

Promoción de la higiene menstrual en las escuelas y comunidades



Reconocemos que la educación en el manejo adecuado de la higiene menstrual en las escuelas es un aspecto fundamental, no solo para educar a las niñas y adolescentes, sino para educar e informar a los niños, quienes también deben conocer y comprender este tema de forma natural y normal.

La higiene menstrual se refiere al cuidado adecuado durante el ciclo menstrual de una mujer. Es esencial que todas las personas estén informadas y tengan acceso a productos de higiene menstrual de calidad, así como a espacios adecuados y privados para su gestión.

Desde FUNREAHV, socio implementador de UNICEF, se han hecho esfuerzo por brindar una educación integral y equitativa sobre la higiene menstrual al promover la comprensión y el respeto hacia este tema, se está fomentando la empatía, la igualdad de género y la salud en la comunidad estudiantil, además de promover la asistencia a clases durante los días en que las niñas les viene la menstruación.

Desde el aspecto educativo, las formaciones están basadas en educar para romper el estigma, al hablar abiertamente sobre la menstruación, estamos desmitificando creencias erróneas y rompiendo el tabú que rodea este proceso natural. Esto ayuda a eliminar el estigma y a fomentar una cultura de respeto y comprensión.



Educación menstrual para todos

Durante las implementaciones en las escuelas, se ha involucrado a todas las personas, incluyendo a los niños y adolescentes para brindar orientaciones sobre la higiene menstrual, con el propósito de fomentar la empatía, la igualdad de género y la salud. Además, los niños deben comprender que la menstruación es un proceso natural y normal, y aprender a respetar y apoyar a sus compañeras.

En el mes de mayo del 2024, para el Día Internacional de la Higiene Menstrual, FUNREAHV, realizó **56 actividades educativas en los municipios Angostura del Orinoco, Caroní y Cedeño** del estado Bolívar, en los que se abordaron los tópicos de acceso a productos de calidad, pasos para el correcto aseo personal durante la menstruación, así como los espacios dignos que deben tener las escuelas para el buen manejo de la higiene menstrual.

En estas actividades participaron 4.231 niñas, adolescentes y mujeres de los municipios priorizados del estado Bolívar, siendo formadas en el manejo adecuado de la higiene menstrual y empoderadas en el cuidado e higiene durante la menstruación.

En el desarrollo de las actividades, las niñas y adolescentes aprendieron a elaborar pulseras que identifican el ciclo menstrual, que están representadas en 28 cuencas o bolitas, que es la duración promedio de un ciclo menstrual, de las cuales cinco son rojas en alusión al periodo. La pulsera es un símbolo global de la menstruación, el objetivo de este símbolo es normalizar la conversación para contribuir a desmitificar los aspectos negativos de la menstruación.



“Si tenemos la menstruación, eso no es excusa para no venir a clases ”



Nicole Laya, estudiante de 6to grado de la EBE Antonio José de Sucre, ubicada en el municipio Caroní del estado Bolívar, conversó con el equipo de Cambio Social y de Comportamiento (SBC) y expresó.

“Cuando me viene la menstruación con la persona que tengo más confianza es con mi mamá ella es la que me dice que hacer, ella es la que me aconseja y sobre todo me dice que tengo que tener una buena higiene menstrual.

Si, si asisto a clases, porque eso es algo normal que nos ocurre a todas las niñas, es un proceso natural, no es nada del otro mundo y si tenemos la menstruación eso no es excusa para no venir a clases.

Las toallas sanitarias debemos cambiarlas cada tres a cuatro horas, pero es importante saber que hay que lavarnos las manos con agua y con jabón antes y después de cambiarnos la toalla”. señaló Nicole.

Toallas reutilizables y amigables con el medio ambiente



Adicional, las niñas, niños y adolescentes elaboraron toallas ecológicas reutilizables, una opción alternativa y amigable con el medio ambiente, también conocieron en cuánto tiempo deben realizar el cambio de las toallas sanitarias, siendo este cada cuatro horas para evitar infecciones y la higiene del lavado de manos antes y después de hacer el respectivo cambio.

Además, en los talleres formativos se les orientó a las niñas y mujeres sobre la importancia de tener acceso a productos de higiene menstrual de calidad, lo que les brindará comodidad, bienestar y a prevenir posibles infecciones.



