

Hablemos de MENSTRUACIÓN DIGNA



La menstruación es un proceso biológico, natural, en las mujeres y personas menstruantes, que sucede cada mes a lo largo de su vida durante, al menos, treinta años.



Este proceso ocurre generalmente cada 28 días, con una duración de 3 a 5 días por período. Es decir, se menstrúa alrededor de 60 días por año (unos 1800 durante una vida humana).



Entonces, si es algo natural, que pasa tan seguido, ¿por qué a veces interfiere en las actividades cotidianas de adolescentes y niñas, principalmente, y todavía para muchas es motivo de estrés o de vergüenza?



Algunos datos...

4 de cada 10 niñas en México **prefieren quedarse en casa que ir a la escuela durante su periodo menstrual.**

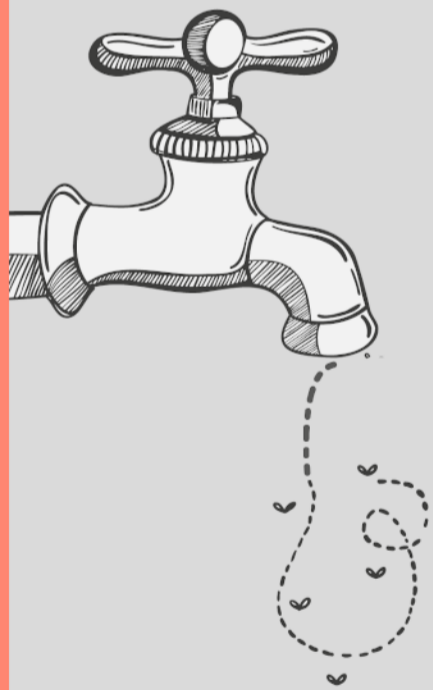
En algún momento, algunas de ellas interrumpirán su educación formal por esta causa.



Muchas de ellas sienten **miedo al acoso escolar.**



No cuentan con agua en sus escuelas u hogares para mantenerse limpias.*



No tienen acceso a espacios seguros o privados para su aseo personal.*



30% de ellas usan papel higiénico, en vez de toallas, tampones o copas menstruales, por ser productos poco accesibles o muy caros.*



Es necesario que los Estados garanticen que las escuelas y espacios de trabajo sean lugares seguros para que todas se sientan libres, cómodas y sin estigmas durante esta etapa.

¡Menstruación digna para todas!