobre Agua limpia y Saneamiento hay un énfasis principal y este es el de “garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos.” Para ello, en la meta 6.2 se busca, hacia el 2030, “lograr el acceso a servicios de saneamiento e higiene adecuados y equitativos para todos y poner fin a la defecación al aire libre, prestando especial atención a las necesidades de las mujeres y las niñas y las personas en situaciones de vulnerabilidad” (ONU, 2015).

En el ODS 8: Trabajo decente y crecimiento económico, el objetivo base se centra en “promover el crecimiento económico inclusivo y sostenible, el empleo y el trabajo decente para todos.” En particular, la meta 8.5 establece la importancia de “lograr el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todas las mujeres y los hombres, incluidos los jóvenes y las personas con discapacidad, así como la igualdad de remuneración por trabajo de igual valor.” En ese sentido, cabe mencionar que las condiciones de empleo pleno y decente para las mujeres implican que ellas se encuentren en instalaciones óptimas para satisfacer necesidades básicas en sus espacios de trabajo, como lo es la gestión menstrual.

Cada uno de los Objetivos de Desarrollo Sostenible mencionados están, en mayor o menor medida, vinculados con la posibilidad de gestionar la menstruación de manera satisfactoria. Este derecho se construye a partir de una combinación de factores que lo posibilitan, desde el derecho a la educación para tener una perspectiva informada sobre el tema, el derecho a la salud y el acceso a infraestructura que posibilite la higiene y saneamiento, por ejemplo, en

los espacios educativos o en los de trabajo, los cuales son espacios públicos. Por tanto, es crucial que los gobiernos guíen sus acciones y políticas públicas sobre esta agenda, a fin de que las niñas, mujeres y personas menstruantes – personas transgénero y personas no binarias - logren satisfacer estos derechos.

La Agenda 2030 plasmada en los Objetivos del Desarrollo Sostenible de la ONU y el enfoque de Manejo de la Higiene Menstrual (MHM) podrían considerarse como base y punto de partida para la construcción de condiciones mínimas indispensables para el ejercicio de la gestión menstrual con dignidad. No obstante, es importante reconocer que la Agenda 2030 de la ONU no es de carácter jurídicamente vinculante, aunque sí constituye un parámetro y marco de referencia para que todos los países contribuyan con las actividades y metas de desarrollo. De igual forma, es un compromiso conjunto para atender todos los derechos humanos: civiles, económicos, culturales, políticos, sociales, y el derecho al desarrollo (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, 2021).

Siguiendo con algunos antecedentes sobre iniciativas internacionales que abordan la gestión menstrual, podría destacarse el trabajo del Banco Mundial (BM), el cual también ha participado de esta labor a través de la organización de eventos que permitieron la visibilización del tema al tiempo que se incentivó la implementación de medidas necesarias para la adecuada higiene y gestión menstrual. En abril de 2016, en el evento *Let Girls Learn*, se manifestó la importancia que tiene la menstruación en las niñas y la influencia que ejerce sobre su educación, pues se descubrió que las niñas dejan de acudir a las escuelas durante su periodo menstrual ante la falta de recursos, información e instalaciones adecuadas. Asimismo, el BM se ha reunido con emprendedores sociales que trabajan en proyectos que abordan la gestión menstrual y el acceso a productos para este propósito (Lusk, 2016).

Son destacables proyectos como el de *Aakar Innovations* con sede en India y el de *ZanaAfrica*, una empresa social en Kenia (Lusk, 2016). En el caso de *Aakar Innovations*, el trabajo se ha concentrado en dar acceso a las mujeres a productos de gestión menstrual asequibles, inocuos para el medio ambiente y también para generar oportunidades de sustento para ellas. La misma empresa hace la labor de abordar la menstruación sin vergüenza o

secretismo. En el caso de *ZanaAfrica*, el trabajo está enfocado en la creación de programas de educación sobre la salud, realizar esfuerzos para la promoción y generación de políticas en el tema y en proveer toallas sanitarias a través de asociados locales.

Las iniciativas y proyectos mencionados han permitido documentar que la falta de condiciones para gestionar la menstruación contribuye a que las mujeres y personas menstruantes sean más vulnerables a la violencia de género y a la imposibilidad de desarrollar el propio potencial, al no participar de espacios educativos y actividades económicas o productivas (Keith, p. 5). Asimismo, el Fondo de Población de las Naciones Unidas (2020) afirma que hay un conjunto de derechos humanos que podrían ser vulnerados a partir de ciertos tratos - discriminatorios en su mayoría- que reciben las mujeres durante su periodo menstrual: el derecho a un nivel adecuado de salud y bienestar, el derecho a la educación, el derecho al trabajo, y el derecho a la no discriminación e igualdad de género, todos ellos enmarcados sobre la base de la dignidad humana. Estos son aportes significativos también en la medida en que han servido para demostrar la importancia de abordar el tema de la gestión menstrual como un asunto público que, por tanto, también ha de ser atendido por parte de los gobiernos.

Abonando a lo anterior, hay gobiernos que ya han comenzado a implementar acciones para el ejercicio de la gestión menstrual. Estas acciones están mayormente enfocadas a atacar el problema de la pobreza menstrual. El Fondo de Población de las Naciones Unidas (2020) sostiene que la pobreza menstrual se refiere a las dificultades que las adolescentes y mujeres de ingreso bajo o medio enfrentan para adquirir los productos para el manejo de su menstruación. Esta noción también toma en consideración el incremento en la vulnerabilidad de las adolescentes y mujeres debido a la carga financiera que puede representar el adquirir los productos – toallas sanitarias, tampones y otros-, incluyendo ropa interior y medicamentos para el dolor provocado por los cólicos menstruales. La pobreza menstrual se presenta tanto en los países en desarrollo como en los más industrializados (Fondo de Población de las Naciones Unidas, 2020).

La pobreza menstrual ya ha sido reconocida como un problema a atacar desde los gobiernos. El liderazgo en cuanto a la solución de este asunto lo lleva Escocia por ser el primer país en ofrecer productos de gestión menstrual de manera gratuita a las niñas y mujeres en escuelas y universidades (Keogh, 2017). Por su parte, Canadá se ha encaminado a resolver el asunto del acceso a productos de gestión menstrual a través de la modificación de su Código Laboral. El Departamento de Empleo y Desarrollo Social de este país inició en 2019 un proceso consultivo en el cual se buscó decidir sobre el papel del Estado en la distribución de productos de higiene menstrual sin costo en los espacios laborales. La aprobación de esta decisión implicaría que, de 1.2 millones de empleadas contabilizadas, el 40% se vean beneficiadas por esta modificación (Gooch, 2019). Además, desde el 2015, los productos menstruales están libres de impuestos en este país (Erbetta, 2020).

Las acciones por parte de los gobiernos mencionados dan muestra de que el problema de la pobreza menstrual y la falta de condiciones para la gestión menstrual son asuntos que pueden y deben ser resueltos desde las políticas públicas y desde un enfoque de derechos humanos. En el caso de México, actualmente se comienzan a observar avances en cuanto a las iniciativas impulsadas para solucionar la pobreza menstrual – abordadas más adelante en el capítulo 4 -, sin embargo, es preciso mencionar que el tema parece tener poca difusión, pasando casi desapercibido. Para explicar esto último, se requiere de profundizar en las nociones y significados de la menstruación así como en los enfoques que permiten entenderla como un asunto de derechos humanos, lo cual se explica en el siguiente capítulo.

Capítulo 2. Conceptos, enfoques y significados

El objetivo de este capítulo es presentar el marco teórico y conceptual de esta investigación comenzando por definir los significados que rodean a la menstruación en la vida de las mujeres. Este tema, más allá de su dimensión biológica o fisiológica, se concibe también como un proceso social y simbólico. El revisar estos significados ayuda a comprender el impacto que tienen en la manera en que las mujeres y personas menstruantes gestionan la menstruación.

También se pretende dar cuenta de la relevancia de la interseccionalidad y el feminismo poscolonial para identificar a quienes podrían padecer la llamada pobreza menstrual.

2. 1. Menstruación como proceso fisiológico

Para comprender la gestión menstrual en una lógica de derechos, es importante comenzar por entender la menstruación como un aspecto fisiológico. Se denomina menarquía o menarca al comienzo de la fase de la menstruación en la vida de una mujer. Este proceso suele comenzar en la etapa de la adolescencia, aunque hay casos en los que llega un poco antes. A partir de este momento, el ciclo menstrual detonará una serie de cambios biológicos que suceden en el sistema reproductivo de la mujer y estos están principalmente asociados a la preparación del cuerpo para el embarazo. Los cambios en el ciclo menstrual son detonados por las hormonas del cuerpo a partir de la pubertad y estos continúan en la vida de las mujeres hasta que finaliza la etapa de fertilidad, o menopausia (UNFPA, 2020).

El Fondo de Población de las Naciones Unidas define a la menstruación como “el proceso en el cual el útero desprende sangre y tejido a través de la vagina” (UNFPA, 2020). Este proceso es natural y saludable para las mujeres en edad reproductiva, pues en este periodo se desprende el revestimiento del útero generado para recibir un óvulo fecundado (Clue Encyclopedia, 2020). La menstruación también se asocia comúnmente con el periodo o ciclo menstrual y este es variable según la persona, sobre todo, en cuanto a la duración de la menstruación – que puede ser desde los 2 hasta los 8 días-.

El periodo o ciclo menstrual dura aproximadamente 28 días. El primer día del ciclo es cuando comienza la menstruación. El útero se recubre de sangre y de otros tejidos para albergar al óvulo. Cuando este no es fecundado ocurre el desprendimiento del revestimiento del útero y los restos del óvulo no fertilizado, este flujo es la menstruación (UNICEF, 2020).

En el Manual sobre Salud e Higiene Menstrual para Niñas, Niños y Adolescentes, la UNICEF explica que las tres etapas del ciclo menstrual son (2021, p. 28):

- 1) Pre-ovulación: Ocurre entre los días 6 y 13 del ciclo. Es la fase que se produce después de la menstruación y en ella, el ovario produce estrógenos. Estas hormonas son las responsables de madurar a uno de los óvulos que se encuentran en su interior. Son diversos los factores que pueden provocar variaciones en su duración, entre ellos, la pérdida de peso, estrés emocional, enfermedades, ejercicio o dietas.
- 2) Ovulación: En esta fase el óvulo completa el proceso de maduración y se traslada, a través de las trompas de Falopio, del ovario hacia el útero. El estado de ánimo de las mujeres puede mejorar debido a que los niveles hormonales aumentan. Las hormonas ayudan a la preparación del recubrimiento del útero para el embarazo. Por ello, la mayor probabilidad de quedar embarazada es durante los 3 días antes de la ovulación o el mismo día de la ovulación.
- 3) Post-ovulación: En caso de que el óvulo no sea fecundado, este será expulsado en la próxima menstruación. Los niveles de hormonas comienzan a bajar en esta fase y pueden manifestarse en las emociones como el enojo, depresión y tristeza. Esto no es constante y varía en cada persona.

Se estima que la mujer promedio experimentará alrededor de 450 ciclos menstruales en toda su vida. Esto, a su vez, representa casi 7 años de su vida si se contaran los ciclos consecutivamente (Keith, 2016). Estos datos permiten comprender que el gestionar de manera satisfactoria este proceso biológico es crucial. Esto implica que las mujeres cuenten con los insumos y productos para la menstruación, privacidad e instalaciones adecuadas para este propósito. La posibilidad de gestionar la menstruación influye de forma significativa en las vidas de las mujeres, en su dignidad y en el desarrollo de su potencial y bienestar.

2. 2. La menstruación como proceso social y simbólico

Más allá de los procesos fisiológicos que ocurren en los cuerpos de las mujeres durante el ciclo menstrual y la menstruación en sí, es crucial comprenderla desde el simbolismo y los significados que la acompañan. De acuerdo con Chris Bobel (2010, p. 28) poner atención a la menstruación nos permite revelar parte de los valores culturales e identidades construidos en una sociedad. La misma autora argumenta que la sociedad occidental preserva una

contradicción ante el tema de la menstruación: es común congratular a las adolescentes por la menarca o primera menstruación debido a que esto las introduce a una etapa de “ser mujer” y, al mismo tiempo, se les pide que lo guarden en secreto, como un asunto privado y oculto de la vista masculina (p. 31).

Estas ideas relacionadas con la menstruación no adquieren sentido sin explorar la lógica patriarcal que ha impregnado a la sociedad occidental. Para abordar esto, vale la pena retomar la evolución de un pensamiento feminista desarrollado durante las llamadas Olas. La Primera Ola del feminismo tuvo sus orígenes en la Ilustración, hacia el siglo XVIII. En esta etapa emergió una conciencia sobre la situación de “deprivación de bienes y derechos de las mujeres con las propias declaraciones universales” (Valcárcel, p. 9, 2001), aquí refiriéndose a la declaraciones americana y francesa que ya hablaban sobre derechos humanos, pero solamente para los hombres. En esta época, la demanda principal se centraba en el reconocimiento de la igualdad en cuanto al ejercicio de derechos civiles y políticos, es decir, en una igualdad política de los sexos.