Espacios dignos para el manejo de la Higiene Menstrual

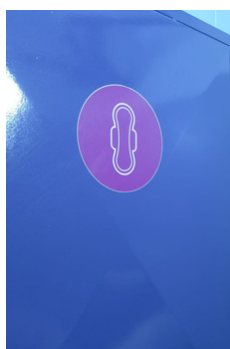
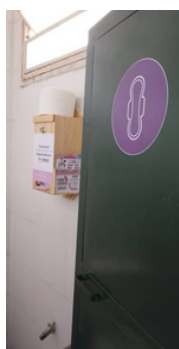
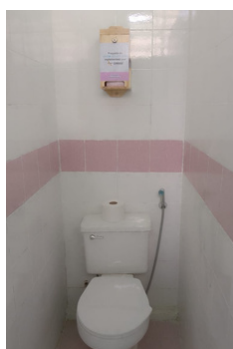


A nivel de infraestructura, 29 escuelas priorizadas del estado Bolívar fueron acondicionadas con un baño destinado para el manejo adecuado de la higiene menstrual, en el encontraran un dispensador de toallas sanitarias, rotulado con información sobre la correcta higiene durante la menstruación, una ducha de higiene menstrual, dispensador de jabón líquido, espejo e insumos necesarios para la higiene.

Entre las escuelas beneficiadas están por el municipio Caroní, la EBN Provincia de Guayana, EBE Antonio José de Sucre, EBN Pedro León Torres, UEN Profesor Rafael Aridus Guzmán, EBN Gral. Rafael Urdaneta, EBN Taguapire, UEN Leoncio Martínez, UEN Pozo Verde y UEN Carmen Hernández de Lira.

Por el municipio Angostura del Orinoco se encuentran la EBE Rómulo Betancourt, EBE San José del Perú, UEN Simón Bolívar, UEB Rafael Urdaneta, UEB Bicentenario, UEE José Antonio Páez, ETA Angostura y Liceo Bolivariano Ernesto Sifontes; por el municipio Cedeño tenemos a la UE Manuel Manrique, UEN Salvador Gómez, UE Manuel Cedeño, UEE Simón Bolívar, UEE Lucila Palacios, UEE Rómulo Gallegos, UE Jaime Antonio Rodríguez, UE Simón Rodríguez, UEN Los Pijiguaos, UEN Cuyuni, UEN El Rincón y ETA Caicara.

Bajo el enfoque Tres Estrellas que promueve UNICEF, seguimos impulsando escuelas con espacios dignos para que las niñas puedan manejar su higiene menstrual de forma higiénica, segura, privada y con dignidad, además que evita que niñas y adolescentes falten a clase por no contar con baños adecuados, por eso desde FUNREAHV decimos **“Cuidemos nuestra higiene menstrual, que no haya motivo de ausentismo escolar”**.



“ Mi rol como docente ha sido clave, porque he roto los tabú en las familias ”



Eudimar Díaz, Docente de la EBE Antonio José de Sucre, municipio Caroní.

Nos parece muy bien que las niñas tengan un espacio únicamente para el manejo de su higiene menstrual, porque es un momento de su intimidad personal de cada niña, que se sientan libres y puedan practicar su higiene menstrual en un espacio adecuado, donde puedan tener un dispensador de toallas, un punto para el lavado de las manos, donde puedan practicar su higiene que sea adecuado y se sientan seguras.

Mi rol como docente ha sido clave porque he roto los tabú en las familias, hemos realizado muchas actividades, como teatrino, lapbook, folletos, trípticos, obras de teatros, murales, periódico mural, los niños han participado, hemos dado talleres donde las niñas pueden practicar su higiene menstrual.

Es importante que sepamos que es un tema normal, que es un proceso natural, y que nosotros no debemos encerrarnos y tener vergüenza al hablar de esto con nuestras hijas, nuestras hermanas, debemos romper ese tabú, ese es nuestro principal objetivo romper el tabú que las niñas se sientan seguras de que puedan hablarlo con toda seguridad”.



Comunidades empoderadas en el manejo de la higiene menstrual

Las intervenciones realizadas en las escuelas se han transferido a las comunidades aledañas a las escuelas, donde también se ha brindado información oportuna a las personas sobre la menstruación, las docentes de las escuelas se han apropiado de la información y han multiplicado la formación del manejo de la higiene menstrual a todo el personal que hace vida en la escuela, con el propósito de hablar abiertamente sobre el tema y romper con los mitos y falsas creencias.

