

TRAMANDO

**DERE
CHOS**

GESTIÓN MENSTRUAL



AUTORIDADES

Estela Díaz

Ministra de las Mujeres,
Políticas de Género
y Diversidad Sexual

Lucía Portos

Subsecretaria
de Políticas de Género
y Diversidad Sexual

Nerina Favale

Directora Provincial de Abordaje
Territorial de Políticas de Género
y Diversidad Sexual

Lourdes Gonzalez

Directora de Sensibilización
y Promoción de Derechos

Equipo Técnico Profesional

Laura Acosta
Susan López
Irina Arias Montes
Sabrina Cartabia Groba
Tamara Molina Muler
Yanina Palacio Sosa
Pamela Rocha
Rayen de los Santos

Diseño gráfico y editorial

Dirección Provincial de Planificación
y Gestión Comunicacional



El presente cuadernillo forma parte de la iniciativa provincial Tramando Derechos, cuyo objetivo es el fortalecimiento de las autonomías de las mujeres y LGTBI+, a partir de brindar información, formación y estrategias de articulación para garantizar derechos a nivel territorial.



TRAMANDO

**DERE
CHOS**



Colaboradoras

-Equipo técnico de la Subsecretaría del Hábitat de la Comunidad de la PBA.
-Eleonora Pedot (ref. Movimiento Nacional Campesino Indígena).
-María José Pocino (Coord. de Género de la Sec.de Economía Social del Min. de Desarrollo Social).
-Lucía Caballero (Dir. de Planificación y Programas especiales para la Igualdad de Género).
-Secretaría de Extensión de la Facultad de Cs. de la Salud y Trabajo Social (UNMdP).
-ONG “ Las Poderosas”.

GESTIÓN MENSTRUAL

¿Qué se entiende por Gestión Menstrual?

Son aquellas tecnologías desarrolladas respecto de los modos sociales de menstruar, vivenciar, pensar, sentir y hablar sobre la menstruación. Podrían caracterizarse como aquellos productos de consumo existentes en el mercado destinados a la “higiene” menstrual como así también a la regulación de los ciclos menstruales, priorizando los ambientalmente sustentables y menos perjudiciales para la salud.

¿Por qué es importante hablar de menstruación?

Hablar, educar e informar sobre menstruación es importante para correr este proceso del lugar de tabú. El ocultamiento al que nos lleva la idea de tabú condiciona a las personas menstruantes en sus comportamientos. La menstruación se fue consolidando en nuestra cultura actual como el modo de “ser mujer” pero los conceptos de sexo y de género son construcciones sociales. Culturalmente se establecen modelos sobre cómo deben comportarse las personas que menstrúan, qué mostrar, cómo nombrar y de qué forma gestionar la menstruación.

Es importante generar estrategias que aborden la temática en sus múltiples dimensiones. A su vez, es necesario tener en cuenta las posibilidades para llevar a cabo las distintas formas de gestión menstrual. Por ejemplo, los métodos descartables requieren de un sistema de recolección de residuos que funcione con regularidad, en cambio los sistemas reutilizables requieren de un sistema de agua potable, por nombrar sólo algunas situaciones. Saber el funcionamiento de los cuerpos menstruantes, tener presente para qué se menstrúa, conocer las distintas maneras de transitar ese período, sus costos, sus impactos y sus protagonistas, son herramientas que permitirán lograr autonomía en la toma de decisiones acerca del propio cuerpo.

Para ello es fundamental el autoconocimiento de los cuerpos. Es necesario tener un registro visual,



¿Qué es la menstruación?

La menstruación es un proceso fisiológico que transita la mitad de la población mundial y que transcurre entre los 12 y 50 años aproximadamente. En promedio, el ciclo menstrual dura 28 días, y de esos, generalmente entre 3 y 7 días, se produce el sangrado.

táctil de la vulva, para conocer la anatomía más allá de los dibujos o imágenes que nos puedan mostrar, que son siempre “estándares”. Cada cuerpo es distinto y en consecuencia, cada proceso menstrual va a ser diferente.