Posteriormente, en el siglo XIX, surgió la Segunda Ola del feminismo. Durante esta etapa comenzó la consolidación del modelo sociopolítico liberal (Valcárcel, p. 12, 2001). Este modelo empezó a romper con el modelo conservador que estaba profundamente asentado en la sociedad y las mujeres iniciaron su lucha por la posibilidad de votar, dando pie al llamado feminismo liberal sufragista. Esta Ola no solo implicó una evolución intelectual, sino toda una organización de las mujeres por este derecho, aunque se dice que este movimiento era exclusivo de las mujeres blancas o burguesas.

Después de un periodo largo de parálisis posterior a las luchas por la igualdad y los derechos políticos, surgió la Tercera Ola del Feminismo en los años setenta, continuando hasta los inicios de los años ochenta. En esta etapa, se amplía aún más la conciencia, ahora centrada en el cuerpo de las mujeres y en el sistema de opresión patriarcal. En este sentido y retomando el tema de la menstruación, se ha documentado que los cuestionamientos comenzaron a presentarse en Estados Unidos durante esta Tercera Ola (Bobel, 2010). Por primera vez se manifestaron críticas y sospechas sobre la seguridad de los productos de gestión menstrual

disponibles en el momento y sus efectos en la salud. En este mismo periodo emergieron grupos de activismo menstrual que comenzaban a establecer agendas que se centraban en la búsqueda de alternativas ecológicas, naturales y seguras para preservar, principalmente, la salud y la sana alimentación. Esta nueva agenda tuvo auge a la par de otros movimientos como el ambientalista.

Al mismo tiempo, se generó una conciencia de la percepción socialmente construida sobre la menstruación, esta última generalmente asociada con la vergüenza (Bobel, p. 42). Sin embargo, la mayoría de las feministas hasta ese momento no habían centrado su atención hacia la menstruación como punto importante de los aspectos visibilizar y a resolver, era uno de los temas más olvidados por los colectivos. Incluso hubo escepticismo por parte de ciertos grupos sobre su importancia. Pese a esto, las activistas menstruales recalcan que esta necesidad era – y sigue siendo- importante, dado el impacto que tiene este proceso en la vida de las mujeres principalmente.

Sobre la construcción cultural generada en el imaginario occidental, Chris Bobel, en su texto *New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation* (2010) explica de manera amplia los significados atribuidos a la menstruación. La autora argumenta que hay una narrativa o etiqueta sobre la menstruación derivada de un imaginario cultural androcéntrico. Las mujeres, en consecuencia, se comportan en público desde la negación y la vergüenza, “como si no menstruaran” (p.30). Asimismo, se ha fomentado toda una construcción cultural negativa frente a los fluidos del cuerpo femenino: esto va desde la sangre menstrual hasta la leche materna. Todo esto es una percepción socialmente construida frente a la experiencia de ser mujer y se ha convertido en una actitud que se materializa en lo cotidiano (p. 32).

La percepción negativa de la menstruación se remonta, de acuerdo con Bobel, hacia los “tiempos bíblicos”, en los cuales las tribus judías comenzaron a asociarla con la contaminación (*pollution*). Con esta justificación, retomada de los textos de Levíticos, las mujeres podían ser aisladas hasta por siete días hasta que recuperaran su “limpieza”. Estos significados fueron cambiando con las épocas.

En la Edad Media se asociaba al ciclo menstrual con la luna y sus fases y podían referirse a la menstruación como “la flor” o “la regla.” Después, en la Época Victoriana, la menstruación adquirió su asociación con la reproducción, era un cambio importante en la vida de las niñas y también se comenzaba a percibir como un tema de higiene y salud (p.32). Como se puede observar, los significados no son estáticos y se han modificado junto con las sociedades.

En tiempos más recientes, a finales del Siglo XIX, se introdujeron al mercado las primeras toallas sanitarias. Esto abonó a la construcción de una “etiqueta” para la menstruación, sobre todo en las adolescentes. Las familias de clase media y alta podían informar a sus hijas y adquirir estos insumos, convirtiéndose así en símbolos de modernidad, privilegio y respetabilidad.

Décadas después, hacia los comienzos de la Segunda Guerra Mundial, la industria comenzó a publicitar sus productos y dirigirlos a las adolescentes. Las empresas buscaban la lealtad de las jóvenes consumidoras y los mensajes publicitarios proponían discursos sobre la “protección” de sus cuerpos. Cabe mencionar que las narrativas de fondo tenían que ver con que los productos protegían sus cuerpos y preservaban su higiene, como si el cuerpo de las mujeres fuera “peligroso” o “sucio”. En este contexto, el discurso de la fertilidad no se presentó en la publicidad ya que se enfatizó principalmente el tema de la higiene (p. 33).

A partir de estos significados, es posible comprender que la menstruación y todo lo que la rodea se ha estigmatizado desde hace siglos. Bobel sostiene que el problema de la menstruación, en lo general, es su mera existencia. Por ello, con los avances tecnológicos y médicos se ha popularizado cada vez más la contención de la menstruación a través del uso de hormonas y otros métodos para suprimirla totalmente. En este sentido, las industrias y farmacéuticas han fomentado una percepción negativa sobre la menstruación y ésta, al mismo tiempo, se interioriza en las mujeres, es como una “mirada misógina vigilante” (p. 34).

Al reflexionar sobre las ideas implantadas en el imaginario occidental a lo largo de la historia, es relevante cuestionar y repensar las creencias, así como analizar con profundidad los aspectos que contribuyen a la construcción de relaciones de poder cimentadas en el estigma, la negación, la vergüenza y los silencios sobre la menstruación. De esta forma, se podrían

detonar cambios en las actitudes y percepciones, e incluso en las acciones, pues estas afectan negativamente a las mujeres y personas menstruantes. Cabe decir que estas ideas también afectan a las personas más “privilegiadas”, es decir, a quienes cuentan con las condiciones propicias para gestionar la menstruación, ya que pueden ser influenciadas de cierta manera por la connotación negativa atribuida a la menstruación. Esto último ocurre a través del avergonzamiento por el ciclo menstrual y las creencias sobre la aparente “disminución” en las capacidades de las mujeres para tomar decisiones y vivir con normalidad cuando se presenta la menstruación.

Teniendo en consideración las percepciones que rodean a la menstruación en el imaginario occidental, es pertinente revisar otros enfoques que permitan analizar las relaciones de poder involucradas en una sociedad que invisibiliza la menstruación. En lo que sigue, se presentan dos enfoques de la teoría feminista que ayudan a enmarcar este análisis.

2.3 Aproximaciones teóricas a la pobreza menstrual: Interseccionalidad y feminismo poscolonial

Como ya se ha señalado, en México se vive en un contexto en el cual prevalece la falta de atención al asunto de la menstruación, contribuyendo así a la generación de desigualdades y discriminación, teniendo como resultado la obstaculización de la posibilidad de gestionar la menstruación. Para analizar el contexto del país se requiere de enfoques que permitan complejizar las relaciones de poder que existen en torno al género, así como para abordar la estigmatización que sigue acompañando a la menstruación. En lo que sigue, se proponen la interseccionalidad y la teoría feminista poscolonial como ejes teóricos para el análisis de la pobreza menstrual, así como la falta de reconocimiento y las deficientes condiciones que para quienes la viven en México.

La noción de interseccionalidad fue acuñada por Kimberlé Crenshaw en 1989. En su trabajo *"Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics"*, Crenshaw parte de una crítica de la exclusión de las mujeres negras racializadas en la teoría feminista y de los

discursos políticos de la época en tanto que no reflejaban de forma realista la interacción entre el género y la raza. La autora refiere que las condiciones que experimentaban las mujeres negras no cabían en el análisis feminista hegemónico y también sostiene que no es suficiente el hacer una “sumatoria” de racismo y sexismo para explicar las preocupaciones y experiencias de estas mujeres (p. 140).

En esta línea, Crenshaw estableció la noción de interseccionalidad para visibilizar las discriminaciones y violencias sufridas por las mujeres racializadas y lo utilizó específicamente en el caso de un grupo de mujeres trabajadoras de General Motors (p. 141). La interseccionalidad es, entonces, una perspectiva teórica y de uso práctico para analizar desigualdades concretas y omisiones jurídicas. Esta noción invoca necesariamente el cruce raza, clase y género y “busca dar cuenta de la percepción cruzada o imbricada de las relaciones de poder” (Viveros, 2016, p.2).

Sumado a lo anterior, la dimensión política de la interseccionalidad se explica, principalmente, en que esta exigió la inclusión de las experiencias de género, raza y clase de mujeres no blancas en la agenda feminista y aportó a la construcción de un movimiento social solidario a todos los tipos de opresión, marginación y exclusión: clasismo, sexismo, racismo, heterosexismo, sin priorizar ninguno de ellos, sino en forma contextual y situacional (Viveros, p. 13). Al mismo tiempo, la interseccionalidad propone un énfasis distinto, que complejiza el análisis de las relaciones de poder asimétricas que pueden establecerse ante grupos de mujeres que han sido oprimidos por las prácticas colonizadoras y por la raza con la cual han sido identificadas.

En el caso de América Latina, la interseccionalidad no ha sido del todo aceptada debido a que se le ve como una teoría construida desde el feminismo hegemónico (Viveros, 2016). No obstante, sí se ha enfatizado en la construcción de diversos análisis desde el feminismo poscolonial, el cual “se concentra en romper la representación de las mujeres tercermundistas por parte de las feministas occidentales y crear espacios para poder escuchar las voces silenciadas de las mujeres latinoamericanas, africanas, asiáticas; en pocas palabras, de las mujeres no occidentales” (Marchand, 2016: p. 65). Este mismo enfoque

también implica “descolonizar” las teorías, el pensamiento, las relaciones sociales y los sesgos de género que hay en ellas.

Al observar estos enfoques cabe preguntarnos ¿por qué estas perspectivas pueden ser útiles para analizar el asunto de la pobreza menstrual? Tanto la interseccionalidad como el feminismo poscolonial, pese a sus distintos orígenes y énfasis, son ejes valiosos y apropiados para analizar fenómenos complejos asociados al género que pueden estar relacionados en mayor o menor medida con los aspectos de raza y clase. En el caso de México, podemos encontrar, por ejemplo, que hay mujeres que se ven afectadas por las condiciones de vulnerabilidad económica. Se estima que el ingreso laboral mediano de las trabajadoras en situación de pobreza es de 12.4 pesos por hora además de que el 75.3% de las trabajadoras reportan no haber contado con seguridad social durante la totalidad de su trayectoria laboral (CONEVAL, 2018, p. 89).

En el caso que ocupa a esta investigación, que es la pobreza menstrual y la falta de ciertos derechos vinculados a la gestión menstrual, la interseccionalidad aparece como un punto de partida para analizar las desigualdades que experimentan las mujeres y personas menstruantes al no contar con las posibilidades de gestionar la menstruación de manera satisfactoria y con dignidad, tomando en consideración sus contextos y experiencias particulares y visibilizando las intersecciones entre diversos aspectos, sobre todo, aquellos que las hacen más vulnerables. En cuanto a las condiciones de vulnerabilidad que afectan a las mujeres se podrían considerar a aquellas que van más allá de las cuestiones económicas, a saber, las relacionadas con el rezago educativo, la falta de acceso a servicios de salud y las carencias de servicios básicos de la vivienda.

Por otro lado, el feminismo poscolonial abona a la construcción de un análisis desde un enfoque diferenciado con respecto a las preocupaciones, experiencias y temas prioritarios de las mujeres no escuchadas y no visibilizadas. Como se ha dicho, este provee elementos para dar voz a las experiencias particulares de las mujeres latinoamericanas desde una perspectiva contrahegemónica del feminismo. Ambos enfoques, son enriquecedores para el análisis teórico de los diversos factores que afectan o impiden el reconocimiento y

condiciones para la gestión menstrual en México, y con ello, a la solución del problema de la pobreza menstrual.

Cabe mencionar que también es relevante la atención a las necesidades de las personas que se identifican como personas transgénero y no binarias y que comparten las condiciones de vulnerabilidad de las mujeres. No obstante, persiste la falta de información sobre esta población por lo que será necesario que en un futuro se recaben datos sobre las experiencias de un grupo que también podría vivir con pobreza menstrual.

Capítulo 3. Vivir la pobreza menstrual

El propósito de este capítulo es presentar los productos disponibles en México para la gestión menstrual a fin de contextualizar los costos que representan para las mujeres y personas menstruantes. Posteriormente, se exponen los resultados y hallazgos de las entrevistas realizadas para documentar y conocer la experiencia de vivir la pobreza menstrual. A partir de los testimonios de cinco mujeres se logra observar el impacto y las consecuencias en sus vidas y en sus derechos humanos al tiempo que se identifica la relevancia de la intervención del Estado para atender la pobreza menstrual.

3.1 Productos disponibles para la gestión menstrual en México

Para conocer los recursos disponibles para atender la pobreza menstrual en el país, es crucial saber cuáles son los productos o insumos de gestión menstrual. Estos incluyen “toallas sanitarias desechables, toallas de tela, compresas, tampones, panti-protectores, copas menstruales y cualquier otro bien destinado a la gestión menstrual” (Menstruación Digna, 2020, p. 1). En México están disponibles productos tanto desechables como ecológicos. Los productos desechables suelen fabricarse con materiales naturales y sintéticos, son más económicos, disponibles y conocidos por las mujeres y personas menstruantes. Sin embargo, una desventaja es que son productos de un solo uso y están destinados a tirarse en los basureros, o bien, a ser quemados al considerarse desechos peligrosos. Adicionalmente, estos

productos no suelen degradarse rápidamente en el medio ambiente, por lo cual, es prácticamente imposible no acumularlos.