La comunidad de Quebrada Honda, ubicada en el municipio Caroní, es una de 10 comunidades priorizadas, donde hemos podido evidenciar el empoderamiento femenino en torno al tema, tanto así que las líderes comunitarias han organizado diversas actividades para orientar a las niñas, adolescentes y mujeres en el manejo de la higiene menstrual, aplicación de las técnicas correctas del lavado de mano y la higiene personal.

Comprometida con las buenas prácticas que salvan vida, la comunidad organizada realizó una caminata por el Día Internacional de la Higiene Menstrual en donde asistieron niñas, adolescentes y mujeres que hacen vida en el sector.

Durante la caminata las asistentes repetían el eslogan que desde UNICEF impulsaron para destacar la importancia del cuidado y buen manejo de la higiene menstrual “La menstruación importa” y emplearon carteles y banderines con mensajes claves.



Johanis Rosal
Comunidad Quebrada Honda,
municipio Caroní

Johanis Rosal, es una de las mujeres y líder de la comunidad que participó en la caminata y en las actividades de formación, quien llevo cabo el taller de la higiene dónde le explicó los pasos que deben seguir niñas y mujeres para el buen manejo de la higiene menstrual.

A través de los talleres que han brindado los formadores de Funreahv, las mujeres de la comunidad se han empoderado del tema y han impartido talleres dirigidos a las niñas y adolescentes, empleando papelógrafos que visibilizan el ciclo menstrual, los productos de higiene que existen, así como también el uso de las pulseras para que niñas y mujeres conozcan más sobre el proceso de duración del periodo.

“Nos parece excelente la colaboración que nos está presentado Funreahv y Unicef esta formación nos sirve para que las niñas puedan tener una mejor higiene y salud menstrual, tenemos aquí los brazos abiertos en la comunidad”.

“ Aunque no seamos del género femenino, queremos demostrar que apoyamos en todo momento a las mujeres ”



Alex González, estudiante de 5to año de la UE Manuel Cedeño, del municipio Cedeño, formó parte del desarrollo del proyecto pedagógico enfocado en los temas Agua Saneamiento e Higiene, durante el tercer lapso, quienes desarrollaron tres actividades educativas que se han vinculado con el manejo de la higiene menstrual, donde realizaron tres productos, entre ellos un bolso color rosa, el cual simboliza la higiene de la mujer; la pulsera, que representa el ciclo de la menstruación; y el modelo de la toalla ecológica.

“Consideramos importante realizar este tipo de actividades, porque además nuestras compañeras pueden requerir las toallas sanitarias, algunas personas no tienen los recursos suficientes, esto lo hicimos con el propósito de demostrar que, no solo comprando, sino que también podemos hacerlo con materiales que todos conozcamos.

Y en los hombres, aunque no seamos del género femenino, queremos demostrar que apoyamos en todo momento a las mujeres y que consideramos que es importante la higiene en cada una de ellas”.



Entrega de kits de higiene menstrual



Durante la promoción de higiene en las escuelas y comunidades como parte de las implementaciones que realiza FUNREAHV, como socio implementador de UNICEF realizó la entrega de 514 kits contentivos de: un bolso con mensajes educativos, paquetes de toallas sanitarias desechables, Jabón antibacterial, gel antibacterial, barra de jabón azul para ropa, paño para la higiene de mano, espejo de bolsillo y un folleto informativo con los pasos sobre la higiene menstrual y recomendaciones para el aseo personal.

Estos insumos forman parte de la promoción e importancia de la higiene, además, facilita el acceso a productos de higiene personal, sobre todo en aquellas comunidades vulnerables para que niñas, adolescentes y mujeres manejen su menstruación con dignidad.



En FUNREAHV, invitamos a todas las personas, sin importar su género a participar en las buenas prácticas del manejo de la higiene menstrual y tengan acceso a una educación inclusiva y completa. Promover la higiene menstrual en la escuelas y comunidades es un paso importante hacia la igualdad de género y el bienestar de las niñas, adolescentes y mujeres.

Por: Gestión del Conocimiento Y. Higuera