Las personas que menstrúan no pueden elegir no hacerlo, por eso es importante recalcar que los elementos para transitar la menstruación son de primera necesidad. La menstruación es un asunto de salud pública y derechos humanos ya que incumbe a la dignidad e integridad de las personas.

Marco Legislativo

Desde el año 2002, nuestro país cuenta con la Ley 25.673 de Salud Sexual y Procreación Responsable que tiene como uno de sus objetivos “promover la participación femenina en la toma de decisiones relativas a su salud sexual”.

La Ley 26.150 de Educación Sexual Integral establece que: “Todos los educandos tienen derecho a recibir educación sexual integral en los establecimientos educativos públicos, de gestión estatal y privada”. El artículo 1º de la Ley define educación integral como aquella que articula aspectos biológicos, psicológicos, sociales, afectivos y éticos.

Por su parte, UNICEF cuenta con el programa Agua,

Saneamiento e Higiene que incorpora un manual sobre Manejo de Higiene Menstrual que busca que “cada niña y adolescente pueda aprender, jugar y cuidar de su salud sin experimentar estrés, vergüenza o barreras innecesarias a la información”.

Los proyectos de legislación en materia de gestión menstrual han sido varios y de distinto alcance - nacional, provincial o municipal - y se pueden ordenar en dos tipos. El primer tipo de proyectos de ley u ordenanzas prevé la provisión gratuita de elementos de gestión menstrual; dentro de este rango se encuentran los proyectos que proponen la creación de un programa específico para la gestión menstrual, y los que no. El segundo tipo de proyectos de ley propone la eliminación del IVA sobre dichos elementos.

Economía y Menstruación

Para gestionar la menstruación es preciso satisfacer necesidades básicas: el acceso a elementos de gestión menstrual, acceso al agua limpia, instalaciones sanitarias y del hogar adecuadas, y lugar para eliminar desechos descartables. También es importante el conocimiento y visibilización del proceso.

La canasta básica calculada por el INDEC no contempla los gastos en menstruación, no considera un gasto que mujeres y personas menstruantes deben llevar a cabo a lo largo de 40 años de su vida aproximadamente.



Quienes menstrúan no pueden elegir no hacerlo, por eso es importante recalcar que los elementos para transitar la menstruación son de primera necesidad.

El programa “Precios Cuidados” ha ampliado su base de productos para la gestión menstrual, teniendo 5 variantes de protectores diarios, 5 variedades de tampones y 6 variedades de toallas higiénicas. Sin embargo, estos descuentos no resultan suficientes, sobre todo para los sectores con menores recursos.

¿Por qué la menstruación es un factor de desigualdad?

De acuerdo a las estadísticas oficiales, en Argentina las mujeres ganan en promedio 27,7% menos que los varones. Esta brecha salarial aumenta al 37% en el mercado informal, porque más de un tercio de las trabajadoras ocupadas están en situación de precarización laboral. La tasa de desocupación también se amplía en las mujeres ya que las jóvenes duplican el nivel de desempleo promedio de la población total. Esta feminización de la pobreza entendida como la desigualdad social que repercute en las mujeres de manera negativa, incide directamente en los gastos mensuales que deben afrontar las personas menstruantes.

Según el Foro para el Acceso a la Justicia Menstrual (2020), 7 de cada 10 mujeres afirmaron haber tenido que modificar sus hábitos en el uso de productos de gestión menstrual por motivos o dificultades económicas. Esto puede derivar en afecciones a la salud, e impacta en la escolaridad y el trabajo.

El costo de menstruar

El 10% de los hogares de menores ingresos recibe \$4.350 por mes, el costo anual de la alternativa más barata (toallitas higiénicas de Precios Cuidados) equivale a un 44% del ingreso mensual de una persona del sector de más bajos ingresos. Si las personas no tienen acceso a los productos de la canasta de Precios Cuidados, entonces el costo de menstruar aumenta mucho más en proporción a sus ingresos. Este gasto, recordamos, no es optativo.