Por otro lado, están los productos de gestión menstrual llamados ecológicos o sustentables (Ruvalcaba, 2019). Estas opciones se han comenzado a posicionar en México y, en general, están hechas de materiales cuya durabilidad es mayor - pueden ser textiles, materiales repelentes, silicón quirúrgico, etc.- y suelen prometer la reducción del impacto medioambiental que ocasiona el uso continuo de productos desechables. Sin embargo, el mayor inconveniente de los productos ecológicos radica en que los costos resultan lo suficientemente elevados como para considerarse productos de lujo. Asimismo, para que los productos ecológicos se utilicen de forma adecuada se requiere de un proceso de sensibilización y adaptación en las mujeres y personas menstruantes que los utilicen.

En lo que sigue, se presentará una tabla en la que se especifican los costos de cada uno de los productos mencionados:

Producto	Costo con IVA	Costo sin IVA	Desechable	Ecológico/ sustentable
Toallas sanitarias (varía por la cantidad y presentación)	\$50 - 60 pesos por caja	\$20 - \$52 pesos por caja	x	
Toallas de tela	\$85 - \$200 pesos por unidad	\$72- \$170 pesos por unidad		x
Ropa interior absorbente	\$350 - \$800 pesos por unidad	\$297- \$680 pesos por unidad	x	

Tampones (varía por la cantidad y presentación)	\$60 pesos por caja	\$37.43 pesos por caja	x	
Panti protectores (varía por la cantidad y presentación)	\$24 - \$80 pesos por caja	\$ 20 – \$ 68 pesos por caja	x	
Copas menstruales	\$550 – \$700 pesos por unidad	\$ 476.50 pesos por unidad		x

Fuente: Elaboración propia con base en datos de Secretaría de Gobernación, Procuraduría Federal del Consumidor y Ruvalcaba (2019).

Como se puede observar en la tabla, la variedad de productos para la gestión menstrual en México es relativamente amplia. No obstante, es imposible ignorar que los costos son extremadamente variables entre las opciones disponibles y, hasta ahora, no existen estudios o información suficiente para conocer qué productos se utilizan más, aunque se infiere que son los desechables. Si se tiene en consideración que, en México, el salario mínimo actual corresponde a 141.70 pesos diarios (Comisión Nacional de los Salarios Mínimos, 2021), es posible percibir que las mujeres y personas menstruantes podrían emplear casi un tercio de dicha cantidad en productos menstruales. Esta estimación se puede calcular tomando como referencia las cajas de toallas sanitarias y las de tampones en específico.

Sumando a lo anterior, existe un vacío de información sobre las preferencias de las mujeres y personas menstruantes en función de las ventajas y desventajas que tienen las opciones disponibles. Al final, el plantear estas preguntas podría ayudar a entender el problema de la pobreza menstrual en su complejidad y abonar a la construcción de iniciativas y políticas

públicas que logren disminuir – y erradicar - los efectos que esta tiene sobre la población afectada.

3.2 La experiencia de la menstruación en condiciones vulnerables

A lo largo de este trabajo se ha documentado y contextualizado la pobreza menstrual como un problema público y de derechos humanos que afecta a las mujeres y personas menstruantes en condiciones de vulnerabilidad en México. No obstante, se reconoce que hay pocos datos y estadísticas que den cuenta de la magnitud de este problema y, con ello, prevalece la dificultad para visibilizar la manera en que la pobreza menstrual afecta, en la práctica, la vida de las mujeres.

Como se mencionó previamente, la pobreza menstrual es una problemática que tiene varias implicaciones, entre ellas, la carga financiera que produce la necesidad de adquirir productos de gestión menstrual, así como sufrir la falta de espacios adecuados para resolver este proceso fisiológico de manera salubre, privada y con infraestructura adecuada. Para comprender cómo se vive la pobreza menstrual en un contexto local se destina, más adelante, un apartado para recuperar los testimonios obtenidos de las entrevistas a cinco mujeres, quienes accedieron a conversar sobre sus experiencias sobre la menstruación, los costos en términos económicos que este proceso genera, así como las percepciones sociales que hay alrededor de esta.

El exponer las vivencias relacionadas con la menstruación de las mujeres abona al proceso de construcción de pautas y recomendaciones sobre las formas en que debería atenderse la pobreza menstrual en México para garantizar los derechos humanos de las mujeres y personas menstruantes. En esta línea, se han delimitado ciertos ejes o dimensiones que servirán como punto de partida para generar dichas pautas: dimensión económica, dimensión práctica y de gestión y dimensión sociocultural.

Los ejes mencionados contribuyen a analizar con mayor profundidad las experiencias de las mujeres en un contexto local y permiten establecer relaciones entre la forma en que se ha

enmarcado el problema desde la teoría disponible y la realidad que viven las mujeres. En lo que sigue se presentan, a grandes rasgos, las experiencias que recuperadas mediante las entrevistas semiestructuradas a cinco mujeres quienes cumplieron con las características establecidas en la metodología.

3.2.1 Dimensión económica

La mayoría de las entrevistadas – cuatro de cinco - afirmaron que participan en una actividad económica informal: mantenimiento y limpieza doméstica, ventas, ayudante de despunte, trabajo de jardinería. Solamente una de ellas es dependiente económica de sus hijos e hijas. En el caso de las mujeres que aportan económicamente a sus hogares, todas afirmaron que el mayor gasto en sus casas corresponde a la despensa y comidas del día a día. Ahora bien, al preguntarles cuánto suelen gastar en productos de gestión menstrual, cada una respondió un estimado distinto, el cual fluctúa entre los 45 hasta los 65 pesos por mes. Si se obtiene un promedio a partir de estas cantidades, el gasto en productos de gestión menstrual representa 55 pesos. Esta cantidad de dinero pareciera razonable, sin embargo, al calcular lo que este gasto representa puede llegar a alcanzar el 14% del dinero que se obtiene en un día de trabajo, considerando un salario diario estimado de 380 pesos.

El promedio mencionado ayuda a entender que la cuestión económica es relevante para las mujeres que tienen su menstruación regularmente, pues es un costo que ellas se ven obligadas a asumir para continuar con normalidad sus actividades. En este sentido, una de las entrevistadas comentó que ella tiene que elegir si adquiere o no ciertos productos a partir de los gastos que tiene en casa. Ella normalmente requiere, además de toallas sanitarias, analgésicos para aliviar los cólicos menstruales. Sin embargo, su situación económica le limita el adquirir ambos productos mes con mes: *“...cuando realmente sí necesito unas pastillas sí me las tomo”*, comentó.

En cuanto a los productos que más se utilizan, cuatro de las cinco entrevistadas coinciden en que compran toallas sanitarias y cada persona adquiere marcas y presentaciones distintas, que pueden ser de paquetes pequeños de 12 a 14 toallas hasta cajas de más de 40. Todas

coinciden en que este producto es el más económico, por lo cual, difícilmente considerarían comprar y probar algún otro. Pese a esta coincidencia, hubo una persona que afirmó que en su lugar de origen – Los Reyes, Hidalgo - no había recursos económicos suficientes ni toallas sanitarias disponibles, por lo cual, parte de su juventud y adultez se vio obligada a resolver su menstruación con paños de tela, mas no toallas sanitarias en sí. Esta misma entrevistada no alcanzó a utilizar productos de gestión menstrual debido a que dejó de menstruar regularmente y los conoció hasta que su hija cumplió los 12 años y tuvo su primera menstruación.

En general, la situación económica de la mayoría de las mujeres entrevistadas les ha permitido hasta ahora acceder a productos de gestión menstrual. No obstante, todas reconocieron que, a mayor cantidad de mujeres en la familia, los gastos relacionados con este tema se incrementan y con ello, aparecen las preocupaciones económicas. En efecto, dos de las entrevistadas comentaron que, aunque los costos pueden considerarse “normales”, hay momentos en los que suben los precios, convirtiendo esta necesidad en un lujo. En un caso, se admitió que el ser la única mujer en una familia de cinco personas era beneficioso, ya que no tenía que sacrificar la calidad y cantidad de toallas sanitarias que se requieren.

Al indagar sobre si alguna de las mujeres ha recibido alguna ayuda por parte del gobierno para obtener productos menstruales, todas las respuestas fueron negativas. Ninguna de las mujeres ha escuchado algún programa que brinde este tipo de apoyo. Asimismo, se les preguntó si esta ayuda sería valiosa para las mujeres y la mayoría – cuatro de cinco- consideraron que el gobierno sí debería aportar productos gratuitos, principalmente, a las adolescentes en las escuelas y a otras mujeres con más bajos recursos en centros de salud y otros espacios públicos, como los sanitarios.

Aunque la situación económica de las mujeres es relevante para comprender la forma en que se vive la pobreza menstrual, es posible percibir que esta no es la única dimensión importante. Es crucial observar el contexto en el que viven las mujeres, los espacios a los que ellas acceden y las condiciones de estos. A continuación, se abordará la dimensión práctica y de gestión que acompaña las experiencias de las mujeres entrevistadas.

3.2.2 Dimensión práctica y de gestión

Como se ha mencionado anteriormente, la mayoría de las entrevistadas ha utilizado toallas sanitarias. Todas las mujeres coincidieron en que ese es el producto más económico y mencionaron que difícilmente cambiarían a otro producto por dos razones principales: la primera, por lo fácil y práctico que resulta utilizarlo y, la segunda, por el desconocimiento de las características de otros productos disponibles. Solamente tres de las mujeres entrevistadas habían escuchado de otros productos de gestión menstrual. Ellas mencionaron, específicamente, los tampones y la copa menstrual como otras alternativas para el manejo de la menstruación y, no obstante, coincidieron en que no les gustaría sustituir las toallas sanitarias, ya que les parecen costosos y encuentran difícil la utilización de estas opciones. En lo general, parece haber cierta desconfianza hacia las otras alternativas, pues no se tiene el conocimiento de cómo adoptarlos además de que cada una de las entrevistadas tiene identificada la marca y las características de las toallas sanitarias que perciben como más adecuadas a sus necesidades.

Siguiendo con la forma en que las mujeres resuelven su menstruación, la mayoría de las entrevistadas afirmó que en un día de menstruación se hacen por lo menos tres cambios de toalla sanitaria. Esta cantidad es variable y cambia en función de la cantidad de flujo que ellas perciben, así como en las actividades que realizan cotidianamente. Cabe mencionar que todas las entrevistadas afirmaron que continúan con sus actividades con normalidad durante la menstruación, aunque sí puede haber excepciones – ejercicio físico, actividades con exceso de esfuerzo, salidas a espacios que no cuenten con sanitarios, entre otras -.

Además de dialogar sobre los productos para el manejo de la menstruación, en cada entrevista se abordó el tema de las condiciones de los espacios en los que viven las entrevistadas. En cuanto a las características de las viviendas, tres personas comentaron que hay dos sanitarios en sus hogares y las otras dos personas afirmaron que hay un solo sanitario disponible y relativamente funcional. Sin embargo, cabe recalcar que la mayoría afirmó que, más allá del funcionamiento de la instalación, los problemas de acceso al agua

son sumamente frecuentes. Ellas confirmaron que esta situación obstaculiza tanto el manejo de la menstruación como el resto de sus actividades.

Todas las mujeres entrevistadas radican actualmente en Zapopan, Jalisco: dos de ellas en la Colonia Indígena en San Juan de Ocotán, dos en la Colonia Mesa de los Ocotes y una en la Colonia Jardines del Valle. Las dos mujeres que viven en San Juan de Ocotán afirmaron que, durante los meses de marzo, abril y mayo de 2021 tuvieron problemas debido a la falta de acceso al agua. Ellas estimaron que no hubo agua por dos meses y tuvieron que cooperar con sus vecinas para llenar un aljibe y acarrear cubetas de agua. También cooperaron con los vecinos de otras tres viviendas para solucionar temporalmente el problema. Una de las dos mujeres compartió que es desesperante e incómodo no poder asearse con facilidad por el tema de escasez de agua en los días de la menstruación.

En el caso de la Colonia Mesa de los Ocotes, las dos personas entrevistadas coincidieron en que los problemas de acceso al agua son frecuentes en su colonia: *“Pues nos hicieron batallar como siete meses, de febrero a septiembre no tuvimos agua. A veces nos recortan el agua como tres días”*. Una de las entrevistadas que viven en esta zona considera que, en ocasiones, el agua sale sucia. Por su parte, la persona que vive en la Colonia Jardines del Valle comentó que no suele tener problemas por escasez de agua en sí. Sin embargo, mencionó que hay momentos en los que la presión de agua no es suficiente y también puede salir con impurezas.

Como es posible notar, el tema del acceso y calidad del agua es otro problema frecuente para las mujeres entrevistadas y sus familias. En el tema de la gestión menstrual, este aspecto es importante debido a que es una de las condiciones fundamentales para un manejo salubre y digno de esta necesidad. Precisamente es necesario contar con acceso a infraestructura adecuada para cambiar los productos menstruales, la cual también deberá contar con acceso al agua y saneamiento.

Siguiendo con el tema de las instalaciones e infraestructura para el manejo de la menstruación, una de las entrevistadas comentó de manera explícita que no siempre confía en que tendrá acceso a un lugar adecuado y privado para gestionar la menstruación al salir de casa, sobre todo si se encuentra en el espacio público: *“Bueno, es que yo soy muy*

desconfiada para entrar a otro baño en la calle. Trato de no salir de mi casa en los días que más me llega (la menstruación). Sobre todo, por la higiene". Otra de las mujeres entrevistadas comentó que cuando se presenta su menstruación suele pedirle a su esposo regresar a su casa para cambiar la toalla sanitaria con mayor privacidad y confianza, aunque esto implique *"dar más vueltas."*

Otro aspecto práctico que también cobra relevancia en la manera de gestionar la menstruación tiene que ver con el acceso a servicios de salud que contribuyan a que las mujeres resuelvan los padecimientos relacionados con este proceso fisiológico. En relación con esto, tres de cinco entrevistadas manifestaron padecer cólicos o dolor de espalda durante la menstruación. No obstante, ninguna de ellas se ha asesorado con un profesional de la salud para resolver estos dolores y, en consecuencia, recurren a la automedicación y a remedios caseros para sobrellevar el dolor. Incluso las dos mujeres que no sufren dolores asociados a la menstruación manifestaron no acudir al médico principalmente por miedo, por no sentir una verdadera urgencia por acudir y también porque la mayoría de las entrevistadas no cuenta con un seguro médico vigente. Solo una de las entrevistadas comentó que suele realizarse una valoración general de su salud al final del año.

El aspecto del derecho a la salud está estrechamente vinculado a la gestión menstrual, ya que este contribuye a que las mujeres tengan información suficiente y basada en evidencia científica sobre sus cuerpos y ciclos menstruales, además de que ayuda a adquirir conocimientos sobre las opciones disponibles para gestionarla y resolver sus síntomas. A pesar de que todas las mujeres entrevistadas conocieron su ciclo menstrual principalmente a través de la educación – durante la primaria o secundaria- y la propia vivencia de este proceso, la mayoría comparte la sensación de miedo de acudir a un profesional de salud para recibir asesoría.

Al conocer las dimensiones económicas y prácticas sobre la pobreza menstrual es posible adquirir una perspectiva más profunda de las maneras que afecta a las mujeres. Sin embargo, esta visión quedaría incompleta si no se contemplan las percepciones sociales que existen en torno a la menstruación. A continuación, se pretende exponer algunas ideas que las

entrevistadas compartieron respecto de la forma en que perciben la experiencia de la menstruación.

3.2.3 Dimensión sociocultural

Como se señaló anteriormente en este trabajo, pensar en la menstruación puede asociarse con la vergüenza, el miedo y con la privacidad de las mujeres, sobre todo en un imaginario occidental. En este sentido, la menstruación no solo es un proceso fisiológico, sino que adquiere un significado simbólico y social. En el caso de las cinco mujeres entrevistadas, la percepción de la menstruación es, en general, asociada a la transición de “ser niña a mujer”. Precisamente esta percepción acompaña la vida adulta de las mujeres al asociarla como un indicador de no embarazo.

Todas las entrevistadas coincidieron en que la menstruación les aporta, hoy en día, una sensación de tranquilidad. No obstante, esta percepción distaba de ser la misma cuando cada una experimentó la menarca – o primera menstruación-. Una de las mujeres entrevistadas comentó que en su primera menstruación tuvo miedo, se sintió enferma y la mantuvo oculta por un tiempo: *“Cuando empecé así andaba con miedo y después con trabajo le agarré la confianza a decirle a mi mamá lo que me estaba pasando”*. Ella misma resolvió con papel sanitario cuando se presentó su menstruación, ya que no conocía cómo utilizar los productos de gestión menstrual.

Asimismo, cabe recalcar que tres de las entrevistadas provienen de una comunidad indígena del estado de Hidalgo, lo cual ha tenido impacto en la manera en que viven la menstruación. Una de las entrevistadas en particular no tuvo estudios básicos y sufrió dificultades para el manejo de la menstruación debido a la falta de conocimiento sobre el tema, además de la poca accesibilidad de recursos. Las otras dos mujeres se adaptaron al contexto de la ciudad, aunque reconocieron que suelen tener algunas dificultades para la gestión menstrual, sobre todo económicas y de falta de infraestructura.

Respecto de la primera experiencia de la menstruación, solamente dos de las entrevistadas afirmaron que ya tenían conocimientos básicos sobre el tema cuando se presentó. Ellas comentaron que fue de gran ayuda la presencia de sus madres y hermanas para sobrellevar esa etapa. Asimismo, destacaron que en la secundaria se les impartió una plática sobre la menstruación, aunque reconocieron que no fue lo suficientemente profunda.

Asimismo, se les preguntó a las mujeres si se hablaba del tema cotidianamente con las personas más cercanas – familiares, amistades, pareja -. Todas coincidieron en que el tema se hablaba, primeramente, con las mujeres de la familia, quienes servían como orientadoras de las más jóvenes. También era común tener esta conversación con sus amigas, sobre todo durante la adolescencia. Sin embargo, las personas entrevistadas también manifestaron que este tipo de diálogo no ocurría con familiares varones, amigos o sus padres. La mayoría comentó que actualmente sostienen este tipo de conversación exclusivamente con sus parejas por la relación de confianza que existe y por el papel que juega la menstruación en la cuestión reproductiva.

Hacia el final de la conversación, se le pidió a cada una de las mujeres describir en pocas palabras la percepción de su experiencia general de la menstruación. Sorprendentemente, tres de las cinco mujeres consideran que su menstruación es simplemente normal y natural. En efecto, la percepción del tema para estas mujeres es más bien positiva y está lejos de ser un tema vergonzoso, aunque muchas veces- y sin darse cuenta - lo reservan para la conversación con personas de confianza.

En contraste, dos mujeres consideran que su menstruación es dolorosa, fastidiosa o tediosa. En el caso de estas mujeres, la presencia de la menstruación es principalmente negativa por los síntomas físicos y emocionales que genera para ellas, no tanto por un significado social en particular. Asimismo, entre los hallazgos más destacables sobre esta dimensión social es que el tema no es necesariamente tabú para las entrevistadas, pero esto no implica que hubiera algunos silencios alrededor del asunto. Aunque se ha visto que dialogar sobre la menstruación es más común en los entornos más cercanos, cabe decir que esta realidad no

necesariamente se traslada al espacio público, por lo que prevalece el reto de colocar este tema en una discusión más formal y generalizada.

Capítulo 4. El Estado y la pobreza menstrual

El objetivo de este capítulo es culminar el presente trabajo y cumplir con el objetivo principal: generar pautas y recomendaciones sobre las formas en que debería atenderse la pobreza menstrual en México para garantizar los derechos humanos de las mujeres y personas menstruantes, todo esto, a través de políticas públicas desde el Estado y teniendo en consideración la perspectiva de género.

Primeramente se exponen aquellas iniciativas y reformas que han sido impulsadas en México para atender la pobreza menstrual para, posteriormente, explicar la manera en que este problema debería atenderse desde las políticas públicas. Finalmente se ofrecen las pautas, caracterización, recomendaciones y propuestas para atender de forma integral a las mujeres y personas menstruantes que viven con pobreza menstrual.

4.1 ¿Qué se está haciendo en México ante la pobreza menstrual?

Como se mencionó en un capítulo anterior, la agenda sobre la menstruación como un derecho humano comenzó a desarrollarse hace casi quince años a nivel internacional a través de políticas públicas y otros mecanismos por diversos organismos internacionales, empresas y gobiernos. En el caso de México, esta agenda se empezó a discutir activamente hasta hace un par de años - en 2020 - con una serie de iniciativas propuestas, principalmente, por la organización Menstruación Digna México y por personas involucradas en distintos partidos políticos. Esto último es relevante, ya que permitió introducir el tema de la menstruación como un asunto público y se empezó a reconocer que hay pobreza menstrual en el país.

En lo que sigue, se pretende dar cuenta de las iniciativas y reformas que se han propuesto y que brindan el reconocimiento de las obligaciones del Estado mexicano a atender la pobreza menstrual. Un claro parteaguas fue la aprobación de la Ley de Menstruación Digna en el

estado de Michoacán el 2 de marzo de 2021. En la exposición de motivos de la iniciativa de ley, el Diputado e integrante del Grupo Parlamentario de Morena, Octavio Ocampo argumentó que “debe ser imperativo que los estados garanticen a cada niña, adolescente, mujer u otra persona menstruante la posibilidad de vivir una menstruación de forma higiénica, íntima, cómoda, segura, saludable y digna” (Ocampo, 2020). También afirmó que en México no existe ningún programa sanitario que haya realizado investigaciones sobre las necesidades de las mujeres durante la menstruación.

Esta propuesta de Ley también retomaba el artículo 4 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en el cual se estipula que “la educación se basará en el respeto irrestricto de la dignidad de las personas, con un enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva” (p. 8). A partir de la aprobación de la Ley en Michoacán, el estado tiene la obligación de impartir la educación menstrual a la par de la educación sexual integral y reproductiva (Ocampo, p. 7) a fin de asegurar que las niñas – y niños- reciban la información necesaria, basada en evidencia científica, sobre la menstruación. Otro aspecto relevante es que se adquirió la obligación de asegurar, de forma gradual, la gratuidad de los productos de gestión menstrual en las escuelas pertenecientes al sistema educativo estatal. La Ley en Michoacán podría ser un referente para guiar esfuerzos contundentes y reales en el tema para otros estados en México.

Precisamente, en el estado de Jalisco se han aprobado reformas a las leyes de salud y educación para impulsar la gestión menstrual con dignidad. En octubre de 2021, la Comisión de Salud del Congreso del Estado emitió las aprobaciones que obligan a “los planteles educativos y al sector salud, dotar a niñas y adolescentes de productos básicos como toallas, tampones, copas menstruales, toallas de tela o cualquier otro bien destinado para su higiene menstrual” (Escamilla, 2021). Estas reformas también contemplan la obligación de las autoridades de establecer programas de educación menstrual en espacios con mayor rezago educativo y planteles escolares. Asimismo, la instancia encargada de diseñar los instrumentos para el cumplimiento de las iniciativas es la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Hombres y Mujeres (SISEHM).

En cuanto a las leyes que se reforman en Jalisco son: La Ley de Educación del Estado de Jalisco, Artículos, 15, 60 y 118 y la Ley de Salud del Estado de Jalisco, Artículos 34, 92, 97 y 113 (Gobierno de Jalisco, 2021). A partir de estas últimas reformas, el gobierno del estado adquirió las obligaciones de atender el tema de la gestión menstrual, en principio, dentro de los espacios educativos. En suma, las reformas mencionadas tienen como propósito que las personas obtengan acceso gratuito a productos de gestión menstrual, educación e información menstrual laica y científica con perspectiva de género -libre de tabúes y violencias – así como atención integral de salud menstrual digna.

Las dos reformas de ley presentadas en Michoacán y Jalisco representan un gran avance en cuanto al reconocimiento del problema que supone la pobreza menstrual para grupos específicos: las mujeres y personas menstruantes en los espacios educativos. En esta línea, se han observado otras iniciativas que han comenzado a abordar el tema. El pasado 8 de septiembre de 2020, se presentó una iniciativa impulsada por parte de las organizaciones Fundar, Oxfam México, el Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México (COPRED) y la organización Menstruación Digna México para la reforma al artículo 2 de la Ley del IVA. El propósito de esta era eliminar el impuesto al valor agregado de las toallas sanitarias, copas menstruales y tampones, lo que implicaba considerar una tasa cero sobre los productos de gestión menstrual (Animal político, 2020). La Cámara de Diputados desechó la iniciativa el 21 de octubre de 2020 a pesar de los esfuerzos de las organizaciones y, posteriormente, el Senado de la República manifestó que se haría una revisión sobre la misma.

A un año del primer intento por impulsar esta iniciativa, el Congreso de la Unión emitió su aprobación a la Ley del Impuesto al Valor Agregado (IVA) en octubre de 2021 (Fundar, 2021). Este hecho significa que los productos menstruales estarán a la venta sin IVA a partir del año 2022 y que, si bien ya se está abordando el tema desde el gobierno - particularmente en materia tributaria-, se requiere de mayores esfuerzos y de la generación de políticas públicas para atender la pobreza menstrual de manera más amplia. Asimismo, es preciso mencionar que estos resultados se han logrado a partir de una estrategia de movilización que ha podido,

poco a poco, posicionar la menstruación con dignidad como una demanda social legítima y con ello, como un tema de derechos humanos.

Como parte de los fundamentos de la iniciativa anterior, el colectivo Menstruación Digna México afirmaba que los impuestos a los productos de gestión menstrual afectaban principalmente a las mujeres y personas menstruantes de bajos ingresos, calculando que podían destinar hasta 6 veces más de su ingreso que las personas de mayores ingresos (Menstruación Digna México, 2021). De igual forma, se enfatizó en que una persona en situación de pobreza destina alrededor del 5% del total de gastos en productos de gestión menstrual y, aunque pareciera una cifra menor, esto varía en función de la cantidad de mujeres o personas menstruantes en la familia y de las necesidades de cada una tiene durante su ciclo. Además, la misma organización manifestó que el gasto anual promedio de una persona en toallas sanitarias o tampones representa al menos 720 pesos mexicanos. Para la población de mujeres más vulnerables en México esta cifra puede ser elevada y difícil de pagar si sus ingresos están comprometidos con otras necesidades básicas (Menstruación Digna México, 2020: p. 14).