Por un lado, el IVA (Impuesto al Valor Agregado) está gravado en estos productos y -como todo im-

puesto regresivo- afecta más a las personas que menos tienen. Por otro lado, el denominado “impuesto rosa” (pink tax), es el valor que se le agrega a los productos por el simple hecho de estar destinados a compradoras mujeres, como es el caso de los analgésicos para los dolores menstruales o los productos de higiene. Si se suman ambos impuestos se puede concluir que la población menstruante de bajos recursos se encuentra en una situación de extrema desigualdad.

Además, se debe tener en cuenta que el costo de menstruar va más allá de poder comprar toallitas y tampones. Se necesitan también productos aledaños como insumos de higiene, analgésicos (en caso de ser necesarios) e instalaciones sanitarias adecuadas.

Impacto ambiental

La materia prima de toallitas y tampones es la pasta fluff, que proviene de un tipo específico de pino. Por año se utilizan más de 10 mil toneladas de esta pasta y para obtenerla se desmontan hectáreas de selva nativa. Fabricar toallitas y tampones genera entonces un gran impacto en el ecosistema. En Argentina, por año se desechan más de 132.000 toneladas de toallitas y tampones, es decir basura no

biodegradable. Contar con información y acceso a productos de gestión menstrual reutilizables o biodegradables ayuda a las personas menstruantes no sólo a tomar decisiones sobre su propio cuerpo, sino también a decidir sobre los impactos en el medio ambiente que habitan.

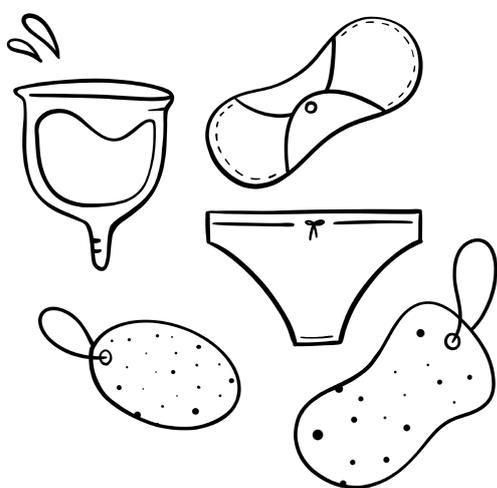
Educación y Menstruación

La educación en torno a la gestión menstrual resulta un eslabón fundamental para llevarla a cabo de la manera más consciente y autónoma posible. El conocimiento sobre el cuerpo, sus órganos, su funcionamiento, sus enfermedades, su relación con el entorno social y ambiental, es tan importante como saber cuáles son y cómo usar los distintos elementos de gestión e higiene menstrual.

¿Por qué es importante hablar de menstruación en las escuelas?

En Argentina, desde el año 2006 rige la Ley 26.150 de Educación Sexual Integral (ESI), que contempla una serie de contenidos obligatorios para las instituciones educativas tanto públicas como privadas, desde el nivel inicial. Dichos contenidos abarcan desde la denominación de los genitales hasta la divulgación de los derechos sexuales y reproductivos, además de tener una perspectiva que contempla no sólo lo biológico sino también lo psíquico, lo emocional y lo social. La menstruación también está enmarcada como contenido dentro de la ESI y debe ser impartida hacia todos por igual; es importante que tanto niñas como niños conozcan el proceso de menstruación porque a través de la información se la puede correr de la noción de tabú y -en consecuencia- de la zona de la vergüenza y ocultamiento. En este marco, se puede afirmar que hablar de menstruación es hacer cumplir la ley.

La escuela es uno de los espacios de socialización más importantes en la vida de una persona. En la



etapa en que comienzan las primeras menstruaciones, las niñas suelen comentar entre ellas sensaciones, experiencias, anécdotas e informaciones que ya tienen incorporadas por fuera de lo que la escuela les enseña. Este saber construido de manera compartida entre pares es, sin duda, positivo porque les permite a las jóvenes hablar con mayor seguridad sobre la menstruación. Sin embargo, desde el rol docente, es importante indagar en este saber común que las niñas y adolescentes construyen, y revisar que la información que circula sea la correcta. Por ejemplo, si el grupo afirma que no hay que bañarse mientras tienen el sangrado, desde la docencia hay que explicar que esta información es falsa.