En línea con lo anterior, otros esfuerzos que se han impulsado sobre el tema de la menstruación demuestran que varias personas involucradas en la política han comenzado a trabajarlo como una agenda formal. En 2020 se dio a conocer la iniciativa propuesta por la diputada del Partido Verde Ecologista de México, Alessandra Rojo de la Vega, en la cual se propuso que la Secretaría de Salud de la Ciudad de México “garantice el suministro efectivo, gratuito e irrestricto de productos para la gestión menstrual, como copas menstruales a las mujeres que lo soliciten” (Mora, 2020).

La iniciativa del Partido Verde suponía el reconocimiento del derecho a la higiene menstrual de las mujeres, sin embargo, no hay noticias de su aprobación o continuidad. De ser aprobada, los artículos 52 y 53 de la Ley de Salud del Distrito Federal serán reformados y adicionados con diversas disposiciones relacionadas con este tema, incluyendo campañas intensivas de información, orientación en materia de salud sexual y reproductiva y la provisión de información basada en evidencia científica sobre la menstruación en los planteles educativos.

Otro ejemplo es la iniciativa presentada en marzo de 2021 por la Senadora Verónica Delgadillo, del Grupo Parlamentario de Movimiento Ciudadano bajo el nombre: “Iniciativa con Proyecto de Decreto por el que se reforman y adicionan distintas disposiciones de la Ley General de Educación, y de la Ley General de Salud en materia de salud e higiene menstrual”. Dicha iniciativa, a diferencia de las anteriores, no ha sido expuesta en los medios de comunicación.

En la propuesta se contemplaron ciertas modificaciones en la Ley de educación a fin de que las niñas reciban la información y conocimientos necesarios para asegurar la salud menstrual. Los ajustes tienen que ver con la incorporación de la salud e higiene menstrual a la educación sexual y reproductiva dentro de los planes de estudio. Además, esta iniciativa también propone que la salud e higiene menstrual deberá ser contemplada para los efectos del derecho a la protección de la salud. Otro aspecto relevante es que la Secretaría de Salud “deberá establecer las normas correspondientes a los servicios para un adecuado manejo de la menstruación” (p. 7).

Más recientemente, en abril de 2021, la Cámara de Diputados avaló el acceso gratuito a productos de higiene menstrual a niñas y adolescentes en escuelas (Cámara de Diputados, 2021). En el boletín número 6433 se señala que el pleno aprobó con 432 votos a favor el dictamen que reforma el artículo 114 de la Ley General de Educación en materia de salud y gestión menstrual. A partir de esta aprobación se estableció que:

corresponde de manera exclusiva a las autoridades educativas de los estados y de la Ciudad de México, promover en coordinación con las autoridades sanitarias correspondientes, la salud y gestión menstrual a través de diversas acciones, entre ellas facilitar en los planteles educativos públicos del tipo básico y medio superior, el acceso gratuito a productos tales como toallas sanitarias, tampones y/o copas menstruales, para las personas que así lo requieran (Cámara de Diputados, 2021).

Por otra parte, el Instituto Nacional de las Mujeres presentó, a través de un comunicado, los manuales de salud e higiene menstrual elaborados por la UNICEF (InMujeres- Gobierno de México, 2020). El propósito de estos manuales es el de eliminar el estigma que rodea a la

menstruación. En este comunicado se externó que la higiene menstrual es un asunto de derechos humanos y que es necesario:

“coadyuvar a que maestras y maestros, padres y madres de familia, personal de salud y otras personas responsables de proporcionar información relacionada con la sexualidad a niñas, niños y adolescentes, cuenten con todos los conocimientos sobre la higiene menstrual y los elementos necesarios de infraestructura y servicios” (InMujeres, 2020).

Cabe destacar que aunque el reconocimiento del derecho a la gestión menstrual se vuelve explícito en la comunicación, no se exponen las estrategias desde el gobierno para la distribución de los manuales. Tampoco se detalla si existe un plan o programa en el cual esté contemplado el uso de estos insumos, ya sea en espacios educativos, centros de salud, entre otros. Esta falta de claridad podría impedir que la información y los contenidos lleguen a las poblaciones que lo requieren.

Como se ha podido revisar en este apartado, han sido varias las organizaciones que comenzaron a estudiar el problema de la pobreza menstrual y a impulsar esfuerzos para atenderlo formalmente- entre ellas Menstruación Digna México, IxQanil - mujer semilla y Kanai menstrual- a la par de algunos partidos políticos. Sin embargo, prevalece un obstáculo importante: son pocos los datos que se tienen sobre la dimensión del problema en México. En la actualidad no hay ninguna instancia u organismo gubernamental que recabe y exponga de manera oficial las estadísticas sobre el tema ni tampoco existe un mapeo que logre precisar de manera clara la ubicación de las mujeres y personas menstruantes que se encuentran en una situación de pobreza menstrual. En este sentido, los indicadores de pobreza multidimensional establecidos por el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL) podrían funcionar como guía para ubicar a las poblaciones que podrían estar sufriendo de pobreza menstrual.

Pese al vacío de información que prevalece, el colectivo Menstruación Digna México confirma que la población afectada suele enfrentarse a privaciones e impedimentos socioeconómicos cuando se trata de gestionar la menstruación. Entre las barreras que se presentan destacan:

“(1) la carencia de espacios dignos para la gestión; (2) la falta de recursos económicos para acceder a productos para su gestión, (3) las complicaciones para acceder al agua y al saneamiento; (4) y las barreras preexistentes de acceso a la educación menstrual y reproductiva” (2020: p. 4).

A partir de estas condiciones, será muy importante que en el futuro se contemplen otras cuestiones en las propuestas de políticas públicas, por ejemplo, la garantía de la gestión menstrual digna en espacios laborales, la promoción de campañas para la eliminación del estigma sobre la menstruación - y que estas no sean exclusivas de espacios educativos- al ser un aspecto vinculado con la cultura y el imaginario social y también, el asegurar que la infraestructura sea la adecuada para la gestión menstrual- más alineada al Manejo de la Salud Menstrual ya definido anteriormente -.Todo esto en conjunto también abonaría al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos en la agenda 2030 de la ONU y, en concreto, a la posibilidad del ejercicio de todos los derechos que se relacionan con la gestión menstrual, evitando así, la pobreza menstrual de mujeres y personas menstruantes.

4.2 ¿Cómo se debería atender la pobreza menstrual?

Antes de profundizar en las estrategias para atender la pobreza menstrual, es preciso tener en cuenta los derechos humanos que guardan relación con este problema. De acuerdo con el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA, 2021) los derechos que se ven socavados por la falta de condiciones para gestionar la menstruación en mujeres y personas menstruantes son: el derecho a la salud, el derecho a la educación, el derecho al trabajo, el derecho a la no discriminación y la igualdad de género y el derecho al agua y al saneamiento. Con la finalidad de atender la pobreza menstrual, este mismo organismo definió cuatro grandes enfoques para la promoción y mejoramiento de la salud menstrual en el mundo. A continuación, de detallará de forma general en qué consiste cada uno:

1. Suministro de productos para la gestión menstrual y mejoramiento de las instalaciones sanitarias: El Fondo ha apoyado con la distribución de kits de higiene

femenina que contienen toallas sanitarias desechables y reutilizables, jabón, ropa interior, y otros artículos para la gestión menstrual. Asimismo, ha colaborado en mejorar las instalaciones de retretes y baños de los campamentos de desplazados en países que presentan emergencia humanitaria. Al 2017, se distribuyeron 484.000 kits de higiene femenina en 18 países.

2. Mejoramiento de la educación y la información acerca de la menstruación: Desde el Fondo se impulsan iniciativas de educación integral en materia de sexualidad y otros programas juveniles que sirven para la concienciación sobre la menstruación además de aportar información sólida y científica sobre la salud menstrual.
3. Apoyo a sistemas nacionales del salud: El Fondo sostiene que los sistemas nacionales pueden promover servicios de salud para adolescentes y jóvenes y, con ello, abonar a que haya una mayor comprensión de sus cuerpos. En este sentido, el Fondo ayuda con la capacitación y contratación de profesionales de la salud que provean de información acerca de los padecimientos asociados a la menstruación, así como de los cuidados que se requieren durante el ciclo menstrual.
4. Recopilación de datos y pruebas sobre salud menstrual: El Fondo ha apoyado la investigación sobre el tema a través de la aplicación de encuestas que proveen, de manera crítica, la visión del conocimiento de las niñas y mujeres sobre sus ciclos menstruales, y otros temas relacionados como lo es el acceso a instalaciones sanitarias y la salud. Cabe mencionar que este organismo ha elaborado una publicación que da cuenta de estos esfuerzos en la región de África oriental y meridional.

A partir de los enfoques del Fondo de Población de la ONU, es posible construir iniciativas, acciones y estrategias propias que ayuden a atacar el problema de la pobreza menstrual en un ámbito nacional y local. En el caso de México ya se han impulsado iniciativas que buscan coadyuvar a la solución de la pobreza menstrual. Como se mencionó en un apartado anterior, en nuestro país se impulsó el establecimiento de la tasa 0% IVA a los productos de gestión menstrual. Otro modo en el que se ha comenzado a solucionar el problema es mediante la

distribución gratuita de productos de gestión menstrual en planteles educativos de educación básica y media, particularmente en el caso de los estados de Michoacán y Jalisco.

Otra vía para abonar a la solución de la pobreza menstrual es a través del diseño de políticas públicas de salud que consideren un enfoque de Manejo de la Salud Menstrual (MSM). Esta noción implica que las “mujeres y niñas utilicen material higiénico para recolectar o absorber el flujo menstrual; que exista la posibilidad de cambiar este material en privado; y que tengan acceso a agua, jabón e infraestructura en la cual se desechen los productos menstruales adecuadamente” (Keith, 2016: p.2). A partir de esto, las acciones encaminadas a atacar la pobreza menstrual implicarían, primeramente, atender otros indicadores de pobreza y vulnerabilidad que ocasionan que las mujeres y personas menstruantes sufran obstáculos para gestionar la menstruación de forma adecuada, salubre y en condiciones óptimas.

4.3 Las políticas públicas como vías para atender la pobreza menstrual en México

En los capítulos anteriores se enfatizó en la importancia de atender la pobreza menstrual desde una perspectiva de género y que, al mismo tiempo, se incorpore una perspectiva de derechos humanos. De igual forma, se explicó que la pobreza menstrual tiene repercusiones tanto en el ámbito privado como en el público. Es por ello que resulta fundamental atender el problema a través de políticas públicas.

En este apartado se sugieren guías y pautas para la generación de políticas públicas para atender la pobreza menstrual en México. En otras palabras, se explicará de forma detallada una caracterización de las políticas públicas además de propuestas que sirven como punto de partida para generar acciones concretas que mitiguen los efectos de la pobreza menstrual.

Para este propósito, es necesario, primero, contar con una aproximación a la definición y los objetivos las políticas públicas, las cuales son frecuentemente asociadas de forma errónea a casi cualquier acción de gobierno. No obstante, para identificar una política pública hay que tener en consideración ciertos elementos que la distinguen. Las políticas públicas pueden ser concebidas como las acciones de gobierno que, mediante recursos públicos, pretenden hacer

más efectiva la respuesta del Estado a los problemas públicos. Estos problemas públicos se definen a través de una o varias escalas de valores que intervienen entre sí y determinan si “algo” es problemático o no. Si este “algo” no es tan problemático, se le trata como un asunto privado (Bayardo, 2019).

En opinión de Bayardo (2019, p. 186), las políticas públicas tienen su sustento a partir de un marco factual (juicios de hecho) y un marco axiológico (juicios de valor). Es el entrecruce de ambos marcos lo que posibilita la elección de la mejor solución a un problema concreto. Por lo general, la política pública resulta de la deliberación social, sobre todo cuando se trata de un gobierno democrático. A su vez, las políticas públicas tienen una relación estrecha con las leyes, ya que estas son conjuntos de valores codificados, escritos e idealmente reconocidos por el público o la sociedad.

Otra manera de enmarcar una definición analítica de las políticas públicas es la de Subirats (2008), quien las refiere como “las interacciones, alianzas y conflictos, en un marco institucional específico, entre los diferentes actores públicos, parapúblicos y privados, para resolver un problema colectivo que requiere de una acción concertada” (p. 35). El autor sugiere que la esencia de las políticas públicas tiene que ver con la utilización del poder político para resolver los problemas colectivos a partir de un análisis profundo de dichas situaciones.

A partir de estas reflexiones sobre lo que determina a una acción como política pública, es posible incorporar principios compatibles con los derechos humanos para generar soluciones a problemas públicos como la pobreza menstrual. En este sentido, como se argumentó en capítulos anteriores, este tipo de pobreza obstaculiza ciertos derechos que afectan a la dignidad de las personas: el derecho a un nivel adecuado de salud y bienestar, el derecho a la educación, el derecho al trabajo, el derecho a la no discriminación e igualdad de género y el derecho al agua y saneamiento. Todos estos derechos deben ser tomados en cuenta para elaborar políticas públicas que abonen a la solución del problema.

De igual forma, es importante reconocer que la pobreza menstrual es un problema complejo. Por tanto, su solución requiere de acciones articuladas que permitan el pleno ejercicio de los

derechos mencionados. En este orden de ideas no se deberá perder de vista aquellas guías que se han desarrollado en el marco de los Objetivos del Desarrollo Sostenible de la Organización de las Naciones Unidas, así como las del Fondo de Población de las Naciones Unidas, pues ambas constituyen marcos de referencia indispensables para considerarse en la formulación de las políticas públicas para el tema de la pobreza menstrual.

No obstante, un primer desafío es la falta de reconocimiento del problema colectivo que supone la pobreza menstrual. En el contexto mexicano el tema ha comenzado a posicionarse en el discurso de las organizaciones de la sociedad civil aunque esto no ha permeado por completo a los gobiernos estatales y a la sociedad en general. Por ende, es de suma importancia que este asunto se traslade del ámbito privado al público de forma que sea posible la generación de acciones encaminadas a atender esta necesidad. Precisamente, en este trabajo se ha dado cuenta de que el proceso de incorporación del tema a la agenda pública ha sucedido lentamente, pues ha habido pocas condiciones para que se visibilice y se trate el tema con la debida importancia. Hay diversos obstáculos para brindar atención al problema, a saber, poca voluntad política, pocos recursos económicos y financieros para invertir desde el gobierno además de las percepciones culturales y estigmas sobre la menstruación.

Otro aspecto relevante para considerar es el hecho de que en México no se tienen datos oficiales ni cifras que den cuenta de la cantidad de personas menstruantes y mujeres que podrían estar padeciendo la pobreza menstrual. Esto representa un reto más para el gobierno federal y los gobiernos estatales en un contexto donde ya se han comenzado a impulsar iniciativas para mitigar la pobreza menstrual. El contabilizar a las mujeres es muy importante para poder atacar el problema a partir del conocimiento de la dimensión real que este tiene. Justamente, se requiere de este esfuerzo de medición para que las políticas públicas impacten a una población objetivo debidamente identificada, para luego, asignar el presupuesto correspondiente.

Sumado a lo anterior, es preciso recalcar que en el año 2022 se ha implementado la tasa cero impuestos a los productos de gestión menstrual. Este paso es, sin duda, un avance en el tema. No obstante, este cambio en la política fiscal en México no constituye una política pública, pues la eliminación de impuestos por sí misma no conlleva a intervenciones o planes de acción para que el problema sea atendido de manera generalizada e integral. Este paso es, más bien, una política de Estado que se impulsó para que los productos de gestión menstrual fueran considerados como cualquier otro producto de primera necesidad, sin que esto implique otras acciones en atención a la población que padece de pobreza menstrual.

A partir de las anteriores consideraciones será posible la generación de políticas públicas necesarias para atender el problema de la pobreza menstrual y, al mismo tiempo, se posibilita la protección de los derechos de las mujeres y personas menstruantes. En lo que sigue se expondrá la caracterización general de políticas públicas para combatir las consecuencias de la pobreza menstrual en poblaciones vulnerables y, posteriormente, se abordarán algunas propuestas de mecanismos, herramientas o acciones que son útiles para contribuir a la generación de soluciones para la pobreza menstrual.

4.4 Caracterización y recomendaciones para las políticas públicas contra la pobreza menstrual

El diseño de políticas públicas para mitigar los efectos de la pobreza menstrual implicará partir de dos supuestos fundamentales: 1) que la pobreza menstrual es una problemática que se está reconociendo tanto por el gobierno como la sociedad y, 2) que es un problema se ha posicionado como una demanda legítima de las organizaciones de la sociedad civil y colectivos principalmente. Ambos supuestos fueron comprobados en este trabajo al haber revisado las posturas de algunas organizaciones, los avances en la agenda, además de las experiencias de algunas mujeres en el tema. Por todo ello, resulta pertinente la creación de políticas públicas.

En línea con lo anterior, las políticas públicas deberán cumplir con algunos rasgos y características que las harán potencialmente efectivas y eficientes en la atención hacia el

problema. En este sentido, la mayoría de las guías se alinean con la noción de Manejo de la Salud Menstrual (*Menstrual Health Management*), la cual implica que las mujeres y personas menstruantes en condiciones vulnerables accedan a infraestructura para el manejo de la menstruación en condiciones higiénicas, que utilicen productos seguros que absorban o recolecten el flujo menstrual y que puedan resolverla con dignidad y privacidad. De igual manera, las políticas se apegan a las necesidades identificadas de las mujeres en México y también, surgen a partir de las demandas que han manifestado diversas organizaciones de la sociedad civil.

A grandes rasgos, las políticas públicas para contribuir a la solución de la pobreza menstrual deberán caracterizarse por:

1) Priorizar un enfoque de derechos humanos en el diseño de las políticas públicas

Esto se refiere a que se deberán impulsar acciones a partir del respeto de la dignidad humana y del reconocimiento de que la solución de la pobreza menstrual está estrechamente vinculada con la posibilidad de gestionar la menstruación, pues esto es indispensable para el bienestar de un grupo específico – mujeres y personas menstruantes en condiciones vulnerables -.

La posibilidad de ejercer los derechos humanos no constituye una concesión o dádiva ni debería considerarse como un privilegio. El gobierno es el actor que tiene la obligación de poner las condiciones necesarias garantizar todos los derechos que son afectados, particularmente cuando la pobreza menstrual no es atendida. Cabe recalcar que aunque no existe un derecho a la gestión menstrual como tal, es preciso atender a la población que podría ver sus derechos obstaculizados por la imposibilidad del manejo de la menstruación.

2) Diseñar proyectos a partir de diagnósticos de las necesidades de las mujeres y personas menstruantes en condiciones vulnerables

Los esfuerzos por atender la pobreza menstrual deberán fundamentarse en los contextos y necesidades de las personas beneficiarias. Por ejemplo: las necesidades de las

adolescentes que están estudiando en escuelas públicas serán distintas de las mujeres migrantes, de quienes está privadas de la libertad, de las mujeres provenientes de comunidades indígenas o las de las personas transgénero. En este orden de ideas, el contexto en el que se desenvuelven estos grupos se convierte en un factor muy importante. Asimismo, la participación de las mujeres y personas menstruantes que se encuentran en condiciones de pobreza menstrual sería ideal para el diseño de las acciones y proyectos, ya que es una vía para comprender, de primera mano, las necesidades de las personas beneficiarias.

3) Incorporar una perspectiva de género diferenciada e inclusiva

Este enfoque se requiere para atender a las poblaciones afectadas partiendo del hecho de que se está resolviendo un problema particular de los cuerpos menstruantes, incluyendo, por ejemplo, a las personas transgénero y no binarias que conservan un cuerpo que menstrúa. No deberá perderse de vista que hay personas que requieren solventar y manejar su menstruación por cuestiones biológicas, independientemente de su expresión de género e identidad de género. Esto se vuelve fundamental debido a que las personas usuarias o beneficiarias de las políticas públicas no solo son mujeres que se asumen y se identifican con este género.

De igual forma, las políticas públicas se vuelven diferenciadas en el sentido de que estas pretenden resolver una necesidad que afecta principalmente a uno de los géneros: las mujeres. De este grupo se requiere localizar, además, a aquellas personas que tienen condiciones de pobreza menstrual. Esta población en particular posee algunas características, por ejemplo, pocos ingresos, falta de conocimientos e información sobre el tema, escasas posibilidades de participar en procesos de toma de decisiones, poca representación en la sociedad, entre otras que obstaculizan la posibilidad de resolver una situación como la menstruación.

En relación con lo anterior, la sociedad en México está fuertemente influenciada por una cultura patriarcal y machista en la cual se vuelve complicado el poner atención a asuntos como la menstruación. Este proceso normal ha sido invisibilizado y negado como una

cuestión relevante para la participación de las mujeres en diversos espacios y, por ende, había estado fuera de la agenda de quienes toman las decisiones. Por todo ello, pareciera evidente que el problema no se atiende debido a que los hombres no tienen una necesidad fisiológica parecida o equiparable a la de las mujeres. Ante este escenario, la posibilidad de solucionar la pobreza menstrual recae en la incorporación de una perspectiva de género con enfoque diferenciado a fin de reducir la brecha de desigualdad entre mujeres y hombres para la participación de una vida pública.

4) Incorporar la interseccionalidad en el desarrollo de las políticas públicas

Como se explicó anteriormente, este enfoque implica la realización de un análisis profundo de las situaciones que enfrentan las mujeres, sobre todo aquellas que han sido ignoradas o marginalizadas por la sociedad. El explorar las vulnerabilidades asociadas al entrecruce entre raza – o grupo étnico -, clase, y género permitirá que el diseño de las políticas públicas sea pertinente al contexto de la diversidad de mujeres en México y, de esta manera, evitar asumir que el grupo beneficiario es completamente homogéneo.

Si bien la diversidad en este grupo no está del todo expresada en términos de la categoría raza, hay otros fenómenos que son importantes para considerar en este tipo de análisis: la desigualdad en términos económicos, la etnicidad, las distintas culturas y tradiciones de los pueblos indígenas y otras categorías que dan cuenta de que hay experiencias distintas de la vivencia de la menstruación, las cuales están necesariamente atravesadas por relaciones de poder entre hombres y mujeres o incluso, entre mujeres que viven en condiciones muy distintas – por ejemplo, mayor o menor nivel socioeconómico, el nivel educativo, el entorno en el que viven, entre otras. -. Todo esto será relevante para diseñar políticas públicas que se ajusten al contexto y las condiciones de las mujeres y personas a atender.

5) Separar el tema de la menstruación de su relación con la reproducción

La posibilidad de atender la pobreza menstrual conlleva el poner atención a la menstruación como un proceso en sí mismo, separado de la reproducción. Aunque esto

parezca una imposibilidad, es pertinente considerar que la menstruación representa cambios biológicos en el cuerpo de las mujeres desde una etapa temprana, entre los 9 y los 14 años de edad. Esto implica, en primera instancia, que las mujeres y personas menstruantes comiencen a comprender sus cuerpos antes que la propia reproducción y la sexualidad.

En otras palabras, el ciclo menstrual por sí solo debería representar una experiencia fisiológica y social comprendida primero desde la individualidad y, posteriormente, en su relación con las funciones reproductivas. Partiendo de esto, resulta necesario el hacer llegar información sobre la menstruación a las niñas y adolescentes en condiciones vulnerables como uno de los primeros pasos para atender la pobreza menstrual. Esta orientación es importante para que las personas tengan información suficiente, conozcan los productos de gestión menstrual y las formas de utilizarlos una vez que tengan pleno acceso a estos insumos.

6) La complementariedad de acciones para atacar el problema de manera transversal

Es necesario diseñar políticas públicas que abonen a la solución de la pobreza menstrual desde diversos frentes: la educación, la salud, la infraestructura, la cultura, entre otros, pues este tipo de pobreza no solamente tiene que ver con la falta de recursos económicos para adquirir productos de gestión menstrual, sino con un conjunto de circunstancias que impiden la gestión menstrual en sí. Todo lo anterior implica que los planes, proyectos y actividades ataquen el mismo problema central desde diversos ámbitos y que las acciones deberán complementarse entre sí. La posibilidad de mitigar los efectos de la pobreza menstrual depende de la articulación de políticas públicas que no se reducen a un solo ámbito, sino que involucra una comprensión más integral del problema para ofrecer soluciones a las personas beneficiarias.

En resumen, las políticas públicas para la solución de la pobreza menstrual deberán seguir el siguiente esquema:



Figura 1. Características de las políticas públicas para solucionar la pobreza menstrual.

Fuente: Elaboración propia.

Como se observa en la Figura 1, hay ciertas características indispensables que deberán guiar de forma general el diseño y la potencial construcción de políticas públicas para abonar a la solución de la pobreza menstrual. Aunque resulta complejo el abordaje e incorporación de todas estas recomendaciones, es indispensable tenerlas en consideración a fin de generar políticas lo más apegadas a estas pautas y con ello, implementar acciones que supongan una mejora significativa en cuanto a las posibilidades de gestionar la menstruación de forma adecuada y alineada a los derechos humanos.

Asimismo, es recomendable tomar en cuenta tres dimensiones que ayudarán a agrupar las distintas vías desde donde se podrán enmarcar las políticas públicas: la dimensión económica, la dimensión práctica y de gestión y, la dimensión sociocultural. En primer lugar, está la dimensión económica, la cual hace referencia a los costos que implica la gestión

menstrual para mujeres y personas menstruantes, es decir, al gasto destinado a productos para la gestión menstrual.

Por otro lado está la dimensión práctica y de gestión, la cual implica el acceso a información y conocimientos suficientes sobre la menstruación para un manejo salubre de esta, así como al uso de instalaciones que tengan las condiciones adecuadas para atender este proceso. Finalmente se tiene que considerar la dimensión sociocultural, la cual se refiere a los significados sociales y simbólicos que tiene la menstruación para las mujeres y personas menstruantes de distintos contextos. Esta última es tan importante como las otras dimensiones al representar la manera en que la menstruación es percibida socialmente.