Ausentismo escolar

Las dificultades para comprar productos de gestión menstrual hacen que muchas niñas prefieran ausentarse de la escuela antes que mancharse la ropa en público. El tabú generado alrededor de la menstruación provoca sentimientos de vergüenza ante el sangrado menstrual. En nuestro país, el ausentismo escolar por menstruar no tiene mediciones, el ocultamiento que se genera alrededor de la menstruación dificulta hacer este relevo por parte de las instituciones educativas. Según Naciones Unidas, se sabe que en India y África, entre el 20 y el 30% de las niñas no asisten a clases durante los días de menstruación; el Banco Mundial estima que, a nivel global, se pierden entre el 10% y el 20% de los días de clase por esta razón. Es importante mencionar que debido al ausentismo se pierden contenidos curriculares que agrandan, nuevamente, la brecha de género.

Distintas formas de gestionar la menstruación

	VENTAJAS	DESVENTAJAS
 Toallas descartables	<p>No hay que lavarlas Comodidad en el usar-tirar El gasto al comprarlas se puede hacer mes a mes</p>	<p>Impacto en el medio ambiente a corto, mediano y largo plazo Impacto en el cuerpo a mediano y largo plazo Impacto en la economía</p>
 Tampones	<p>No hay que lavar Comodidad en el usar-tirar El gasto al comprarlos se puede hacer mes a mes</p>	<p>Impacto en el medio ambiente Impacto en el cuerpo Resequedad vaginal / infecciones Riesgo de sufrir SST (Síndrome de Shock Tóxico) si no se cambia cada 4 horas Impacto en la economía</p>
 Toallas de tela	<p>Amigables con el medio ambiente Formato amable, similar al de las toallitas descartables Fácil lavado (jabón neutro y vinagre si quedan manchas) A largo plazo son económicas</p>	<p>Se necesita acceso fácil al agua para lavarlas Necesitan secarse bien, para prevenir infecciones El gasto inicial puede ser costoso</p>
 Bombachas absorbentes	<p>Hay para distintos tipos de flujo y distintos diseños Tiene una capa bacteriana Fácil uso (se pone como si fuera ropa interior) Fácil lavado No deja olores No se producen derrames</p>	<p>Se necesita acceso fácil al agua para lavarlas Sensación permanente de humedad que puede ser incómoda Se desgasta con el tiempo, al igual que la ropa interior</p>
 Esponja marina	<p>Amigables con el medio ambiente, son cultivos de mar y se regeneran. 100% biodegradables Hipoalérgicas Se pueden recortar, según la anatomía Se pueden colocar una o dos según la cantidad de flujo Aptas para las personas con prolapso Pueden usarse durante las relaciones sexuales</p>	<p>Se necesita acceso fácil al agua para lavarlas Se requiere práctica para colocarlas y extraerlas No puede usarse para la menstruación después del parto, ni tres meses posteriores hasta que una ginecóloga lo autorice</p>
 Copa menstrual	<p>Dura hasta 10 años No se nota ni molesta Poca probabilidad de derrames Poca probabilidad de contraer infecciones ya que no reseca la zona Se cambia cada 12 horas Amigable con el medio ambiente</p>	<p>Se necesita acceso fácil al agua para lavarlas (se lavan cada 12 horas y se hierven al inicio y al final del ciclo menstrual) El gasto inicial es costoso</p>



IMPRESO EN IMPRENTAS DEL ESTADO BUENAIERENSE

MINISTERIO DE
LAS MUJERES,
POLÍTICAS DE
GÉNERO Y
DIVERSIDAD
SEXUAL



GOBIERNO DE LA
PROVINCIA DE
**BUENOS
AIRES**