El incorporar tanto las recomendaciones y guías de la caracterización como las dimensiones previamente señaladas permitirá la construcción de políticas públicas que se articulen entre sí y que, en el largo plazo, detonen un cambio para solucionar la pobreza menstrual. Las propuestas aquí desarrolladas aspiran a atacar el problema por medio de distintas vías a implementar por los gobiernos estatales y municipales, aunque también pueden ser complementadas con la participación de organizaciones de la sociedad civil y de organismos internacionales no gubernamentales. En lo que sigue se detallan algunas vías generales que podrían ser útiles como base para generar políticas públicas que atiendan el problema desde distintos frentes y ámbitos:

Impulsar la gratuidad de los productos de gestión menstrual desde distintas instituciones y secretarías de gobierno

Esta acción es parte de las demandas de organizaciones de mujeres en México. Para que pueda ser una realidad, se requiere que el gobierno destine el presupuesto correspondiente para que en todos los espacios públicos haya disponibilidad de los productos necesarios para la gestión menstrual como lo son las toallas sanitarias, tampones, copas menstruales, analgésicos, entre otros. Particularmente se deberá priorizar la distribución de estos productos en escuelas, centros de salud, sanitarios públicos y todos los espacios en los que las mujeres y personas menstruantes en condiciones vulnerables pudieran requerirlos.

El garantizar la gratuidad es crucial para que mujeres y personas menstruantes puedan ejercer sus derechos sin importar su situación socioeconómica. Asimismo, la responsabilidad de esta acción recae primeramente en designar presupuesto a las secretarías involucradas, por ej. la Secretaría de Salud, la Secretaría de Educación Pública, por mencionar algunas. Esta propuesta atiende la dimensiones económica y práctica y de gestión.

Generar programas de distribución de productos de gestión menstrual en centros de salud y clínicas públicas

Aunque ya se mencionó anteriormente la importancia de garantizar la gratuidad de productos de gestión menstrual en espacios públicos, es crucial comenzar acciones concretas para asegurar la salud y bienestar de las mujeres y personas menstruantes partiendo de una base científica y del cuidado de la salud.

En este sentido, es importante que la Secretaría de Salud intervenga en la distribución de paquetes de productos de gestión menstrual tal como se realiza con los medicamentos o, incluso, con los métodos anticonceptivos. Los paquetes de productos deberán tener insumos básicos como toallas sanitarias desechables, jabón, analgésicos para aliviar los cólicos menstruales y una guía para su utilización. La recomendación es que se priorice, por cada persona beneficiaria, una dotación de toallas equivalente a 25 toallas de día y hasta 7 de noche para una menstruación que dura entre 3 y 7 días en promedio para un mes.

La sugerencia de que sean toallas sanitarias se fundamenta en que es un producto ampliamente aceptado entre las personas por su fácil utilización y sensación de comodidad y seguridad. En caso de que se distribuyan otras opciones como los tampones y copas menstruales, se requiere de una sensibilización y adaptación a los productos, ya que pueden ser totalmente desconocidos por las mujeres y personas menstruantes. Esta propuesta atiende la dimensiones económica y práctica y de gestión de la pobreza menstrual.

Implementar campañas de orientación sobre el ciclo menstrual en centros de salud y clínicas públicas

A partir de los hallazgos del trabajo de campo, se reconoció la falta de orientación sobre la menstruación en los centros de salud pública, ya que comúnmente se asocia a la menstruación en términos de su rol en la reproducción. Esto impide que las personas más jóvenes obtengan conocimientos básicos para preservar su salud menstrual antes que la salud sexual y reproductiva. Por ende, esta acción se dirige principalmente a mujeres y personas menstruantes que inician estos cambios en sus cuerpos. Esta propuesta atenderá la dimensión práctica y de gestión.

La distribución de productos a través del sector salud podría complementarse con la orientación médica respecto de la menstruación y el ciclo menstrual en su conjunto. Esta información es importante debido a que las mujeres y personas menstruantes experimentan cambios en sus cuerpos en una etapa relativamente temprana – desde los 9 años en algunos casos – y requieren de información específica y veraz sobre el tema. La información que se debería incluir también tiene que ver con los síntomas que se presentan durante la menstruación y las formas de aliviarlos. Todo esto ayuda a que las personas conozcan sus ciclos e identifiquen padecimientos relacionados con la menstruación que pudieran afectar su calidad de vida (por ej. cambios hormonales, endometriosis, amenorrea, etc.).

Proveer de orientación sobre el ciclo menstrual en escuelas públicas

El mejoramiento de la educación sobre el tema del ciclo menstrual también involucra a las escuelas públicas, sobre todo, en el nivel básico. La menstruación es un tema relevante que se aborda a partir del quinto grado de primaria en la asignatura de Ciencias Naturales. No obstante, si se revisa el contenido del libro de texto correspondiente a ese grado escolar es posible observar que el tema se plantea, principalmente, desde de las diferencias físicas y biológicas entre hombres y mujeres para luego enfatizar en la reproducción.

En el libro de texto se explica el funcionamiento de los ovarios y el útero en las mujeres (p. 38) y la menstruación se describe como “un tejido expulsado por la vagina acompañado con un poco de sangre”, y también, se menciona que es un “desecho”. Asimismo, se habla de que las mujeres pueden sufrir dolor o cólicos durante la menstruación y las únicas

recomendaciones que se mencionan sobre salud menstrual tienen que ver con la limpieza de los genitales, el baño diario y continuar con las actividades cotidianas.

En dicho contenido es posible percibir la casi ausente información sobre los productos disponibles para la gestión menstrual. De hecho, se aconseja de forma muy superficial la posibilidad de utilizar toallas sanitarias desechables o paños de algodón (p. 42). Sin embargo, prevalece la falta de orientación sobre otros productos disponibles - tanto desechables como ecológicos- y las formas de utilización de estos. Por todo lo anterior, es muy importante llenar esos vacíos, ya que solo así se permitirá que las mujeres y personas menstruantes obtengan información completa desde una etapa temprana. Esta propuesta atiende dos dimensiones: práctica y de gestión y sociocultural.

Promoción de campañas de concienciación y normalización de la menstruación

Este tipo de mecanismo tiene como propósito normalizar la menstruación como un proceso natural en los cuerpos de mujeres y personas menstruantes. También representa una vía para desmitificar la menstruación y desasociarla de las sensaciones de vergüenza, disgusto, asco y suciedad, todas estas, características que han sido promovidas por un imaginario occidental y apropiadas por la sociedad en general. La resignificación es necesaria y crucial para posibilitar el derecho a la no discriminación por razones de género y esto, a su vez, conlleva a erradicar el estigma que prevalece sobre la menstruación. Se reconoce que este proceso no será inmediato, sin embargo, resulta importante para lograr un cambio social en el largo plazo.

En línea con lo anterior, los contenidos de las campañas dependerán en gran parte de los espacios o instancias en donde se diseñen, ya que los mensajes y símbolos pueden ser muy diversos y adaptables a la población objetivo y a los medios de difusión a utilizar. En general, sería ideal que la información y los contenidos inspiren a las mujeres a liberarse de los estigmas y tabúes que rodean a la menstruación, logrando de esta forma que los comportamientos y las percepciones en la sociedad se transformen para que este proceso sea tan natural como cualquier otra necesidad fisiológica, sin asumir que por ello no se atienda de forma integral y adecuada.

Asimismo, las campañas se vuelven relevantes al posibilitar la participación de las mujeres y personas menstruantes en condiciones vulnerables de manera directa y, con ello, se vuelve factible un cambio paulatino de paradigma sobre el tema. Al tratarse de una estrategia de cambio de significados y percepciones, esta corresponde a la dimensión sociocultural.

Mejoramiento de espacios para la adecuada gestión menstrual

Como se explicó anteriormente, una de las principales dificultades para las mujeres y personas menstruantes es el encontrar los espacios para gestionar la menstruación de forma salubre y con privacidad. En este sentido, el reto que prevalece tiene que ver con la construcción o el acondicionamiento de instalaciones adecuadas para el manejo de la menstruación, sobre todo, en espacios públicos.

Aunque esta acción pareciera ambiciosa y difícil de lograr, es una de las más importantes para garantizar derechos, a saber, el derecho a la salud y bienestar, el derecho a la no discriminación y la igualdad de género y el derecho al agua y saneamiento. Este último derecho se vuelve fundamental durante el ciclo menstrual al volverse central en todos los procesos del manejo de la menstruación: sin agua limpia y sanitarios una menstruación normal puede poner en peligro la salud de las personas por la falta de una higiene adecuada y, aún más, se podría contribuir a la vulnerabilidad de las personas.

Por lo anterior, es preciso que se generen cambios en los espacios donde las mujeres y personas menstruantes se desenvuelven y darles acceso a estos – algunos pueden ser el hogar, las escuelas, sitios públicos, lugares de trabajo, entre otros - a fin de que la menstruación no sea un obstáculo para realizar actividades cotidianas.

En suma, todas las alternativas aquí expuestas pretenden atender los derechos humanos que tienen algún vínculo con la falta de posibilidades para gestionar la menstruación. Estas, además, buscan abonar a la solución de la pobreza menstrual a través de acciones y políticas públicas más prácticas y concretas, enmarcadas por los mecanismos internacionales (ONU, UNFPA, entre otros) y fundamentadas a partir de las experiencias de la pobreza menstrual en México.

Conclusiones

Con el desarrollo de esta investigación se aspiró a explorar un tema poco estudiado desde la perspectiva de los derechos humanos. En este proceso fue necesario contextualizar el problema de la pobreza menstrual en México y partir de nociones más específicas como lo es la menstruación y la gestión menstrual y, a la par, se dio seguimiento a una agenda que sigue en construcción.

Lo que se ha logrado con este trabajo es, en general, demostrar la pertinencia e importancia de atender la pobreza menstrual mediante políticas públicas y se estableció que estas deberán diseñarse con base en la perspectiva de género diferenciada e inclusiva y también, mediante una lógica de derechos humanos. Las reflexiones expresadas en los capítulos de este trabajo, el abordaje de los enfoques teóricos, el recorrido por los avances de las iniciativas para atender la pobreza menstrual en México, así como las experiencias sobre la menstruación de las cinco mujeres entrevistadas fueron cruciales para comprender con mayor profundidad las distintas dimensiones que configuran la pobreza menstrual.

En suma, se construyó un insumo teórico en el que fue posible ofrecer pautas, guías y propuestas de políticas públicas para abonar a la solución de la pobreza menstrual. En este proceso se identificó que el Estado tiene obligaciones para atender este problema. Como se detalló en la última parte de esta investigación, el enfrentar la pobreza menstrual implica que las políticas públicas se apeguen a ciertas características, estas son: que sean transversales y complementarias; que se diseñen a partir de un enfoque de derechos humanos y de la perspectiva de género diferenciada e inclusiva; que se incorpore el enfoque interseccional y; finalmente, que las políticas públicas se alineen a las necesidades de las personas beneficiarias.

Cabe mencionar que los hallazgos de la investigación y las propuestas presentadas ayudan a sentar las bases – al menos, teóricamente – para abonar a la atención de un problema que se encuentra en un proceso de incorporación a la agenda pública. Por todo esto, es preciso darle continuidad al tema a fin de que, en un futuro, las mujeres y personas menstruantes en

condiciones vulnerables dejen de experimentar la pobreza menstrual y que, además, puedan ejercer todos sus derechos humanos plenamente.

Para finalizar es importante colocar una reflexión que surgió a partir de este proceso de investigación: la posibilidad de haber encontrado una situación distinta de la pobreza menstrual propiamente dicha en México. Esta podría asociarse con las condiciones deficientes, mas no inexistentes, para lograr una gestión menstrual digna. En este sentido, fue posible reconocer que en el futuro se requiere de la construcción de una perspectiva más sólida y fundamentada para demostrar si lo que se debería resolver es una situación de pobreza o de precariedad menstrual, lo cual rebasa los alcances de esta investigación.

Otra cosa que queda por hacer es analizar si las propuestas y políticas públicas que ya se comenzaron a implementar cumplen efectivamente con la garantía de un ejercicio pleno de todos los derechos humanos vinculados a la gestión menstrual para las mujeres y personas menstruantes que lo necesiten o si, en algún momento, se requiera la construcción de un nuevo derecho: el derecho a la gestión menstrual y, además, corroborar si existen las condiciones necesarias para que este derecho se ejerza de manera efectiva.

Bibliografía:

Alam M, Luby S, Halder A, et al. (2017). Menstrual hygiene management among Bangladeshi adolescent schoolgirls and risk factors affecting school absence: results from a cross-sectional survey. *BMJ Open Access*: doi:10.1136/bmjopen-2016-015508

Animal político Redacción. (2020) Menstruación libre de impuestos: Proponen iniciativa para eliminar IVA a toallas, copas y tampones. *Animal político*. <https://www.animalpolitico.com/2020/09/menstruacion-libre-de-impuestos-proponen-iniciativa-para-eliminar-iva-toallas-copas-tampones/>

Animal político Redacción. (2020) Diputados aprueban Miscelánea Fiscal: rechazan eliminar IVA a toallas, copas y tampones. *Animal político*. <https://www.animalpolitico.com/2020/10/diputados-aprueban-miscelanea-fiscal-2021-menstruacion-toallas-femeninas/>

Bayardo, A. (2019). *Propuesta metodológica para valorar políticas públicas desde la perspectiva de los derechos humanos*. Estudios sobre las Culturas Contemporáneas. pp. 183-207

Bobel, C. (2010). *New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation*. Rutgers University Press. <http://ezproxy.iteso.mx/login?qurl=http%3a%2f%2fsearch.ebscohost.com%2flogin.aspx%3fdirect%3dtrue%26db%3dnlebk%26AN%3d330878%26lang%3des%26site%3dehost-live%26scope%3dsite>

Cámara de Diputados. (2021). La Cámara de Diputados avala acceso gratuito de productos de higiene menstrual a niñas y adolescentes en escuelas. Boletín No. 6433. Cámara de Diputados. <https://comunicacionnoticias.diputados.gob.mx/comunicacion/index.php/boletines/la-camara-de-diputados-avala-acceso-gratuito-de-productos-de-higiene-menstrual-a-ni-as-y-adolescentes-en-escuelas#gsc.tab=0>

Clark, H. (2016). Los ODS ya son una realidad... ¿Y ahora qué?. PNUD – América Latina y el Caribe.

<https://www.latinamerica.undp.org/content/rblac/es/home/ourperspective/ourperspectivearticles/2016/04/05/los-ods-ya-son-una-realidad-y-ahora-qu-helen-clark.html>

Colectivo Menstruación Digna México. 25 de agosto de 2020. Conversatorio “Menstruación: ¡Asunto público!” Consultado el 8 de septiembre de 2020.
<https://www.facebook.com/104656754633210/videos/357965538558954>

Colectivo Menstruación Digna México. (2020). Tasa cero a productos de gestión menstrual en México: Iniciativa que reforma el Artículo 2º - A de la Ley del impuesto al valor agregado en materia de productos de gestión menstrual. 1- 26.
<https://fundar.org.mx/wp-content/uploads/2020/09/Iniciativa.-Tasa-0-productos-de-gesti%C3%B3n-mestrua-en-M%C3%A9xico.pdf>

Colectivo Menstruación Digna México. (2021) Comunicado: *PPEF2022 propone una menstruación sin IVA.*
<https://www.facebook.com/104656754633210/photos/a.121814002917485/379115760520640/>

CNSM (2021). Salario Mínimo 2021. Librería Isef - Comisión Nacional de los Salarios Mínimos.
https://libreriaisef.com.mx/descargas_gratuitas/salariosminimos/2021/SMG_2021.pdf

CONEVAL. (2018). Informe sobre pobreza y género 2008-2018. Consejo Nacional de Evaluación la política de Desarrollo Social
https://www.coneval.org.mx/InformesPublicaciones/InformesPublicaciones/Documents/Pobreza_genero_08-18.pdf

CONEVAL. (2018). Informe de la pobreza multidimensional 2008- 2018. Consejo Nacional de Evaluación la política de Desarrollo Social.

https://www.coneval.org.mx/InformesPublicaciones/InformesPublicaciones/Documents/Informe_Pobreza_Multidimensional_2008-2018.pdf

Chávez, V. (2021). Diputados aprueban Ley de Menstruación Digna que da acceso gratuito a toallas y tampones en escuelas. *El financiero*.
<https://www.elfinanciero.com.mx/nacional/2021/04/28/diputados-aprueban-ley-de-menstruacion-digna-que-da-acceso-gratuito-a-toallas-y-tampones-en-escuelas/>

Clue Encyclopedia. (2020). Menstrual cycle articles. Bayer Group.
<https://helloclue.com/articles/cycle-a-z/the-menstrual-cycle-more-than-just-the-period>

Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *University of Chicago Legal Forum*, 139- 167.

Escamilla, H. (2021). Aprueban en comisión reformas para impulsar la menstruación digna en Jalisco. *Notisistema*. <https://www.notisistema.com/noticias/aprueban-en-comision-reformas-para-impulsar-la-menstruacion-digna-en-jalisco/>

Erbetta, E. (2020). *Menstruación: el activismo por la justicia menstrual*. Playground.
<https://www.playground.media/vida/menstruacion-el-activismo-por-la-justicia-menstrual-74782>

Folgueiras, P. (2016). *La entrevista*. Diposit Digital – Universitat de Barcelona.
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/99003/1/entrevista%20pf.pdf>

Forbes (2021). Ley de menstruación digna impulsará la educación sexual en Michoacán. *Forbes*. <https://www.forbes.com.mx/ley-menstruacion-digna-impulsara-educacion-sexual-michoacan/>

Fundar (2021). ¡Se logró! No más IVA a productos de gestión menstrual. Fundar, centro de análisis e investigación. <https://fundar.org.mx/no-mas-iva-a->

- Gobierno de México. (2012). Comparativo de toallas femeninas. Procuraduría Federal del Consumidor: documentos. <https://www.gob.mx/profeco/documentos/comparativo-de-toallas-femeninas?state=published>
- Gobierno del Estado de Jalisco. (2021). Menstruación digna, ¡Sí!. SISEMH. <https://www.jalisco.gob.mx/es/gobierno/comunicados/menstruacion-digna-si>
- Gooch, T. (2019). Free menstrual products a must, but start with the poor first.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía & Instituto Nacional de las Mujeres. (2019). Mujeres y hombres en México 2019. INEGI. 218- 241. https://www.inegi.org.mx/contenido/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bv_inegi/productos/nueva_estruc/702825189990.pdf
- InMujeres. (2020). Presentación de los manuales sobre salud e higiene menstrual, elaborados por UNICEF. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/presentacion-de-los-manuales-sobre-salud-e-higiene-menstrual-elaborados-por-unicef?idiom=es>
- Keith, B. (2016). Girls' and women's right to menstrual health: Evidence and opportunities. Outlook, 1-8. <https://0-search-proquest-com.bibliotecails.tec.mx/docview/1783697628?accountid=11643>
- Keogh, K. (2017). Free sanitary products to tackle 'period poverty'. Primary Health Care (2014+), 27(8), 6. doi: <http://0-dx.doi.org.biblioteca-ils.tec.mx/10.7748/phc.27.8.6.s2>
- König, S. (2017). Un enfoque de los ODS basado en los derechos humanos. Dianova. <https://www.dianova.org/es/opinion-es/un-enfoque-de-los-ods-basado-en-los-derechos-humanos/>
- Lusk et al. (2016). La menstruación causa ausentismo escolar de las niñas en el mundo. Banco Mundial - Blog. <https://blogs.worldbank.org/es/voices/la-menstruacion-causa-ausentismo-escolar-de-las-ninas-en-el-mundo>

- Marchand, M. (2016). Introducción a las Relaciones Internacionales: América Latina y la Política Global. En Legler, T., Santa Cruz, A, & Zamudio, L. (eds.), Género y Relaciones Internacionales: Una mirada feminista “poscolonial” desde América Latina. (pp. 62-73). Oxford University Press.
- Mora, K. (2016). Proponen en Congreso CDMX regalar copas menstruales y educar sobre menstruación. La Razón. <https://www.razon.com.mx/ciudad/proponen-congreso-cdmx-regalar-copas-menstruales-educar-menstruacion-409820>
- Ocampo, O. (2020) Iniciativa: Ley de Educación del Estado de Michoacán de Ocampo, Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo. <http://congresomich.gob.mx/file/Iniciativa-Menstruaci%C3%B3n-Digna-Ley-de-Educaci%C3%B3n.pdf>
- Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (2020). Defiende los Derechos Humanos: Glosario. [https://www.unfe.org/es/definiciones/#:~:text=asign%C3%B3%20al%20nacer.,Transg%C3%A9nero%20\(a%20veces%20simplemente%20%E2%80%9Ctrans%E2%80%9D\)%20es%20un%20t%C3%A9rmino,pertenecientes%20al%20tercer%20g%C3%A9nero%20y](https://www.unfe.org/es/definiciones/#:~:text=asign%C3%B3%20al%20nacer.,Transg%C3%A9nero%20(a%20veces%20simplemente%20%E2%80%9Ctrans%E2%80%9D)%20es%20un%20t%C3%A9rmino,pertenecientes%20al%20tercer%20g%C3%A9nero%20y)
- Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (2021). Los derechos humanos y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. ONU. <https://www.ohchr.org/SP/Issues/SDGS/pages/the2030agenda.aspx>
- ONU. (2020). El Objetivo 5 sobre Igualdad de Género. Organización de las Naciones Unidas. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/gender-equality/>
- Profeco. (2022). Productos de Gestión Menstrual. Procuraduría Federal del Consumidor-SEGOB. <https://consumidoras.profeco.gob.mx/>
- Ruvalcaba, P. (2019). ¿Cuánto cuesta menstruar en México? *Portal Malvestida*. <https://malvestida.com/2019/10/cuanto-cuesta-menstruar-en-mexico/>

Sandra Serrano y Daniel Vázquez, *Los derechos en acción. Obligaciones y principios de derechos humanos*, Ciudad de México, FLACSO-México, 2013, pp. 3-46.

Secretaría de Educación Pública. (2019). *Ciencias Naturales* (5to grado). Dirección General de materiales educativos de la Secretaría de Educación Pública SEP. <https://libros.conaliteg.gob.mx/2021/P5CNA.htm#page/44>

Sommer et al. (2015). Comfortably, Safely, and Without Shame: Defining Menstrual Hygiene Management as a Public Health Issue. *American Journal of Public Health* (Vol. 105, no. 7).

Subirats et al. (2008). *Análisis y gestión de políticas públicas*. Editorial Ariel, Primera Edición: España.

UNFPA (2020). *La menstruación y derechos humanos*. Fondo de Población de las Naciones Unidas. <https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas-frecuentes>

UNICEF. (2021). *Manual sobre Salud e Higiene Menstrual para Niñas, Niños y Adolescentes*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. <https://www.unicef.org/mexico/media/4696/file/Gu%C3%ADa%20para%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.pdf>

UN Water. (2015) WHO/UNICEF Joint Monitoring Programme for Water Supply, Sanitation and Hygiene (JMP). Organización de las Naciones Unidas. https://www.unwater.org/publication_categories/whounicef-joint-monitoring-programme-for-water-supply-sanitation-hygiene-jmp/page/2/

Valcárcel, A. (2001). *La memoria colectiva y los retos del feminismo*. CEPAL, Unidad mujer y desarrollo, 5- 33

Viveros, M. (2016). Interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación. *Debate Feminista*, 52.

Anexos: Guion de entrevista semiestructurada

A continuación, se expone el instrumento base para las entrevistas:

Sección 1. Datos generales

- Edad:
- Escolaridad:
- Estado civil:
- ¿Dónde vive?
- ¿Cuál es su ocupación? (Estudiar, trabajar, ser ama de casa, entre otros.)
- ¿Tiene hijos/as? ¿Cuántos?

Sección 2. Datos económicos

- ¿Su ingreso es personal o familiar?
- ¿Quién es el sostén de la familia?
- ¿Cuántas personas viven con este salario?
- ¿En qué se gasta más de la casa? ¿Cuánto gasta?
- Características de su vivienda, cómo es y cuántos viven. ¿cuántos baños, habitaciones tiene su casa?

Sección 3. Experiencias con el ciclo menstrual

- ¿Cuándo empezó a menstruar?
- ¿Cómo aprendió sobre el tema?
- ¿Sabe lo que es su ciclo menstrual?
- ¿Cómo lo resuelve?
- ¿Cada cuánto tiempo menstrúa?
- ¿Qué productos utiliza para absorber la menstruación?

Opciones de productos:

- A. Toallas sanitarias
- B. Toallas sanitarias de tela
- C. Tampones
- D. Panti protectores
- E. Copa menstrual
- F. Ropa interior absorbente
- G. Otros/no usa productos

Sobre los productos:

- ¿Cuántos utiliza al día?
- ¿Cómo eligió esta opción/producto?
- ¿Conoce otros productos?
- ¿Sufre de dolor u otros síntomas durante los días que menstrúa? ¿Cómo atiende esto?
- ¿Cuánto se gasta en estos productos? ¿Alguna vez le han faltado productos menstruales (toallas sanitarias, tampones, y otros)?
- ¿Considera que tener la menstruación es costoso?
- ¿Recibe o ha recibido alguna ayuda o apoyo para acceder a los productos menstruales?
- ¿Considera que el gobierno debería apoyarle en su menstruación (con productos, medicina, etc.)? ¿Considera que es un derecho?
- ¿Cuenta con un espacio para cambiar sus productos o asearse de forma privada? ¿Ese espacio tiene agua, papel, jabón?
- ¿Visita al médico? ¿Qué tan frecuentemente va a chequeos ginecológicos/médicos?

Repercusiones públicas de la menstruación

- ¿Se habla de la menstruación con otras mujeres en tu entorno más cercano (familiar, escolar, otro)?

- ¿Puede hablar del tema con sus familiares, amistades, compañeros del sexo masculino?
- ¿Hay alguna actividad que deje de hacer cuando está menstruando?
- ¿Considera que la menstruación es simplemente una señal de que no está embarazada?
- ¿Alguna vez se ha sentido avergonzada por su menstruación?
- ¿Ha sufrido algún tipo de discriminación en algún lugar del espacio público por cierto “incidente” relacionado con la menstruación?
- ¿Cómo describiría su experiencia, en general, con el manejo de la menstruación?